

feelOK.de

Jahresbericht 2022



feelOK.de

Baden-Württembergischer Landesverband
für Prävention und Rehabilitation gGmbH

Renchtalstr. 14

77871 Renchen

feelok@bw-lv.de

feelOK.de/jahresberichte

April2023

<i>feelOK.de: Die Gesundheitsplattform</i>	<i>3</i>
<i>Jahr 2022</i>	<i>5</i>
Realisierte Projekte und Maßnahmen	5
Team	6
Thematische Patronatsinstitutionen und Kooperationspartner	7
Finanzierung	7
<i>Statistiken</i>	<i>8</i>
Übersicht	8
Nach Thema	8
Instrumente für Lehrpersonen und Multiplikator*innen	9
Nach Bundesländern	9
<i>Geplante Projekte fürs Jahr 2023</i>	<i>10</i>
Imagefilm für Fachkräfte	10
Digitale Landkarte	10
Neues Thema «Klima»	10
Neues Thema «Entscheidungen»	10
Weitere neue Themen	10
Erweiterung des Moduls «Onlinesucht»	10
feelOK Video-Challenge	11
Thematische Kurzfassungen	11
Multiplikator*innenschulung	11
Projekte in Vorabklärung ab 2024	11

feelOK.de: Die Gesundheitsplattform

feelOK.de unterstützt junge Menschen seit 2011 dabei, ihre Gesundheitskompetenz zu fördern. Zahlreiche Themengebiete werden mittels Empfehlungen, Spielen, Tests und Video-Clips jugendgerecht und vielseitig vertieft.

Zu den Themen für Jugendliche von feelOK.de gehören:

- **Entwicklungsaufgaben:** Medienkompetenz, Liebe und Sexualität.
- **Psychische Gesundheit:** Selbstvertrauen und Selbstwert, Stress und Soziale Ängste.
- **Sucht:** Alkohol, Cannabis, Onlinesucht und Tabak.

feelOK.de ist ein einzigartiger Methodenbaukasten für die universelle Prävention im schulischen Bereich. Für Lehrpersonen und Multiplikator*innen bietet feelOK.de gebrauchsfertige didaktische Materialien in Form von:

- Ablaufplänen zu jedem Thema
- Methodenbeschreibungen, themenübergreifende Anwendung
- Arbeitsblättern

Mit den Materialien können Gesundheitsinhalte auf jugendgerechte und kreative Art bearbeitet werden. Sie bieten die Möglichkeit, Inhalte individuell an den Lern- und Wissensstand der Jugendlichen anzupassen.

Von Beginn an wurde die Entwicklung von feel-ok, als vormaliges Interventionsprogramm der Universität Zürich, von einer intensiven Forschungstätigkeit begleitet. Alle Studien können unter feelok.de/infos-berichte heruntergeladen werden.

feel-ok.ch

Das Projekt feel-ok.ch startete in der Schweiz im Jahr 1999. Der Entwickler von dieser Gesundheitsplattform für Jugendliche und Multiplikator*innen ist [RADIX](#) - Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention.

Durch die langjährige Entwicklung bietet feel-ok.ch viele weitere Themen an:

- **Entwicklungsaufgaben:** [Beruf](#) und [Queer](#).
- **Psychische Gesundheit:** [Freizeit](#), [Gewalt](#), [Häusliche Gewalt](#), [Essstörungen](#), [Jugendrechte](#), [psychische Störungen](#), [Suizidalität](#), [Vorurteile](#), [Young Carers](#) und [Früherkennung und Frühintervention](#).
- **Sucht:** [Glücksspiel](#), und [Smart drugs](#).
- **Körperliche Gesundheit:** [Ernährung](#), [Gewicht](#), [Sonnenschutz](#) und [Sport](#).

Für Eltern von Jugendlichen ist feel-ok.ch ein Ratgeber zu [Erziehung und Beziehung](#), [Alkohol](#), [Tabak](#), [Beruf](#), [häusliche Gewalt](#), [psychische Belastungen](#) und [Onlinesucht](#).

feel-ok.at

Die österreichische Website feel-ok.at, die von Styria vitalis als Trägerschaft seit 2004 verwaltet wird, behandelt zum Teil andere Themen als die Schweizer Plattform.

