
Machbarkeitsstudie zur Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests

Die Machbarkeitsstudie wurde durch das Nationale Programm Alkohol finanziert.
Bericht zu Händen des Bundesamtes für Gesundheit

Verfügung Nr. 12.007966

Regula Hälg

März 2014

Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung	iii
Résumé	v
Riassunto	vii
1 Ausgangslage	1
1.1 Alkohol-Selbsttests im Internet.....	1
1.2 Entwicklungen im Bereich der Online-Suchthilfe	2
1.3 Das Nationale Programm Alkohol	2
1.4 Die Idee einer Standardisierung.....	3
2 Methodik	4
2.1 Vorgehen	4
2.2 Internetrecherche zur Identifikation webbasierter Angebote durch das ISGF	4
2.3 Integration der Fragen zu Online-Alkohol-Selbsttests in die Online-Befragung des ISGF.....	5
2.4 Online-Befragung bei Betreibern von webbasierten Angeboten durch das ISGF	5
2.5 Vervollständigung der Datenlage	7
2.6 Auswertung und Validierung der Ergebnisse	8
3 Ergebnisse	9
3.1 Überblick eSelbsthilfeangebote in der Schweiz	9
3.2 Zielgruppen der eSelbsthilfeangebote.....	14
3.3 Konzeptuelle Grundlagen der eSelbsthilfeangebote.....	15
3.3.1 Der Begriff „Standardgetränk“	17
3.3.2 „binge drinking“ oder „Rauschtrinken“	18
3.3.3 Weitere Begrifflichkeiten.....	20
3.4 Soziodemografische Daten, Registrierung und Datenschutz	20
3.5 Rückmeldung zum Selbsttest.....	22
3.6 Nutzung und Erwartungen an das eSelbsthilfeangebot.....	27
3.7 Statistische Auswertungen der eSelbsthilfeangebote.....	29
3.8 Interesse und Bereitschaft zu einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests	31
3.9 Interesse und Bereitschaft für eine zentralisierte Auswertung von erhobenen Daten	33
3.10 weiteres Vorgehen	35
4 Diskussion der Ergebnisse	38
4.1 Das eSelbsthilfeangebot im Bereich Alkohol – Optimierungspotenzial.....	38
4.1.1 Jugendliche und junge Erwachsene.....	38
4.1.2 Erwachsene Personen.....	39
4.1.3 Ältere Personen	39

4.1.4	Genderperspektive.....	39
4.1.5	Personen mit Migrationshintergrund	40
4.1.6	Sprachregionale Angebote	40
4.2	Konzeptuelle Grundlagen	41
4.3	Interesse zur Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests	41
4.4	Interesse für eine zentralisierte Auswertung von erhobenen Daten	42
5	Empfehlungen und Ausblick	43
5.1	Empfehlungen	43
5.2	Ausblick.....	45
	Literaturverzeichnis	46
	Anhang: Fragebogen zur Internetbefragung von Betreibern bestehender eBeratungs- und Selbsthilfeangeboten.....	47

Abbildungen

Abbildung 1:	Resultat Auswertung Selbsttest der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme zfa	25
Abbildung 2:	Resultat Auswertung Selbsttest der Berner Gesundheit	25

Tabellen

Tabelle 1:	Resultat der Internetrecherche (ISGF 2013)	6
Tabelle 2:	Übersicht über die in die Auswertung einbezogenen Angebote	8
Tabelle 3:	Online-Angebote im Bereich Alkohol, CH	13
Tabelle 4:	eSelbsthilfeangebote nach Sprache, Alterskategorie und geografische Abdeckung.....	15
Tabelle 5:	konzeptuelle Grundlagen und Validierung der eSelbsthilfeangebote.....	16
Tabelle 6:	Begriff „Standardgetränk“.....	18
Tabelle 7:	Begriff „Rauschtrinken/binge drinking“	19
Tabelle 8:	Erhebung soziodemographischer Daten und Registrierung	22
Tabelle 9:	Auswertung der Online-Alkohol-Selbsttests	24
Tabelle 10:	in der Auswertung verwendete Begrifflichkeiten	27
Tabelle 12:	Erwartungen an die eSelbsthilfeangebote.....	29
Tabelle 13:	statistische Auswertungen der eSelbsthilfeangebote	30
Tabelle 14:	Interesse zur Standardisierung, ISGF 2013.....	31
Tabelle 15:	Voraussetzungen zur Standardisierung und Vorteile der Heterogenität der eSelbsthilfeangebote.....	33
Tabelle 16:	Interesse zur zentralisierten Datenauswertung, ISGF 2013	34
Tabelle 17:	Voraussetzung für eine zentralisierte Datenauswertung.....	35
Tabelle 18:	Interesse an Mitarbeit bei einer Standardisierung.....	37

Zusammenfassung

Viele Institutionen der Suchthilfe bieten heute auf ihrer Website einen Selbsttest zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums an. Diese webbasierten Angebote variieren in ihren konzeptuellen Grundlagen und vermitteln mitunter widersprüchliche Botschaften, was die als nicht problematisch erachteten Konsummengen angeht. Um die Möglichkeiten einer Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests auf nationaler Ebene zu prüfen, hat Infodrog eine Machbarkeitsstudie durchgeführt. Die Studie wurde durch das Nationale Programm Alkohol finanziert.

Das ISGF hat im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG im Rahmen der Begleitforschung zu Safe Zone (ehemaliger Arbeitstitel eSuchtportal) eine Übersicht über webbasierte Beratungs- und Selbsthilfeangebote erstellt. Im Anschluss daran führte das ISGF eine Online-Befragung bei den Anbietern der identifizierten Angebote durch. Dabei konnten durch Infodrog erarbeitete Fragen integriert werden, die sich spezifisch an die Anbieter von Alkohol-Selbsttests und -Selbsthilfetools (=eSelbsthilfeangebote) richteten. Gefragt wurde unter anderem nach den konzeptuellen Grundlagen der Angebote, nach den von den UserInnen des Tests abgefragten soziodemographischen Daten, nach den individuell generierten Rückmeldungen nach dem Ausfüllen des Tests, nach der Bereitschaft zu einer Standardisierung der Selbsttests und nach dem Interesse an einer zentralisierten Auswertung von erhobenen Daten. Die vom ISGF erstellte Übersicht über webbasierte Angebote und die in der Online-Befragung erhobenen Daten bildeten für Infodrog die Grundlage, um weitere eigene Recherchen und Befragungen vorzunehmen und anschliessend den vorliegenden Bericht mit Empfehlungen für das weitere Vorgehen zu erstellen.

Die für den Alkoholbereich adaptierte Übersicht zeigt eine grosse Vielfalt an webbasierten Angeboten im Alkoholbereich. Insbesondere in der Deutschschweiz gibt es mehrere eSelbsthilfeangebote sowohl für Jugendliche als auch für Erwachsene. Angebote für Jugendliche beinhalten oftmals einen Selbsttest, der Fragen zum Konsum verschiedener Substanzen enthält. Für Erwachsene basieren die verfügbaren Selbsttests in der Regel auf dem AUDIT: Der „Alcohol Use Disorders Identification Test“ wurde im Zusammenhang mit der wachsenden Bedeutung der Früherkennung und Frühintervention 1982 von der WHO entwickelt und enthält insgesamt 10 Fragen. Ebenfalls verfügbar sind Selbsthilfetools angeboten: Diese Programme, die nebst dem Selbsttest weitere Angebote, wie z.B. ein Konsumtagebuch, enthalten, bieten eine Unterstützung zur Reduktion des Alkoholkonsums. Für die französischsprachige Schweiz gibt es ebenfalls auf den Alkoholkonsum fokussierte Angebote. Hingegen fehlen solche in der italienischsprachigen Schweiz. Selbsttests und Tools, die für ältere Menschen geeignet sind, fehlen für sämtliche Landessprachen.

Für die Auswertung der alkoholspezifischen Fragen konnten die Datensätze von 15 eSelbsthilfeangebote verwendet werden, womit mehr als zwei Drittel der bekannten Angebote erreicht wurden. Die konzeptuellen Grundlagen und Begrifflichkeiten dieser Angebote sind nicht einheitlich/unterscheiden sich mehr oder weniger stark. Ein „Standardgetränk“ enthält gemäss Definition entweder 10g, 12g oder 10-12g reinen Alkohol, wird mit Beispielen – z.B. 2,5 dl Bier, 1 dl Wein, 3 cl Spirituosen – erläutert oder gar nicht definiert. Dasselbe zeigt sich beim Rauschtrinken resp. beim „binge drinking“: Die Alkoholmenge, ab welcher ein Rauschtrinken vorliegt, variiert von 50g bis 72g reiner Alkohol pro Gelegenheit, wobei kaum je definiert ist, welchen Zeitraum eine „Gelegenheit“ umfasst. Die konzeptuellen Grundlagen spielen auch bei den computergenerierten individuellen Rückmeldungen eine wichtige Rolle. Bei den Online-Selbsttests, die den AUDIT verwenden und keine zusätzlichen Fragen enthalten, orientieren sich die Rückmeldungen in der Regel an den WHO-Vorgaben. Da diese in der Schweiz aber nicht einheitlich umgesetzt werden, werden bei den Online-Selbsttests unterschiedliche Rückmeldungen generiert, auch wenn die Fragen jeweils gleich beantwortet wurden.

Insgesamt bekunden zwei Drittel der befragten Anbieter von Online-Alkohol-Selbsttests eine hohe Bereitschaft für eine Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests und insbesondere der Definiti-

onen (z.B. Standardgetränk) sowie Begrifflichkeiten. Es zeichnet sich ab, dass insbesondere bei den AUDIT-basierten Selbsttests eine Standardisierung sinnvoll wäre.

Das Interesse und die Bereitschaft für eine zentralisierte Auswertung der bei den Selbsttests erhobenen Daten sind weniger ausgeprägt als für eine Standardisierung; nur ein Drittel bekundet ein diesbezügliches Interesse.

Für das weitere Vorgehen wurden die folgenden Empfehlungen formuliert:

- Das Vorhaben einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests bezüglich konzeptueller Grundlagen und Definitionen soll umgesetzt werden.
- Es wird auf nationaler Ebene festgelegt, was ein risikoarmer Konsum ist und bei welchen Mengen von Rauschtrinken gesprochen wird.
- Der für Online-Alkohol-Selbsttests und Selbsthilfetools zentrale Begriff „Standardgetränk“ wird auf nationaler Ebene einheitlich definiert.
- Es werden Vorgaben für eine einheitliche Auswertung des AUDIT erarbeitet. Anzustreben ist eine nach Geschlecht und Alter differenzierte Auswertung. Damit können unterschiedliche resp. widersprüchliche Rückmeldungen an die UserInnen vermieden werden.
- Es wird ein differenziertes Angebot an Online-Alkohol-Selbsttests bereitgestellt.

Résumé

Etude de faisabilité sur la standardisation des auto-tests alcool en ligne

Le projet est financé par le Programme national alcool

Aujourd'hui, de nombreuses institutions d'aide aux personnes toxicodépendantes proposent un auto-test, sur leur site Internet, qui permet aux utilisateurs/-trices de vérifier leur propre consommation d'alcool. Ces offres en ligne varient dans leurs bases conceptuelles et transmettent parfois des messages contradictoires concernant les quantités consommées qui ne sont pas jugées comme problématiques. Afin d'examiner les possibilités d'une standardisation des auto-tests alcool en ligne au niveau national, Infodrog a mené une étude de faisabilité financée par le Programme national alcool (PNA).

Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), l'Institut suisse de recherche sur la santé publique et les addictions de Zurich (ISGF) a dressé une liste des offres de consultation et d'entraide en ligne dans le cadre des recherches concernant Safe Zone (ancienne dénomination portail e-Addictions). L'ISGF a effectué ultérieurement une enquête en ligne auprès des prestataires des offres recensées. Les questions élaborées par Infodrog et adressées directement aux prestataires des auto-tests alcool en ligne et des outils d'entraide (offres d'entraide en ligne) ont pu y être intégrées. Les prestataires ont été interrogés entre autres sur les bases conceptuelles des offres, les données socio-démographiques demandées aux utilisateurs/-trices du test, les feedbacks individuels générés après que l'utilisateur/-trice a rempli le test, la motivation à participer à une standardisation de l'auto-test et l'intérêt pour une évaluation centralisée des données récoltées. La liste des offres de consultation et d'entraide en ligne dressée par l'ISGF ainsi que les données récoltées de l'enquête en ligne constituent une base de travail pour Infodrog qui lui permet d'effectuer ses propres recherches et enquêtes ainsi que de présenter ensuite ce rapport contenant des recommandations pour l'avenir.

La liste adaptée pour le domaine alcool présente une grande variété d'offres en ligne. Il existe notamment en Suisse alémanique de nombreuses offres d'entraide en ligne destinées autant aux adolescent-e-s qu'aux adultes. Les offres pour les adolescent-e-s comportent souvent un auto-test qui contient des questions sur la consommation de différentes substances. Pour les adultes, les auto-tests disponibles se basent en règle générale sur AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test). Ce test a été développé par l'OMS en 1982, en rapport avec l'importance croissante du dépistage et de l'intervention précoces. Il comporte en tout 10 questions et propose également des outils d'entraide. Ces programmes qui contiennent en plus de l'auto-test d'autres offres, comme par exemple un agenda de consommation, offrent un soutien pour réduire la consommation d'alcool. En Suisse romande, il existe également des offres axées sur la consommation d'alcool. Par contre, le Tessin ne propose pas ces offres. Il n'existe ni des auto-tests, ni des outils appropriés pour les personnes âgées, toute région linguistique confondue.

Les données enregistrées de 15 offres d'entraide en ligne ont pu être utilisées pour l'évaluation des questions spécifiques sur l'alcool, ce qui a permis de totaliser plus de deux tiers des offres connues. Les bases conceptuelles et les notions utilisées de ces offres ne sont pas homogènes/différent de manière plus ou moins significative. Une «boisson standard» contient selon la définition soit 10g, 12g ou 10 à 12g d'alcool pur. Elle est soit définie sur la base d'exemples tels que 2,5 dl de bière, 1 dl de vin, 3 cl de spiritueux ou elle ne l'est pas du tout. Il en est de même pour l'ivresse ponctuelle ou «binge drinking»: la quantité d'alcool à partir de laquelle il est question d'ivresse ponctuelle varie de 50g à 72g d'alcool pur par occasion, bien qu'il soit rarement défini quelle période une «occasion» englobe. Les bases conceptuelles jouent aussi un rôle important dans les feedbacks individuels générés par ordinateur. Pour les auto-tests en ligne qui utilisent l'AUDIT et ne comportent pas de ques-

tions supplémentaires, les feedbacks s'orientent en règle générale sur les normes de l'OMS. Etant donné que celles-ci ne sont toutefois pas appliquées en Suisse de manière homogène, différents feedbacks sont générés par les auto-tests en ligne, même si les réponses apportées aux questions ont été identiques chaque fois.

Dans l'ensemble, deux tiers des prestataires interrogés qui proposent un auto-test alcool en ligne sont disposés à participer à une standardisation des auto-tests alcool en ligne et en particulier des définitions (par exemple «boisson standard») ainsi que des notions utilisées. Il apparaît qu'une standardisation serait utile en particulier pour les auto-tests basés sur l'AUDIT.

L'intérêt et la motivation à participer à une évaluation centralisée des données récoltées dans l'auto-test sont beaucoup moins marqués que pour une standardisation. Seul un tiers des institutions interrogées a manifesté un intérêt à ce sujet.

Pour l'avenir, les recommandations suivantes ont été formulées:

- Le projet d'une standardisation des auto-tests alcool en ligne concernant les bases conceptuelles et les définitions devrait être réalisé.
- Il faudrait définir sur le plan national ce qu'est une consommation d'alcool à faible risque et chez quelles personnes il est question d'ivresse ponctuelle.
- La notion centrale de «boisson standard» dans les auto-tests alcool en ligne et les outils d'entraide devrait être définie de manière homogène au niveau national.
- Des normes pour une évaluation homogène d'AUDIT devraient être élaborées. Y viser équivaut à une évaluation diversifiée en fonction du sexe et l'âge. L'envoi de différents feedbacks ou de feedbacks contradictoires aux utilisateurs/-trices peut ainsi être évité.
- Une offre diversifiée d'auto-tests alcool en ligne devrait être mise à disposition des utilisateurs/-trices.

Riassunto

Studio di fattibilità sulla standardizzazione degli auto-test alcol in linea

Finanziato dal Programma nazionale alcol

Molteplici strutture dell'ambito delle dipendenze propongono degli auto-test online sui loro siti Internet che consentono di verificare il proprio consumo di alcol. Queste offerte si fondano su basi concettuali diverse e trasmettono talvolta dei messaggi contraddittori riguardo le quantità di alcol consumate non considerate problematiche. Al fine di esaminare le possibilità di una standardizzazione a livello nazionale degli auto-test online sul consumo d'alcol, Infodrog ha condotto uno studio di fattibilità che ha beneficiato del finanziamento del Programma nazionale alcol (PNA).

L'Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF, Istituto per la ricerca nell'ambito della dipendenza e della salute) di Zurigo, su mandato dell'Ufficio federale della salute pubblica (UFSP), ha allestito un inventario delle offerte di consultazione e di auto-aiuto online nell'ambito dello studio accompagnatorio concernente il portale Safe Zone (in precedenza portale e-Dipendenze). L'ISGF ha realizzato in seguito un sondaggio online presso i prestatori delle offerte identificate. Infodrog ha potuto aggiungervi delle domande rivolte specificatamente ai prestatori di auto-test e di strumenti di auto-aiuto (offerte di auto-aiuto online) in materia di alcol online. I prestatori sono stati interrogati ad esempio sulle basi concettuali delle offerte, sulle informazioni socio-demografiche richieste agli utilizzatori/alle utilizzatrici del test, sui feedback individuali generati al termine del test, sull'apertura ad una standardizzazione degli auto-test e sull'interesse per un'analisi centralizzata dei dati raccolti. L'inventario delle offerte online allestito dall'ISGF e i dati raccolti dal sondaggio online hanno costituito la base di lavoro per Infodrog per ulteriori ricerche e dunque per la redazione del presente rapporto nonché per le raccomandazioni formulate in esso contenute.

Le varie offerte online sul consumo dell'alcol si caratterizzano da una vasta diversità. In particolare, in Svizzera tedesca esistono molteplici offerte di auto-aiuto online sia per adolescenti che per adulti. Le offerte per gli adolescenti prevedono spesso degli auto-test che contengono delle domande sul consumo di diverse sostanze, mentre gli auto-test per gli adulti si basano generalmente sull'AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test, sviluppato dall'OMS nel 1982 in seguito all'importanza crescente dell'intervento precoce; esso comporta complessivamente 10 domande). A disposizione vi sono anche degli strumenti di auto-aiuto: questi programmi contengono, oltre agli auto-test, altre offerte, come ad esempio un diario del consumo di alcol e offrono un sostegno per ridurre il consumo. Anche in Svizzera romanda esistono delle offerte specifiche per il consumo di alcol, mentre in Ticino queste offerte non sono disponibili. Nelle tre regioni linguistiche non esistono né auto-test né strumenti adeguati alle persone anziane.

L'analisi specifica sulle offerte concernenti il consumo di alcol ha potuto beneficiare dei dati di 15 offerte di auto-aiuto online, rappresentanti oltre i 2/3 delle offerte identificate sul consumo di alcol. Le basi concettuali e le nozioni utilizzate per queste offerte presentano delle variazioni più o meno importanti. Una "bibita standard" contiene, a seconda della definizione, 10g, 12g o da 10 a 12g di alcol puro ed è illustrata con esempi quali 2.5 dl di birra, 1 dl di vino, 3 cl di superalcolici o non è definita del tutto. Lo stesso si osserva per l'ubriachezza sporadica o "binge drinking": la quantità di alcol a partire dalla quale si parla di ubriachezza sporadica varia da 50g a 72 g di alcol puro per occasione, definendo tuttavia raramente la durata di un'occasione. Le basi concettuali rivestono un ruolo importante anche nei feedback individuali generati dal computer. Per gli auto-test online che utilizzano l'AUDIT e non comportano delle domande supplementari, i feedback si orientano generalmente alle norme dell'OMS. Considerato che queste non sono applicate in modo omogeneo in Svizzera, i feed-

back generati dagli auto-test online presentano variazioni importanti, anche in caso di risposte identiche.

Tra i prestatori di auto-test online sul consumo di alcol interrogati, 2/3 esprimono una grande disponibilità per una standardizzazione degli auto-test online sul consumo di alcol, in particolare modo per quel che concerne le definizioni (per esempio quella di "bevanda standard") nonché delle nozioni utilizzate. Una standardizzazione sembra particolarmente utile per gli auto-test basati sull'AUDIT.

L'interesse e la disponibilità a partecipare a un'analisi centralizzata dei dati raccolti per gli auto-test sono molto meno marcati rispetto a una standardizzazione. Solamente 1/3 delle strutture interpellate ha manifestato un interesse per questo soggetto.

