



ALKOHOL SPIEGEL

Hintergrundinformationen zur Alkoholprävention der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Wie erreicht man Jugendliche in Social Media?



© iStock – EXTREME-PHOTOGRAPHER

Alkoholprävention in den sozialen Medien muss kompetent und authentisch sein, ergab eine Studie für die BZgA.

Jugendliche sind rund dreieinhalb Stunden täglich online, und in dieser Zeit spielen Social-Media-Angebote wie Instagram eine bedeutende Rolle. Sie ermöglichen, mit den Peers in Kontakt zu sein, sich unterhalten zu lassen und das eigene Leben für andere sichtbar darzustellen. Diese Selbstdarstellung ist für Jugendliche besonders interessant, erhalten sie doch Rückmeldung zu ihrer Person und ihren Aktivitäten.

Feiern und Rauschtrinken sind ein Teil der Selbstinszenierung. Sie werden in Videos und Fotos festgehalten und häufig belustigend oder ironisch kommentiert; spezielle Humorseiten zeigen so genannte Fail-Videos von betrunkenen Personen, die sich ungeschickt oder lächerlich benehmen. Darüber hinaus nutzen große Alkoholmarken Social Media zur Bewerbung ihrer Getränke. All das trägt dazu bei, dass jugendliches Alkoholkonsumverhalten in den sozialen Medien überwiegend als etwas Lustiges,

Normales und sogar Angesehenes dargestellt wird. „Die Darstellung von Alkohol trinkenden Jugendlichen auf Social-Media-Plattformen ist weit verbreitet. Rauschtrinken wird in der Regel positiv konnotiert und mit Spaß, Feiern, Gemeinschaftserleben oder Mut verbunden. Negative Folgen werden dagegen nur selten thematisiert oder ironisch gebrochen“, erläutert Professorin Dr. Nicola Döring, die für die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) die Evaluation der Facebook-Präsenz der Jugendkampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ durchgeführt hat.

Die Facebook-Seite besteht seit 2011 und hat etwa 280.000 „Fans“. Ein Beitrag erreicht durchschnittlich 70.000 Nutzende. Ziel des Facebook-Auftritts ist es, mit den Jugendlichen in einen direkten Austausch zu kommen und gleichzeitig den Dialog der Jugendlichen untereinander zu alkoholbezogenen Themen zu fördern. ➤

Editorial

Liebe Leserin,
lieber Leser,



© BZgA

in unserer schnelllebigen Zeit, mit einer stetigen Flut aus Informationen und Unterhaltungsangeboten, ist ungeteilte Aufmerksamkeit ein rares Gut.

Wie gewinnen wir die Aufmerksamkeit und das Interesse von Jugendlichen – zum Beispiel in den sozialen Medien? Für die Kampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ haben wir mit Kommunikationswissenschaftlern eine Untersuchung der Kampagnen-Facebook-Präsenz durchgeführt. Eine der zentralen Fragen der Untersuchung lautete: Welches sind die Erwartungen von Jugendlichen an Social-Media-Angebote – gerade, wenn es um die Themen der Alkohol- oder Suchtprävention geht?

Erkenntnisreiche Antworten gibt der Leitartikel dieser Ausgabe. Dabei wird deutlich: Die Alkoholprävention muss sich in ihren Social-Media-Angeboten gegen reichweitenstarke Konkurrenz behaupten. Diese Herausforderung nehmen wir gerne an.

Ihre
Dr. med. Heidrun Thaiss

➔ Wie erreicht man Jugendliche in Social Media?

Herausforderungen für die Prävention

„Alkohol? Kenn dein Limit.“ setzt bereits seit 2010 auf die Zielgruppenreichung in den sozialen Medien. Dabei ändern sich Vorlieben und Nutzungsverhalten der Jugendlichen in Bezug auf digitale Kanäle sehr schnell: Plattformen wie MySpace, SchülerVZ und StudiVZ gibt es nicht mehr. Für die Kommunikationsstrategie der Kampagne stellt das eine Herausforderung dar, muss sie doch auf das sich rasch verändernde Nutzungsverhalten flexibel reagieren.