Extra feel-ok.at-Themen sind:

- **Ernährung:** [Ernährungstrends und Fitness](#) · [Lebensmittel](#) · [Ernährungsformen und Unverträglichkeiten](#)
- **Sport:** [Fitness und Sportarten](#) · [Trainingsvorbereitung](#) · [Trendsportarten](#)
- **Medienkompetenz:** [Fake News und Verschwörungstheorien](#) · [Free-to-Play Spiele](#)
- **Neue Sektionen für Jugendliche:** [Gesundheit und Krankheit](#) · [Klima](#) · [Lärm](#) · [Rausch und Risiko](#)
- **Für Lehrpersonen:** [Stress- und Klassenmanagement](#)

Jahr 2022

Realisierte Projekte und Maßnahmen

Die 2021 durchgeführte Bedarfsanalyse wurde ausgewertet und Verbesserungen hinsichtlich der Nutzer*innenanforderungen eingeleitet. Sie sind die Grundlage für die Veröffentlichung neuer Themen und weiteren zielgruppengerechten Anpassungen. feelOK.de wurde mit neuen Thema Soziale Ängste erweitert. Das Thema Stress wurde mit den Modulen «Stressprofi werden» und «Gestresst? Gelaugweilt? Schlechte Stimmung?» ergänzt. In einem Aktualisierungsprozess wurden die bestehenden Themen Alkohol, Cannabis und Rauchen überarbeitet.

Die Rubrik Lehrpersonen und Multiplikator*innen wurde strukturell überarbeitet. Neu ist die Einteilung in gebrauchsfertige Ablaufpläne für die Durchführung von Präventionseinheiten in der Arbeit mit Jugendlichen mit zugehörigen Arbeitsblättern und Methodenbeschreibungen. Für jedes Themengebiet gibt es mindestens einen Ablaufplan. Der Methodenbaukasten bietet Beschreibungen für Warm-Up-, Transfer- sowie Feedback- und Reflexionsübungen.

Zur Förderung der qualitativen Verwendung von feelOK.de wurde eine digitale Schulung im Blended Learning-Konzept entwickelt. Präventionsfachkräfte, Lehrpersonen und Schulsozialarbeitende werden regelmäßig auf der Lernplattform „bwlv-Campus“ (moodle) mit anschließender Vernetzung über eine Community of Practice geschult. Über die Schulung soll die genannte Zielgruppe praxisorientiert im Umgang mit der Seite unterstützt werden. An dem Angebot haben im Jahr 2022 rund 60 Fachpersonen aus Baden-Württemberg teilgenommen.

Zur Attraktivitätssteigerung der Zielgruppe Jugendliche wird die Software H5P für die interaktive Gestaltung von Inhalten herangezogen. Neue interaktive Inhalte für Jugendliche wurden veröffentlicht: Memory, Persönlichkeitstest, digitale Lernkarten. Ein Imagefilm für Multiplikator*innen wurde gedreht und wird Anfang 2023 veröffentlicht.

Im Rahmen der Förderung durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration kooperiert feelOK.de verstärkt mit Universitäten, Hochschulen und Landkreisen. Der Landkreis Waldshut sowie die Stadt Baden-Baden sind offizielle feelOK-Partnerregionen. In diesen Regionen wird die Gesundheitsplattform flächendeckend etabliert.

Seit 2022 wird von feelOK.de neben dem Newsletter der Schweiz ein eigener Newsletter veröffentlicht, um die wachsende feelOK Community an den laufenden Prozessen teilhaben zu lassen. Man kann sich neuerdings auf feelOK.de für unseren Newsletter registrieren. Dieser wurde sehr gut angenommen und hat in einem Jahr zahlreiche Anmeldungen erzielt. Mit dem neuen Tool wurden bisher zwei Newsletter versendet.

Besonders oft wurden die Inhalte der Sektionen Cannabis und Tabak konsultiert (mehr Details ab Seite 8).