Per il futuro, le seguenti raccomandazioni sono state formulate:

- Il progetto di una standardizzazione degli auto-test online concernenti l'alcol riguardanti le basi concettuali e le definizioni dovrebbe essere realizzato.
- Sarebbe necessario definire a livello nazionale il consumo a basso rischio e l'ubriachezza sporadica.
- La nozione centrale di "bibita standard" negli auto-test online sul consumo di alcol e gli strumenti di auto-aiuto dovrebbe essere definita in modo omogeneo a livello nazionale
- Delle norme per una valutazione omogenea dell'AUDIT dovrebbero essere elaborate; una valutazione diversificata in funzione del sesso e dell'età è auspicabile. L'invio di feedback diversi o addirittura contraddittori potrebbe quindi essere evitato.
- Un'offerta diversificata di auto-test online sul consumo di alcol dovrebbe essere messa a disposizione degli utilizzatori/delle utilizzatrici.

1 Ausgangslage

Heute bietet ein grosser Teil von Suchtfachstellen Online-Selbsttests zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums an. Diese internetbasierten Angebote variieren in ihren konzeptuellen Grundlagen und vermitteln mitunter sogar widersprüchliche Botschaften, was die als nicht problematisch erachteten Konsummengen angeht. Personen, welche einen Online-Selbsttest ausfüllen, erhalten in der Regel unmittelbar eine automatisch generierte, in der Regel jedoch individualisierte Einschätzung, ob ein risikoarmer, ein problematischer Alkoholkonsum oder eine Abhängigkeit vorliegt. Erfahrungen zeigen, dass solchermassen generierte Rückmeldungen als weniger konfrontierend erlebt werden, als wenn die Rückmeldung in einem persönlichen Gespräch durch eine Fachperson (Arzt/Ärztin, Beratungsperson, etc.) gegeben wird. Diese Online-Alkohol-Selbsttests sind niederschwellig und leisten daher einen wichtigen Beitrag zur Früherkennung und Frühintervention.

Personen, die internetbasierte Selbsttests zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums nutzen, sollen einerseits möglichst einheitliche Instrumente vorfinden und andererseits auch eine einheitliche Einschätzung ihres Trinkverhaltens erhalten. Respektive, es ist wünschenswert, dass eine Person, welche einen Online-Selbsttest über die Website der Institution x ausfüllt, die gleiche Rückmeldung erhält, wie wenn sie den Test über die Website einer anderen Institution y ausfüllt.

Um die Möglichkeiten einer Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests auf nationaler Ebene zu prüfen, hat Infodrog mit finanzieller Unterstützung durch das Nationale Programm Alkohol eine Machbarkeitsstudie durchgeführt. Die Studie gibt einen Überblick über bestehende Angebote und macht Aussagen zum Interesse an sowie zum möglichen Nutzen einer Standardisierung.

1.1 Alkohol-Selbsttests im Internet

Im Internet wird eine Vielzahl verschiedener Selbsttests zum Thema Sucht angeboten. Die Tests bezwecken in erster Linie die Reflexion des eigenen Konsums, z.B. von Alkohol, Cannabis, Medikamenten etc., oder des Umgangs mit Internet, Computerspielen etc. Die Online-Selbsttests sind mehr oder weniger aktiv gestaltet, sie beinhalten eine unterschiedliche Anzahl von Fragen und richten sich an verschiedene Zielgruppen. Einige der Online-Selbsttests, vor allem solche für Jugendliche, fragen nach dem Konsum verschiedener Substanzen (Alkohol, Tabak, Cannabis etc.), andere sind nur auf eine einzelne Substanz oder Thematik (z.B. Online-Sucht) ausgerichtet. Zudem gibt es Programme, wie z.B. mydrinkcontrol.ch, die über den Alkohol-Selbsttest hinaus Unterstützung bei einer Konsumreduktion anbieten. Ein beachtlicher Teil der Online-Selbsttests zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums basiert auf dem AUDIT: Der „Alcohol Use Disorders Identification Test“ wurde im Zusammenhang mit der wachsenden Bedeutung der Früherkennung und Frühintervention von der WHO (1982) entwickelt und enthält insgesamt 10 Fragen (Babor et al. 2001). Bei den Selbsttests werden diese Fragen übernommen und teilweise mit weiteren Fragen ergänzt. Die Selbsttests sind in der Regel folgendermassen aufgebaut: Es erscheint eine Frage, die zu beantworten ist, man klickt auf „weiter“ und die nächste Frage erscheint auf dem Bildschirm. Zum Schluss klickt man auf „Auswerten“ (oder ähnlich) und erhält eine Rückmeldung. Andere Suchthilfeinstitutionen resp. Akteure im

Suchtbereich stellen auf ihrer Website den AUDIT als Fragebogen im pdf-Format zur Verfügung.¹ Obwohl der AUDIT breit eingesetzt ist, gibt es in der Schweiz keine einheitliche Verwendung des Tests; so ist z.B. „Standardgetränk“ unterschiedlich definiert.

1.2 Entwicklungen im Bereich der Online-Suchthilfe

Generell gewinnen die Entwicklungen und Möglichkeiten der digitalen Kommunikation im Suchtbereich zunehmend an Bedeutung. Zahlreiche Anbieter haben in den letzten Jahren in irgendeiner Form versucht, Dienstleistungen der Suchthilfe inkl. Selbsttests in den virtuellen Raum zu transferieren. Das isolierte Vorgehen erschwert die Orientierung sowie auch die Qualitätssicherung. Auf der Grundlage von Gesprächen mit nationalen und kantonalen Institutionen im Suchtbereich wird nun für die Schweiz „Safe Zone“ (ehemaliger Arbeitstitel eSuchtportal) aufgebaut.² Das Vorhaben wird durch das BAG unterstützt und steht unter operativer Leitung von Infodrog, der schweizerischen Koordinations- und Fachstelle Sucht. Eine Bedarfs- und Machbarkeitsanalyse³ zeigte sehr grossen Bedarf an einem gesamtschweizerischen eSuchtportal und viele der 560 befragten Suchthilfeinstitutionen äusserten eine grosse Bereitschaft, beim Aufbau mitzuwirken. Auf der Grundlage der Machbarkeitsanalyse wird das Pilotprojekt Safe Zone in Zusammenarbeit mit einer Expertengruppe entwickelt und aufgebaut. Mit diesem Pilotprojekt sollen zeitgemässe und qualitativ hochstehende eBeratungsdienste im Suchtbereich in Ergänzung zu bereits bestehenden Beratungsangeboten in den Kantonen entwickelt und implementiert werden. Dabei soll auch die nationale Vernetzung gefördert und Expertenwissen gebündelt werden. Eine durchgehende Onlineberatung erlaubt es auch, Zielgruppen zu erreichen, die über die Face-to-face Beratung nicht angesprochen werden. Diese Entwicklungen und Erfahrungen wurden bei der Durchführung der Machbarkeitsstudie zur Standardisierung der Alkohol-Online-Selbsttests berücksichtigt.

1.3 Das Nationale Programm Alkohol

Das im Jahr 2008 durch den Bundesrat verabschiedete und 2012 verlängerte Nationale Programm Alkohol (NPA) beruht auf der folgenden Vision: „Wer alkoholische Getränke trinkt, tut dies ohne sich selber und anderen Schaden zuzufügen.“ Im Rahmen des Programms wurden nebst der Vision, auch Oberziele, strategische Ziele und Handlungsfelder definiert⁴, mit der Idee, dass die verschiedenen Akteure im Bereich der Alkoholprävention einen gemeinsamen Orientierungsrahmen für die Umsetzung von Aktivitäten vorfinden. Das strategische Ziel „Die Gesellschaft wird für die Schädlichkeit problematischen Konsums sensibilisiert“ hat die breite Bevölkerung im Fokus. Sie soll Zugang haben zu Informationen, wie z.B. was die möglichen Konsequenzen eines Zuviel an Alkohol sind, und bei welchen Mengen ein Konsum risikoarm ist. Validierte und attraktive Instrumente zur Überprüfung

¹ Z.B. www.praxis-suchtmedizin.ch, oder www.alterundsucht.ch, oder z.B. die Institution Via Gampel (www.viagampel.ch), Zugriff 18.12.2013.

² Informationen zum Projekt Safe Zone unter www.infodrog.ch/onlineberatung-pilot.html.

³ Vgl. die 2012 durchgeführte Bedarfs- und Machbarkeitsanalyse sowie weitere Informationen zum Projekt Safe Zone unter www.infodrog.ch/onlineberatung-pilot.html.

⁴ Vgl. <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00039/00596/10425/index.html?lang=de> für die Vision, die Oberziele, die strategischen Ziele und die Handlungsfelder.

des eigenen Alkoholkonsums sind äusserst geeignete Mittel, um diesem Ziel gebührend Rechnung zu tragen.

1.4 Die Idee einer Standardisierung

Infodrog, als vom Bundesamt für Gesundheit eingesetzte schweizerische Koordinations- und Fachstelle Sucht, richtet sich mit ihren Angeboten an Institutionen und Behörden, die im Suchtbereich aktiv sind und setzt sich dafür ein, in enger Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit, mit den Kantonen sowie mit relevanten Akteuren und Institutionen der Suchthilfe und Prävention, schweizweit möglichst einheitliche und standardisierte Grundlagen zu erarbeiten, welche von Suchthilfeinstitutionen genutzt werden können.

Vor diesem Hintergrund war es auch ein Anliegen zu prüfen, inwieweit einheitliche Grundlagen für die bestehenden Online-Alkohol-Selbsttests geschaffen werden können, resp. inwieweit eine Vereinheitlichung der bestehenden Selbsttests möglich wäre. In der aktuellen Situation, die von zahlreichen Sparanstrengungen und entsprechender Ressourcenknappheit auch im Suchtbereich geprägt ist, sollte deshalb geklärt werden, inwieweit es sinnvoll ist, eSelbsthilfeangebote – Online-Selbsttests und Selbsthilfetools – schweizweit möglichst konzentriert anzubieten, zu unterhalten und bei Bedarf weiter zu entwickeln. Bei einem allfälligen Prozess einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests können zudem mögliche Synergien mit dem Projekt Safe Zone geklärt und genutzt werden. Das Ziel einer Standardisierung müsste es sein, dass Online-Alkohol-Selbsttests für verschiedene Altersgruppen (Jugendliche/junge Erwachsene, Erwachsene und ältere Personen) zugänglich sind und Botschaften vermitteln, die auf einheitlichen konzeptuellen Grundlagen beruhen.

2 Methodik

2.1 Vorgehen

Bereits zum Zeitpunkt der Planung der „Machbarkeitsstudie zur Standardisierung der Online-Selbsttests zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums“ anfangs 2013 war bekannt, dass das ISGF, mandatiert vom BAG, eine Begleitforschung zum Pilotprojekt Safe Zone (ehemaliger Arbeitstitel eSuchtportal) durchführt. Es wurde daher entschieden, mögliche Synergien der beiden Untersuchungen zu prüfen und zu nutzen.

Die Begleitforschung zu Safe Zone durch das ISGF beinhaltete als ersten Teil eine „Ist-Analyse webbasierter Beratungs- und Selbsthilfeangebote in der Schweiz“ (Maier/Schaub 2013). Im Rahmen einer Internetrecherche wurden webbasierte Beratungs- und Selbsthilfeangebote inkl. Selbsttests identifiziert. Anschliessend wurden die Betreiber dieser Angebote gebeten, sich an einer Onlinebefragung zu beteiligen. Diese diente insbesondere der Verifizierung und der vertieften Erfassung der identifizierten Angebote sowie der Eruiung von Angebotslücken. Die Begleitforschung des ISGF dient ferner der Entwicklung von Qualitätsstandards und der kriteriengeleiteten Bewertung bestehender webbasierter Selbsthilfeangebote.

Durch die mit dem ISGF vereinbarte Zusammenarbeit hat Infodrog einerseits dem ISGF Rückmeldungen zu deren Internetrecherche zur Identifizierung webbasierter Selbsthilfeangebote inkl. Selbsttests gegeben. Andererseits hat das ISGF auf Wunsch von Infodrog bei der anschliessenden Onlinebefragung der Betreiber spezifische Fragen zu den Alkohol-Selbsttests in den Fragebogen integriert (vgl. Anhang). Diese Fragen wurden von Infodrog in Zusammenarbeit mit Michel Graf, Sucht Schweiz, Maya Mezzera, Berner Gesundheit und Juliane Torrent, GREA erarbeitet.

Die Online-Befragung fand im Juni 2013 statt. Die erhobenen Daten, welche die Alkohol-Online-Selbsttests betrafen, wurden Infodrog im September 2013 vom ISGF zur Verfügung gestellt. Da einige Anbieter von Alkohol-Selbsttests nicht erfasst werden konnten, wurden sie im Oktober 2013 von Infodrog kontaktiert, und gebeten, die Online-Befragung nachträglich noch auszufüllen.

Die vom ISGF zur Verfügung gestellten Daten wurden im November 2013 von Infodrog analysiert, zusammengestellt und anhand eigener Recherchen bei den Online-Alkohol-Selbsttests vervollständigt. Ein erster Entwurf des Berichts mit den Resultaten der Befragung wurde den Anbietern der webbasierten Selbsthilfeangebote zum Gegenlesen zugestellt und anschliessend mit Michel Graf und Maya Mezzera diskutiert. Auf dieser Grundlage erfolgte die Formulierung von Empfehlungen für das weitere Vorgehen.

2.2 Internetrecherche zur Identifikation webbasierter Angebote durch das ISGF

Gemäss ISGF wurde mittels iterativer Internetrecherche versucht, möglichst alle existierenden Suchtberatungs- und Suchtselbsthilfeangebote im Internet ausfindig zu machen. Die verschiedenen Angebote wurden grob in eBeratungs- bzw. eSelbsthilfeangebote differenziert, wobei eBeratungsangebote verschiedene Formen der internetbasierten (Beratungs-)Kommunikation, wie z.B. Foren, Chats, E-Mail-Beratung, bezeichnen. Unter eSelbsthilfeangebote fallen Angebote mit computergestütztem Feedback, Selbsttests mit individuellem Feedback oder Programme, die eine Konsumreduktion oder eine Verringerung der mit dem Konsum verbundenen gesundheitlichen und sozialen Risiken zum Ziel haben. Mitberücksichtigt bei der Internetrecher-

che wurden somit auch Online-Alkohol-Selbsttests sowie Programme zur Reduktion des Alkoholkonsums (Maier/Schaub 2013).⁵

Aufgrund der Internetrecherche des ISGF wurden schweizweit insgesamt 77 Websites, die über mindestens ein webbasiertes Beratungs- oder Selbsthilfeangebot verfügen, identifiziert (ebd. 18). Die anschliessende Online-Befragung sollte unter anderem auch darüber Auskunft geben, welche dieser Websites Angebote im Bereich Alkohol aufführen.

2.3 Integration der Fragen zu Online-Alkohol-Selbsttests in die Online-Befragung des ISGF

Die Fragen zu den Alkohol-Selbsttests sollten eine gute Basis für die Beantwortung der Frage nach der Machbarkeit einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests liefern. Ein erster durch Infodrog erarbeiteter Fragenkatalog wurde im April 2014 mit Michel Graf, Sucht Schweiz, Maya Mezzera, Berner Gesundheit und Juliane Torrent, GREA diskutiert. Die Fragen zu den Online-Alkohol-Selbsttests wurden anschliessend überarbeitet und vom ISGF in die Online-Befragung integriert (vgl. Fragebogen im Anhang, resp. die Fragen 16 bis 21 zu den Alkohol-Selbsttests). Von Interesse waren insbesondere die konzeptuellen Grundlagen des Selbsttests (AUDIT, CAGE etc.), die verwendeten Begrifflichkeiten und deren Definition (z.B. Standardgetränk), die statistischen Auswertungen der im Test eingefüllten Daten, das Interesse und die Bereitschaft zu einer Standardisierung, eine zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten und der Wunsch zur Mitarbeit bei einem allfällig nachfolgenden Projekt.

2.4 Online-Befragung bei Betreibern von webbasierten Angeboten durch das ISGF

Das ISGF verfolgte mit der Online-Befragung das Ziel, „die Resultate der Internetrecherche zu verifizieren, allenfalls falsch interpretierte Suchergebnisse auszuschliessen und weitere Informationen zur Bewirtschaftung der einzelnen Angebote zu gewinnen“ (Maier/Schaub 2013: 21). Der Link zum Fragebogen wurde nach der Programmierung der Umfrage anfangs Juni 2013 per E-Mail an die durch die Internetrecherche identifizierten Betreiber der webbasierten Beratungsangebote und Selbsthilfetools versandt (ebd. 21). Der Online-Fragebogen konnte in deutscher oder französischer Sprache ausgefüllt werden. Im Begleitschreiben wurde unter anderem darauf hingewiesen, „dass das geplante schweizerische eSuchtportal keine Konkurrenz zu bestehenden webbasierten Beratungsangeboten darstellen würde“ (ebd. 22). Nach gezieltem Nachfragen und Erinnern durch das ISGF wurde die Befragung durch 43 Personen ausgefüllt. Aufgrund der Prüfung der durch die Befragung generierten Datensätze konnte das ISGF 38 beantwortete Fragebogen für den Bericht „Begleitforschung eSuchtportal. Ist-Analyse webbasierter Beratungs- und Selbsthilfeangebote in der Schweiz“ verwenden.

Die Anbieter wurden gefragt nach der Zielgruppe ihres Angebots, welche geografische Abdeckung mit ihrem Angebot angestrebt wird, welche Suchtformen (substanzspezifische und substanzungebundene Suchtformen) ihre Angebote beinhalten, nach der Anzahl der Kontakte resp. Zugriffe und nach der Qualitätssicherung der Angebote. Für die Auswertung der Ergebnis-

⁵ Für weitere Informationen zur Internetrecherche des ISGF, zum Vorgehen resp. zur Methodik und zu den Ein-/Ausschlusskriterien vgl. Maier/Schaub 2013, Kapitel 3.

se nahm das ISGF eine Differenzierung nach webbasierten Beratungs- und nach Selbsthilfeangeboten vor.⁶

Die folgende Tabelle ist übernommen und adaptiert aus dem Bericht des ISGF „Begleitforschung eSuchtportal“. Sie gibt einen Überblick über die identifizierten Angebote im Bereich Alkohol; enthalten sind Websites mit eBeratungs- und eSelbsthilfeangeboten der Akteure im Bereich der Alkoholprävention. Farblich differenziert (grau markiert) sind jene Angebote, welche nicht an der Online-Befragung teilgenommen haben.

Angebot	Webadresse
AA	www.anonyme-alkoholiker.ch/forum
ags	www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26
AL-ANON	www.al-anon.ch
Alcotool	www.alcotool.ch
Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich	www.checken.ch
Fachbereich Sucht Bezirk Andelfingen	www.fachbereich-sucht.ch/suchtberatung/angebot
feel-ok	www.feel-ok.ch
Forel-Klinik	www.weniger-trinken.ch
Kopf-Hoch	www.kopfhoch.ch
Mydrinkcontrol	www.mydrinkcontrol.ch
Stiftung Suchthilfe St.Gallen	www.stiftung-suchthilfe.ch
Tschau.ch, E-Beratung und Jugendinformation	www.tschau.ch
Mama trinkt	www.mamatrinkt.ch
Papa trinkt	www.papatrinkt.ch
Blaues Kreuz	www.alcorisk.ch/deutsch/
Rauschzeit	www.rauschzeit.ch
Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html
Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	www.alcocheck.ch
Sucht Schweiz	www.addictionsuisse.ch/fr/aide-et-conseil/
Maman boit	www.mamanboit.ch
Papa boit	www.papaboit.ch
Stop-alcool	www.stop-alcool.ch/fr/
Alcoquizz	www.alcoquizz.ch
Fair drink	www.fair-drink.ch/Page2.html

Tabelle 1: Resultat der Internetrecherche (ISGF 2013) (Zugriffe Website 03.2014)

⁶ Für weitere Informationen zur Konzipierung, zur Durchführung und zu den Resultaten der Online-Befragung vgl. Maier/Schaub 2013, Kapitel 4.

2.5 Vervollständigung der Datenlage

Für die vorliegende Machbarkeitsstudie interessierte sich Infodrog für die Daten der Online-Befragung von Anbietern von Selbsttests sowie von Selbsthilfetools mit integriertem Selbsttest im Bereich Alkohol. Das ISGF stellte Infodrog freundlicherweise die Resultate der Online-Befragung dieser Anbieter zur Verfügung. Nach der ersten Sichtung der Resultate wurde festgestellt, dass einige wichtige Anbieter von Selbsttests im Alkoholbereich nicht erfasst worden waren oder die Online-Befragung nicht ausgefüllt hatten. Sie wurden daher im Oktober 2013 durch Infodrog kontaktiert und gebeten, die Online-Befragung noch auszufüllen.

Für die Online-Befragung waren von den Anbietern von Online-Alkohol-Selbsttests auch Fragen zu beantworten, welche für die Fragestellung der Machbarkeitsstudie nur eine geringe Relevanz hatten. Auch mussten die ersten Fragen – aufgrund eingebauter Filter in der Umfrage – entsprechend beantwortet werden, damit die spezifischen Fragen zu den Online-Alkohol-Selbsttests in der Befragung überhaupt auftauchten. Für diejenigen Personen, welche die Umfrage nachträglich ausfüllen, wurde somit eine kurze Anleitung mit Hinweisen erstellt, welche das Ausfüllen erleichtern sollte.