Aktuell hat „Alkohol? Kenn dein Limit.“ Präsenzen auf Facebook, YouTube und Instagram. Über diese sozialen Plattformen will die Kampagne im direkten Austausch mit den jungen Menschen Selbstreflexion und einen verantwortlichen Umgang mit Alkohol fördern. Im Sinne der Peer-Education können junge Menschen dort aber auch selbst zu authentischen Botschafterinnen und Botschaftern der Kampagne werden. Dies kann ein wichtiger Beitrag zur Korrektur von sozialen Normen sein.

„Jugendliche mögen es generell nicht, von oben herab belehrt zu werden. Das gilt auch für die Alkoholprävention. Dass Alkohol gefährlich sein kann, wissen sie schon

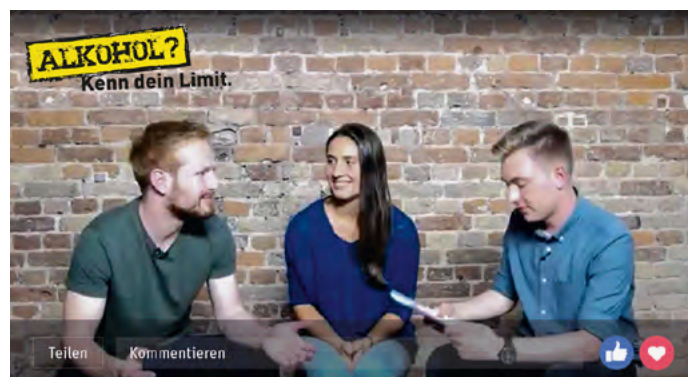
und finden diese Botschaft überflüssig“, betont Medienpsychologin Döring. „Was bei Jugendlichen gut ankommt, sind ganz praktische Tipps zum vernünftigen Umgang mit Alkohol. Zum Beispiel: Wie sage ich in der Gruppe Nein zum Mittrinken, ohne uncool zu wirken? Manchmal haben Jugendliche auch spezifische Informationsfragen, etwa zu Wechselwirkungen zwischen Alkohol und der Pille.“

Was Jugendliche in Social Media erwarten

Grundsätzlich gilt: Jugendliche erwarten auf Social-Media-Plattformen den Dialog mit anderen. In ihrer Untersuchung der Facebook-Präsenz der BZgA-Kampagne kommt Medienpsychologin Döring zu dem Ergebnis, dass eine Präventionskampagne wie „Alkohol? Kenn dein Limit.“ in den Kommentarspalten präsent sein muss; sie muss kompetent auftreten, positives Feedback honorieren, Kritik von Nutzenden akzeptieren und unqualifiziert-

despektierlichen Kommentaren entgegen treten. Kommentare von Usern, die andere Nutzende beleidigen, werden gelöscht. Negative Kommentare hingegen zeugen von Authentizität, erhöhen die Glaubwürdigkeit und haben daher eine wichtige Funktion.

Die hier auszugsweise genannten Empfehlungen der Evaluation sind eine wissenschaftliche Unterstützung der Strategie für eine erfolgreiche Alkoholprävention in sozialen Medien. Bestehen bleibt hingegen die Herausforderung, sich im Wettbewerb um die begrenzte Aufmerksamkeit der Nutzenden durchzusetzen und das Interesse der Zielgruppe zu gewinnen. ➔



„Alkohol? Kenn dein Limit.“ auf Facebook: Die Peers Julian und Kim (links im Bild) im Live-Talk – die Follower kommentieren und stellen Fragen.