Team

Zum Team von feelok.de, feel-ok.at und feel-ok.ch gehörten im Jahr 2022 folgende Mitarbeitende:

DE



Heiko Probst
Leiter feelok.de
heiko.probst@bw-lv.de
(0174 219 98 04)



Lisa Jehle
Mitarbeiterin feelok.de
lisa.jehle@bw-lv.de



Michelle Knötzsch
Mitarbeiterin feelok.de
michelle.knoetzsch@bw-lv.de

AT



Magdalena Trost
Kordinatorin feel-ok.at
magdalena.trost@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-13)



Inge Zelinka Roitner
Leiterin Kindergarten & Schule bei Styria vitalis
inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-41)

CH



Oliver Padlina | Dr. Phil., MPH
Leiter feel-ok.ch (seit 1999)
padlina@radix.ch
078 / 862 27 79



Simone Ranieri
Fachperson Administration
info-zh@radix.ch
044 / 360 41 00



Serkan Tüten
Programmierer feel-ok.ch (seit 2010)
modulus.ch



Silvia Fasani
Fachperson Administration
info-zh@radix.ch
044 / 360 41 00

Mehr Details auf feelok.de/infos-team

Thematische Patronatsinstitutionen und Kooperationspartner

myclimate Deutschland und NABU Baden-Württemberg ergänzen seit 2022 das Fachnetzwerk von feelOK.de für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte zum Thema Klima. Wir heißen die beiden Organisationen herzlich willkommen im feelOK.de-Netzwerk.

Für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte ergänzen seit 2021 zwei neue Fachorganisationen das feelok.de-Fachnetzwerk. Wir heißen die Abteilung für Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalter der Universität Bern sowie die Abteilung Sport und Freizeitsicherheit des Kuratoriums für Verkehrssicherheit (KFV) herzlich willkommen und freuen uns auf die gemeinsame Zusammenarbeit.

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feelOK.de verantwortlich. In dieser Rolle stellen die Institutionen sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

feelOK.de befindet sich gerade in einem Prozess des Wiederaufbaus eines Fachnetzwerkes. Welche Fachorganisation für welches Thema auf feelOK.de zuständig ist, erfahren Sie zukünftig auf feelok.de/infos-netzwerk/

Dazu gehören: „Ginko Stiftung für Prävention“, „HaLT Service Center“, „Hessische Landesstelle für Suchtfragen“, „Hochschule für angewandte Wissenschaften Kempten“, „Kuratorium für Verkehrssicherheit Wien“, „LAG Mädchen*politik Baden-Württemberg“, „Landkreis Waldshut“, „Landesstelle für Suchtfragen Baden-Württemberg“, „myclimate Deutschland“, „NABU Baden-Württemberg“, „Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen“, „Nichtraucher-Initiative Deutschland e.V.“, „Der PARITÄTISCHE Baden-Württemberg“, „Pädagogische Hochschule Freiburg“, „Pro-Rauchfrei e.V.“, „rauchfrei (BZgA)“, „Netzwerk Schulsozialarbeit Baden-Württemberg e.V.“, „Abteilung für Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters, Universität Bern“, „Villa Schöpflin“.

Finanzierung



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

Das Projekt wird seit August 2021 gefördert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

Wir bedanken uns bei dem Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration, die mit ihrer Förderung die Existenz und die notwendige Weiterentwicklung von feelOK.de ermöglicht haben. Weiter bedanken wir uns bei dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg für die Unterstützung und die gute Zusammenarbeit.

Statistiken

Alle Statistiken beziehen sich auf das Jahr 2022.

Übersicht

Im Jahr 2022 wurde feelOK.de insgesamt 69.839-mal besucht. Dabei wurden 124.670 Seiten aufgerufen. feelOK.de wird in ganz Deutschland genutzt. Am häufigsten wird feelOK.de in Nordrhein-Westfalen und Baden-Württemberg genutzt (35,38 %). Die Verweildauer liegt im Schnitt bei 1,12 min. Der Bereich Lehrpersonen und Multiplikator*innen weist hingegen eine Verweildauer von 8,11 min auf - eine Steigerung über 10 % im Vergleich zum Vorjahr.

Nach Thema

feelOK.de enthält 8 thematische Sektionen, die sich an Jugendliche und junge Erwachsene richten. Besonders oft wurden die Inhalte zu Tabak und Cannabis aufgerufen. Die Nutzung der Themen mit grün gefärbten Statistikwerten hat im Vergleich zum vorherigen Jahr zugenommen.