Aufgrund dieser Kontaktaufnahme haben weitere Anbieter die Online-Befragung ausgefüllt, sodass für die Auswertung der Fragen zu den Online-Alkohol-Selbsttests insgesamt 15 Datensätze verwendet werden konnten. Die Tabelle 2 gibt einen Überblick über die erfassten und ausgewerteten Angebote:

Webadresse	Institution / Anbieter	Angebot
www.alcorisk.ch	Blaues Kreuz	Selbsthilfetool
www.feel-ok.ch	RADIX	Selbsttest/ Selbsthilfetool ⁷
www.kopfhoch.ch	IOGT	Selbsttest
www.stop-alcool.ch	Institut de Médecine Sociale et Préventive / HUG	Selbsthilfetool ⁸
www.alcooquizz.ch	Centre hospitalier universitaire vaudois CHUV, Service alcoologie et unité d'évaluation des soins, IUMSP	Selbsttest
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Aargauische Stiftung Suchthilfe ags	Selbsttest
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Basel-Stadt/ Gesundheitsdepartement	Selbsttest
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Berner Gesundheit	Selbsttest

⁷ Persönliche Kommunikation: Jugendlichen, die häufig und regelmässig Alkohol konsumieren, werden andere Inhalte der Webplattform zur Bearbeitung empfohlen als Jugendlichen, die nur ab und zu Alkohol trinken. Somit ist die Beschriftung Selbsttest sehr reduktiv. Besser wäre die Beschriftung „Selbsthilfetool“.

⁸ Die Website www.stop-alcool.ch bietet selbst kein Tool wie z.B. ein Trinktagebuch oder ein Programm zur Konsumreduktion; es wird jedoch auf das App Stop-alcool für iPhones hingewiesen, welches u.a. ein Konsumtagebuch anbietet.

www.alcotool.ch	Berner Gesundheit	Selbsthilfetool
www.mydrinkcontrol.ch	Berner Gesundheit	Selbsthilfetool
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Stiftung Suchthilfe St. Gallen	Selbsttest
www.checken.ch	Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich	Selbsthilfetool
www.weniger-trinken.ch	Forel-Klinik	Selbsthilfetool
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich	Selbsttest
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch	Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	Selbsttest

Tabelle 2: Übersicht über die in die Auswertung einbezogenen Angebote (Zugriffe Website 03.2014)

Trotz dieser nochmaligen Kontaktaufnahme konnten in der vorliegenden Machbarkeitsstudie nicht alle Angebote in die Auswertung einbezogen werden. Beispielsweise fehlen www.rauschzeit.ch, der Selbsttest von Sucht Wallis sowie allfällige weitere uns (noch) nicht bekannte Angebote.⁹ Die beiden erwähnten Angebote sind jedoch zumindest beschrieben, vgl. Tabelle 3.

Berücksichtigt sind Angebote von Selbsttests, die ausgefüllt werden können, um eine Rückmeldung zum eigenen Alkoholkonsum zu erhalten. Einige dieser Angebote gehen über eine Selbsttestung hinaus und bieten zusätzliche Funktionen, wie z.B. das Führen eines Alkoholtagebuchs oder ein Programm zur Unterstützung bei einer Konsumreduktion (=Selbsthilfetool).

Nicht berücksichtigt sind Selbsttests, die nicht den eigenen Alkoholkonsum im Fokus haben; insbesondere Tests für Angehörige (z.B. Al-Anon: [Zwanzig Fragen für Angehörige](#); Berner Gesundheit: [Test für Angehörige](#): Bin ich in den Alkoholkonsum meiner Partnerin oder meines Partners verstrickt?).

2.6 Auswertung und Validierung der Ergebnisse

Die Auswertung der vorhandenen Datensätze erfolgte im November 2013 durch Infodrog und wurde durch eigene Internetrecherchen vertieft. Dies beinhaltete u.a. das Ausfüllen der vorhandenen Online-Alkohol-Selbsttests und das Vergleichen der erhaltenen Rückmeldungen sowie die Suche nach Angaben zu „Standardgetränk“ und „Rauschtrinken/binge drinking“. Die Ergebnisse aus der Online-Befragung und der Internetrecherche werden in Tabellen dargestellt, die im Bericht erläutert werden. Die Anbieter der Selbsttests und Selbsthilfetools wurden in einem weiteren Schritt gebeten, eine erste Darstellung der Resultate inkl. der Tabellen zu überprüfen und allenfalls fehlende Angaben zu ergänzen. Eine Mehrheit der Anbieter machte von dieser Möglichkeit Gebrauch.

⁹ www.rauschzeit.ch wurde aufgrund Zeit- und Ressourcenmangel nicht erneut kontaktiert; auf den Alkohol-Selbsttest von Sucht Wallis ist Infodrog erst im November 2013 aufmerksam geworden. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass weitere relevante Angebote aufgrund von Unkenntnis nicht berücksichtigt wurden.

3 Ergebnisse

3.1 Überblick eSelbsthilfeangebote in der Schweiz

Die ISGF-Untersuchung hat gezeigt, dass sich der grösste Teil der erfassten eSelbsthilfeangebote an Konsumierende von Alkohol richten (Maier/Schaub 2013: 35). Um einen Überblick über diese Online-Angebote inkl. Selbsttests und Selbsthilfetools im Bereich Alkohol in der Schweiz zu erhalten, wurde ausgehend von der Internetrecherche des ISGF (vgl. Tabelle 1) eine Übersicht erstellt, die Auskunft gibt über die Zielgruppe hinsichtlich des Alters, ob neben Alkohol auch noch Angebote zu anderen Substanzen bestehen und welches die konkreten Angebote sind. Zudem enthält die Übersicht auch einige Angaben zum Alkohol-Selbsttest, sofern ein solcher angeboten wird. Grundlage für die Tabelle 3 bildeten die Resultate der Internetrecherche des ISGF (Maier/Schaub 2013, vgl. Anhang A, B und C, S. 53ff). Die Angaben wurden mit den Antworten aus der Online-Befragung ergänzt und durch weitere Internetrecherchen von Infodrog vervollständigt.¹⁰

Angebot / Anbieter	Webadresse	Zielgruppe	Substanzen / Konsum	Beratungsform / Angebote d=deutsch f=französisch i=italienisch
AA	www.anonyme-alkoholiker.ch/forum	Alle Alkoholiker	Alkohol	d 24h-Hotline AA 0848 848 885 Forum Auf der Website ist eine Rubrik „Für Jugendliche; Trinkst du zu viel?“ ersichtlich; beim Draufklicken wird auf www.alcotool.ch verlinkt Auf der französischen/italienischen Website http://www.aasri.org befinden sich Informationen
Aargauische Stiftung Suchthilfe ags	www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Personen im Kanton Aargau	Alle Substanzen	d E-Mailberatung 1. Alkohol-Test 2. Test für Angehörige von Menschen mit Alkoholproblemen 3. Test Mitbetroffenheit / Co-Abhängigkeit 4. Medikamenten-Test 5. Tabak-Test 6. Glücksspielsucht-Test 7. Internetsucht-Test 8. Arbeitssucht-Test 9. Selbsttest Kaufsucht 10. Selbsttest Sexsucht Der Alkohol-Test besteht aus 22 Fragen, die mit ja oder nein beantwortet werden müssen; die Rückmeldung ergibt entweder einen unproblematischen oder einen problematischen Konsum

¹⁰ Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass weitere relevante Angebote aufgrund von Unkenntnis nicht berücksichtigt wurden, vgl. Fussnote 9.

AL-ANON	www.al-anon.ch	Angehörige	Alle Substanzen	<p>d</p> <p>Online-Meeting 24h-Hotline: 0848 848 843</p> <p>Kein Selbsttest</p> <p>Zwanzig Fragen, um zu entscheiden, ob Al-Anon geeignet ist</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 20 Fragen für Angehörige ▪ 20 Fragen für erwachsene Kinder aus alkoholkranken Familien <p>Hinweise zu Alateen für junge Menschen (keine eigene Website)</p>
Alcotool	www.alcotool.ch/	Jugendliche (v.a. 16 -22 Jährige)	Alkohol	<p>d/f</p> <p>Angebot der Berner Gesundheit; in Kooperation mit Contact-Netz und den Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich</p> <p>Selbsttest zum eigenen Alkoholkonsum mit 19 Fragen, personalisiertes Feedback, elektronisches Konsumtagebuch; für die Nutzung des Konsumtagebuchs ist eine Registrierung erforderlich</p> <p>Auch als Web-Applikation, resp. in einer für Smartphones optimierten Version</p>
Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich	www.checken.ch/	Alle	Alkohol-, Tabak- oder Cannabiskonsum	<p>d</p> <p>Selbsttests zum eigenen Alkohol-, Tabak- oder Cannabiskonsum</p> <p>Der Alkohol-Test besteht aus 5 Fragen (inkl. positive und negative Effekte des Konsums). Die Auswertung gibt u.a. einen Vergleich mit der Alters- und Geschlechtsgruppe</p> <p>Checken.ch ist eine Kooperation zwischen der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich und okay Zürich und wurde unterstützt von Migros Kulturprozent.</p>
feel-ok	www.feel-ok.ch/alkohol-check	Jugendliche	Tabak, Alkohol, Cannabis, Essstörungen	<p>d</p> <p>Selbsttests, Quiz, interaktive Spiele, stufenspezifische Inhalte</p> <p>Der Alkohol-Check-Test besteht aus 6 Fragen, die sehr allgemein gehalten sind; die Rückmeldung erfolgt in Abhängigkeit von der erzielten Punktzahl (max. 18 Punkte)</p> <p>Der Test orientiert die Jugendlichen, welche Inhalte von feel-ok.ch für sie sinnvoll und aufgrund ihrer aktuellen Situation relevant sind. Jugendlichen, die häufig und regelmässig Alkohol konsumieren, werden andere Inhalte der Webplattform zur Bearbeitung empfohlen als Jugendlichen, die nur ab und zu Alkohol trinken.</p>

Forel-Klinik	www.weniger-trinken.ch	Alle	Alkohol	d Das sechswöchige Selbsthilfe-Programm bietet Personen, die ihren Alkoholkonsum längerfristig reduzieren wollen, Unterstützung in ihrem Vorhaben. Der Test ist nur mit Log-in resp. Registrierung zugänglich
Kopf-Hoch	kopfhoch.ch/ http://kopfhoch.ch/tes-te-dich/suchverhalten/	Kinder 7-12; Jugendliche ab 12	Alle Substanzen	d/i/albanisch Website für Kinder (7-12) und für Jugendliche (ab 12) Jugendliche: Test & Spiel Der Test zum Suchverhalten beinhaltet 7 Fragen nach dem Alkohol- und Drogenkonsum
Mydrink-control	www.mydrinkcontrol.ch	Alle	Alkohol	Für Erwachsene; d/f/e ; Angebot der Berner Gesundheit; in Kooperation mit den Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich Selbsttest und Trinktagebuch; der Selbsttest ist ohne Registrierung zugänglich
Stiftung Suchthilfe St. Gallen	www.stiftung-suchthilfe.ch	hauptsächlich Jugendliche	Alle Substanzen	d Selbsttest, der verschiedene Substanzen abfragt; nebst drei Fragen zum Konsum (Substanzen, Häufigkeit, Motivation) werden auch Fragen zum persönlichen Befinden, zur Familie, zur Schule/Arbeit und zu Freunden/Freizeit gestellt
Tschau.ch, E-Beratung und Jugendinformation	www.tschau.ch	Jugendliche (13 – 20 J.)	alle Substanzen	d MSN Chat: Montag 16.00 – 18.30 Uhr Dienstag 20.00 – 22.00 Uhr Mittwoch 13.30 – 16.00 Uhr E-Beratung: Antwort innerhalb von 3 Tagen via Mail Eher wenige Fragen zum Thema Sucht
Ciao	www.ciao.ch	Jugendliche	Alle Substanzen	f Fragen/Antworten, u.a. zu Suchtthemen
Mama trinkt	www.mamatrinkt.ch www.mamanboit.ch	8 – 12 und 13 – 20 J.	Alkohol	d/f Angebot von Sucht Schweiz; betreutes Forum
Papa trinkt	www.papatrinkt.ch www.papaboit.ch	8 – 12 und 13 – 20 J.	Alkohol	d/f Angebot von Sucht Schweiz; betreutes Forum

Blaues Kreuz	www.alcorisk.ch/deutsch	Alle	Alkohol	d/f: 24h-Online-Beratung, Forum mit beantworteten Fragen d: Selbsthilfeprogramm Der Selbsttest (deutsch) ist im Selbsthilfeprogramm integriert; hierzu ist eine Registrierung nötig. Der Test beinhaltet Fragen nach der Konsummenge, nach den Vor- und Nachteilen des Konsums sowie der Konsumreduktion und nach möglichen Zielen; der Test ist nur beim erstmaligen Zugang zum Programm ersichtlich
Rauschzeit	www.rauschzeit.ch/default.aspx?navid=4&siteid=9	Jugendliche und junge Erwachsene im Kanton Aargau	Alle Substanzen	d Angebot der Aargauischen Stiftung Suchthilfe ags: E-Mailberatung, Konsumcheck (Alkohol, Drogen, Cannabis, Internet). Der Alkohol-Check hat 14 Fragen; die Fragen orientieren sich am AUDIT
Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html	Personen ab 18 Jahren	Alkohol	d Der Selbsttest beinhaltet 10 Fragen (AUDIT)
Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme	www.alcocheck.ch/	Jugendliche	Alkohol	d AlcoCheck ist ein Informationsangebot der ZFA für Jugendliche und junge Erwachsene Beim Klick auf „Test“ wird man auf den Selbsttest der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich weitergeleitet
Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich	www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest/alkohol	Alle	Alle Substanzen	d Die Website bietet Selbsttests zu Alkohol, Cannabis, Medikamenten, Tabak und Online-Konsum. Der Alkohol-Selbsttest basiert auf dem AUDIT
Basel-Stadt, Gesundheitsdepartement, Abteilung Sucht	www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkoholtest.htm	Alle	Alle Substanzen	d Die Website bietet eigene Selbsttests zu Alkohol, Tabak, Medikamente, Internet-/Spielsucht und Glücksspielsucht. Der Alkohol-Selbsttest basiert auf dem AUDIT
Berner Gesundheit	www.bg-alkoholselfst-test.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Alle	Alle Substanzen	d/f Die Website bietet eigene Selbsttests zu Alkohol, für Angehörige (Alkohol, nur deutsch) und Glücksspiel Der Alkohol-Selbsttest basiert auf dem AUDIT

Sucht Schweiz	www.addictionsuisse.ch/fr/aide-et-conseil/ http://www.suchtschweiz.ch/rat-und-hilfe/	Alle	Alle Substanzen	d/f Online-Beratung (per Internet, per E-Mail)
Stop-alcool	www.stop-alcool.ch/fr/	Alle	Alkohol	f Angebot von Institut de Médecine Sociale et Préventive de l'Université de Genève, en collaboration avec des partenaires tels que le service d'Addictologie des Hôpitaux Universitaires de Genève et Addiction Suisse Forum, Erfahrungsberichte, Selbsttests und Coach ¹¹ Es stehen drei Selbsttests zur Verfügung: AUDIT, CAGE und ASSIST App Stop-alcool für iPhone
Alcoquizz	www.alcoquizz.ch	Alle	Alkohol	f Angebot des Centre hospitalier vaudois CHUV, service d'alcoologie et unité d'évaluation des soins, IUMSP Der Alkohol-Selbsttest basiert auf dem AUDIT und beinhaltet mehrere Zusatzfragen App alcoquizz für iPhone
Fair drink	www.fair-drink.ch/Page2.html	Personen ab 18 Jahren	Alkohol/ Strassenverkehr	i Promillerechner
Definiertes Trinken	www.definiertestrinke.ch	All	Alkohol	d/f Dieses „Selbstanwendungs-Programm“ besteht aus 10 pdf-Dokumenten, die Interessierte bei der Konsumreduktion unterstützen
AlcoChoix+	www.alcochoix.ch	Alle	Alkohol	f Diese Website bietet ein Programm zum kontrollierten Trinken mit integriertem Trinktagebuch; eine Registrierung ist erforderlich
Clinique La Metairie	www.lametairie.ch/questionnaires/dependances/test-alcool/	Alle	Alkohol	f Der Selbsttest mit 23 Fragen richtet sich eher an Personen mit einer Alkoholabhängigkeit
Sucht Wallis	www.sucht-wallis.ch/?page=Test-alcool	Alle	Alkohol	f/d Die Website enthält Selbsttests für Alkohol, Cannabis, Drogen/Medikamente, Glücksspiel, Internet, Computerspiele Der Alkoholselbsttest basiert auf dem AUDIT

Tabelle 3: Online-Angebote im Bereich Alkohol, CH (Zugriffe Website 03.2014)

¹¹ Persönliche Kommunikation: Le coach s'inspire d'une intervention brève (évaluation de la consommation, des motivations de consommation et questions liées au changement)

Es fällt auf, dass es ausser einem Promillerechner keine italienischsprachigen Angebote gibt. In der Deutschschweiz gibt es eine Vielzahl interaktiver Angebote für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Weiter fällt auf, dass mehrere Websites einen Selbsttest basierend auf dem AUDIT anbieten. Bei einigen Selbsttests wurden die AUDIT-Fragen durch zusätzliche Fragen ergänzt.

3.2 Zielgruppen der eSelbsthilfeangebote

In der Tabelle 4 wird ersichtlich, in welchen Sprachen die Online-Alkohol-Selbsttests (inkl. Tools) angeboten, welche Alterskategorien angesprochen und welche geografischen Regionen abgedeckt werden.

Die Online-Alkohol-Selbsttests (inkl. Tools) werden überwiegend, insgesamt von zwölf Anbietern in deutscher Sprache angeboten (80%), fünf (=33.3%) in französischer Sprache. Einige der Selbsttests werden in mehreren Sprachen angeboten.

Drei Anbieter (20%) möchten mit ihrem Angebot alle Alterskategorien abdecken. Am häufigsten richten sich die Angebote explizit an die Gruppe der 18-25 Jährigen (66.7%). Gleichermassen häufig richten sich die Angebote an die 13-17 Jährigen und an die 26-60 Jährigen (46.7%).

Eine Mehrzahl der Anbieter (8, =53.3%) äussert, dass sich ihr Angebot an die ganze Schweiz und ans Ausland richtet. Vier Angebote beschränken sich auf die Schweiz (26.7%) und drei weitere Angebote (20%) sind für den eigenen Kanton gedacht.

Insgesamt sind sechs Angebote (40%) an Personen über 60 Jahre gerichtet. Vgl. zur Differenzierung von Selbsttests nach Alter Kap. 4.1.3.

(N=15)	Der Selbsttest ist verfügbar in den Sprachen:	Angesprochene Alterskategorien	Geografische Verbreitung
www.alcorisk.ch	Deutsch	Alle Altersgruppen	CH + Ausland
www.feel-ok.ch	Deutsch	13-17 J	CH
www.kopfhoch.ch	Deutsch, italienisch	8-12/ 13-17/ 18-25 J	CH + Ausland
www.stop-alcool.ch	Französisch	13-17/ 18-25/ 26-60/ 61+ J	CH + Ausland
www.alcooquizz.ch	Französisch	Alle Altersgruppen	CH (pour feedback normatif) + Ausland
www.suchthilfe-ag.s.ch/default.aspx?navid=26	Deutsch	Alle Altersgruppen	Kanton Aargau
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Deutsch	18-25/ 26-60/ 61+ J	CH
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Deutsch, französisch	18-25/ 26-60/ 61+ J	CH + Ausland
www.alcotool.ch/	Deutsch, französisch	13-17/ 18-25 J	CH + Ausland
www.mydrinkcontrol.ch/	Deutsch, französisch, englisch	26-60/ 61+ J	CH + Ausland

www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Deutsch	13-17/ 18-25 J	Kanton St. Gallen
www.checken.ch/	Deutsch	13-17/ 18-25 J	CH + Ausland
www.weniger-trinken.ch	Deutsch	18-25/ 26-60/ 61+ J	CH + Ausland
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Deutsch	13-17/ 18-25/ 26-60/ 61+ J	Kanton Zürich
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Deutsch	18-25/ 26-60 J	CH

Tabelle 4: eSelbsthilfeangebote nach Sprache, Alterskategorie und geografische Abdeckung

3.3 Konzeptuelle Grundlagen der eSelbsthilfeangebote

Tabelle 5 gibt die Antworten zu folgenden Fragen wieder: Auf welchen konzeptuellen Grundlagen basiert der Selbsttest? Wann und durch wen wurde der Selbsttest erarbeitet? Wurde der verwendete Test validiert? Wie und durch wen?