➔ Online-Angebote der Kampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“



Bilder, Videos und Stories: Neben visuell ansprechenden und lebensweltnahen Formaten steht auf Instagram der Dialog mit Jugendlichen im Fokus. Unter dem Hashtag #wasbesseresvor teilen Jugendliche unter anderem ihre Alternativen zum Kater. ➔

@alkohol_kenndeinlimit



Der reichweitenstarke Kampagnenauftritt auf Facebook regt mit Umfragen und interessanten News zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Alkoholkonsum an. Neue Beiträge von „Alkohol? Kenn dein Limit.“ werden hier diskutiert. ➔

fb.com/alkoholkenndeinlimit



Wie denken Jugendliche über betrunkene Freunde, was wissen sie über Alkohol? In lebendigen und authentischen Straßenumfragen geben Heranwachsende auf YouTube Antworten. Verschiedene Videoformate bereiten Wissen zielgruppengerecht auf. ➔

youtube.com/
alkoholkenndeinlimit



Das Webportal bietet qualitätsgesicherte und breit gefächerte Informationen sowie praktische Tipps für Jugendliche. Darüber hinaus regen interaktive Tools und Tests zur Selbstreflexion und Verhaltensänderung im Umgang mit Alkohol an. ➔

kenn-dein-limit.info



Im Blog schreiben junge Autorinnen und Autoren über ihre vielfältigen Erfahrungen und Gedanken rund um das Thema Alkohol. Die persönlichen Perspektiven und die Kommunikation auf Augenhöhe stellen eine besondere Nähe zur Zielgruppe her. ➔

blog.kenn-dein-limit.info

➔ Neue BZgA-Studiendaten: Rückgänge beim regelmäßigen Konsum

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) führt regelmäßig den „Alkoholsurvey“ durch, eine Repräsentativbefragung zum Alkoholkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland. Die Studienergebnisse sind Basis für die Steuerung und Weiterentwicklung der Präventionskampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“, die vom Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. (PKV) gefördert wird. An der Befragung im Jahr 2018 nahmen insgesamt 7.002 Personen im Alter von 12 bis 25 Jahren teil. Unter anderem wurde der regelmäßige – das heißt der wöchentliche – Alkoholkonsum ermittelt.

Ergebnisse: Bei den 12- bis 17-jährigen Jugendlichen sinkt die Verbreitung des regelmäßigen Alkoholkonsums kontinuierlich seit 2001 (s. Abbildungen, orangefarbene Linie). Aktuell geben 12,6 Prozent der männlichen und 4,6 Prozent der weiblichen Jugendlichen

an, dass sie regelmäßig Alkohol konsumieren. Bei den 18- bis 25-jährigen Männern geht der regelmäßige Alkoholkonsum ebenfalls zurück (Abbildung links, graue Linie). Bei den gleichaltrigen Frauen ist von 2004 bis 2008 ein Rückgang zu verzeichnen, der sich allerdings nicht fortgesetzt hat. Aktuell geben 23,6 Prozent der Frauen an,

dass sie regelmäßig Alkohol trinken (Abbildung rechts, graue Linie). Der aktuelle Wert liegt damit etwa auf dem Niveau von 2008 (20,4 Prozent). ➔

Studienbericht unter bzga.de:

www.bzga.de/forschung/studien-untersuchungen/studien/suchtpraevention

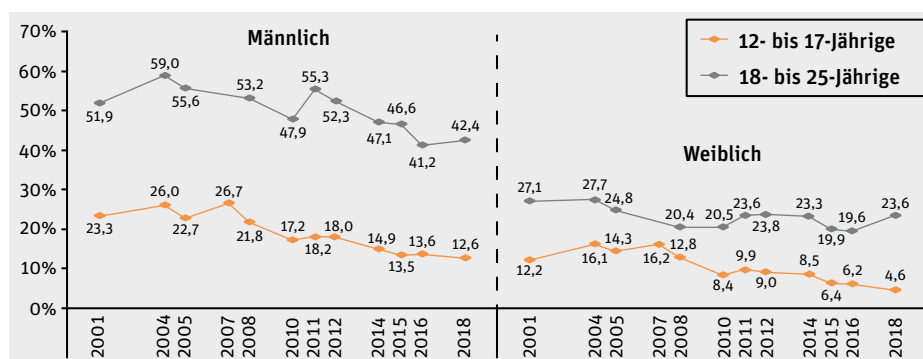


Abbildung links: Regelmäßiger Alkoholkonsum bei männlichen 12- bis 17-jährigen Jugendlichen und 18- bis 25-jährigen jungen Erwachsenen in Deutschland; Abbildung rechts: Regelmäßiger Alkoholkonsum bei weiblichen 12- bis 17-jährigen Jugendlichen und 18- bis 25-jährigen jungen Erwachsenen in Deutschland

➔ „Zu viel Alkohol mindert die sportliche Leistungsfähigkeit“



Veronika Rücker
Veronika Rücker ist seit Januar 2018 Vorstandsvorsitzende des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). In der Dachorganisation engagieren sich acht Millionen Freiwillige.