Themen für Jugendliche	Sitzungen 2022	Seitenaufrufe	Prozent
Cannabis	24.644	39.519	35,29 %
Tabak	18.561	34.335	26,58 %
Sexualität	7.032	16.303	10,51 %
Alkohol	5.056	19.488	7,42 %
Selbstvertrauen	4.846	16.369	6,94 %
Onlinewelt	3.294	12.844	4,72 %
Stress	1.768	11.787	2,53 %
Soziale Ängste (seit Okt. 2022)	364	3.708	0,52 %

In den thematischen Sektionen bietet feelOK.de interaktive Online-Tools an, damit Lehrpersonen die Inhalte mit Jugendlichen auf kreative und spannende Weise vertiefen können. Tools, die im Jahr 2022 häufiger als im vorherigen Jahr eingesetzt wurden, haben grüngefärbte Nutzungswerte.

(Interaktive) Angebote für Jugendliche	Sitzungen 2022	Seitenaufrufe
Tests zu Selbstvertrauen	4.720	15.289
Leiterspiel Alkohol Cannabis Rauchen	1.109	10.347
Interaktive Tools zu Tabak	1.022	4.735
Beratungsangebote	724	8.041
Der Online-Sucht-Test	422	2.854
Cannabis-Check	373	4.306
Tests zu Stress	330	3.374
Alkohol-Quiz	300	3.718
Alkohol-Check	286	3.700
Soziale Ängste-Check	97	1.182

Test „Bist du ein Webprofi?“	40	448
Memory Soziale Ängste	33	605

Instrumente für Lehrpersonen und Multiplikator*innen

Die Nutzung des Bereichs für Lehrpersonen und Multiplikator*innen hat um 126,49 % zugenommen. Insgesamt wurde der Bereich 2.693 Mal besucht, indem 21.013 Seiten aufgerufen wurden.

Materialien für Multiplikator*innen	Sitzungen 2022	Seitenaufrufe
Ablaufpläne	631	8.704
Arbeitsblätter	813	10.742
Methoden	485	7.296

Nach Bundesländern

Die Prozentwerte auf der Deutschlandkarte zeigen die Nutzung von feelOK.de gegliedert nach Bundesländern. Mit 9.775 Sitzungen führt Nordrhein-Westfalen, dicht gefolgt von Baden-Württemberg mit 9.688 Sitzungen. Bayern belegt mit 7.055 Sitzungen den dritten Platz. feelOK.de wird in ganz Deutschland genutzt.

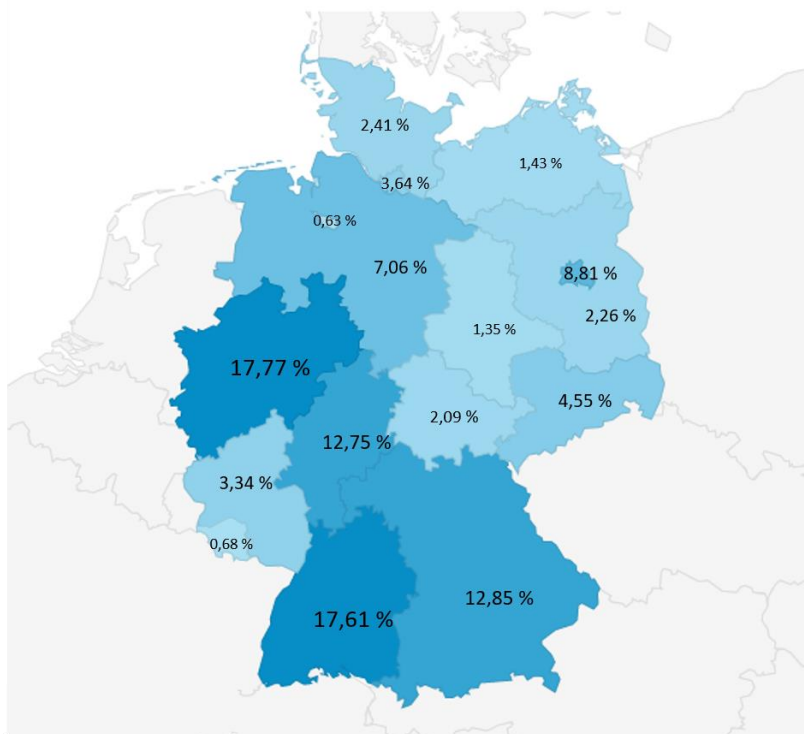


Abb. 1: Nutzung von feelok.de gegliedert nach Bundesländern.