Insgesamt zeigt sich, dass ein grosser Teil der Selbsttests (9, =60%) mehr oder weniger auf dem AUDIT basiert; entweder wird eine Version des AUDIT verwendet (40%) oder der AUDIT wurde mit Zusatzfragen ergänzt (20%). stop-alcool.ch stellt nebst dem AUDIT auch den CAGE-Fragebogen auf der Website zur Verfügung. Weitere Selbsttests basieren auf bereits erarbeiteten oder anderswo verwendeten konzeptuellen Grundlagen. Z.B. beruht alcorisk.ch auf einem in Holland durch das Jellinek-Institut erarbeiteten Selbsthilfeprogramm. Oder der Selbsttest wurde selbst erarbeitet, wie z.B. checken.ch.

Die verwendeten Selbsttests sind in der Mehrheit nicht durch eigene Studien validiert worden. Zudem wird beim AUDIT in der Regel davon ausgegangen, dass dieser validiert ist. Es zeigt sich, dass in der Romandie eher eigene Studien zur Beurteilung der Güte der Fragebogen resp. Programme durchgeführt wurden und werden; dies hängt vermutlich damit zusammen, dass die beiden französischsprachigen Angebote innerhalb von universitären Einrichtungen entwickelt wurden (CHUV/IUMSP; IMSP/HUG). In der Deutschschweiz herrscht in der Regel ein eher pragmatischer Ansatz vor, da die Suchthilfeeinrichtungen oftmals weniger mit dem universitären Bereich vernetzt sind.

(N=15)	Grundlage des Selbsttests und Erarbeitung	Validierung – ja/nein – durch wen
www.alcorisk.ch	Jellinek-Institut Holland	Ja
www.feel-ok.ch	Sucht Schweiz, 2005	Nein
www.kopfhoch.ch	Der Test wurde durch suchtknacker.ch erstellt und von uns leicht angepasst	Nein

www.stop-alcool.ch	AUDIT, ASSIST, CAGE, DMQ-R sf, SOCRATES, balance motivationnelle ; Mise en ligne en 2010, par un partenariat entre l'IMSP et le service d'addictologie des Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG).	Ja les tests utilisés sont validés à l'exception de la balance motivationnelle. Une étude sur l'outil global est envisagée. ¹²
www.alcooquizz.ch	AUDIT plus Zusatzfragen; réalisé en collaboration entre le service d'alcoolologie et l'unité d'évaluation des soins, IUMSP. Collaboration avec J Cunningham, CAMH, Toronto	Ja utilisation d'instruments validés (AUDIT), modèle basé sur interventions efficaces, mais pas de test en français ou en population suisse (en cours) Tests qualitatifs conduits avant la mise en ligne pour ergonomie et compréhension (participants tests filmés, entretiens d'évaluation) ¹³
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Max-Planck-Institut für Psychiatrie, München	Nein
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	AUDIT; Im Jahr 2010 auf neue Homepage aufgenommen	Ja, Audit wurde als bereits validiertes Instrument übernommen
www.bg-alkoholselfsttest.ch/selfsttest/de/audit.aspx	AUDIT; 1 zu 1 übernommen	Nein
www.alcotool.ch/	AUDIT plus Zusatzfragen, 2007 durch Berner Gesundheit (Maya Mezzera) und Sucht Schweiz (Gerhard Gmel)	Nein
www.mydrinkcontrol.ch /	AUDIT plus Zusatzfragen, 2010-2011 durch Berner Gesundheit (Maya Mezzera und Fachmitarbeiter Beratung)	Nein
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selfsttest/	Suchtfachstelle St. Gallen in Zusammenarbeit mit der Web-Agentur und weiteren Fachleuten	Nein
www.checken.ch/	Konsummenge, Konsumhäufigkeit, Motive 2012, selbst erarbeitet	Nein
www.weniger-trinken.ch	AUDIT plus Zusatzfragen Erarbeitet durch Forel Klinik, 2011	Ja, WHO
www.suchtpraevention-zh.ch/selfsttest	AUDIT leicht adaptiert	Nein
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	AUDIT alcocheck.ch verlinkt auf den Selbsttest der Stellen für Suchtprävention des Kantons Zürich, siehe dort	Nein

Tabelle 5: konzeptuelle Grundlagen und Validierung der eSelbsthilfeangebote

¹² Eigene Übersetzung; die verwendeten Tests sind validiert mit der Ausnahme der motivationalen Entscheidungshilfe; eine Auswertung des Tools an sich ist vorgesehen.

¹³ Eigene Übersetzung; Verwendung validierter Instrumente (AUDIT); Modell basiert auf wirksamen Interventionen; keine Testung auf französisch oder bei Schweizer Bevölkerung (läuft); qualitative Testung vor der Online-Schaltung auf Praktikabilität und Verständlichkeit (Videoaufzeichnung von Personen, die den Test benutzen; qualitative Interviews).

Von Bedeutung ist ausserdem, welche Begriffe in den Selbsttests verwendet werden und wie diese definiert sind. In der Online-Befragung wurde die Frage nach der Definition von „Standardgetränk“, „Binge drinking“ oder Rauschtrinken sowie „chronischer Konsum“ gestellt und es wurde gefragt, welche weiteren Begrifflichkeiten verwendet werden und wie diese definiert sind. Da bei einer allfälligen Standardisierung möglichst einheitliche Definitionen von zentraler Bedeutung sind, wurden die in der Online-Befragung gemachten Angaben bei den Standardgetränken und bei binge drinking/Rauschtrinken durch eigene Internetrecherche vervollständigt.

3.3.1 Der Begriff „Standardgetränk“

„Ein „Standardgetränk“ misst die Menge des reinen Alkohols in Gramm, die konsumiert wird (und nicht die Menge der Flüssigkeit, die man trinkt). Die Festsetzung der Alkoholmenge für ein „Standardgetränk“ variiert von Land zu Land (von 8g in Grossbritannien bis 20g in Japan).¹⁴ In der Schweiz wird dem Standardgetränk in der Regel 10g, 10-12g oder 12g reiner Alkohol zugrunde gelegt. Die Tabelle 6 gibt die Angaben der Online-Befragung ergänzt durch eigene Internetrecherchen wieder.

(N=16)	Standardgetränk
www.alcorisk.ch	Ein Glas Bier, Wein oder Schnaps enthält ungefähr 12,5 ml Alkohol. Kurzum, die Dose in unserem Beispiel entspricht 1,5 Gläsern, 2 Dosen entsprechen 3 Gläsern. Quelle: alcorisk.ch; 12,5 ml = 10g
www.feel-ok.ch	Es wird keine Frage nach der Trinkmenge gestellt; es wird lediglich gefragt „Hast du schon Alkohol getrunken?“ Quelle: www.feel-ok.ch/alkohol-check
www.kopfhoch.ch	Es wird keine Frage nach der Trinkmenge gestellt, nur nach der Häufigkeit Quelle: kopfhoch.ch/teste-dich/suchtverhalten/
www.stop-alcool.ch	Un verre standard (comme au bistro) = 10 grammes d'alcool pur Quelle: http://www.stop-dependance.ch/alcool/AUDIT/ (Standardgetränk = 10g)
www.alcooquizz.ch	oui, 10g
www.suchthilfe-ag.ch/default.aspx?navid=26	Es wird keine Frage nach der Trinkmenge gestellt
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	„Ein alkoholhaltiges Getränk ist z.B. ein kleines Glas oder eine Flasche Bier, ein kleines Glas Wein oder Sekt, ein einfacher Schnaps oder ein Glas Likör“ Quelle: www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm Weitere Angaben zu „Standardgetränk“ finden sich unter „ Faustregeln für einen risikoreichen Konsum “. Dort wird weiter präzisiert: „Als Standardglas ist diejenige Menge gemeint, die üblicherweise in einem Restaurant ausgeschenkt wird: 3 dl Bier, 1 dl Wein, 0,2 dl Spirituosen“; legt man die Angaben unter „ Was ist Alkohol “ zugrunde (Bier ca. 4.8%Vol., Wein/Sekt ca. 11%Vol., Spirituosen ca. 33%Vol.) ergeben sich reine Alkoholmengen pro Standardgetränk von 11,52g (Bier), 8,8g (Wein/Sekt) und 5,28g (Spirituosen).

¹⁴ Vgl. www.praxis-suchtmmedizin.ch, Die Berechnung der reinen Alkoholmenge eines Getränkes erfolgt, indem man die Flüssigkeitsmenge des Getränkes (in ml) mit dem im Getränk enthaltenen Alkoholanteil (% Vol.) multipliziert und durch 100 teilt (= Alkoholmenge in ml). Zur Berechnung der Alkoholmenge in Gramm wird der Wert in ml mit dem Faktor 0,8 multipliziert (10ml Alkohol entsprechen 8g).

www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	12 g; 3 dl Bier oder 1,2 dl Wein oder ein doppelter Schnaps (4 cl)
www.alcotool.ch/	10 g; mit Beispielen: 2,5 dl Bier, 1 dl Wein, 3 cl Spirituosen
www.mydrinkcontrol.ch	12 g, z.B. 3 dl Bier, 1,2 dl Wein, 4 cl Spirituosen
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Es wird keine Frage nach der Trinkmenge gestellt, nur nach der Häufigkeit Quelle: www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/
www.checken.ch/	ja, Standardgetränke definiert und dargestellt „Alle diese Mengen (Standarddrinks) enthalten in etwa dieselbe Menge an reinem Alkohol (12 Gramm)“ Quelle: www.checken.ch
www.weniger-trinken.ch	Standard-Getränk, 12g
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	„Standarddrinks (= eine Stange, ein Glas Wein, ein Longdrink)“ Quelle: www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest/alkohol/
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	„Ein Standarddrink entspricht einer Stange Bier (3dl), einem Glas Wein (1dl) oder einem Gläschen Schnaps (4cl)“; diese Information wird zum Beginn des Tests gegeben Quelle: www.zfa.ch/alkoholtest/ Standarddrinks: 1 Stange (30cl) resp. 1 Flasche (33cl) Bier oder Alcopop; 1 Glas (10cl) Rot- oder Weisswein resp. Prosecco; 1 Glas (4cl) Spirituosen; 1 Mixgetränk mit 4cl Spirituose (z.B. Vodka-Orange) Quelle: www.alcocheck.ch/wie-viel-ist-ok/
www.suchtwallis.ch/?page=Test-alcool	„Ein Standardglas Alkohol enthält 10 Gramm reinen Alkohol und entspricht somit 2,5 dl Bier, 1 dl Wein oder Champagner, 0,6 dl Aperitif oder 0,3 dl starkem Alkohol“ Quelle: www.suchtwallis.ch/?page=Test-alcool

Tabelle 6: Begriff „Standardgetränk“ (Zugriffe Website 03.2014)

Die Übersicht zeigt, dass ein Standardgetränk sehr häufig unter Angabe von Beispielen erläutert wird. Die dabei zugrunde gelegte reine Alkoholmenge variiert in der Regel von 10 bis 12g; dies wird zum Teil angegeben, zum Teil fehlt dieser Hinweis. Eine einheitliche Definition liegt nicht vor. Interessant ist dabei, dass die Berner Gesundheit bei alcotool.ch die Alkoholmenge beim Standardgetränk bei 10g und bei mydrinkcontrol.ch bei 12g festlegt.

3.3.2 „binge drinking“ oder „Rauschtrinken“

Die Begriffe „binge drinking“ oder „Rauschtrinken“ werden in den Online-Alkohol-Tests nicht verwendet. Sie stehen für den Konsum einer grossen Menge Alkohol in einem kurzen Zeitraum. Dabei sind auch hier die Alkoholmenge und der Zeitraum nicht einheitlich festgelegt. In den Alkohol-Selbsttests wird in der Regel dennoch nach dem exzessiven Konsum gefragt. Im AUDIT wird die dritte Frage nach der Alkoholmenge bei einer Gelegenheit gestellt. Die Tabelle 7 – als Ergebnis der Online-Befragung plus eigener Recherche – zeigt, dass bei dieser Frage dem binge drinking unterschiedliche Alkoholmengen zugrunde gelegt werden.

(N=16)	Binge drinking/ Rauschtrinken
www.alcorisk.ch	-
www.feel-ok.ch	„Wie häufig bist du betrunken?“ Quelle: www.feel-ok.ch/alkohol-check
www.kopfhoch.ch	-
www.stop-alcool.ch	„Au cours d'une même occasion, combien de fois vous arrive-t-il de boire six verres standard ou plus ?“ Quelle : http://www.stop-dependance.ch/alcool/AUDIT/
www.alcooquizz.ch	5+ (hommes) 4+ (femmes) „L'année dernière combien de fois vous est-il arrivé de boire 5 unités (hommes) / 4 (femmes) ou plus en une seule occasion ?“ Quelle: www.alcooquizz.ch/
www.suchthilfe-ag.ch/default.aspx?navid=26	-
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	„Wie oft trinken Sie 6 oder mehr Gläser Alkohol bei einer Gelegenheit?“ Quelle: www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	„Wie oft trinken Sie 6 oder mehr Drinks zu einem Zeitpunkt?“ Quelle: www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx
www.alcotool.ch/	in Auswertung: Rauschtrinken = wenn Männer >5Drinks (Frauen >4Drinks) innerhalb von wenigen Stunden trinken
www.mydrinkcontrol.ch/	Wie oft trinken Sie 4 (Frauen) /5 (Männer) oder mehr Standarddrinks (=ungefähr 12g) innerhalb von 2 Stunden?
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	-
www.checken.ch/	-
www.weniger-trinken.ch	-
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	„6 oder mehr Drinks konsumiere ich...“ Quelle: www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest/alkohol/
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	„Wie oft trinken Sie sechs oder mehr Standarddrinks bei einer Gelegenheit?“ Quelle: www.zfa.ch/alkoholtest/
www.suchtwallis.ch/?page=Test-alcool	„Wie oft trinken Sie sechs oder mehr alkoholische Getränke zu einem besonderen Anlass?“ Quelle: www.suchtwallis.ch/?page=Test-alcool

Tabelle 7: Begriff „Rauschtrinken/binge drinking“ (Zugriffe Websites 03.2014)

Es zeigt sich, dass Rauschtrinken bei knapp der Hälfte der Selbsttests (=6) bei sechs und mehr Standardgetränken bei einer Gelegenheit festgelegt ist. Bei einigen Test erfolgt eine Differenzierung nach Geschlecht: 5 und mehr Standardgetränke bei Männern und 4 und mehr bei Frauen. Bei einem Test wird der Zeitraum explizit auf 2 Stunden eingeschränkt. Da auch hier eine unterschiedliche Alkoholmenge pro Standardgetränk definiert ist, können sich schliesslich erhebliche Unterschiede bei der insgesamt pro Gelegenheit konsumierten Alkoholmenge ergeben. Dies wird auch deutlich, wenn die Angaben von Wicki/Gmel (2005: 5) herangezogen werden: „Rauschtrinken wird in der Regel über die Anzahl von Gläsern oder Drinks definiert, die bei einer einzigen Gelegenheit getrunken werden. Meistens wird die Grenze von 5 Gläsern oder mehr (etwa 60 Gramm reiner Alkohol) bei Männern als Kriterium angegeben. Für Frauen gelten geringere Grenzwerte; gebräuchlich sind hier 4 Gläser oder

mehr während einer Gelegenheit (etwa 48 Gramm reiner Alkohol). In manchen Studien wurden auch höhere Grenzwerte, wie 8 Gläser und mehr oder gar 12 Gläser und mehr zur Definition von Rauschtrinken eingesetzt.“ Bei diesem Forschungsbericht wird von 12g reiner Alkoholmenge pro Getränk bei fünf Standardgetränken ausgegangen, was eine Alkoholmenge von 60g ergibt. Wird die Anzahl der Standardgetränke auf sechs festgelegt, ergibt sich eine Alkoholmenge von 72g (z.B. Selbsttest der Berner Gesundheit), wird von 10g bei 5 Standardgetränken ausgegangen, ergibt sich eine Alkoholmenge von 50g (z.B. alcoquizz.ch). Bei einigen Selbsttests ist das Standardgetränk bei 10g festgelegt und die Anzahl der Standardgetränke à 10g bei sechs, was ebenfalls eine Alkoholmenge von 60g ergibt (z.B. stop-alcool.ch).

3.3.3 Weitere Begrifflichkeiten

Der chronische Konsum wird bei alooquizz.ch nach der wöchentlich konsumierten Alkoholmenge definiert. Ein chronischer Konsum liegt demnach vor, wenn der Konsum, differenziert nach Alter und Geschlecht, folgende Mengen übersteigt: „14 unités par semaine pour hommes de moins de 65; 7 unités pour femmes (tous âges) et hommes de 65 ans et plus“¹⁵

Weitere Begrifflichkeiten, die verwendet werden, sind „Risikoreicher Konsum“, „Gesundheitsschädigender Konsum“ sowie „Mögliche Abhängigkeit“ (weniger-trinken.ch). Bei stop-alcool.ch wird zudem darauf hingewiesen, dass die Begrifflichkeiten auf der Website thematisiert werden:

„Nous parlons de toutes ces notions dans l'application iPhone. Sur le site, certaines pages sont dédiées à ces notions mais les auto-évaluations en ligne portent d'avantages sur des principes de l'entretien motivationnel : bilan sur les conséquences positives ou négatives de la consommation, sur la dangerosité de la consommation, sur les motifs de consommation, sur l'attitude vis-à-vis d'un changement (stade motivationnel; importance du changement; confiance en sa capacité de changer; imminence du changement)“¹⁶

3.4 Soziodemografische Daten, Registrierung und Datenschutz

Es kann vermutet werden, dass ein Selbsttest umso eher ausgefüllt wird, je niederschwelliger er ist. Respektive ist ein Test wohl dann niederschwellig, wenn möglichst wenige persönliche Daten eingegeben werden müssen und wenn keine Registrierung erforderlich ist. Gleichzeitig können soziodemografische Daten hilfreich sein, um Auswertungen vorzunehmen, die ihrerseits dazu dienen könnten, die Qualität des Selbsttests zu verbessern. Insbesondere kann die Abfrage des Geschlechts sowie des Alters eine differenziertere Rückmeldung ermöglichen. Tabelle 8 macht Angaben zu den soziodemographischen Daten, zur Registrierung und zu den Vorkehrungen, um die Anonymität und den Datenschutz zu wahren.

¹⁵ Eigene Übersetzung: 14 Einheiten (=Standardgetränke) pro Woche für Männer bis 65; 7 Einheiten pro Woche für Frauen und Männer von 65 Jahren und älter.

¹⁶ Eigene Übersetzung: Die Begriffe werden im App für iPhones erläutert. Auf der Website widmen sich verschiedene Unterseiten den Konsumformen, die Selbsttests berücksichtigen vor allem die Prinzipien der Motivierenden Gesprächsführung; Bilanz über die positiven und negativen Konsequenzen des Konsums; Risiken des Konsums; Konsummotive; Haltung gegenüber einer Veränderung (Phasen/Veränderungsmotivation; Wichtigkeit einer Veränderung; Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, etwas zu verändern/Selbstwirksamkeit; unmittelbares Bevorstehen einer Veränderung)

Die meisten Selbsttests erfordern zwingend minimale Angaben zur Person; 73,3% der Selbsttests erfordern die Angabe des Geschlechts und 53,3% die Angabe des Alters. Weitere soziodemographische Daten werden in der Regel eher bei Selbsthilfeprogrammen eingefordert (z.B. weniger-trinken.ch erfordert die Eingabe von Bildungsstatus und beruflicher Tätigkeit. Bei drei Selbsttests (20%) wird der Wohnsitz erfragt. Zum Teil wird auch nach dem Gewicht gefragt; dies wurde jedoch im Rahmen der Online-Befragung nicht erhoben.

Eine Registrierung ist in der Regel bei der Nutzung des Selbsthilfetools erforderlich. Dies erlaubt den NutzerInnen auf einmal eingegebene Daten wieder zugreifen zu können. Idealerweise sollte der Selbsttest ohne Registrierung zugänglich sein, und erst die Nutzung des Tools eine Registrierung erfordern. Dies ist z.B. bei checken.ch sowie bei mydrinkcontrol.ch der Fall. Zwei Angebote erfordern eine Registrierung für die Nutzung des Selbsttests, da dieser im Selbsthilfeprogramm integriert ist (weniger-trinken.ch; alcorisk.ch). Bei zwei weiteren Angeboten wird nach einem Pseudonym (al-cotool.ch) bzw. nach einer E-Mail-Adresse (stop-alcool.ch) gefragt, um den Selbsttest ausfüllen zu können resp. um die Rückmeldung zu erhalten. In der Regel ist jedoch der Selbsttest durch wenige Klicks auf der Website ohne Angabe von Pseudonym, Benutzername oder E-Mail zugänglich.

Vorkehrungen zum Datenschutz sind vor allem dann notwendig, wenn persönliche Daten erfragt werden und wenn die Daten in irgend einer Form ausgewertet werden.