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) ist Teil des BZgA-Aktionsbündnisses „Alkoholfrei Sport genießen“. Im Interview erklärt die DOSB-Vorstandsvorsitzende Veronika Rücker, warum ein Kasten Bier in der Kabine keine gute Idee ist.

Frau Rücker, warum ist Ihnen „Alkoholfrei Sport genießen“ wichtig?

Rund 70 Prozent aller jungen Menschen in Deutschland sind irgendwann einmal in einem unserer Sportvereine aktiv. Gemeinsam mit der BZgA wollen wir vor allem für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol werben. Dafür eignet sich der Sport hervorragend – zu viel Alkohol mindert die Leistungsfähigkeit und wirkt sich negativ auf die Gesundheit aus.

Wie könnte ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol im Verein aussehen?

Besonders wichtig ist uns, Kinder und Jugendliche früh zu erreichen und alle Verantwortungsträger für dieses Thema zu sensibilisieren. Unterstützung für die Vereine gibt es in Form einer Aktionsbox, die Vereine kostenfrei bei der BZgA bestellen können.

Was können Vereine mit den Aktionsboxen erreichen?

Aufzeigen, dass es sehr gute Alternativen gibt zu alkoholischen Getränken – auch bei Vereinsfesten. Man kann alkoholfreie Cocktails anbieten oder im Winter ein alkoholfreies Heißgetränk. Die Boxen enthalten wiederverwendbare Trinkbecher, Rezepthefte für alkoholfreie Cocktails, Getränkeunter-setzer und vieles mehr, natürlich auch Informationsmaterial.

Braucht es nicht in erster Linie Vorbilder im Verein?

Die Rolle der erwachsenen Bezugspersonen ist in der Tat nicht zu unterschätzen. Zum Glück ist in den vergangenen Jahren bereits

ein hohes Bewusstsein dafür entstanden, dass man einer C-Jugend keinen Kasten Bier in die Kabine stellt, auch wenn sie den Titel geholt hat.

Aber einen Titel sollte man doch feiern dürfen...

Natürlich kann gefeiert werden. Es geht ja auch nicht darum, Alkohol komplett zu verbieten. Sondern Kindern und Jugendlichen vorzuleben, wie man verantwortungsvoll damit umgeht.

Welche Rolle kann der DOSB in der Weiterentwicklung dieses Themas einnehmen?

Wir wollen die kritische Auseinandersetzung mit dem Konsum von Alkohol in die gesellschaftliche Debatte tragen. Da sehen wir uns als Dachorganisation des organisierten Sports in Deutschland auch in der Verantwortung. ➔

Weitere Infos und Bestellmöglichkeit der Aktionsbox:

www.alkoholfrei-sport-genießen.de



BZgA unterstützt kommunale Peer-Projekte



Auf Augenhöhe kommunizieren: Peers der „Alkohol? Kenn dein Limit.“-Kampagne auf der „YOU“-Messe in Berlin.

Rund 50 speziell geschulte Peers der Jugendkampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ sind auch in diesem Jahr wieder in ganz Deutschland unterwegs, um mit Jugendlichen persönlich über das Thema Alkohol zu reden und sie für einen verantwortlichen Umgang mit Alkohol zu motivieren. Jeweils in Zweier-Teams sind sie dort im Einsatz, wo Jugendliche ihre Freizeit verbringen: in Innenstädten und Parks, auf Musikfestivals oder Sportveranstaltungen. Auch auf der „YOU“-Messe

in Berlin, die vom 24. bis 26. Mai 2019 stattfand, waren die Peers präsent und konnten viele Jugendliche im direkten Gespräch erreichen.