Geplante Projekte fürs Jahr 2023

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche Projekte von feelOK.de für das Jahr 2023 geplant sind.

Imagefilm für Fachkräfte

Der Imagefilm zeigt in Kürze das auf, worum es bei feelOK.de geht und soll Fachkräfte in Baden-Württemberg zur eigenständigen Durchführung von universeller Prävention motivieren. Der Film wurde gemeinsam mit Kommunikation & Design Gröber GmbH & Co. KG sowie Jugendlichen und Schauspieler*innen aus dem Partnerlandkreis Waldshut entwickelt und gedreht. Über folgenden Link können Sie sich den kurzen Imagefilm ansehen: youtube.com/watch?v=IPY8Oakfihg

Digitale Landkarte

Im Jahr 2023 wird auch für feelOK.de die digitale Landkarte „info-quest“ mit regionalen Präventionsangeboten aufgebaut. Die Datenpflege startet mit den Präventionsangeboten der Partnerstadt- und Landkreise.

Neues Thema «Klima»

feelOK.de wird in Kooperation mit myclimate Deutschland und dem NABU Baden-Württemberg mit dem neuen Thema «Klima» für Jugendliche und Multiplikator*innen erweitert.

Neues Thema «Entscheidungen»

Das Thema «Entscheidungen» wird in Kooperation mit dem Kuratorium für Verkehrssicherheit Wien in die Themenvielfalt von feelOK.de aufgenommen, da eine Umfrage gezeigt hat, dass bei Jugendlichen ein Informationsbedürfnis zu diesem Thema besteht.

Weitere neue Themen

Des Weiteren sind für feelOK.de weitere neue Themen geplant. Wann diese veröffentlicht werden, hängt vor allem von den Kapazitäten der Patronatsorganisationen ab. In Planung befinden sich die Themen «Jugendrechte», «Glücksspiel», «Queer, LSBTQIA*», «psychische Gesundheit» und «Suizidalität».

Erweiterung des Moduls «Onlinesucht»

Das Modul «Onlinesucht» wird den Baden-Württembergischen Landesverband für Prävention und Rehabilitation selbst aktualisiert und erweitert. Zukünftig wird das Thema unter «digitaler Abhängigkeit» zu finden sein.

feelOK Video-Challenge

Für Schüler*innen wird ein partizipativer Wettbewerb entwickelt. Ziel ist es, das sich Jugendliche mit Gesundheitsthemen beschäftigen und kritisch auseinandersetzen. Die feelOK Video-Challenge soll Schulen und Jugendliche in ganz Baden-Württemberg erreichen. Die Gewinner-Videos werden anschließend auf feelOK.de veröffentlicht.

Thematische Kurzfassungen

Statistiken von feel-ok.ch weisen darauf hin, dass die Kurzfassungen von Gesundheitsthemen oft gelesen werden. Deshalb wird die Rubrik «In Kürze» mit neuen Zusammenfassungen von Gesundheitsthemen und mit den dazu gehörenden didaktischen Instrumenten erscheinen. Die Kurzfassungen werden zusätzlich in Leichter Sprache realisiert.

Multiplikator*innenschulung

Über die Schulung im Blended Learning-Format sollen 2023 monatliche Schulungen stattfinden. Die Multiplikator*innenschulung wird um ein weiteres kompakteres Format ergänzt.

Projekte in Vorabklärung ab 2024

Das Jahr 2023 dient auch dazu, neue Projekte für den Zeitraum ab 2024 zu prüfen. Dazu gehören vor allem die Weiterfinanzierung der Gesundheitsplattform sowie die Planung neuer Themen und didaktischer Materialien mit feelOK.de.

Interessierte können mit der Programmleitung von feel-ok.ch für weiterführende Informationen Kontakt aufnehmen.