(N=15)	Erhobene soziodemografische Daten	Registrierung erforderlich?	Vorkehrungen bezüglich Anonymität und Datenschutz
www.alcorisk.ch	Geschlecht, Alter, Bildungsstatus	Pseudonym	Login
www.feel-ok.ch	Geschlecht	Nein	Der Test ist anonym
www.kopfhoch.ch	Wohnsitz	Nein	keine Angaben zur Person hinterlegt, es wird keine Frage zur Person gestellt.
www.stop-alcool.ch	Geschlecht, Alter	E-Mail	Les données sont anonymisées. L'e-mail est récolté pour permettre un renvoi de message automatique (invitation à repasser le test après un temps donné). Mais ni l'email, ni le pseudonyme n'est rapproché des données sociodémographiques dans une base de données. ¹⁷
www.alcooquizz.ch	Geschlecht, Alter	Nein	aucune donnée personnelle enregistrée (pas d'enregistrement de la date de naissance, seulement âge), pas de cookie ¹⁸
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Geschlecht	Nein	keine Registrierung oder Auswertung; keine soziodemographische Daten
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Es werden keine soziodemographische Daten erhoben	Nein	wird anonym ausgefüllt

¹⁷ Eigene Übersetzung: Die Angaben werden anonymisiert. Eine E-Mail-Adresse ist erforderlich, um eine automatisch generierte Nachricht zu senden (Aufforderung, den Test nach einer bestimmten Zeit zu wiederholen). E-Mail-Adresse/Pseudonym werden nicht in der gleichen Datenbank wie Geschlecht/Alter gespeichert, sodass keine Rückschlüsse möglich sind.

¹⁸ Eigene Übersetzung: Die eingegeben Daten werden nicht gespeichert, keine Cookies.

www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Es werden keine soziodemographische Daten erhoben	Nein	
www.alcotool.ch/	Geschlecht, Alter, Wohnsitz	Nein	Hinweis am Ende des Tests, dass Daten nur in anonymisierter Form für Auswertung verwendet werden. Klick auf "Weiter" = Einverständnis dazu.
www.mydrinkcontrol.ch/	Geschlecht, Alter, Bildungsstatus, Wohnsitz	Nein	Hinweis am Ende des Tests, dass Daten nur in anonymisierter Form für Auswertung verwendet werden. Klick auf "Weiter" = Einverständnis dazu.
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Es werden keine soziodemographische Daten erhoben	Nein	Es werden keine persönlichen Daten erfasst
www.checken.ch/	Geschlecht, Alter	Nein	Registrierung ist erst für das Logbuch nötig, damit mehrfach im selben Profil Einträge möglich sind. Die persönlichen Daten werden aber nicht zusammen mit den Registrierungsdaten abgelegt und es ist ein Pseudonym möglich.
www.weniger-trinken.ch	Geschlecht, Alter, Bildungsstatus, Berufliche Tätigkeit	Nein	Ja, gemäss Gesetz
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Geschlecht, Alter	Nein	Der Test ist anonym
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Geschlecht alcocheck.ch verlinkt auf den Selbsttest der Stellen für Suchtprävention des Kantons Zürich, siehe dort	Nein	anonym

Tabelle 8: Erhebung soziodemographischer Daten und Registrierung

3.5 Rückmeldung zum Selbsttest

Nach dem Beantworten der Fragen des Selbsttests erhält der Nutzer oder die Nutzerin eine unmittelbare Rückmeldung, ein sogenanntes individualisiertes computergestütztes Feedback. Die Rückmeldung erfolgt in Abhängigkeit der beantworteten Fragen zum Suchtverhalten und ist in der Regel eine Einschätzung, ob ein unproblematisches oder ein problematisches Konsumverhalten besteht. Teilweise werden auch Informationen gegeben, wie der Konsum im Vergleich mit Personen des gleichen Geschlechts und der gleichen Altersgruppe ist (z.B. checken.ch; alcoquizz.ch). Zum Teil werden die Resultate auch verdeutlicht, z.B. indem angegeben wird, wieviel Geld für die konsumierte Alkoholmenge ausgegeben wird oder welches der Gegenwert in Kilokalorien ist (z.B. alcotool.ch). Häufig wird die Rückmeldung mit generellen Informationen zum Alkoholkonsum ergänzt, die direkt einsehbar oder per Link zugänglich sind. Zudem wird auf Hilfsangebote resp. auf die Möglichkeit eines Gesprächs bei der Fachstelle hingewiesen. Bei alcorisk.ch gibt es eine Grafik, welche den bei der Anmel-

dung eingetragenen Wochenkonsum (differenziert nach Wochentag) dem derzeitigen Konsum gegenüberstellt.

Beim AUDIT werden pro Frage 0 bis 4 Punkte vergeben; das Punkteminimum ist 0 und das –maximum 40. In der Regel wird von einem problematischen Konsum ab 8 Punkten bei Männern resp. ab 5 Punkten bei Frauen ausgegangen. Die im Rahmen der Online-Befragung erhobenen Daten geben nur vereinzelt Auskunft darüber, ab welcher Punktzahl ein problematischer Konsum resp. eine Abhängigkeit vorliegt. Entweder wurde die Frage schwer verständlich gestellt, oder die Befragten konnten diese Frage aus verschiedenen Gründen nicht beantworten. Zudem basieren nicht alle Selbsttests auf dem AUDIT und die Rückmeldung erfolgt eventuell nicht in Abhängigkeit einer erzielten Punktzahl. Hinzu kommt, dass bei einigen Selbsttests der AUDIT um weitere Fragen ergänzt wurde, sodass die Bewertung neu vorgenommen werden muss. Tabelle 9 fasst die Antworten zu dieser Frage zusammen.

(N=15)	Schwellenwerte bei der Auswertung
www.alcorisk.ch	
www.feel-ok.ch	
www.kopfhoch.ch	
www.stop-alcool.ch	Les concepts ne sont pas utilisés en tant que tels mais différents messages sont donnés en fonction des score ASSIST. colonne "consommation d'alcool à faible risque" : score ASSIST de 0 à 10, messages de vigilance et d'information colonne "consommation d'alcool à risque" : score ASSIST de 11 à 26, recommandations et conseils colonne "dépendance" : score ASSIST à partir de 26, recommandations de s'adresser à un professionnel ¹⁹
www.alcooquizz.ch	
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Bei Auditwerten von 0-7 wird ein geringes Risiko attestiert; bei 8-19 Punkten wird von einem gefährlichen bzw. schädlichen Alkoholkonsum ausgegangen und bei 20 Punkten und mehr wird eine Alkoholabhängigkeit vermutet; die Rückmeldungen im Detail: „Wert 0-7: Das Testergebnis deutet darauf hin, dass Sie ein geringes Risiko haben, ein Alkoholproblem zu bekommen. Wert 8 – 19 (für Männer) Das Testergebnis deutet darauf hin, dass Sie Alkohol in einer Menge konsumieren, die als gefährlich bzw. schädlich bezeichnet werden kann. Dies kann zu folgenden Problemen führen: Gesundheitliche Schwierigkeiten, Auseinandersetzungen und Streit in der Familie oder mit Freunden, Probleme bei der Arbeit. Möglicherweise liegt bereits eine Alkoholabhängigkeit vor. Vielleicht haben Sie erste Probleme festgestellt. Es ist sehr ratsam, wenn Sie sich Ihrem Hausarzt anvertrauen oder sich an eine Beratungsstelle wenden – Entscheiden Sie sich selber, was Sie bevorzugen. Der erste Schritt ist der schwerste und vielleicht ist es ihnen auch unangenehm – das ist ganz normal. Der erste Schritt ist aber auch der Wichtigste, denn je früher Sie etwas unternehmen, desto besser können Sie verhindern, dass sich grössere Probleme entwickeln. Wert ≥ 20: Das Testergebnis deutet darauf hin, dass bei Ihnen sehr wahrscheinlich eine Alkoholabhängigkeit vorliegt. Es ist dringend zu empfehlen, dass Sie sich an eine Fachperson wenden, um das Vorliegen einer Alkoholabhängigkeit sicher zu diagnostizieren und entsprechend behandeln zu lassen.“ ²⁰

¹⁹ Eigene Übersetzung: Die Rückmeldung erfolgt anhand des erzielten Score beim ASSIST: 0-10 geringes Risiko: Information und Hinweis, mit dem Konsum wachsam zu bleiben; 11-26 riskanter Konsum: Empfehlungen und Unterstützungshinweise; 26 und mehr, Abhängigkeit: Empfehlung, sich an eine Fachperson zu wenden.

²⁰ Die Angaben wurden per E-Mail zugestellt.

www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	< 8 Punkte: risikoarmer Konsum (kein Unterschied ob Mann oder Frau) 8 – 15 Punkte: riskanter Konsum 16-19 Punkte: hohes Risiko für Gesundheit > 20 Punkte: ernsthafte Gefahr für Gesundheit
www.alcotool.ch/	Verschiedene Antwortmöglichkeiten auf Fragen zu Konsumhäufigkeit, zu Häufigkeit Binge, zu Maximalkonsum, zu Konsum letzte Woche, zu möglichen Folgen des Alkoholkonsums und zu Audit Scores.
www.mydrinkcontrol.ch/	Auditscores: 0-7: unproblematischer Umgang, 8-15: riskanter Alkoholkonsum, 16-19: schädlicher Alkoholkonsum, >20: schädlicher Alkoholkonsum, möglicherweise Abhängigkeit
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	
www.checken.ch/	Es ist eine Rückmeldung, die nicht wertend ist und lediglich dem Konsumenten eine Reflektion ermöglicht (Menge, Promillewerte, Abbauzeiten, allgemeine Risiken, Kosten etc. Es erfolgt keine Zuordnung zu einem Konsummuster.
www.weniger-trinken.ch	gemäss WHO-Richtlinien
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Frauen: unter 9: risikoarm; 9-13: riskant; über 13: problematisch Männer: unter 11: risikoarm, 11-15; riskant; über 15: problematisch
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Frauen: 0-5 Punkte; Männer: 0-8 Punkte Ihr Alkoholkonsum bewegt sich in einem gesunden Bereich – es besteht kein Grund zur Beunruhigung. Frauen: 5-14 Punkte; Männer: 8-14 Punkte Ihr Alkoholkonsum bewegt sich in einem kritischen Bereich und stellt ein Risiko für Ihre Gesundheit dar Frauen & Männer: 15-20 Punkte Ihr Alkoholkonsum ist in einem risikoreichen Bereich und gefährdet Ihre Gesundheit Frauen & Männer: 21-40 Punkte Ihr Alkoholkonsum stellt eine ernsthafte Gefahr für Ihre Gesundheit dar. alcocheck.ch verlinkt auf den Selbsttest der Stellen für Suchtprävention des Kantons Zürich, siehe dort

Tabelle 9: Schwellenwerte bei der Auswertung der Online-Alkohol-Selbsttests

Werden die AUDIT-basierten Selbsttests näher betrachtet, fällt auf, dass die im Rahmen der Online-Befragung erhobenen Daten keine eindeutige Übersicht ergeben, ab welcher Punktzahl der Alkoholkonsum als problematisch eingeschätzt wird. Dieser Eindruck erhärtet sich, wenn bei den verschiedenen Selbsttests die Fragen gleich beantwortet und die anschliessenden Rückmeldungen verglichen werden. Teilweise wird die erreichte Punktzahl bei der Auswertung angegeben (z.B. die Selbsttests von Sucht Wallis und der Berner Gesundheit). Exemplarisch werden zwei Rückmeldungen gezeigt, die eine unterschiedliche Einschätzung desselben Konsums geben:

www.zfa.ch/alkoholtest/

ZFA Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme

Home Über uns Kontakt Spenden Downloads Media Links Suchen

**BERATUNG MIT ENGAGEMENT UND ERFAHUNG
VON MENSCH ZU MENSCH.**

ZFA - Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme - Alkoholtest

AUSWERTUNG IHRES TESTS:

Ihr Alkoholkonsum bewegt sich in einem kritischen Bereich und stellt ein Risiko für Ihre Gesundheit dar - es wäre sinnvoll, Ihre Trinkgewohnheit zu verändern. Gerne besprechen wir mit Ihnen im Rahmen eines kostenlosen [Beratungsgesprächs](#) wie Sie Ihren Alkoholkonsum reduzieren können.

**FÜR BETROFFENE
FÜR ANGEHÖRIGE
FÜR KINDER
FÜR JUGENDLICHE
FÜR ARBEITGEBENDE
FÜR FACHPERSONEN
FÜR ÄRZTE**

Abbildung 1: Resultat Auswertung Selbsttest der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme zfa (Zugriff 12.2013)

www.bg-alkoholselfsttest.ch/selbsttest/de/audit.aspx

Gemeinsam für mehr Gesundheit

Über uns Unsere Angebote Agenda Mediendaten Shop Kontakt DE FF

Startseite > Alkohol > Beratung und Therapie > Test: Trinke ich zu viel?

suchen Jugendliche Familien Schulen Betriebe Gemeinden Heime Medizin

Alkohol

Einleitung
Beratung und Therapie
Kontrolliertes Trinken
Tipps für den Umgang mit Alkohol
Ambulanter Alkoholentzug
Disulfiram (Antabus®)
Test: Trinke ich zu viel?
Test für Angehörige

Ihre Auswertung

Sie haben 6 Punkte erreicht.

Ihre Punktzahl liegt unterhalb der kritischen Grenze von 8 Punkten. Dieses Ergebnis bedeutet, dass Ihr Trinkverhalten risikoarm ist.

Hier finden Sie einige Informationen darüber, wie Sie Ihren Alkoholkonsum auch langfristig risikoarm halten können.

Abbildung 2: Resultat Auswertung Selbsttest der Berner Gesundheit (Zugriff 12.2013)

Bei beiden Tests ergibt sich bei der Beantwortung der AUDIT-Fragen ein Score von sechs Punkten. Beim Test der Berner Gesundheit wird dieses Trinkverhalten als risikoarm eingestuft. Beim Test der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme ZFA befindet sich der Alkoholkonsum mit Berücksichtigung des Geschlechts in einem kritischen Bereich, weil bei Frauen gemäss AUDIT-Score von fünf und mehr ein problematischer Konsum vorliegt.

Bei den Rückmeldungen werden ebenfalls verschiedene Begrifflichkeiten verwendet. In der Online-Befragung wurden die Anbieter der Selbsttests danach gefragt, welche Begriffe sie in den Rückmeldungen gebrauchen und wie diese definiert sind. Tabelle 10 gibt eine Übersicht über diese Angaben.

(N=15)	Risikoarmer Konsum	Riskanter Konsum	Abhängigkeit
www.alcorisk.ch			
www.feel-ok.ch			
www.kopfhoch.ch		Ja (Begriff wird verwendet)	
www.stop-alcool.ch			
www.alcooquizz.ch		4+ F/ 5+ H par occasion >14/7 par semaine (H - 65/H 65+ et femmes) liste des conséquences rapportées par l'utilisateur ²¹	pas utilisé en tant que tel. Alerte en fonction du score AUDIT ²²
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26			
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm			
www.bg-alkohol-selbsttest.ch/selbsttest/de/audit.aspx			
www.alcotool.ch/			
www.mydrinkcontrol.ch/	unbedenklicher Alkoholkonsum: Frauen 1 Drink pro Tag, Männer 2. Mind. 2 alkoholfreie Tage pro Woche. Bei Schwangerschaft aber Null Konsum		Hinweis auf mögliche Abhängigkeit bei einem Auditscore von mehr als 20
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/			
www.checken.ch/			
www.weniger-trinken.ch		AUDIT-Score: M: 8-15, F: 6-15	beide Geschlechter: > 20
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	„Sie haben keine Probleme im Umgang mit Alkohol“/ Unter 18: „Du hast keine Probleme im Umgang mit Alkohol“	„Sie trinken mit grosser Wahrscheinlichkeit mehr als für Ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden gut ist“/ Unter 18: „Du trinkst mehr als für deine Gesundheit und dein Wohlbefinden gut ist“	„Sie trinken zu viel“/ Unter 18: Du trinkst zu viel“

²¹ Eigene Übersetzung: Riskanter Konsum liegt vor, wenn Frauen 4 und mehr und Männer 5 und mehr Standardgetränke pro Gelegenheit konsumieren, respektive, wenn Männer bis 65 mehr als 14 Standardgetränke pro Woche und wenn Frauen und Männer über 65 mehr als 7 Standardgetränke pro Woche konsumieren.

²² Eigene Übersetzung: Der Begriff „Abhängigkeit“ wird als solcher nicht verwendet; Warnhinweise in Abhängigkeit des erzielten AUDIT-Score.

www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Frauen: 0-5 Punkte Männer: 0-8 Punkte Alkoholkonsum in einem gesunden Bereich Frauen: 5-14 Punkte Männer: 8-14 Punkte Alkoholkonsum bewegt sich in einem kritischen Bereich	Frauen und Männer: 15-20 Punkte Alkoholkonsum ist in einem risikoreichen Bereich und gefährdet Ihre Gesundheit	Frauen und Männer: 21-40 Punkte Alkoholkonsum stellt eine ernsthafte Gefahr für Ihre Gesundheit dar
--	--	---	--

Tabelle 10: in der Auswertung verwendete Begrifflichkeiten

Bei den Rückmeldungen wird zudem beim Alkohol-Selbsttest der ags sowie bei alcotool.ch der Begriff des „problematischen Konsums“ verwendet. Die Forel Klinik spricht bei weniger-trinken.ch bei einem AUDIT-Score von 16-19 von einem gesundheitsschädigenden Konsum. Bei kopfhoch.ch werden die Begriffe „Missbrauch“ und „Gewohnheit“ benutzt. Bei stop-alcohol.ch werden folgende Begrifflichkeiten verwendet: „Nous parlons de risques 'faibles, modérés et élevés' liés à la consommation d'alcool. Les questions de dépendance, d'addiction, de consommation chronique ou de consommation à risque sont abordées sous cet angle.“²³ Beim Test des Gesundheitsdepartements Basel-Stadt werden in den Rückmeldungen in Abhängigkeit der erzielten Punkte die Begrifflichkeiten „geringes Risiko“, „Konsum von Alkohol in einer Mengen, die als gefährlich bzw. schädlich bezeichnet werden kann“ sowie „Alkoholabhängigkeit“ verwendet (vgl. Tabelle 9).

Bei dieser Darstellung wird deutlich, dass das Trinkverhalten mit verschiedenen Begrifflichkeiten erläutert wird: risikoarmer, moderater, unbedenklicher Alkoholkonsum, tiefes/geringes Risiko, risikoarmes Trinkverhalten, verantwortungsbewusster Umgang mit Alkohol - problematischer, riskanter oder risikoreicher Alkoholkonsum, Risiko-/Problemkonsum, mittleres Risiko - gesundheitsschädigender Konsum, Missbrauch, erhöhtes Risiko - Abhängigkeit. Die Vielfalt der in den Selbsttests resp. in den Rückmeldungen verwendeten Begriffe findet sich auch in den Diskursen der im Alkoholbereich tätigen Akteure und zeigt auf, dass sich in der Praxis bis anhin keine bestimmten Begrifflichkeiten durchgesetzt haben.

3.6 Nutzung und Erwartungen an das eSelbsthilfeangebot

In der Online-Befragung des ISGF wurden die Anbieter der eSelbsthilfeangebote nach der Anzahl BesucherInnen gefragt, die mit dem Angebot durchschnittlich erreicht werden. Tabelle 11 zeigt differenziert nach Sprachregion die Nutzung des Angebotes. Die Angebote der Berner Gesundheit sind dabei der deutschsprachigen Schweiz zugeordnet, auch wenn ihre Angebote auch in französischer Sprache verfügbar sind.

²³ Eigene Übersetzung: Wir sprechen beim Alkoholkonsum von einem geringen, mittlerem und erhöhtem Risiko. Die Frage nach der Abhängigkeit, der Sucht, des chronischen und des riskanten Konsums werden aufgrund dieser Einteilung betrachtet.

Anzahl Nutzer	Anzahl Angebote	Sprachregion & Angebote			
		CH	Deutsch-CH	Frz.-CH	Ital.-CH
1 - 11 /Jahr	2		alcorisk.ch zfa.ch		
1 - 3/ Monat	0				
1 - 2 /Woche	1		suchtfachstelle-sg.ch		
3 - 4 / Woche	0				
5 - 10 /Woche	0				
11 - 20 /Woche	4		beges.ch weniger-trinken.ch sucht.bs.ch		
20+ / Woche	8		al-anon.ch alcotool.ch checken.ch feel-ok.ch kopf-hoch.ch mydrinkcontrol.ch suchtpreavention-zh.ch	alcooquizz.ch stop-alcool.ch	

Tabelle 11: Anzahl Nutzende der einzelnen webbasierten Selbsthilfeangebote unter Berücksichtigung der Sprachregion (N=15), ISGF 2013

Die Anbieter der Alkohol-Selbsttests und der Tools äusserten sich in der Regel zufrieden mit der Nutzung ihres Angebotes. Tabelle 12 erläutert somit wie die tatsächlichen Kontakte auch die Erwartungen widerspiegeln.