Peer-Education gilt in der Suchtprävention als erfolgversprechender Ansatz, da Peers auf Augenhöhe und ohne erhobenen Zeigefinger kommunizieren und so die Zielgruppe direkt erreichen. Die BZgA unterstützt interessierte Kommunen dabei, Peer-Aktionen in der Alkoholprävention eigenständig umzusetzen. Dazu hat die BZgA in Kooperation mit Ländern und Kommunen einen Handlungsleitfaden für kommunale Akteure entwickelt, die selber ein kommunales Peer-Projekt auf die Beine stellen wollen.

Wer bei der Anwendung des Peer-Ansatzes Unterstützung benötigt, zum Beispiel bei der Auswahl und der Schulung eigener Peers, kann zusätzlich ein individuelles Coaching erhalten. Informationen und Leitfaden sind erhältlich unter: limit-info@bzga.de.



Null Alkohol in der Schwangerschaft

Nach wie vor werden in Deutschland Babys mit dem Fetalen Alkoholsyndrom (FAS) geboren, die ihr Leben lang auf fremde Hilfe angewiesen sind. Vielen Frauen ist nicht bewusst, wie groß das Risiko ist, dem sie ihr Kind aussetzen, wenn sie in der Schwangerschaft Alkohol trinken. Deshalb ist es wichtig, werdende Eltern darüber zu informieren, dass schon kleine Mengen Alkohol die geistige und körperliche Entwicklung des Embryos schädigen können.

Zusammen mit Verbänden der Schwangerenvorsorge stellt die BZgA daher Gynäkologinnen und Gynäkologen sowie Hebammen kostenfrei den Leitfaden „Bewusst verzichten. Alkoholfrei in der Schwangerschaft – Praxismodule für die Beratung Schwangerer“ zur Verfügung.

Für Schwangere, denen der Alkoholverzicht nicht leichtfällt, bietet die BZgA das niedrigschwellige, anonym nutzbare Online-Interventionsprogramm „IRIS“ an, erreichbar unter www.iris-plattform.de (s. Abb. li.).



Auch Fachkräfte der Suchtprävention können rund um den „Tag des alkoholgeschädigten Kindes“ am 09. September 2019 werdende Mütter für die Risiken des Alkoholkonsums in der Schwangerschaft sensibilisieren.

Dabei unterstützt die BZgA mit Materialien, die kostenfrei bestellt werden können, wie beispielsweise das Faltblatt „Informationen zum Thema Alkohol für Schwangere und ihre Partner“ (s. Abb. re.).

Weitere Informationen und Bestellmöglichkeiten: www.kenn-dein-limit.de > **Informieren > In der Schwangerschaft.**

Termine

20. Interdisziplinärer Kongress für Suchtmedizin München, 04. – 06.07.2019

www.sv-veranstaltungen.de/de/event/suchtkongress

Deutscher Suchtkongress 2019

Mainz, 16. – 18.09.2019

www.suchtkongress.org

17. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle

Heidelberg, 04. – 05.12.2019

www.dkfz.de, Menüpunkt „Tabakkontrolle“

Kontakt

Alkohol? Kenn dein Limit.

www.kenn-dein-limit.info

Internetseite der Jugendkampagne

Kontakt: limit-info@bzga.de

www.kenn-dein-limit.de

Internetseite der Erwachsenenkampagne

Kontakt: limit-de@bzga.de

BZgA

www.bzga.de

Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Kontakt: poststelle@bzga.de

Impressum

V.i.S.d.P.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Leitung: Dr. med. Heidrun Thaiss

Maarweg 149 – 161, 50825 Köln

Sie können diesen Newsletter mit der Bestellnummer 322500-20 kostenlos beziehen unter:

www.bzga.de/infomaterialien

Fax: +49 (0) 221 – 89 92 257

Kontakt: order@bzga.de

„Alkohol? Kenn dein Limit.“ – eine Kampagne der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), mit Unterstützung des Verbandes der Privaten Krankenversicherung e. V. (PKV) und der Bundesrepublik Deutschland.