(N=15)	Entspricht die Nutzung des Alkohol-Online-Selbsttests den Erwartungen?
alcorisk.ch	keine aktuelle Auswertung
www.feel-ok.ch	Der Test wird monatlich rund 800 Mal genutzt, was sehr positiv ist.
kopfhoch.ch	ja, sehr niederschwellig
www.stop-alcool.ch	Il y a eu moins d'utilisation sur Internet qu'attendu. Par contre, l'application iPhone connaît plus de succès. ²⁴
www.alcooquizz.ch	oui, entre 1500 et 2000 visites par mois, développement d'une application smartphone apparentée ²⁵

²⁴ Eigene Übersetzung: Im Internet hat der Test weniger NutzerInnen als erwartet; hingegen ist das App für iPhone sehr erfolgreich.

²⁵ Eigene Übersetzung: ja, zwischen 1500 bis 2000 Besuche monatlich; Entwicklung eines ähnlichen Tests für ein App.

www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=69	keine Erwartungen
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Wir haben keine Zielgrösse definiert. Im November wurden 83 Zugriffe auf die Seite Alkohol-Test registriert (was jedoch keine Aussage über die tatsächliche Durchführung des Tests erlaubt).
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Keine Erwartungen
www.alcotool.ch/	Ja, bislang mehr als 10'000 zu Ende geführte Test.
www.mydrinkcontrol.ch/	Ja, wir haben zur Zeit > 30 Besuche der Website pro Tag
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Der Selbsttest entspricht insofern den Erwartungen, als das er eine Reflexion des eigenen Konsums ermöglicht und eine Einschätzung zur psycho-sozialen Situation gibt. Unser Test ist bewusst allgemein und kurz gehalten und dient nicht als Diagnose-Instrument, sondern als Reflexionsmöglichkeit für potentiell gefährdete sowie suchtbetroffene Personen.
www.checken.ch/	Ja, es ist hauptsächlich die anvisierte Zielgruppe die ihn nutzt und er wird bei rund 70% derjenigen die ihn starten auch vollständig ausgefüllt. Nein: das Logbuch, der Schritt danach wird nur sehr selten genutzt
www.weniger-trinken.ch	JA
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Ja, durchschnittlich rund 170 abgeschlossene Tests pro Woche
www.zfa.ch/fuer-betroffene/alkoholtest/ www.alcocheck.ch/	Rund 1500 Zugriffe pro Monat, was recht viel ist

Tabelle 12: Erwartungen an die eSelbsthilfeangebote

3.7 Statistische Auswertungen der eSelbsthilfeangebote

Die Anbieter der Alkohol-Selbsttests und Selbsthilfetools wurden gefragt, welche statistischen Auswertungen der im Rahmen der Selbsttests erhobenen Angaben sie vornehmen und wie häufig sie solche vornehmen. Zudem wurde gefragt, ob die durchgeführten Auswertungen kommuniziert werden und wenn ja, an wen und in welcher Form. Tabelle 13 bringt zum Ausdruck, dass nebst zwei Angeboten, wo die Angaben fehlen, zwei weitere Angebote keine Auswertungen vornehmen und die restlichen Anbieter (11, =73,3%) Auswertungen vornehmen. Fünf Anbieter beschränken sich auf die Erhebung der Nutzungszahlen und sechs nehmen weitere Auswertungen vor (z.B. Anzahl durchgeführte Tests, Anzahl Logbuchstarts etc.). Die Häufigkeit dieser Auswertungen ist dabei sehr unterschiedlich; von zweimonatlich bis alle zwei Jahre oder nur sporadisch resp. bei Bedarf. Die Auswertungsergebnisse dienen dabei dem internen Gebrauch, zur Publikation im Jahresbericht oder in Fachzeitschriften oder zur Berichterstattung gegenüber dem Geld- bzw. Auftraggeber.

(N=15)	Statistische Auswertungen	Häufigkeit	Kommunikation der Auswertungen
www.alcorisk.ch	keine aktuelle Auswertung	jährlich	an Geldgeber / Schlussbericht
www.feel-ok.ch	Häufigkeit der Nutzung	1 Mal pro Jahr	Per Jahresbericht
www.kopfhoch.ch	Google Analytics, Zugriffe und Verweildauer, Herkunft und weitere Seitenbenutzung	2x jährlich	Finanzgeber, Träger

www.stop-alcool.ch	Actuellement, nous n'évaluons que des statistiques d'utilisation (nombre de tests passés ou d'accès). Des analyses plus poussées sont à l'étude et nous réfléchissons à l'élaboration d'un protocole d'étude. ²⁶		Uniquement des chiffres sur la fréquentation du site ou le nombre d'utilisateurs des outils. ²⁷
www.alcoquizz.ch	nombre de visites, niveau de consommation rapporté, enquête satisfaction ²⁸	6 fois par an, évaluation du nombre de visites ²⁹	résultats de l'enquête de satisfaction publiés dans la revue médicale suisse ³⁰
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Anzahl	bei Bedarf	intern
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Das Angebot wird – ausser die Anzahl Zugriffe – nicht statistisch ausgewertet.		nein
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Anzahl Klicks auf Selbsttest	alle drei Monate	nein
www.alcotool.ch/	Auswertung der Datenbank. Beschreibende Statistik von ausgewählten Fragen und soziodemographischen Angaben	ca. alle zwei Jahre	an Auftraggeber(Kanton Bern), Medienmitteilungen, Fachartikel (z.B. SuchtMagazin im August 2013)
www.mydrinkcontrol.ch/	Auswertung der Datenbank. Beschreibende Statistik von ausgewählten Fragen und soziodemographischen Angaben	Jährlich	Ja, dem Auftraggeber, Medienmitteilung, Fachartikel
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Besucherzahlen	sporadisch	nein
www.checken.ch/	Anzahl Besucher/innen Anzahl gestartete und beendete Tests Anzahl Logbuchstarts/-einträge	alle 3-6 Monate	Als Halbjahresbilanz wurden sie auch per Medienmitteilung kommuniziert.
www.weniger-trinken.ch	Zugriffe, Anzahl Registrierungen, Audit-Werte, Konsumwerte etc.	halbjährlich	Intern, Fach-Veranstaltungen
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Auswertung der Datenbank und Google Analytics	bei Bedarf	intern
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Ja, via Webstatistik alcocheck: keine	monatlich	nein

Tabelle 13: statistische Auswertungen der eSelbsthilfeangebote

²⁶ Eigene Übersetzung: Aktuell wird nur die Benutzerstatistik ausgewertet (Anzahl ausgefüllte Tests, Zugriffe). Derzeit wird eine vertiefte Studie geprüft und über ein entsprechendes Studienprotokoll nachgedacht.

²⁷ Eigene Übersetzung: Kommuniziert werden nur die Nutzungszahlen der Website oder die Anzahl der ProgrammnutzerInnen.

²⁸ Eigene Übersetzung: Anzahl Besuche; Konsumniveaus (Konsummengen); Zufriedenheitserhebung

²⁹ Eigene Übersetzung: 6x jährlich die Anzahl Besuche

³⁰ Eigene Übersetzung: Resultate der Zufriedenheitserhebung in der Revue médical suisse publiziert.

3.8 Interesse und Bereitschaft zu einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests

Die Teilnehmenden der Online-Befragung wurden schliesslich zu Ihrem Interesse an einer Vereinheitlichung von Online-Alkohol-Selbsttests befragt.

Bei der Frage nach dem Interesse wurde nicht explizit definiert, was mit einer „Vereinheitlichung“ gemeint ist. Vielmehr sollte in Erfahrung gebracht werden, ob ein grundsätzliches Interesse an einem Prozess zur Standardisierung besteht. Das Ziel und das Ausmass einer solchen Standardisierung wären dann im Prozess in Zusammenarbeit mit den beteiligten Partnern resp. mit den Anbietern von eSelbsthilfeangeboten festzulegen.

Wie gross sind Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft zur Vereinheitlichung der Online-Alkohol-Selbsttests?

Skala von 1 (kein Interesse) bis 10 (grosses Interesse)

Skalawert	Häufigkeit	Prozent	Gültige %	Kumulierte %
1	1	6.7	7.1	7.1
3	1	6.7	7.1	14.3
5	2	13.3	14.3	28.6
7	6	40	42.9	71.4
8	1	6.7	7.1	78.6
9	2	13.3	14.3	92.9
10	1	6.7	7.1	100.0
Gesamt	14	93.3	100.0	
Fehlend System	1	6.7		
Gesamt	15	100.0		

Tabelle 14: Interesse zur Standardisierung, ISGF 2013

Die Anbieter konnten ihr Interesse auf einer Skala von 1 (kein Interesse) bis 10 (grosses Interesse) kundtun. Die Tabelle zeigt, dass 14 Anbieter diese Frage beantwortet haben. 10 Anbieter (66.6%) bewerteten ihr Interesse mit 7 Punkten und höher; 2 Anbieter bekundeten ein mittleres Interesse mit 5 Punkten und je ein Anbieter mit 1 oder 3 Punkten zeigten wenig Interesse. Anbieter, die ein geringes Interesse ausdrückten, nannten folgende Gründe:

„Der Test [bei feel-ok.ch] dient dazu, Jugendliche zu begleiten, die passenden Inhalte von feel-ok.ch zu bearbeiten. Im Rahmen einer Vereinheitlichung würde der Test diese Funktion verlieren.“

„checken.ch stellt wie eine weitere Kategorie dar, die wahrscheinlich nur schwer vereinheitlicht werden kann. Bei gewöhnlichen Selbsttests (AUDIT) macht eine Vereinheitlichung durchaus Sinn.“

„Weil es das Jellinek Tool bereits gibt, wir die Übersetzung finanziert haben und es nochmal viel Geld kosten wird ein eigenes aufzubauen.“

Da sich der Prozess einer allfälligen Standardisierung an den Bedürfnissen der einzelnen Anbieter orientieren soll, wurden sie auch gefragt unter welchen Voraussetzungen sie sich an einer Standardisierung beteiligen würden und welche Gründe allenfalls auch für ein heterogenes Angebot sprechen könnten. In Tabelle 15 sind die Antworten auf diese Fragen dargestellt.

(N=15)	Voraussetzungen für Vereinheitlichung	Vorteile eines heterogenen Angebotes
www.alcorisk.ch	Bei Möglichkeit dies kostenlos in unsere Website aufzunehmen.	
www.feel-ok.ch		Die Zielgruppe ist heterogen. Vielfalt ist per se nicht ein Problem.
www.kopfhoch.ch	technische Umsetzung ohne massive Kostenfolge	es sollte Angebote für alle Jugendlichen geben, auch solche, die noch nicht mit der Sprache der "Konsumentierenden" vertraut sind
www.stop-alcool.ch	Un marge de manœuvre doit pouvoir demeurer pour permettre l'exploration de nouveaux outils innovants. ³¹	
www.alcooquizz.ch	nécessité de garder une certaine diversité dans les modèles proposés. Par contre fort intérêt à une standardisation des définitions et niveaux de risque par exemple. Toutefois devrait prendre en compte le contexte international et la variabilité des standards entre pays ³²	permet de diversifier l'offre et de multiplier les possibilités de contact ³³
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	keine Kosten	
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Validierter Fragebogen mit guten Gütekriterien, geringer Aufwand und keine Kostenfolgen	
www.bg-alkohelbst-test.ch/selbsttest/de/audit.aspx	paralleler Weiterbestand der bestehenden Website, URL, Erscheinungsbild	zielgruppengerechte Angebote für verschiedene Zielgruppen und Unterzielgruppen. Mehr Auswahl, aber mit dem Nachteil möglicher Verwirrung, Widersprüche, unterschiedliche Empfehlungen, Feedbacks...
www.alcotool.ch/	paralleler Weiterbestand der bestehenden Website, URL, Erscheinungsbild	zielgruppengerechte Angebote für verschiedene Zielgruppen und Unterzielgruppen. Mehr Auswahl, aber mit dem Nachteil möglicher Verwirrung, Widersprüche, unterschiedliche Empfehlungen, Feedbacks...
www.mydrinkcontrol.ch/	paralleler Weiterbestand der bestehenden Website, URL, Erscheinungsbild	zielgruppengerechte Angebote für verschiedene Zielgruppen und Unterzielgruppen. Mehr Auswahl, aber mit dem Nachteil möglicher Verwirrung, Widersprüche, unterschiedliche Empfehlungen, Feedbacks...

³¹ Eigene Übersetzung: Es sollte ein Handlungsspielraum bestehen bleiben, um neue innovative Tools zu entwickeln und zu testen.

³² Eigene Übersetzung: Notwendigkeit, eine gewisse Diversität der Modelle zu behalten; hingegen grosses Interesse an einer Standardisierung der Definitionen und Risikoniveaus; dabei ist der internationale Kontext wie auch die Variabilität zwischen den Ländern zu berücksichtigen.

³³ Eigene Übersetzung: Heterogenität der Angebote erlaubt eine Diversifizierung der Angebote und erhöht die Kontaktmöglichkeiten.

www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	<ul style="list-style-type: none"> - Qualitätssteigerung gegenüber dem bisherigen Test - Anpassungsmöglichkeiten in Zusammenarbeit mit den Entwicklern - Implementierung ins eigene Layout 	<ul style="list-style-type: none"> - Höherer Qualitätsstandard - Weniger Aufwand auf Institutionsebene - Qualitätssicherung
www.checken.ch/		Erreichbarkeit von unterschiedlichen Konsumenten (werden verschieden angesprochen)
www.weniger-trinken.ch	Labeling Forel Klinik als schweizweit führendes Kompetenzzentrum für Behandlung von Alkohol-, Medikamenten- und Tabakabhängigkeit	gruppenspezifische Angebotsformen je nach Alter
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Der Test muss weiterhin in unserem Layout gleich wie die weiteren Selbsttests erscheinen und auf unserer Webseite eingebunden sein. Also keine Weiterleitung auf eine andere, zentrale Seite. Die Anspracheunterschiede Jugendliche/Erwachsene in der Auswertung müssen immer noch möglich sein. (Siezen, Duzen).	
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Geschlechts- und altersspezifische Differenzierung; Standarddrink-Definitionen müssen auch die heutigen Konsumgewohnheiten (z.B. Shots u.ä.) abbilden; Implementierung in eigener Website; im Rückmeldungstext sollen Links zu unseren Dienstleistungen möglich sein	Rückmeldungen zum Selbsttest sind zielgruppenspezifisch und mit Links zu eigenen Dienstleistungen versehen. Einheitliche Terminologie auf Website

Tabelle 15: Voraussetzungen zur Standardisierung und Vorteile der Heterogenität der eSelbsthilfeangebote

Die präsentierten Antworten geben wichtige Hinweise, welche bei einer Standardisierung zu berücksichtigen sind. Dabei kommt unter anderem zum Ausdruck, dass für verschiedene Zielgruppen (z.B. Geschlecht, Alter) unterschiedliche Angebote sinnvoll sind.

3.9 Interesse und Bereitschaft für eine zentralisierte Auswertung von erhobenen Daten

Das Zurverfügungstellen von wenigen standardisierten Selbsttests könnte den Vorteil bieten, dass eine Auswertung der im Test erhobenen Daten zentralisiert erfolgen könnte. Dies unter der Voraussetzung, dass überhaupt eine Auswertung der Daten erfolgen soll. Wie unter 3.7 ersichtlich ist, werden vor allem bei den Selbsthilfetools Auswertungen der eingegebenen Daten vorgenommen. Bei den Selbsttests werden in der Regel keine Auswertungen vorgenommen, z.B. um Aufschluss über das Trinkverhalten der Personen zu erhalten, welche den Test nutzen.

Das Interesse und die Bereitschaft an einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten konnte ebenfalls auf einer Skala von 1 (kein Interesse) bis 10 (grosses Interesse) bekundet werden. Ein Drittel der Anbieter (5, =33,3%) bewerteten ihr Interesse mit 8 Punkten. Bei den restlichen Anbietern ist das Interesse unterschiedlich; fast die Hälfte der Anbieter (46,7%) haben ein geringes Interesse (Skalawerte 1 bis 4) und drei Anbieter (50%) bekunden ein mittleres Interesse.

Wie gross sind Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft zu einer externen zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten?

Skala von 1 (kein Interesse) bis 10 (grosses Interesse)

Skalawert	Häufigkeit	Prozent	Gültige %	Kumulierte %
1	1	6.7	6.7	6.7
3	4	26.6	26.6	33.3
4	2	13.3	13.3	46.7
Gültig 5	2	13.3	13.3	60
6	1	6.7	6.7	66.7
8	5	33.3	33.3	100.0
Gesamt	15	100	100.0	
Fehlend System	0	0		
Gesamt	15	100.0		

Tabelle 16: Interesse zur zentralisierten Datenauswertung, ISGF 2013

Einige Anbieter äusserten sich bei der Frage nach den Gründen für ein fehlendes oder geringes Interesse, zum Teil ausführlich, zum Teil eher stichwortartig:

„In unserem Fall würde das wenig nutzen, weil nicht viele weitere solche Daten anfallen. Es könnte aber sehr interessant sein für Selbsttests, weil dann viel grössere Nutzerzahlen zusammenkommen und verlässlichere Aussagen über die Nutzenden möglich wären.“

„Was soll die Auswertung bezwecken? Erfolgen daraus Konsequenzen?“

„eigene, kompetente Forschungsabteilung Daten-Hoheit? Transparenz“

„technisch garantieren wir absolute Anonymität, die so schwierig zu behalten ist“

„Datenmissbrauch“

„Uns interessiert vor allem, wie viele Tests im Kanton abgeschlossen werden und von welcher Altersgruppe / Geschlecht. Die Resultate der Tests sind für uns nicht so wichtig; zudem stellt sich die Frage der Aussagekraft“

Die Antworten weisen auf wesentliche Aspekte einer Datenauswertung hin. Wenn Daten erhoben werden, welche Bedeutung hat dies für die Anonymität? Zu welchem Zweck werden sie erhoben? Wer hat welche Anrechte auf welche Daten? Und wie kann der Missbrauch von Daten verhindert werden? Solche Fragen müssten beim Weiterverfolgen dieser Idee im Detail geklärt werden.

Weitere Aspekte tauchen auch bei der Frage nach den Voraussetzungen für eine zentralisierte Auswertung auf. Die Antworten sind in Tabelle 17 zusammengefasst.

(N=15)	Voraussetzungen für eine zentralisierte Auswertung
www.alcorisk.ch	Etwas über "unsere Klientengruppe" und deren Motivation zu erfahren.
www.feel-ok.ch	
www.kopfhoch.ch	

www.stop-alcool.ch	
www.alcooquizz.ch	Le projet s'inscrit dans un programme de recherche universitaire et nous désirons pouvoir poursuivre la conduite de l'évaluation de notre outil ³⁴
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	Aus unserer Sicht ist eine zentralisierte Auswertung nicht aussagekräftig, da ein beliebiger Zugang auf die Website besteht, www.sucht.bs.ch sich an die breite Bevölkerung richtet und der daraus resultierende Nutzen oder Handlungsmaßnahmen vage sind. Bei einer solchen Auswertung sollten die Ziele und der Nutzen klar ersichtlich sein.
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Forschungsperspektive müsste früh einbezogen werden. Kantonsspezifische Auswertungen müssten möglich bleiben.
www.alcotool.ch/	Forschungsperspektive müsste früh einbezogen werden. Kantonsspezifische Auswertungen müssten möglich bleiben.
www.mydrinkcontrol.ch/	Forschungsperspektive müsste früh einbezogen werden. Kantonsspezifische Auswertungen müssten möglich bleiben.
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Einfacher Zugang
www.checken.ch/	
www.weniger-trinken.ch	Zugriff auf sämtliche Daten mit der Möglichkeit für eigene Auswertungen und Ableitung von Massnahmen
www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Für uns ist zentral, dass wir unsere Analysemöglichkeiten beibehalten können (Einbindung in eigene Webseite). Wenn der Aufwand nicht gross wird und der Datenschutz gewährleistet ist, können wir die Resultate „unserer“ Tests gerne auch zentral zur Verfügung stellen.
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Institutionsspezifische Auswertungen müssen möglich bleiben; eigene Auswertungsmöglichkeit wäre wünschenswert

Tabelle 17: Voraussetzung für eine zentralisierte Datenauswertung

Die Vorteile eine Datenauswertung wären gegen den Aufwand abzuwägen und die aufgeworfenen Fragen müssten beim Weiterverfolgen dieser Idee im Detail geklärt werden.

3.10 weiteres Vorgehen

Die Anbieter wurden schliesslich befragt, ob sie an einer Mitarbeit bei einer Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests interessiert wären, und wie diese Mitarbeit aussehen könnte

³⁴ Eigene Übersetzung: Das Programm resp. das Projekt läuft im Rahmen einer universitären Forschung und wir möchten eigene Evaluationen des Tools vornehmen können.

(N=15)	Interesse an Mitarbeit
www.alcorisk.ch	Bei uns gibt es kein Interesse, wenn mit einem neuen Tool unser bestehendes konkurrenziert werden sollte.
www.feel-ok.ch	
www.kopfhoch.ch	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung, Zustellung von konzeptuellen Grundlagen und/oder wissenschaftlicher Literatur zu Alkohol-Selbsttests zH der Projektleitung
www.stop-alcool.ch	Communication des informations sur le déroulement du projet, participation à des groupes de travail ³⁵
www.alcooquizz.ch	Intérêt à condition que les démarches de standardisation ne s'inscrivent pas uniquement dans une démarche se limitant à la Suisse. ³⁶
www.suchthilfe-ags.ch/default.aspx?navid=26	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests,
www.sucht.bs.ch/index/alkohol/alkohol-test.htm	
www.bg-alkoholselftest.ch/selbsttest/de/audit.aspx	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests, Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion von Möglichkeiten und Grenzen einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten
www.alcotool.ch/	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests, Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion von Möglichkeiten und Grenzen einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten, Zustellung von konzeptuellen Grundlagen und/oder wissenschaftlicher Literatur zu Alkohol-Selbsttests zH der Projektleitung
www.mydrinkcontrol.ch/	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests, Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion von Möglichkeiten und Grenzen einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten, Zustellung von konzeptuellen Grundlagen und/oder wissenschaftlicher Literatur zu Alkohol-Selbsttests zH der Projektleitung
www.suchtfachstelle-sg.ch/suchtmittel/selbsttest/	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf
www.checken.ch/	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf
www.weniger-trinken.ch	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests, Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion von Möglichkeiten und Grenzen einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten, Zustellung von konzeptuellen Grundlagen und/oder wissenschaftlicher Literatur zu Alkohol-Selbsttests zH der Projektleitung

³⁵ Eigene Übersetzung; Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Interesse an Mitarbeit in Arbeitsgruppen.

³⁶ Eigene Übersetzung; Interesse an Mitarbeit sofern der Prozess einer Standardisierung sich nicht auf die Perspektive Schweiz beschränkt.

www.suchtpraevention-zh.ch/selbsttest	Die Fachstelle ZüFAM ist sehr an der Mitarbeit interessiert.
www.zfa.ch/index.php/alkoholtest.html www.alcocheck.ch/	Zustellung von Informationen über den Projektverlauf, Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests

Tabelle 18: Interesse an Mitarbeit bei einer Standardisierung

4 Diskussion der Ergebnisse

4.1 Das eSelbsthilfeangebot im Bereich Alkohol – Optimierungspotenzial

Die Befragung der eSelbsthilfeangebote macht deutlich, dass verschiedene Zielgruppen identifiziert werden können und dass unterschiedliche Angebote einzelne Gruppen gezielter ansprechen können. Eine Differenzierung der Angebote nach Alter, nach Geschlecht und allenfalls nach Herkunft (z.B. Migrationshintergrund) wäre zu prüfen unter dem Aspekt, ob so eine grössere Anzahl von Personen erreicht werden können. Die Beurteilung der Angebotssituation erfolgt vor dem Hintergrund einer solchen möglichen Differenzierung.

4.1.1 Jugendliche und junge Erwachsene

In der deutschsprachigen Schweiz gibt es mehrere Angebote an Selbsttests und Selbsthilfetools, die hauptsächlich Jugendliche und/oder junge Erwachsene ansprechen. Etwa die Hälfte dieser Angebote fokussiert auf das Suchtverhalten generell, das heisst sie beinhalten nebst Fragen zum Alkoholkonsum auch Fragen zum Konsum von Tabak, Cannabis oder weiteren Substanzen sowie zum Mischkonsum (checken.ch, kopfhoch.ch, Selbsttest der Stiftung Suchthilfe St. Gallen). Die übrigen Angebote beschränken sich auf den Alkoholkonsum (rauschzeit.ch, alcotool.ch, alcocheck.ch). Der Test der Stellen für Suchtprävention Kanton Zürich richtet sich grundsätzlich an alle Alterskategorien und „die Fragen sind so formuliert, dass sich Jugendliche und Erwachsene angesprochen fühlen: „Es sind immer ‚Ich-Aussagen‘, so vermeiden wir die Duzen/Siezen- Ansprache. In der Antwort werden jene, die als Alter ‚unter 18‘ angeben, geduzt und die Antworten sind auf Jugendliche zugeschnitten.“³⁷

In der Romandie gibt es als Angebote ciao.ch, alcoquizz.ch sowie die französische Version von alcotool.ch. Das erste Angebot (ciao.ch) richtet sich vor allem an Jugendliche. Es beinhaltet keinen Test zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums, enthält jedoch drei Quiz zum Thema Alkohol. Das Angebot des CHUV (alcoquizz.ch) richtet sich mit seinem Design insbesondere an Jugendliche und junge Erwachsene. Insgesamt fällt auf, dass wenige Suchthilfeinstitutionen auf alcoquizz.ch verlinken. Häufiger wird auf ciao.ch verlinkt.³⁸ Über die Nutzung von alcotool.ch gibt der im SuchtMagazin 4|2013 erschienene Artikel „Online-Selbsthilfe bei riskantem Alkoholkonsum für junge Leute“ Aufschluss. Im Zeitraum von Februar 2011 bis Mai 2013 wurde der bei alcotool.ch verfügbare Selbsttest in französischer Sprache von 12,5% (559, n=4470) der BenutzerInnen vollständig ausgefüllt (Mezzer/Haug 2013: 49).³⁹

Für die italienischsprachige Schweiz konnten keine spezifischen eSelbsthilfeangebote (Selbsttests und Selbsthilfetools) für Jugendliche gefunden werden.

³⁷ Persönliche Kommunikation

³⁸ Eigene Recherche 15.11.2013; ca. die Hälfte der in der Infodrog Datenbank (suchtindex.ch) verzeichneten Institutionen in der Romandie verlinkt auf ciao.ch, hingegen konnten nur zwei Institutionen gefunden werden, die auf alcoquizz.ch verlinken. Etwas häufiger wird auf alcochoix.ch verlinkt.

³⁹ Von den Nutzenden (n=4470) hatten 90 den Wohnort in Frankreich angegeben.

4.1.2 Erwachsene Personen

Für erwachsene Personen gibt es ein gutes Angebot an Selbsttests und Selbsthilfetools in der deutschsprachigen Schweiz. Diese Selbsttests zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums basieren häufig auf dem AUDIT. Auf dem Bildschirm erscheint eine Frage, die zu beantworten ist, bevor die nächste Frage aufgeschaltet wird. Beim Selbsttest von Sucht Wallis sind alle Fragen gleichzeitig auf dem Bildschirm ersichtlich. Wieviele Punkte einer einzelnen Frage zugeordnet werden, wird nicht angezeigt. Bei Websites, die den Fragebogen als Formular zur Verfügung stellen, ist die Zuordnung der Punkte zu den einzelnen Fragen ersichtlich.⁴⁰

Für die französischsprachige Schweiz stehen nebst den zweisprachigen Angeboten der Berner Gesundheit und Sucht Wallis auch die ausschliesslich französischsprachigen Angebote stop-alcool.ch sowie alcooquizz.ch zur Verfügung. Das letztere wurde für Jugendliche und junge Erwachsene konzipiert, wird aber auch von älteren Personen genutzt.⁴¹

Auch für erwachsene Personen gibt es in der italienischsprachigen Schweiz keine eSelbsthilfeangebote.

4.1.3 Ältere Personen

Beim Älterwerden verändert sich der menschliche Körper, der Wasseranteil im Körper sinkt. Der Alkohol wirkt stärker, weshalb geraten wird, den Konsum mit dem Alter zu reduzieren.⁴² Das bedeutet grundsätzlich, dass die verfügbaren Selbsttests, die sich an Erwachsene richten, für ältere Personen nicht unbedingt geeignet sind. Alkoholmengen, welche für eine erwachsene Person als risikoarm bezeichnet werden, können bei älteren Menschen bereits einen problematischen Konsum bedeuten. Bei den Alkohol-Selbsttests müsste dies entsprechend angepasst werden. Das heisst, dass die Schwelle, ab welcher ein problematischer Konsum vorliegt, niedriger angesetzt werden. Interessant ist, dass gemäss der Online-Befragung einige der Anbieter ihre Selbsttests für sämtliche Alterskategorien⁴³ anbieten, andere hingegen explizit die Alterskategorie 61+ ausnehmen (vgl. Tabelle 4). Es ist zu vermuten, dass sie sich der Problematik bewusst sind. Es scheint notwendig, für die Gruppe der älteren Personen entweder einen eigenen Online-Alkohol-Selbsttest zu erarbeiten oder den AUDIT entsprechend anzupassen, um somit die geringere Alkoholverträglichkeit zu berücksichtigen.

4.1.4 Genderperspektive

In der Regel gelten für Frauen tiefere Alkoholmengen als risikoarm als für Männer. In der Schweiz wird in Anlehnung an die WHO oftmals empfohlen, dass Männer nicht mehr als 30g und Frauen nicht mehr als 20g reinen Alkohol pro Tag konsumieren sollten.⁴⁴ Bei den meisten Alkoholtests wird nach dem Geschlecht gefragt. Bei einigen Selbsttests werden in Abhängigkeit des Geschlechts die

⁴⁰ Vgl. z.B. [sucht-im-alter.cmsbox.ch/authenticated/download/pictures/ad/wt2ufeh94knksmjdp88l5omvnd6ct/audit_d.pdf](http://www.sucht-im-alter.cmsbox.ch/authenticated/download/pictures/ad/wt2ufeh94knksmjdp88l5omvnd6ct/audit_d.pdf) oder http://www.fosumos.ch/images/stories/alkohol/Audit_d.pdf

⁴¹ Persönliche Kommunikation

⁴² Vgl. [alterundsucht.ch](http://www.alterundsucht.ch).

⁴³ Die in der Online-Befragung des ISGF verwendeten Alterskategorien sind folgende: 8-12/ 13-17/ 18-25/ 26-60/ 61+. „Ältere Personen“ lässt sich jedoch nicht eindeutig definieren, da „Alter“ von vielen verschiedenen Faktoren abhängt (physische/psychische Gesundheit, eigenes Erleben, persönliche Ressourcen etc.).

⁴⁴ Vgl. z.B. [Praxis-Suchtmedizin Schweiz](http://www.praxis-suchtmedizin.ch)

Fragen angepasst, z.B. alcooquizz.ch oder alcotool.ch: „Wie oft hast du in den letzten Monaten 5 oder mehr Gläser Alkohol auf einmal getrunken?“ (an männliche Nutzer), resp. „Wie oft hast du in den letzten Monaten 4 oder mehr Gläser Alkohol auf einmal getrunken?“ (an weibliche Nutzerinnen). Bei der Online-Befragung wurde nicht erhoben, inwiefern bei der Auswertung der ausgefüllten Fragen des Selbsttests das Geschlecht berücksichtigt wird. Weitere Recherchen zeigen jedoch, dass insbesondere bei den AUDIT-basierten Tests zum Teil eine Differenzierung nach dem Geschlecht erfolgt; erzielen Frauen fünf Punkte und mehr, wird der Konsum als problematisch erachtet; bei Männern geschieht dies bei acht Punkten und mehr (z.B. die Selbsttests der Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme ZFA und Sucht Wallis).

4.1.5 Personen mit Migrationshintergrund

Für Personen mit Migrationshintergrund scheinen keine spezifischen Online-Alkohol-Selbsttests zur Verfügung zu stehen. Die Alkohol-Selbsttests werden in der Regel in den Sprachen deutsch oder französisch angeboten. Das Selbsthilfetool mydrinkcontrol.ch ist auch in englischer Sprache verfügbar. Und kopfhoch.ch bietet den Test für Jugendliche nebst deutsch in italienischer und albanischer Sprache an. Die Kenntnis dieser Sprachen ist somit Voraussetzung für die Nutzung der Alkohol-Selbsttests.

4.1.6 Sprachregionale Angebote

Die Anbieter von Online-Alkohol-Selbsttests beschränken ihr Angebot in der Regel nicht explizit auf ihren Kanton. Die Stellen für Suchtprävention des Kantons Zürich⁴⁵, die Stiftung Suchthilfe St. Gallen und die Aargauische Stiftung Suchthilfe richten ihr Angebot zwar explizit auf ihren Kanton aus, eine Nutzung des Selbsttests ist jedoch im Internet problemlos auch für nicht im Kanton wohnhafte Personen möglich. Vielmehr bildet die Sprache des Angebots eine Grenze. Mit der Ausnahme von Bern und Wallis – als zweisprachige Kantone – sind die Angebote in der deutschen Schweiz ausschliesslich in deutscher Sprache verfügbar. Zudem fällt auf, dass die Angebote auf die Kantone Zürich, Basel, Aargau und St. Gallen konzentriert sind. Schweizweit tätige Institutionen bieten ihren Selbsttest (feel-ok.ch; kopfhoch.ch) oder ihr Selbsthilfetool (alcorisk.ch) in deutscher, jedoch nicht in französischer Sprache an. Für die französischsprachige Schweiz stehen die Angebote alcooquizz.ch (CHUV), stop-alcool.ch (HUG/IMS), die Angebote der Berner Gesundheit sowie der Online-Alkohol-Selbsttest von Sucht Wallis in französischer Sprache zur Verfügung.

Für die italienischsprachige Schweiz stehen ausser dem Test für Jugendliche von kopfhoch.ch keine eSelbsthilfeangebote zur Verfügung. Einzig auf www.praxis-suchtmedizin.ch und www.alterundsucht.ch wird der AUDIT in italienischer Sprache als pdf angeboten.

⁴⁵ Gemäss persönlicher Kommunikation: „Von allen Besuchern unserer Webseite (also nicht nur Selbsttests, sondern kompletter Inhalt, sind etwas über 50% aus dem Kanton Zürich“

4.2 Konzeptuelle Grundlagen

Die eSelbsthilfeangebote beruhen auf unterschiedlichen konzeptuellen Grundlagen: einerseits die Adaption von bereits bestehenden Angeboten (z.B. alcorisk.ch) oder Fragebogen (v.a. AUDIT) und andererseits die eigene Erarbeitung des Angebotes, allenfalls unter Beizug von Experten (z.B. checken.ch). Bei der Verwendung von im Alkoholbereich üblichen Begrifflichkeiten fällt auf, dass diese nicht einheitlich definiert sind. Ein „Standardgetränk“ enthält gemäss Definition entweder 10g, 12g oder 10-12g reinen Alkohol, wird mit Beispielen – z.B. 2,5 dl Bier, 1 dl Wein, 3 cl – erläutert oder gar nicht definiert. Dasselbe zeigt sich beim „exzessiven Konsum“, resp. beim „binge drinking“ oder Rauschtrinken. Die Alkoholmenge, ab welcher ein Rauschtrinken vorliegt, variiert von 50g bis 72g reiner Alkohol pro Gelegenheit. Oftmals ist auch nicht definiert, welchen Zeitraum eine „Gelegenheit“ umfasst. Nebst diesen beiden Begriffen, die in den Online-Alkohol-Selbsttests mehr oder weniger explizit verwendet werden, kommen weitere Begrifflichkeiten eher selten vor.

Die konzeptuellen Grundlagen spielen auch bei den computergenerierten individuellen Rückmeldungen eine wichtige Rolle. Eine solche Rückmeldung wird unmittelbar nach dem Beantworten der Fragen generiert und angezeigt. Die Inhalte dieser Rückmeldung werden individuell in Abhängigkeit von der erreichten Punktezahl erstellt.

Bei den Online-Selbsttests, die den AUDIT verwenden und keine zusätzlichen Fragen enthalten, erfolgt die Rückmeldung in Anlehnung an die WHO-Vorgaben (Babor et al. 2001: 19-20): Ein Score von 8 bis 15 bedeutet einen risikoreichen Konsum, ein Score von 16-19 ein erhöhtes Risiko und ab einem Score von 20 besteht das Risiko einer Abhängigkeit. Dabei geben die Guidelines (Babor et al. 2001) keine Empfehlung für eine Differenzierung nach Geschlecht ab; empfohlen wird hingegen, dass bei Personen ab 65 der Cut-off bei 7 Punkten angesetzt werden sollte (ebd. 19). Bei den Online-Selbsttests in der Schweiz wird in der Regel ab 8 Punkten ein problematischer Konsum attestiert. Einige nehmen eine Differenzierung nach Geschlecht vor, sodass bei Frauen ab 5 Punkten ein problematischer Konsum vorliegt. Weitere Abstufungen werden sehr unterschiedlich vorgenommen, zum Teil in Anlehnung an die AUDIT-Guidelines (ebd.), zum Teil werden nur drei Konsumniveaus unterschieden, vgl. Tabelle 9. Dies führt dazu, dass beim Ausfüllen von Online-Selbsttest durch die Anbieter unterschiedliche Rückmeldungen generiert werden, auch wenn die Fragen jeweils gleich beantwortet werden, vgl. Kapitel 3.5. Dabei scheint diese Problematik vor allem dann akzentuiert, wenn man den Test als Frau ausfüllt.

Die verwendeten Begrifflichkeiten in den Rückmeldungen sind zudem sehr vielfältig und spiegeln damit die Begriffsvielfalt im Alkoholbereich wieder. Dabei wird in der Regel versucht, das Trinkverhalten so zu beschreiben, dass sich die NutzerInnen der Selbsttests angesprochen fühlen.

4.3 Interesse zur Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests

Insgesamt bekunden zwei Drittel der Anbieter von Online-Alkohol-Selbsttests eine hohe Bereitschaft für eine Standardisierung der Online-Alkohol-Selbsttests und insbesondere der Definitionen (z.B. Standardgetränk) sowie Begrifflichkeiten. Das Vorhaben, einen Prozess der Standardisierung zu lancieren, wird mehrheitlich begrüsst, sofern eigene Wünsche und Anliegen eingebracht werden können. Anbieter, die sich eher ablehnend oder zurückhaltend äussern, begründen dies damit, dass ihr Test etwas Eigenes darstellt und sich nicht unbedingt für eine Standardisierung eignet. Beispielsweise beantworten die Anbieter von checken.ch die Frage nach der Zurückhaltung zu einer Standardisierung folgendermassen: „checken.ch stellt wie eine weitere Kategorie dar, die wahrscheinlich nur

schwer vereinheitlicht werden kann. Bei gewöhnlichen Selbsttests (AUDIT) macht eine Vereinheitlichung durchaus Sinn.“

Aufgrund der Online-Befragung und der Internetrecherche zeichnet sich ab, dass insbesondere bei den AUDIT-basierten Selbsttests eine Standardisierung sinnvoll wäre. Dabei könnte eine verbindliche Definition der Standardgetränke sowie des Rauschtrinkens und eine einheitliche nach Geschlecht und Alter differenzierte Auswertung des AUDIT angestrebt werden. Bei einem allfälligen Prozess zur Standardisierung von Selbsttests sind zudem die Antworten, die auf die Fragen nach den Voraussetzungen für eine Vereinheitlichung und nach den Vorteilen eines heterogenen Angebotes gegeben wurden, zu berücksichtigen. Hier sind wertvolle Hinweise enthalten, die beim Vorgehen und bei der Ausgestaltung der Angebote einbezogen werden können.

4.4 Interesse für eine zentralisierte Auswertung von erhobenen Daten

Das Interesse und die Bereitschaft für eine zentralisierte Auswertung von Daten, welche durch das Ausfüllen von Selbsttests erhoben werden, sind weniger ausgeprägt als für eine Standardisierung; nur ein Drittel bekundet ein grosses Interesse. Die Anbieter, die Ablehnung oder Zurückhaltung ausdrücken, äussern berechtigte Argumente für ihre Haltung gegenüber einem solchen Vorhaben, wie z.B. den Missbrauch von Daten, den unklaren Nutzen einer Datenerhebung oder den Anspruch auf die eigene Datenhoheit. Bei einem Teil der eSelbsthilfeangebote werden zudem keine Daten erhoben. Bei einem allfälligen Standardisierungsprozess müsste daher die Frage der Datenauswertung sehr offen angegangen werden. Es müsste auch die Möglichkeit geprüft werden, eine Standardisierung anzustreben und eine zentralisierte Datenauswertung gar nicht oder zu einem späteren Zeitpunkt anzugehen. Dabei müssten die Vor- und Nachteile einer zentralisierten Datenauswertung gut herausgearbeitet und gegeneinander abgewogen werden. Die Ziele und der Nutzen einer solchen Auswertung müssten klar sein. Die Frage nach den Voraussetzungen für eine zentralisierte Auswertung liefert Hinweise die bei einem allfälligen Prozess zu berücksichtigen wären.

5 Empfehlungen und Ausblick

Das Ziel dieser Machbarkeitsstudie ist es, eine Grundlage für das weitere Vorgehen zu liefern. Dabei gilt es grundsätzlich zu entscheiden, ob das Vorhaben einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests umgesetzt werden soll. Der Bericht bietet zudem eine Basis für die Umsetzung.

5.1 Empfehlungen

Die Empfehlungen basieren auf den Ergebnissen und deren Diskussion.

Grundsatz zum weiteren Vorgehen – Empfehlung 1

→ Das Vorhaben einer Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests bezüglich konzeptueller Grundlagen und Definitionen soll umgesetzt werden.

Die Ergebnisse der Machbarkeitsstudie geben klare Hinweise, dass ein Prozess der Standardisierung sinnvoll und auch gewünscht ist. Ein Projekt zur Standardisierung soll gemeinsam mit den Anbietern von bereits bestehenden Selbsttests und Selbsthilfetools und allenfalls weiteren Akteuren erarbeitet werden (für ein mögliches Vorgehen, vgl. Empfehlung 5). Das Vorgehen wird zudem mit dem Projekt Safe Zone (ehemaliger Arbeitstitel: eSuchtportal) und mit der BAG-Alkoholkampagne abgestimmt.

Konsumempfehlungen – Empfehlung 2

→ Auf nationaler Ebene wird festgelegt, was ein risikoarmer Konsum ist und bei welchen Mengen von Rauschtrinken gesprochen wird.

Die Eidgenössische Kommission für Alkoholfragen EKAL befasst sich bereits mit dem Thema des risikoarmen Konsums und plant eine „Orientierungshilfe“. Es wäre wünschenswert, wenn die EKAL verbindliche Angaben machen könnte, bei welchen Mengen ein Alkoholkonsum risikoarm ist. Bei den Online-Alkohol-Selbsttests, insbesondere wenn sie auf dem AUDIT basieren, ist zudem „Rauschtrinken/binge drinking“ von zentraler Bedeutung⁴⁶, wobei diese Begriffe nicht explizit verwendet werden. Auch hier wäre es wünschenswert, dass die EKAL verbindlich festlegt, bei welchen Mengen an Alkohol innerhalb welchen Zeitraums von Rauschtrinken auszugehen ist. Einheitliche Definitionen dieser beiden Begriffe wäre eine wichtige Grundlage für die Standardisierung sowohl der AUDIT-basierten als auch der übrigen Selbsttests.

Definitionen und Begrifflichkeiten – Empfehlung 3

→ Der für Online-Alkohol-Selbsttests und Selbsthilfetools zentrale Begriff „Standardgetränk“ wird auf nationaler Ebene einheitlich definiert.

Bei den Online-Alkohol-Selbsttests ist der Begriff „Standardgetränk“ von zentraler Bedeutung. Es wäre wünschenswert, dass die EKAL für die Schweiz festlegt, welche Menge an reinem Alkohol ein Standardgetränk beinhaltet. In einem weiteren Schritt wäre die Entwicklung eines Tools zu prüfen, wie auf einfache Weise die konsumierte Menge an Alkohol in Standardgetränke umgerechnet werden kann. Ein solches Tool sollte z.B. auch als App verfügbar sein.

⁴⁶ AUDIT-Frage 3, vgl. Tabelle 7

AUDIT: Auswertung und Rückmeldung – Empfehlung 4

→ Es werden Vorgaben für eine einheitliche und differenzierte Auswertung des AUDIT erarbeitet

Die WHO hat bei der Entwicklung des AUDIT ebenfalls Guidelines für dessen Einsatz erarbeitet (Babor et al. 2001). Darin sind Empfehlungen enthalten, ab welchem AUDIT-Score ein problematischer Konsum vorliegt. Diese Empfehlungen sind in der Schweiz bei den bestehenden Online-Selbsttests nicht einheitlich umgesetzt worden. Auf der Basis verbindlicher Begrifflichkeiten und Definitionen (siehe oben) sowie der Empfehlungen der EKAL wird unter Berücksichtigung der WHO-Guidelines einheitlich definiert, bei welchen AUDIT-Scores ein problematischer Konsum vorliegt, resp. welche Konsumniveaus unterschieden werden. Dabei erfolgt eine Differenzierung nach Alter und Geschlecht.

Angebot an Online-Alkohol-Selbsttests – Empfehlung 5

→ Es wird ein differenziertes Angebot an Online-Alkohol-Selbsttests bereitgestellt

Das Angebot an Online-Alkohol-Selbsttests sollte nach Geschlecht und Alter differenziert sein und in den Landessprachen deutsch, französisch und italienisch verfügbar sein. Grundsätzlich spricht nichts gegen eine Heterogenität der Angebote. Aus unserer Sicht sollte jedoch vermieden werden, dass die NutzerInnen in den Rückmeldungen der Selbsttests widersprüchliche Botschaften erhalten. Auch stellt sich bei der recht grossen Anzahl der heute bereits bestehenden Angebote (vor allem in der Deutschschweiz) die Frage, ob diese Vielzahl der Angebote einen Mehrwert bietet. Respektive ist es zweckmässig und zielführend, wenn jeder Kanton resp. jede Suchtfachstelle – insbesondere angesichts des allgemeinen Spardrucks in der öffentlichen Verwaltung – ein eigenes eSelbsthilfeangebot erarbeitet?

In Zusammenarbeit mit Safe Zone könnte ein Set an geschlechts- und altersspezifisch differenzierten Selbsttests und Selbsthilfetools auf diesem Online-Portal zur Verfügung gestellt werden. Primär soll auf bestehende Angebote zurückgegriffen werden, bei welchen im Rahmen der Begleitstudie Safe Zone eine hohe Qualität attestiert (vgl. Wenger/Schaub 2013). Weitere Selektionskriterien sind die Bereitschaft der Anbieter zur Standardisierung und zur Weiterentwicklung der Tests. Um jedoch auch die italienischsprachige Schweiz abzudecken, müssen entsprechende Angebote übersetzt werden. Zu klären ist zudem, ob es weitere Angebote für ältere Menschen resp. nach Geschlecht differenzierte Angebot braucht, oder ob bestehende Tests und Tools adaptiert werden könnten. Werden für das Online-Portal Safe Zone neue eSelbsthilfeangebote entwickelt, sollten diese in die eigene Website des Anbieters implementiert werden können. Damit kann den berechtigten Anliegen der Anbieter Rechnung getragen werden, wie z.B. von den Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich geäussert: „Für uns sind die Selbsttests ein gutes Tool, um Personen auf unsere Webseite und unsere weiteren Angebote aufmerksam zu machen.“⁴⁷ Bei den Rückmeldungen zum Test sollte es zudem möglich sein, zu den eigenen Angeboten und Dienstleistungen zu verlinken. Zudem soll das personalisierte Feedback auch direkt mit den Online-Beratungsangeboten von Safe Zone verknüpft werden, so dass Nutzerinnen und Nutzer die Auswahl haben, sich anonym online beraten lassen oder aber ein Beratungsangebot vor Ort aufzusuchen.

Projekt zur Standardisierung – Empfehlung 6

→ Infodrog lanciert in Zusammenarbeit mit wichtigen Anbietern von eSelbsthilfeangeboten ein nationales Projekt zur Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttest.

⁴⁷ Persönliche Kommunikation

Bei diesem Projekt steht die Standardisierung von auf dem AUDIT basierenden Selbsttests im Vordergrund. Zentrale Etappen eines solchen Projektes können folgendermassen skizziert werden:

- Klärung, was an Begrifflichkeiten und Definitionen durch die EKAL erarbeitet wird oder werden kann
- Klärung von Synergien mit der Alkoholkampagne des BAG
- Klärung von Synergien mit dem Projekt Safe Zone
- Information an die Anbieter von eSelbsthilfeangeboten
- Eine aus interessierten Anbietern zusammengesetzte Arbeitsgruppe wird gebildet
- Durchführung eines Workshops mit interessierten Anbietern:
 - Vorstellung des Projektes
 - Diskussion wichtiger Inhalte zur Standardisierung von Online-Alkohol-Selbsttests
 - Klärung der Frage, ob ein Vorschlag zu einer zentralisierten Datenauswertung erarbeitet werden soll
- Für das Online-Portal Safe Zone werden nach Geschlecht und Alter differenzierte Online-Alkohol-Selbsttests sowie Selbsthilfetools identifiziert, bei Bedarf adaptiert und auf Safe Zone zur Verfügung gestellt; interessierte Suchthilfeinstitutionen können diese Angebote auf ihrer Website einbinden und mit den eigenen Angeboten verknüpfen.

5.2 Ausblick

Infodrog hat diesen Bericht im Auftrag des Nationalen Programms Alkohol NPA resp. des Bundesamtes für Gesundheit (operative Leitung des NPA) erstellt. Im Laufe des Jahres 2014 wird im Rahmen der Alkoholkampagne des Bundes ein Tool erarbeitet, welches den Konsumierenden eine Orientierungshilfe bezüglich ihres Alkoholkonsums bieten und Informationen zu den Risiken eines übermässigen Alkoholkonsums geben soll. Die wissenschaftlichen Grundlagen hierzu sind von Sucht Schweiz im Auftrag der Eidgenössischen Kommission für Alkoholfragen EKAL erarbeitet worden. Im Laufe des Jahres 2015 wird Infodrog voraussichtlich ein Projekt in Zusammenarbeit mit Anbietern von eSelbsthilfeangeboten lancieren, um eine Harmonisierung der Online-Alkohol-Selbsttest und Tools anzustreben.

Literaturverzeichnis

Babor, T., Higgins-Biddle, J., Saunders, J., Monteiro, M. (2001): AUDIT. The Alcohol Use Disorders Identification Test. Guidelines for Use in Primary Care. 2nd Edition. World Health Organization WHO, Geneva.

http://whqlibdoc.who.int/hq/2001/WHO_MSD_MSB_01.6a.pdf, Zugriff 03.2014

Maier, L., Schaub, M. (2013). Begleitforschung eSuchtportal: Ist-Analyse webbasierter Beratungs- und Selbsthilfeangebote in der Schweiz. Bericht zuhanden des Bundesamts für Gesundheit (BAG). Zürich: ISGF Forschungsbericht Nr.334.

<http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00042/00632/04651/index.html?lang=de&download=NHZLpZig7t,Inp6I0NTU042I2Z6In1acy4Zn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCLEoB3e2ym162dpYbUzd,Gpd6emK2Oz9aG odetmqaN19XI2IdvoaCUZ,s->, Zugriff 03.2014

Mezzera, M., Haug, S. (2013): Online-Selbsthilfe bei riskanten Alkoholkonsum für junge Leute. Sucht-Magazin 2013|4: 48-51

Wenger, A., Schaub, M. (2013): Begleitforschung eSuchtportal. Qualitätsstandards in der eBeratung – Internetumfrage zu Qualitätsstandards und detaillierte Beurteilung von Websites. Bericht zuhanden des Bundesamts für Gesundheit (BAG). Zürich: ISGF Forschungsbericht Nr.338.

<http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00042/00632/04651/index.html?lang=de&download=NHZLpZig7t,Inp6I0NTU042I2Z6In1acy4Zn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCLEoB2g2ym162dpYbUzd,Gpd6emK2Oz9aG odetmqaN19XI2IdvoaCUZ,s->, Zugriff 03.2014.

Wicki, M., Gmel, G. (2005): Rauschtrinken in der Schweiz – Eine Schätzung der Prävalenz aufgrund verschiedener Umfragen seit 1997. vol Forschungsbericht Nr. 40. Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA, Lausanne

Anhang: Fragebogen zur Internetbefragung von Betreibern bestehender eBera- tungs- und Selbsthilfeangeboten

Sprachauswahl

Herzlich Willkommen zur Online-Befragung zum Thema Schweizer Online-Beratungsangebote im Rahmen der Suchthilfe

Wählen Sie bitte Ihre Sprache aus:

- 1 deutsch
- 2 français
- 3 italiano

Bestehende Online.-Beratungsangebote (Suchthilfe) der Schweiz

Willkommen zur Befragung!

Im Zuge der wachsenden Verbreitung und Bedeutung des Internets und neuer sozialer Medien stellt sich

auch im Bereich der Suchthilfe (Tabak, Alkohol, illegale Substanzen, Glücksspiel, Internetkonsum) die Frage, welche Möglichkeiten sich eröffnen und wie die neuen Medien konkret genutzt und eingesetzt werden können. Vielfach wurde in diesem Zusammenhang der Wunsch nach einem gemeinsamen nationalen Vorgehen, das die zahlreichen bereits bestehenden internetgestützten Angebote koordiniert und ergänzt, geäussert.

In einer Bedarfs- und Machbarkeitsanalyse wurde der Bedarf für ein nationales eSuchtportal als hoch eingeschätzt. Die Vernetzung und nationale Zusammenarbeit von Experten sowie die gleichzeitige Qualitätssicherung sollen dadurch gewährleistet werden.

Die vorliegende Befragung dient dazu, gesammelte Daten zu einzelnen Angeboten zu verifizieren und zusätzliche Erkenntnisse über den Ist-Zustand verschiedener eBeratungsformen zu gewinnen. Die Durchführung obliegt dem Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF).

Das Ausfüllen des Fragebogens dauert ca. 10 Minuten. Die Vertraulichkeit Ihrer Informationen wird absolut gewährleistet.

Mit Ihrer Teilnahme leisten Sie einen wichtigen Beitrag für die Gesundheitsforschung in der Schweiz.

Weitere Informationen zum Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung finden Sie unter www.isgf.ch

Bei Fragen zum Projekt steht Ihnen das Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF) gerne zu Verfügung: lari-ssa.maier@isgf.uzh.ch

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!

FILTER: Alle

0. Angaben zur Organisation

- a) Name der Institution: _____
- b) Kontakt (E-Mail): _____
- c) Website: _____

FILTER: Alle

1. Ist es richtig, dass Sie auf Ihrer Internetseite bereits eine Form von eBeratung (Online-Beratung, Selbsthilfetool, Online-Selbsttest) für Personen mit problematischem Konsumverhalten (Tabak, Alkohol, illegale Substanzen, Glücksspiel, Internet) anbieten?

- 1 Ja
- 2 Nein >> **Screenout**

FILTER: Frage 1 = Code 1

1.a) In welcher Form bieten Sie eBeratung an?

Edv. Mehrere Antworten möglich

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | Beratung per Email | =A |
| 2 | Beratung per Chat | =A |
| 3 | Betreutes Forum | =A |
| 4 | Beratung via Skype | =A |
| 5 | Beratung via Facebook | =A |
| 6 | Selbsttest mit computergestütztem individuellen Feedback | =B |
| 7 | Selbsthilfetool | =B |
| 8 | Andere: _____ | =A |

FILTER: Alle

2. Sie haben angegeben, dass Sie Ihre Website ein webbasiertes [A: Beratungsangebot] [B: Selbsthilfeangebot] beinhaltet. Ist Ihr Angebot nur für eine bestimmte Region bestimmt?

- 1 Nein, ganze Schweiz & Ausland
- 2 Nein, ganze Schweiz
- 3 Ja, nur für einen bestimmten Kanton

FILTER: Frage 2 = Code 3

2.1 Für welche/n Kanton/e gilt Ihr Angebot?

[AG, AI, AR, BE...**Edv. select! & Mehrfach!**]

FILTER: Alle

2.2 Für welche Sprachen ist ihr [A: Beratungsangebot] [B: Selbsthilfeangebot] verfügbar?

Edv. Mehrere Antworten möglich

- 1 Deutsch
- 2 Französisch
- 3 Italienisch
- 4 Englisch
- 5 Andere: _____

FILTER: Alle

3. Richtet sich ihr Angebot an eine bestimmte Altersgruppe?

Edv. Mehrere Antworten möglich (ausser bei Wahl von Code 1)

- 1 Nein, alle Altersgruppen
- 2 Ja, Kinder (8 – 12 Jahre)
- 3 Ja, Jugendliche (13 – 17 Jahre)
- 4 Ja, junge Erwachsene (18 – 25 Jahre)
- 5 Ja, Erwachsene (26 – 60 Jahre)
- 6 Ja, ältere Erwachsene (61 +)

FILTER: Alle

4. An welche Art des (problematischen) Konsumverhaltens richtet sich Ihr webbasiertes [A: Beratungsangebot] [B: Selbsthilfeangebot]?

Edv. Mehrere Antworten möglich

- 1 Substanzkonsum / Substanzabhängigkeit (Tabak, Alkohol, illegale Substanzen, Medikamente)
- 2 Internetkonsum / Onlinesucht
- 3 Glücksspiel / Glücksspielsucht
- 4 Arbeitssucht
- 5 Sexsucht
- 6 Kaufsucht
- 7 Andere: _____

FILTER: Frage 4 = Code 1 / 4.1

5. /
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.

FRAGEN ALKOHOL-ONLINE-SELBSTTEST

Die folgenden Fragen betreffen Online-Selbsttests. Ihre Antworten zu Alkohol-Online-Selbsttests werden zudem im Rahmen der **Machbarkeitsstudie zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests** ausgewertet und in einem Bericht zusammengefasst. Für die Durchführung der Machbarkeitsstudie ist Infodrog im Rahmen des Nationalen Programms Alkohol zuständig.

FILTER: Frage 4.1 = Code 1/3/17

16. Verfügen Sie über einen Online-Alkohol-Selbsttest?

- 1 Nein
- 2 Ja, auf unserer Website
- 3 Ja, über einen anderen Zugang (Webadresse): _____

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17. Auf welchen konzeptuellen Grundlagen basiert der Selbsttest?

- 1 AUDIT
- 2 AUDIT plus Zusatzfragen
- 3 CAGE
- 4 Andere: _____

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17.1 Wann und durch wen wurde der Selbsttest erarbeitet?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 17 = Code 2/3/4

17.2 Wurde der verwendete Test validiert?

- 1 Nein
- 2 Ja, wie und durch wen?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17.3 Welche der folgenden Begrifflichkeiten werden in den Fragen des Selbsttests verwendet und wie werden diese definiert? (Wenn die Fragen Ihr Angebot nicht betreffen klicken Sie bitte auf weiter)

Edv. Offene Frage

Standardgetränk (10g?, Darstellung von Standardgetränken)	
Binge drinking	
Chronischer Konsum	
Weitere: _____	

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17.4 Welche (soziodemographischen) Daten werden erhoben?

Edv. Mehrere Antworten möglich

- 1 Geschlecht
- 2 Alter
- 3 Bildungsstatus
- 4 Berufliche Tätigkeit
- 5 Berufliche Position
- 6 Wohnsitz
- 7 Arbeitsort
- 8 Nationalität
- 9 Zivilstand

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17.5 Ist für die Nutzung des Selbsttests eine Registrierung nötig?

- 1 E-Mail
- 2 Pseudonym
- 3 Andere: _____
- 4 Nein

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

17.6 Welche Vorkehrungen werden bezüglich Anonymität und Datenschutz getroffen?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

18. In welcher Form erfolgt die Rückmeldung nach dem Ausfüllen des Selbsttests?

- 1 Individualisiertes computergestütztes Feedback
- 2 Gruppenzuteilung
- 3 Feedback per Email
- 4 Experteneinschätzung
- 5 Anderes: _____

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

18.1 Welche Schwellenwerte werden bei der Auswertung des Tests angewendet? Aufgrund welcher Kriterien?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

18.2 Welche der folgenden Begrifflichkeiten werden in den Rückmeldungen zum Selbsttest verwendet und wie werden diese definiert?

Edv. Offene Frage

Risikoarmer Konsum	
Riskanter Konsum	
Abhängigkeit	
Weitere: _____	

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

19. Entspricht die Nutzung Ihres Alkohol-Online-Selbsttests ihren Erwartungen? Bitte begründen:

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

19.1 Welche statistischen Auswertungen Ihres Alkohol-Online-Selbsttests nehmen Sie vor?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

19.2 Wie häufig nehmen Sie statistische Auswertungen vor?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

19.3 Werden durchgeführte Auswertungen kommuniziert? An wen? In Welcher Form?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 17 = Code 2/3

20. Wie gross sind Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft zur Vereinheitlichung der Online-Alkohol-Selbsttests?

[Edv. Skala 1-10]

FILTER: Frage 17 = Code 2/3

20.1 Falls Sie wenig oder kein Interesse an einer Vereinheitlichung haben, warum?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 17 = Code 2/3

20.2 Welches sind allfällige Voraussetzungen für eine Bereitschaft zur Vereinheitlichung der Online-Alkohol-Selbsttests?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

20.3 Welche Vorteile sehen Sie allenfalls in einem heterogenen Angebot an Online-Alkohol-Selbsttests?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

20.4 Wie gross sind Ihr Interesse und Ihre Bereitschaft zu einer externen zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten?

[Edv. Skala 1-10]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

20.5 Falls Sie wenig oder kein Interesse an einer zentralisierten Auswertung haben, warum?

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

20.6 Welches sind allfällige Voraussetzungen für eine Bereitschaft zu einer zentralisierten Nutzung der erhobenen Daten? (z.B. die Möglichkeit, eigene Auswertungen vorzunehmen?)

Edv. Offene Frage

[_____]

FILTER: Frage 16 = Code 2/3

21. Sind Sie an einer Mitarbeit bei der Vereinheitlichung der Online-Alkohol-Selbsttests interessiert? Ihr möglicher Beitrag:

Edv. Mehrere Antworten möglich

- 1 Nein
- 2 Interessiert an der Zustellung von Informationen über den Projektverlauf
- 3 Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion eines Vorschlags zur Vereinheitlichung der Alkohol-Online-Selbsttests
- 4 Mitarbeit in einer Arbeitsgruppe zur Erarbeitung von Vorschlägen zur Vereinheitlichung
- 5 Teilnahme an einem Workshop zur Diskussion von Möglichkeiten und Grenzen einer zentralisierten Auswertung der erhobenen Daten
- 6 Zustellung von konzeptuellen Grundlagen und/oder wissenschaftlicher Literatur zu Alkohol-Selbsttests zH der Projektleitung
- 7 Anderes: _____

22.

23.

24.

25.

Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme!