

ready **4** life

Die interaktive Coaching-App

Manual

für **Multiplikator*innen** (Jugendservice)



Inhalt

Einführung, Hintergrund und Konzepte	2
Hintergrund (Idee, Partnerorganisationen, Verlinkungen)	2
Ziele	3
Suchtpräventive Konzepte	3
Website	4
Preise	4
Einsatz von ready4life in (sozial-)pädagogischen Einrichtungen	5
Die App	6
Technische Voraussetzungen	6
Datenschutz	6
Gamification	7
Ampelfarben und Erklärungen	7
Fragen im Onboarding zu den jeweiligen Modulen und Erklärung für die Ampelfarbe	8
Module, Level und Bonuslevel	11
Extras - Coachings	15
Tagebücher	16
Features zu Bewegung	17
Ask the Expert	18
User Life Hacks und Bilderfreigabe	19
Passwörterstellung und Passwortliste	19
Gruppenfeedback	19

Einführung, Hintergrund und Konzepte

Hintergrund (Idee, Partnerorganisationen, Verlinkungen)

ready4life ist ein Programm für Jugendliche ab 14 Jahren, das der Zielgruppe Inhalte der Suchtprävention zum einen durch die Abhaltung von Workshops näherbringt und gleichzeitig die Möglichkeit bietet, darüber hinaus mittels einer (Chatbot)-App an den Themen weiterzuarbeiten.

Gesundheitsförderung, Förderung der Lebenskompetenzen und der psychosozialen Gesundheit finden nicht mehr nur in der Schule, Vereinen, Jugendzentren oder dem Betrieb statt, sondern auch dort, wo sich Jugendliche bewegen – im virtuellen Raum, auf ihrem Smartphone.

Dieses Projekt hat zum Ziel, Jugendliche und junge Erwachsene frühzeitig zu sensibilisieren und ihre Ressourcen zu stärken, um sie in ihrer Gesundheit zu fördern und einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

Teilnehmende starten ready4life mit einem suchtpreventiven Workshop oder Vortrag, der in unterschiedlichen Settings (Schule, Internat, Betrieb, Jugendzentrum, ...) angeboten wird. Das anschließende mehrwöchige Coaching ist freiwillig, anonym, kostenlos und für die Jugendlichen zeitlich frei wählbar. Das bereits seit 2019 bestehende Programm wurde mit Schuljahr 2022/23 von den österreichischen Fachstellen für Suchtprävention übernommen und in unterschiedlichen Ausprägungen in allen Bundesländern umgesetzt.



ready4life ist ein Projekt der Lungenliga beider Basel und des Schweizer Instituts für Sucht- und Gesundheitsforschung in Kooperation mit dem Institut Suchtprävention der pro mente OÖ in Österreich. Die technische Umsetzung geschieht in Zusammenarbeit mit Pathmate Technologies.

Während des Programms wird auf zusätzliche Inhalte und Angebote folgender Einrichtungen verlinkt

- [feel-ok.at](https://www.feel-ok.at)
- Rat auf Draht
- Rauchfrei Telefon
- Saferinternet
- Canreduce

Ziele

Die Zielsetzung von ready4life beinhaltet:

- Förderung von Lebens- und Sozialkompetenzen
- Stärkung der Stressbewältigungs- und Kommunikationsfähigkeiten
- Stärkung der Widerstandsfähigkeit gegenüber riskantem Substanzkonsum (Alkohol, Tabak, Cannabis)
- Vorbeugung einer problematischen Nutzung im Bereich „Social Media und Gaming.“
- Förderung eines gesunden Körperselbstbilds und Motivation zu mehr Bewegung

Die Nutzung der App bietet Jugendlichen Flexibilität bei der Auseinandersetzung mit wichtigen Themen. Wartezeiten und Pausen können sinnvoll genutzt werden, indem ein kurzer, zielgerichteter Chat über relevante Inhalte gestartet wird. Jugendliche können dabei selbst entscheiden, welche beiden Module (Auswahl: Tabak & Nikotin, Alkohol, Cannabis, Social Media & Gaming, Bewegung, Stress, Sozialkompetenz) sie gerade am meisten interessieren und mit diesen starten. Diese Möglichkeit zur individuellen Auswahl und zeitlichen Flexibilität markiert eine Neuerung in der Präventionsarbeit im Vergleich zu herkömmlichen Workshops und Gruppenaktivitäten, die bisher an feste zeitliche und räumliche Rahmenbedingungen gebunden waren.

Suchtpräventive Konzepte

Das gesamte Programm ready4life (die App, als auch die Workshops) basiert auf suchtpräventiven Konzepten.

Zentraler Ansatz ist vor allem die Förderung von Lebenskompetenzen, die Jugendliche dazu ermächtigen, einen angemessenen Umgang mit Mitmenschen und sich selbst zu pflegen.

Diese Lebenskompetenzen sind entscheidend für die Bewältigung verschiedener Herausforderungen im Leben, und tragen zur Förderung der körperlichen, geistigen und sozialen Gesundheit bei. Sie werden als grundlegend angesehen, um ein gesundes und erfülltes Leben führen zu können.

(10 zentrale "Life Skills" nach WHO, 1994)

Lebenskompetenzansatz

- Problemlösungsfertigkeiten
- Effektive Kommunikationsfertigkeiten
- Interpersonale Beziehungsfertigkeit
- Gefühlsbewältigung
- Stressbewältigung
- Empathie
- Selbstwahrnehmung
- Kreatives denken
- Kritisches Denken
- Fähigkeit Entscheidungen zu treffen

Schutz- und Risikofaktoren Das Konzept der Schutz- und Risikofaktoren beschreibt die verschiedenen Einflussfaktoren, die Gesundheit und Wohlbefinden einer Person beeinflussen können. Schutzfaktoren sind jene Merkmale oder Bedingungen, die das Risiko für negative Auswirkungen auf die Gesundheit verringern oder die Widerstandsfähigkeit einer Person gegenüber Belastungen und Stressoren erhöhen. Risikofaktoren hingegen erhöhen das Risiko für gesundheitliche Probleme oder Krankheiten. Das Verständnis dieser Schutz- und Risikofaktoren ist für Jugendliche wichtig. Durch die Stärkung von Schutzfaktoren und die Reduzierung von Risikofaktoren kann die Gesundheit und das Wohlbefinden einer Person oder einer Gemeinschaft insgesamt verbessert werden.

Beispiele für Schutzfaktoren:

Individuum	Soziales Umfeld	Gesellschaft
Hohes Selbstbewusstsein	Wertschätzender und ermutigender Erziehungsstil	Möglichkeit an Teilhabe und Integration in Gesellschaft / Gemeinde
Hohe Selbstwirksamkeitserwartung	Stabile Bezugsperson(en)	Positive Werte und Normen
Hohe Bewältigungskompetenzen (soziale und emotionale Kompetenz)	Sichere Bindung	Gesetzliche Bestimmungen wie z. B. Altersgrenzen, Verkaufsbeschränkungen
Persönlichkeitseigenschaften wie z. B. Humor	Positives Familien- oder Schulklima	Gute sozio-ökonomische Bedingungen wie z. B. geringe Arbeitslosenrate, gute Infrastruktur der Wohnumgebung

Beispiele für Risikofaktoren:

Individuum	Soziales Umfeld	Gesellschaft
Geringes Selbstbewusstsein	Ungünstige soziale Ausgangslage wie z. B. Suchtproblematik in der Familie, delinquenter Freundeskreis	Soziale Benachteiligung/ Ausgrenzung
Verhaltensauffälligkeiten	Unbeständige/unsichere Bindung	Geringer sozialer Zusammenhalt
Mangelnde soziale, kognitive, emotionale Kompetenzen	Überforderung, Krankheit, häufiger Wohnungswechsel	Leichte Erhältlichkeit von Suchtmitteln
Persönlichkeitseigenschaften wie z. B. Ängstlichkeit, starkes Bedürfnis nach intensiver Stimulation (Sensation-Seeking)	Keine ausreichend stabilen Sozialkontakte/FreundInnen	Unklare Normen

Website

Auf ready4life.at finden sich umfassende Programmbeschreibungen für Jugendliche und Multiplikator*innen in Schulen und Betrieben. Die Website bietet Zugriff auf Pressemitteilungen, Informationen zu der jährlichen Preisverleihung in den Bundesländern, Fachstelleninformationen und aktuelle Instagram-Beiträge ([ready4life_at](https://www.instagram.com/ready4life_at)).

Darüber hinaus steht ein Video zur Verfügung, das den Jugendlichen vorab gezeigt werden kann, welchen Nutzen sie aus der App ziehen können und einen ersten Eindruck bekommen.

Preise

Als Anreiz für die Teilnahme werden in jedem Bundesland Preise in Form von Gutscheinen vergeben. Die Jugendlichen mit den meisten Credits im Bundesland bekommen je einen Warengutschein. Credits können während Nutzung der App gesammelt werden und steigen durch Fortschritte im Coaching, Teilnahme an den "User Life Hacks", etc. Insgesamt werden pro Bundesland in der Regel Preise im Wert von 600 Euro vergeben.

Es können maximal 406 Credits erreicht werden.

Die Preise werden jährlich im September unter den Teilnehmenden mit den meisten Credits verlost, die während des Schuljahres (September – Juli) aktiv am Programm teilgenommen haben. Die Verleihung der Preise findet je nach Bundesland im September oder Oktober statt.

Die Aufteilung der Wertgutscheine im jeweiligen Bundesland findet sich unter:

https://www.ready4life.at/?page_id=516

Einsatz von ready4life in (sozial-)pädagogischen Einrichtungen

Die ready4life App ist ein vielseitiges digitales Werkzeug für Gruppen- und Einzelarbeit mit Jugendlichen in verschiedenen Settings. Pädagogische und sozialarbeiterische Fachkräfte können über die App mit Jugendlichen zu den Modulen in Diskussion treten, wodurch sich Möglichkeiten zur Reflexion, Beziehungsarbeit und Prävention gleichermaßen bieten. Gezielte Fragen regen die Jugendlichen dazu an, sich aktiv mit den Inhalten der App zu beschäftigen und diese in ihren Alltag zu integrieren. Jugendlichen Teilnehmenden bietet sich außerdem die Möglichkeit, persönliche Fragen via App an Fachpersonen der Suchtprävention zu stellen, in Austausch zu gehen und die Themen mit Erwachsenen auf Augenhöhe zu besprechen.

Die App

Technische Voraussetzungen

ready4life wird von den Teilnehmenden auf deren eigenen Smartphones installiert.

Der **Download** erfolgt im App Store oder Google Play Store. Verlinkung dazu findet sich auf ready4life.at.

ready4life
Die interaktive Coaching-App

Home Media Gewinne Bundesländer

Die suchtpreventive Coaching App für Jugendliche und junge Erwachsene

Stress und Konflikte sind Teil der jugendlichen Lebensphase und stehen oft in Zusammenhang mit Substanzkonsum und problematischem Verhalten. ready4life unterstützt Jugendliche und junge Erwachsene in der Bewältigung von Stresssituationen und gibt Informationen, um im Sinne der Gesundheitsförderung einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

ready4life ist freiwillig, anonym und kostenlos.

Download on the Google play | Download on the App Store

Technische Voraussetzung für die Nutzung der App (aktuelle Version: 6.0.4)

- Betriebssystem: Android (z. B. Samsung): Version 8 und höher
- Betriebssystem: IOS (Apple): Version 12.3 und höher
- Bei Huawei- Smartphones, die keinen Zugang zum Play Store haben, kann man die App über folgenden Link downloaden (bei google nach "apk ready4life" suchen):

<https://apkpure.com/ready4life/ch.lungenliga.ready4life>

Während der Nutzung der App (vor allem, während der Erstinutzung) sollte eine stabile Internetverbindung gewährleistet sein (WLAN in Schulungsraum oder mobiles Internet).

Für die Nutzung der App werden etwa 100 MB freier Speicherplatz auf dem Smartphone benötigt. Es wird deshalb empfohlen, diesen vorab sicherzustellen, indem gegebenenfalls nicht benötigte Dateien gelöscht werden. Dies kann bereits bei der Ankündigung des Workshops oder der Nutzung der App kommuniziert werden, um den Teilnehmer*innen ausreichend Zeit zur Vorbereitung zu geben.

Einige Jugendliche benötigen möglicherweise die elterliche Freigabe, beispielsweise über „Family Link“, um neue Apps auf ihren Smartphones installieren zu können. Es ist ratsam, diese Möglichkeit von Anfang an anzusprechen und betroffenen Jugendlichen zu erlauben, ihre Erziehungsberechtigten im Vorhinein per Nachricht oder Anruf zu kontaktieren, um eine unangenehme Situation in der Gruppe zu vermeiden.

Datenschutz

Die erhobenen Daten sind ausschließlich für die Nutzung der App bzw. für die wissenschaftliche Begleitung des Präventionsprogramms notwendig und werden anonymisiert verarbeitet.

Anzugebende Daten für die Nutzung der App:

- Nickname
- Geschlecht (m / w / divers)
- Alter
- Die eigene Person betreffende Angaben zu den Themenkomplexen: Stress, Sozialkompetenz, Substanzkonsum, Social Media und Gaming, Bewegung
- Bundesland

Ausschließlich für die Preisverleihung werden persönliche Daten (Telefonnummer, E-Mail) an uns weitergegeben. Dies geschieht auf freiwilliger Basis. Diese Daten werden nicht mit den zuvor genannten Informationen in Verbindung gebracht und **unmittelbar nach der Preisübergabe gelöscht**.

Gamification

Die App nutzt Gamification-Elemente, um die Motivation der Teilnehmenden zu fördern. Dabei sammeln die Jugendlichen Credits durch den Abschluss von Themenblöcken oder ganzen Modulen und haben die Chance, an Verlosungen teilzunehmen und Preise zu gewinnen. Neue Module und Themen werden nach Erreichen einer bestimmten Anzahl von Credits oder nach vorgegebenen Zeiträumen freigeschaltet. Durch die Integration spielerischer Elemente werden Teilnehmende dazu angeregt, sich aktiv mit den suchtpreventiven Inhalten auseinanderzusetzen und ihr eigenes Verhalten zu reflektieren. Durch die Integration von Belohnungen und Herausforderungen werden die Nutzer*innen dazu motiviert, die App langfristig zu nutzen und ihr Engagement aufrechtzuerhalten.

Ampelfarben und Erklärungen



Im Anschluss an die Online-Eingangsbefragung (Onboarding) erhalten die Teilnehmenden ein erstes individualisiertes Feedback, das auf ihren gesundheits- und lebenskompetenzbezogenen Angaben basiert. Mittels der drei Ampelfarben grün, gelb und rot wird den Teilnehmer*innen in Bezug auf die Themen Stress und Sozialkompetenz signalisiert, in welchen Bereichen bereits ein hohes Kompetenzniveau gegeben ist (grün) und in welchen Bereichen noch Verbesserungspotential (gelb oder rot) besteht. Bei den Themen Alkohol, Nikotin, Medien und Cannabis ist das Ampelfeedback eine Rückmeldung zum Konsumverhalten. Die Ampelfarbe beim Feedback zum Themenkomplex Bewegung ist eine Rückmeldung zum aktuellen körperlichen Aktivitätsniveau des*der Teilnehmenden.

Fragen im Onboarding zu den jeweiligen Modulen und Erklärung für die Ampelfarbe

Alkoholkonsum:

1. An wie vielen Tagen hast du in den letzten 30 Tagen *Alkohol* getrunken?
Sollte hier "0" angegeben werden – werden keine weiteren Fragen zum Thema Alkohol gestellt.

2. Warst du in den letzten 30 Tagen auf einer Party, bei einem Fest, mit Freunden unterwegs? Denke an die Situation, in der du am meisten alkoholische Getränke getrunken hast. Wie viele der abgebildeten Getränke hast du in dieser Situation getrunken?

3. Stell dir nun einen typischen Tag vor, an dem du Alkohol trinkst. Wie viele und welche Getränke trinkst du an so einem typischen Tag?

Die Teilnehmenden können dabei beliebig viele unterschiedliche Getränke in einer virtuellen Bar auswählen. Auf Basis der ausgewählten Getränke wird ein sogenanntes „Standardglas“ errechnet (in Österreich hat ein Standardglas 20 Gramm reinen Alkohol), das für die Erstellung des Ampelfeedbacks notwendig ist. Neben der Anzahl der Standardgläser werden zur Erstellung des Ampelfeedbacks folgende Kriterien herangezogen: Alter und Geschlecht, Alkoholkonsum an einem durchschnittlichen Tag und maximale Anzahl an Getränken pro Gelegenheit.



Tabak und Nikotin:

1. Wie oft hast du in den letzten 30 Tagen Tabak (Zigarette, Shisha, Zigarre usw.) oder nikotinhaltige Produkte (E-Zigarette, E-Shisha, Snus, Schnupf usw.) konsumiert?

Sollte hier "0" angegeben werden, werden keine weiteren Fragen zum Thema Tabak und Nikotin gestellt.

2. Welche Produkte konsumierst du?

Auswahlmöglichkeit:

- Klassische Zigaretten
- Schnupftabak
- Vapes/E-Zigaretten
- Tabakerhitzer
- Snus/Nicotine-Pouches

Nichtrauchende Personen bzw. Nicht-Nikotin-konsumierende bekommen ein grünes Feedback, Gelegenheitskonsumierende ein gelbes und regelmäßige Konsumierende ein rotes Feedback.

Social Media und Gaming:

1. Welches der folgenden Onlineangebote nutzt du am häufigsten?

- „Social Media (z.B. Instagram, Tiktok, Snapchat, Discord etc.)“
- „Gaming (z.B. Rollenspiele, Ego-Shooter usw.)“
- „Nichts davon“

2. Wie viel Zeit verbringst du täglich mit Social Media / Gaming an einem durchschnittlichen Wochentag? (Mo-Fr, in Stunden)

3. Wie viel Zeit verbringst du täglich mit Social Media / Gaming an einem Tag am Wochenende? (Sa-So, in Stunden)

4. Hast du im vergangenen Jahr ... (mit jeweils den Antwortmöglichkeiten Ja / Nein – diese Items werden zur Berechnung des Ampelfeedbacks herangezogen)

- ... regelmäßig an nichts anderes denken können als an den Moment, an dem du dich wieder mit Social Media/ Gaming beschäftigen kannst?

- ... dich regelmäßig unzufrieden gefühlt, weil du mehr Zeit für Social Media/ Gaming hast aufwenden wollen?

- ... dich oft unglücklich gefühlt, wenn du kein Social Media / Gaming nutzen konntest?

- ... oft Social Media / Gaming genutzt, um nicht an unangenehme Dinge denken zu müssen?

- ... oft heimlich Social Media / Gaming genutzt?
- ... regelmäßig kein Interesse an Hobbys oder anderen Beschäftigungen gehabt, weil du lieber mit Social Media / Gaming beschäftigt warst?
- ... regelmäßig Streit mit anderen gehabt durch deine Social Media / Gaming Nutzung?
- ... die Social Media / Gaming Nutzung nicht stoppen können, obwohl andere dir sagten, dass du das wirklich tun musst?
- ... ernsthafte Probleme mit deinen Eltern, Brüdern oder Schwestern oder Freunden gehabt durch deine Social Media / Gaming Nutzung?

Diese Fragen sind an den CIUS (Compulsive Internet Use Scale – Selbsttest für Internetbezogene Störungen) angelehnt.

Werden nicht mehr als zwei dieser Fragen mit JA beantwortet, so erhalten die Teilnehmenden ein grünes Ampelfeedback, bei nicht mehr als vier ein gelbes und darüber hinaus ein rotes Feedback.

Die Anzahl der am Bildschirm verbrachten Stunden spielt dabei keine Rolle, da dies allein nicht ausschlaggebend ist für das Erkennen einer problematischen Mediennutzung.

Cannabis:

1. Hast du jemals THC-haltiges Cannabis konsumiert oder zu dir genommen?

Wird hier "nein" angegeben, kommen die übrigen Fragen zu Cannabis nicht.

2. An wie vielen Tagen hast du in den letzten 30 Tagen THC-haltiges Cannabis geraucht oder zu dir genommen? (in Tagen)

Jugendliche, die niemals oder in den letzten 30 Tagen nicht konsumiert haben, erhalten ein grünes Feedback. All jene, die an maximal 4 Tagen im letzten Monat Cannabis zu sich genommen haben, bekommen ein gelbes und alle, die mehr als viermal gekifft haben, erhalten ein rotes Feedback.

Sozialkompetenz:

1. Wie sicher fühlst du dich in diesen Situationen? (5-teilige Ratingskala von „sehr unsicher“ bis „sehr sicher“)

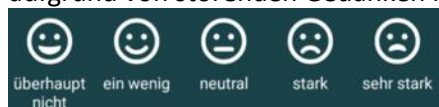
- Zu meiner Meinung stehen, auch wenn andere mich kritisieren.
- Sagen, wenn ich finde, dass ich etwas gut gemacht habe.
- Nachfragen, wenn ich an etwas Interesse habe, damit ich mehr erfahre.
- Zugeben, wenn ich Unrecht hatte.
- Anderen sagen, wenn ich etwas brauche.
- Anderen sagen, wenn mich etwas stört, was sie tun.
- Einer Gruppe von Freunden oder anderen Leuten sagen, dass ich nicht deren Meinung bin.
- Einer Gruppe von Freunden oder anderen Leuten sagen, wenn ich etwas nicht tun will.

Jugendliche, die im Durchschnitt einen Gesamtsummenscore von mehr als 3,5 aufweisen, erhalten ein grünes Feedback, zwischen 2,5 und 3,5 Punkten ein gelbes und unter 2,5 ein rotes Feedback.

Unter Sozialkompetenz werden verschiedene Fähigkeiten zusammengefasst, die für den Umgang mit anderen Personen wichtig sind. Darunter fallen beispielsweise Kommunikationsfähigkeit, Anpassungsfähigkeit oder zu seiner Meinung stehen.

Stress:

Jetzt würde mich interessieren, wie gestresst warst du in den letzten 30 Tagen? (Stress ist ein Zustand, in dem sich eine Person angespannt, unruhig, nervös oder ängstlich fühlt oder nachts aufgrund von störenden Gedanken nicht schlafen kann.)



1. Zurzeit stresst mich in der Schule/Lehre ...

- ... dass ich unter Zeitdruck stehe.

- ... dass ich Angst habe, nicht alles richtig oder gut zu machen.
- ... dass ich Konflikte mit Arbeitskollegen, Vorgesetzten oder Lehrpersonen habe.
- ... dass ich viele Hausaufgaben und Prüfungen habe.

2. Zurzeit stresst mich an meiner Freizeit ...

- ... dass ich Stress mit der Familie, Eltern oder dem Freundeskreis habe.
- ... dass in der Freizeit zu viel los ist und die Zeit nicht für alles reicht.

Antwortmöglichkeiten reichen wiederum von „überhaupt nicht“ bis „sehr stark“.

Jugendliche, die bei der Frage „Jetzt würde mich interessieren, wie gestresst warst du in den letzten 30 Tagen?“ „überhaupt nicht“ oder „ein wenig“ angeben, erhalten ein grünes Feedback. Bei der Antwortmöglichkeit „neutral“ erhalten sie ein gelbes Feedback und wenn sie „stark“ oder „sehr stark“ angeben, erhalten sie ein rotes Feedback.

Die Fragen unter 1. und 2. sind lediglich dazu da, zu verdeutlichen, was alles Einfluss auf das individuelle Stresslevel haben kann.

Bewegung:

1. In einer für dich typischen Woche, an wie vielen Tagen bist du normalerweise mindestens 60 Minuten pro Tag körperlich aktiv?

2. Wie viele Stunden in der Woche treibst du außerhalb des Schulunterrichts Sport, sodass du ins Schwitzen oder außer Atem kommst?

Die Ampelfarbe ergibt sich aus der Berechnung beider Antworten, die zuerst einzeln ausgewertet werden.

Antwort auf Frage 1 (Item1):

- ≥ 5 Tage pro Woche = grün
- ≥ 3 und <5 Tage pro Woche = gelb
- <3 Tage pro Woche = rot

Antwort auf Frage 2 (Item2):

- ≥ 5 Stunden pro Woche = grün
- ≥ 3 und <5 Stunden pro Woche = gelb
- < 3 Stunden pro Woche = rot

Item1	Item2	Ampelfarbe User*in
Rot	Rot	Rot
Rot	Gelb	Gelb
Rot	Grün	Gelb
Gelb	Rot	Gelb
Gelb	Gelb	Gelb
Gelb	Grün	Grün
Grün	Rot	Gelb
Grün	Gelb	Gelb
Grün	Grün	Grün

Module, Level und Bonuslevel



Nachdem die Teilnehmenden ihr persönliches Ampelfeedback erhalten und einen der vier Avatare als Coach gewählt haben, erfolgt die Modulauswahl, bei der zwei Module gewählt werden, mit denen begonnen wird. Es ist wichtig Jugendliche wissen zu lassen, dass sie die Module auswählen können, die sie am meisten interessieren, und nicht unbedingt die, welche im Ampelfeedback rot waren.

Nach Abschluss der ersten beiden Module wird ein weiteres Modul geöffnet, das in der aktuellen Version nicht frei wählbar ist, sondern automatisch zugeordnet wird.

Jedes Modul besteht aus 4 Levels und einer Abschlussbefragung. In jedem Level stehen unterschiedlich viele Bonuslevels zur Verfügung. Meist sind es aber 3 Bonuslevels. Die diversen Levels funktionieren nach unterschiedlichen Freischaltlogiken. Sollte jedoch ein Level begonnen und dann lange nicht mehr weiter bearbeitet werden, schaltet sich nach einem definierten Zeitraum von X Tagen maximal das nächste Level frei. Weitere Level werden erst freigeschaltet, wenn der*die Teilnehmende ein weiteres Level abschließt.

Wenn Teilnehmende regelmäßige am Chat teilnehmen und Levels abschließen, öffnen sich die höheren Levels dementsprechend früher – dabei ist es unerheblich, ob auch die Bonuslevel abgeschlossen wurden.

Bonuslevels können so lange absolviert werden, wie sich der*die Teilnehmende im Modul befindet. Sobald ein neues Modul begonnen wurde, kann man nicht mehr auf das vorherige Modul samt Levels und Bonuslevels zugreifen.

Für die anleitende Person besteht die Möglichkeit mittels Passworts das erste Modul vorzugeben.

Zuteilung

- 93 = Stress
- 94 = Social Media & Gaming
- 95 = Sozialkompetenz
- 96 = Alkohol
- 97 = Cannabis
- 98 = Tabak & Nikotin

Bsp.: Eine Lehrkraft in OÖ möchte im Schuljahr 24/25, dass ihre Klasse zum Thema Stress arbeitet: 3D6NA**93**

Die ersten 5 Stellen werden durch die zuständige Fachstelle ausgegeben.

Es ist WICHTIG, dass zu keiner Zeit von jemanden ein selbst zusammengestelltes Passwort verwendet wird, das nicht durch die jeweilige Fachstelle vergeben wurde. Es kann so nicht gewährleistet werden, dass es zu keinen Überschneidungen von Jugendgruppen oder Schulklassen kommt. Zudem würde es bei der Verlosung zu Komplikationen kommen. Ausschließlich die letzten 2 Stellen sind nach Zuteilung frei wählbar.

Jedes Modul hat 4 Levels mit unterschiedlich vielen Bonuslevels, in denen diverse Inhalte bearbeitet werden können:

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Sozialkompetenz	B1	Get ready
	B1a	Quiz
	B1b	Meine Stärken & Schwächen
	B1c	Wahrnehmung
	B2	Goal Getter
	B2a	Smalltalk, Dates, mündliche Prüfungen, Delphine und Co.
	B2b	Selbstsicheres Auftreten
	B2c	Meine Challenge
	B3	Deep Dive
	B3a	Digitale Missverständnisse
	B3b	Unangenehme Dinge ansprechen
	B3c	Die coolste Lehrerin - Empathie for the win!
	B4	Reflect & Grow

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Stress	B1	Get ready
	B1a	Stress wegen Smartphone?!
	B1b	Was kann Stress im Körper anrichten ?
	B1c	Stress-Check: Finde hier deinen Stresstypen heraus!
	B2	Goal Getter
	B2a	Entspannungs-Oase: Erkunde verschiedene Techniken zur Stressbewältigung!
	B2b	Hilfe, Prüfungsstress! - Tipps und Tricks für eine entspanntere Prüfungsphase.
	B2c	Schlaf oder Sport? Was hilft denn nun gegen Stress?!
	B3	Deep Dive
	B3a	Die Movement-Challenge
	B3b	Langfristige Folgen von Stress
	B3c	Mobbing, Überforderung, Blackouts und Co.
	B4	Reflect & Grow

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Bewegung	B1	Get ready
	B1a	Bewegung - warum überhaupt?
	B1b	Glauben an dich selbst, musst du
	B1c	I do it my way
	B2	Goal Getter
	B2a	Finde deinen Weg
	B2b	Vergiss mein nicht
	B2c	Cool down
	B3	Deep Dive
	B3a	Der Weg zum Erfolg
	B3b	Gemeinsam besser?
	B3c	Das 7-Minuten Workout
	B4	Reflect & Grow

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Cannabis	B1	Get ready
	B1a	Meine Einstellung zum Kiffen
	B1b	Cannabis-Quiz
	B1c	Ist mein Konsum problematisch?
	B2	Goal Getter
	B2a	Safer-Use-Regeln
	B2b	Meine Challenge
	B2c	Video Quiz
	B3	Deep Dive
	B3a	Video von einem Kiffer
	B3b	Legal oder illegal?
	B3c	Was sagen andere?
	B4	Reflect & Grow

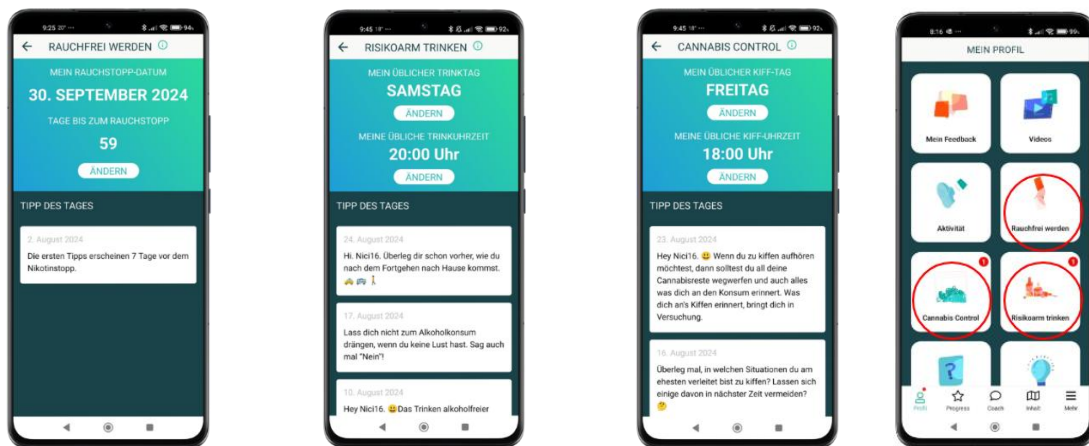
Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Alkohol	B1	Get ready
	B1a	Warum trinken Menschen eigentlich Alkohol?
	B1b	Mischkonsum
	B1c	Vorurteile - wahr oder falsch?
	B2	Goal Getter
	B2a	Safer-Use-Regeln
	B2b	Meine Challenge
	B2c	Komplette Eskalation durch Alkohol - der Erfahrungsbericht
	B3	Deep Dive
	B3a	Alkohol, Sex und Sport
	B3b	Video Quiz
	B3c	Quiz
	B4	Reflect & Grow

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Tabak & Nikotin	B1	Get ready
	B2	Goal Getter
	B2a	Zigaretten-Zorn: Die schockierende Realität
	B2b	Dampf-Dilemma: Vapes und E-Zigaretten
	B2c	Heiße Angelegenheit: Tabakerhitzer unter der Lupe
	B2d	Unauffällig aber gefährlich: Snus und Nicotine Pouches
	B2e	Shisha, Wasserpfeife, Hookah und Co. - wirklich so harmlos?
	B2f	Schnupf-Surprise: Die Überraschungen des Schnupftabaks
	B3	Deep Dive
	B3a	Quiz-Time
	B3b	Meine persönliche Challenge
	B4	Reflect & Grow

Modul	Level / Bonus-Level	Titel
Social Media & Gaming	B1	Get ready
	B1a	Spotlight: Wahre Geschichten
	B1b	Das Wissensduell
	B1c	Wer hats gesagt? Promi-Zitate
	B2	Goal Getter
	B2a	Kontrast-Konferenz: Das Debattenspiel
	B2b	Cyberschatten: Die dunkle Seite des Netzes
	B2c	Zielklar: Mit Wenn-Dann-Strategien zum Erfolg
	B3	Deep Dive
	B3a	Offline-Power: Durch kleine digitale Grenzen Zeit gewinnen
	B3b	Auf und Ab: Umgang mit Rückfällen
	B3c	Real oder Fake? Beauty-Standards und Filter-Wahn
	B4	Reflect & Grow

Extras - Coachings

Unter "Mein Profil" gibt es 3 Zusatz-Coachings, die im Menüpunkt "Mehr" als Ziele ausgewählt werden können.



•Rauchfrei werden

Dieses Extra-Coaching ist verfügbar, wenn Teilnehmende in der Eingangsbefragung angeben, täglich oder gelegentlich nikotinhaltige Produkte zu konsumieren, unabhängig davon, ob es sich um Zigaretten, Nikotinbeutel, Vapes, Snus usw. handelt.

Teilnehmende können ein Rauchstopp-Datum festlegen. Ab 7 Tagen vor diesem Datum erhalten sie täglich einen "Tipp des Tages", um den Rauchstopp zu unterstützen. Nach dem Datum des letzten Zigarettenkonsums erhalten sie täglich Tipps, um sie dabei zu unterstützen, rauchfrei zu bleiben. Jugendliche, die das Rauchen aufgeben möchten, sollten darauf hingewiesen werden, dass das Datum so festgelegt werden muss, dass die Tipps rechtzeitig beginnen können. Wenn sie also so bald wie möglich aufhören möchten, sollte das Rauchstopp-Datum in 7 Tagen liegen.

Bsp.: "Heute ist ein besonderer Tag. Du hast dir vorgenommen, aber morgen nicht mehr zu rauchen. Teile es deinen Freunden oder deiner Familie mit, sobald du deine letzte Zigarette geraucht hast, Plane jetzt schon, was du morgen machst. "

•Cannabis Control

Dieses Extra-Coaching ist nur verfügbar, wenn in der Eingangsbefragung angegeben wird, dass Cannabis (THC) konsumiert wird.

Bei Cannabis Control zielen die Tipps darauf ab, den Konsum zu reduzieren oder das Kiffen zu beenden. Die Teilnehmenden geben dabei ihren üblichen Kiff-Tag (Mo-So) und die übliche Kiff-Uhrzeit an. (Dies kann auch geändert werden). Wöchentlich erhalten sie dann zum angegebenen Zeitpunkt einen Tipp, der sie unterstützt, weniger oder kein Cannabis zu konsumieren.

Bsp.: "Erzähle einer Person, der du vertraust von deinem Cannabisstopp. So kannst du um Unterstützung bitten, wenn du was brauchst. "

•Risikoarm trinken

Das Extra-Coaching steht nur zur Verfügung, wenn in der Eingangsbefragung angegeben wird, in den letzten 30 Tagen mindestens 1 alkoholisches Getränk konsumiert zu haben.

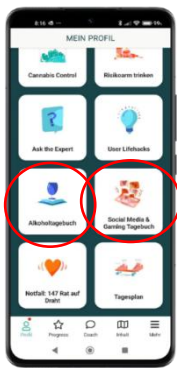
Bei "Risikoarm trinken" erhalten die Teilnehmenden Safer Use Tipps im Umgang mit Alkohol. Dafür geben sie zunächst ihren üblichen „Trinktag“ und die übliche „Trinkuhrzeit“ an, z.B.: Freitag um 19:00 Uhr.

Wöchentlich erhalten sie dann zu dieser Uhrzeit eine Nachricht mit Tipps für einen risikoärmeren Umgang mit Alkohol und Empfehlungen für Situationen, in denen Alkohol konsumiert wird.

Bsp.: "Gegen den Durst lieber ein Glas Wasser trinken. Alkoholische Getränke sollten ein Genussmittel und kein Durstlöscher sein."

Diese Tipps können auf dem Smartphone auch als Pop-Up-Nachrichten erscheinen.

Tagebücher



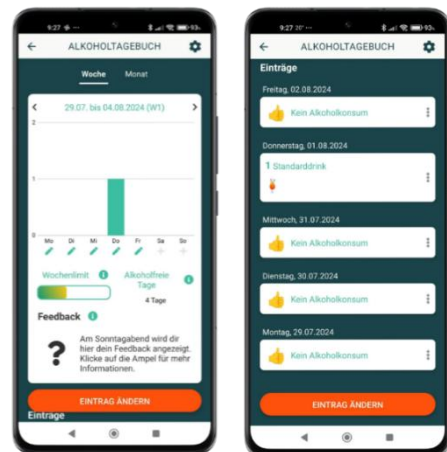
Ebenfalls unter Profil befinden sich das Alkohol- und das Social Media & Gaming Tagebuch. In den jeweiligen Tagebüchern können die Teilnehmenden gesondert einstellen, ob sie Push-Benachrichtigungen erhalten möchten.

- **Alkoholtagebuch**

Den Teilnehmenden steht unter "Mein Profil" ein Alkoholtagebuch zu Verfügung. Hier können sie täglich festhalten, ob es ein alkoholfreier Tag gewesen ist oder mittels virtueller Bar festhalten, welche alkoholischen Getränke an diesem Tag konsumiert wurden.

Im Tagebuch wird ein "Wochenlimit" angezeigt, welches Auskunft über die Anzahl der bereits konsumierten "Standarddrinks" in der aktuellen Woche gibt. Zusätzlich gibt es Informationen zum empfohlenen Konsum unter Einbezug des angegebenen Alters und Geschlechts.

Jeden Sonntagabend wird den Jugendlichen ein Feedback zu ihrem Wochenkonsum und am Monatsende zu ihrem Monatskonsum angezeigt.

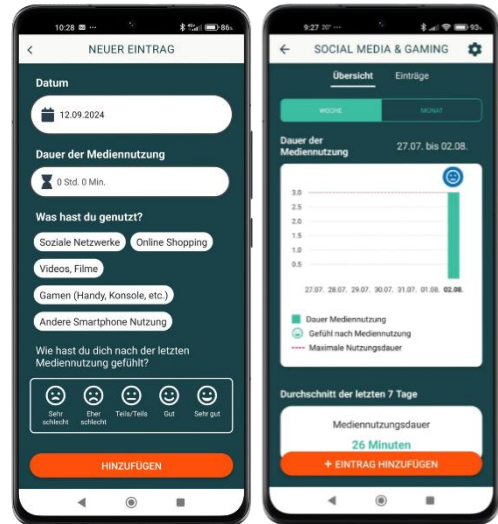


- **Social Media & Gaming Tagebuch**

Den Teilnehmenden steht unter „Mein Profil“ ein Medientagebuch zu Verfügung. Hier kann täglich eingetragen werden, wie viel Zeit die Person mit welchen Medien verbracht hat. Dabei steht zur Auswahl:

- Soziale Netzwerke
- Online Shopping
- Videos, Filme
- Spielen (Handy, Konsole, etc.)
- Andere Smartphone-Nutzung

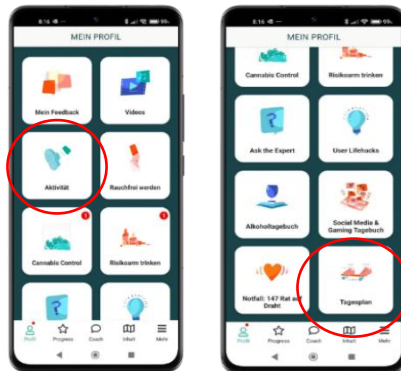
Danach kann noch festgehalten werden, wie man sich nach der letzten Mediennutzung gefühlt hat, was Jugendliche zusätzlich zum Reflektieren anregt.



In einer Gesamtübersicht erhalten Teilnehmende einen Überblick über die wöchentliche Mediennutzung, eine Berechnung der durchschnittlichen Mediennutzungsdauer während der letzten 7 Tage, die maximale Nutzungsdauer und ihre Gefühle während der Mediennutzung. Selbige Angaben und Berechnungen stehen auch auf monatlicher Basis zur Verfügung.

Features zu Bewegung

Weiters gibt es unter „Profil“ zwei zusätzliche Features zum Thema „Bewegung“ unter dem Icon „Aktivität“ und „Tagesplan“.



- **Aktivität**

Der Menüpunkt Aktivität beinhaltet einen Aktivitätentracker inkl. optionaler Verknüpfung mit Apple Health oder Google Fit. Es geht um ein „self-monitoring“ der körperlichen Aktivität. Dabei können **3 Bewegungsziele** festgelegt werden.

- **Tagesziel Schritte:** Inklusive eines altersadäquaten Vorschlages für eine täglich zu erreichende Schrittzahl.
- **Wochenziel Schritte:** Resultiert aus dem Tagesziel.
- **Wochenziel Aktivität:** Hier wird ein Wochenziel gesetzt, das auf Punkten basiert. Auch hier gibt es wieder eine empfohlene Punkteanzahl. Mit jeder Aktivität von moderater Intensität sammelt man 1 Punkt / Minute. Mit jeder Aktivität von hoher Intensität sammelt man 2 Punkt / Minute.

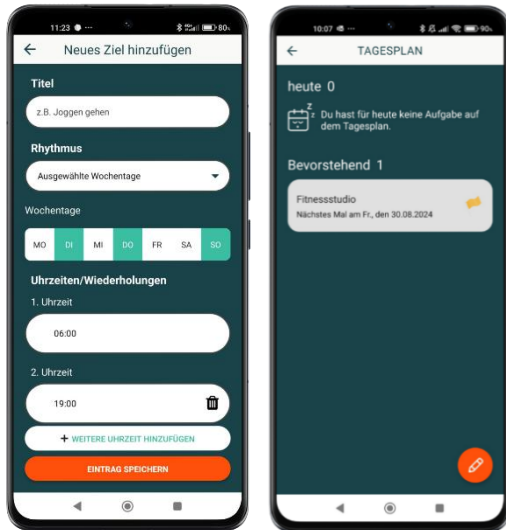


Zusätzlich gibt es die Möglichkeit sich einen wöchentlichen Verlauf der geleisteten Aktivitäten einzusehen.

- **Tagesplan**

Beim Tagesplan haben Teilnehmende die Möglichkeit, Ziele für körperliche Aktivitäten fest zu legen.

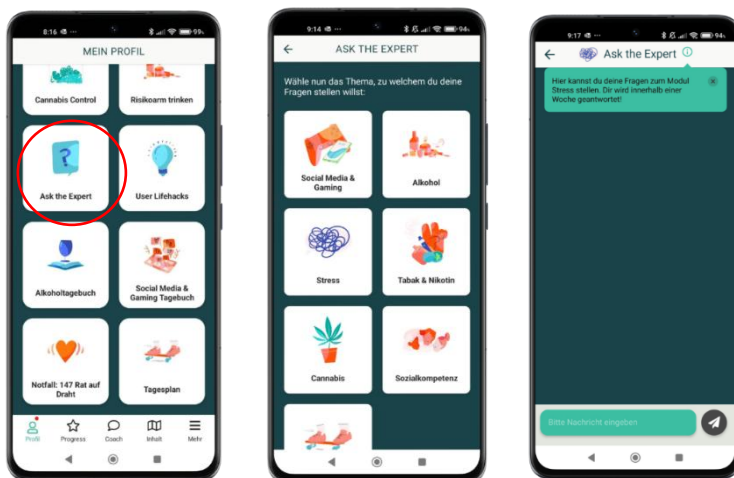
Dabei können unterschiedliche Aktivitäten festgelegt werden, die nach folgendem Prinzip eingegeben werden:



- Titel: Art der Aktivität – frei wählbar. Z.B Joggen, Fitnessstudio, Fußball, ...
- Rhythmus: Täglich oder frei wählbare Wochentage.
- Uhrzeit/Wiederholungen: Hier können eine oder mehrere Uhrzeiten angegeben werden, zu denen man die Aktivität durchführen möchte.

Wenn Push-Benachrichtigungen erlaubt wurden, wird man hier auch zeitgerecht an die bevorstehenden Aktivitäten erinnert.

Ask the Expert

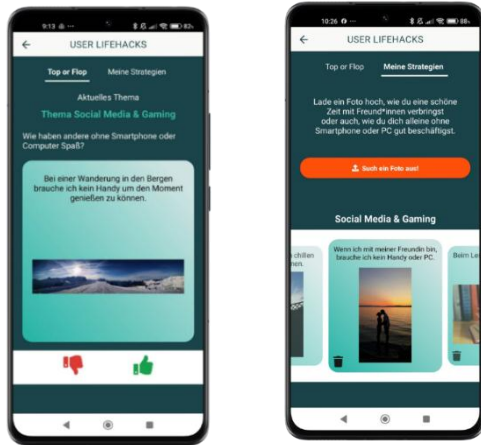


Da die App chatbot-basiert ist, haben Jugendliche im direkten Chat keine Möglichkeit, eigene Fragen zu formulieren. Stattdessen steht ihnen unter "Mein Profil" das Icon "Ask the Expert" zur Verfügung, wo Teilnehmende ihre Fragen an Mitarbeitende der jeweiligen Fachstellen in ihrem Bundesland richten können. Fragen können zu jeder Zeit und zu jedem Thema gestellt werden, auch wenn das dazugehörige Modul noch nicht geöffnet oder bearbeitet wurde.

Die Aufteilung der Fragen nach Modulen erfolgt aufgrund des Antwortsystems in der Schweiz, wo Fragen direkt an spezialisierte Stellen weitergeleitet werden und nicht wie in Österreich alle Fragen an einem Institut landen und beantwortet werden.

Die App gibt den Teilnehmer*innen die Auskunft, dass die Fragen innerhalb von 7 Tagen beantwortet werden. Die zuständigen Fachstellen sind aber übereingekommen, dass man die Wartezeit so gering wie möglich halten möchte und das Bemühen da ist weiterhin innerhalb von 48 Stunden zu antworten, wie es in der Vorgänger Version der App der Fall war.

User Life Hacks und Bilderfreigabe



In jedem Modul haben Teilnehmende die Möglichkeit passende Bilder zu spezifischen Fragestellungen hochzuladen. Die Frage im Alkoholmodul lautet zum Beispiel: "Wie genießen andere einen schönen Tag ohne Alkohol?" Jugendliche können hier ihre eigenen Ideen hochladen und anderen Teilnehmenden zur Verfügung stellen. Zusätzlich werden Strategien anderen ready4life-Nutzenden vorgeschlagen, die mit einem grünen "Daumen hoch" oder einem roten "Daumen runter" bewertet werden können, um passende Strategien zu speichern oder unpassende zu verwerfen. Der rote Daumen bedeutet dabei nicht, dass die Idee schlecht ist,

sondern dass sie nicht zur eigenen Situation passt.

Bevor hochgeladene Bilder anderen Teilnehmenden zur Verfügung stehen, werden sie im jeweiligen Bundesland überprüft. Dabei wird darauf geachtet, dass keine erkennbaren Gesichter oder Werbelogos im Bild zu sehen sind.

Bilder, auf denen z.B. sexistische oder rechtsextremistische Abbildungen zu sehen sind, werden ebenfalls abgelehnt.

Falls ein Bild abgelehnt wird, erhält der betreffende Nutzer eine Begründung für die Ablehnung.

Passwörterstellung und Passwortliste

In Österreich ist es nur mit einem Passwort möglich am Programm teilzunehmen. Diese Passwörter werden von der der Fachstelle für Suchprävention im jeweiligen Bundesland von den zuständigen Fachkräften generiert und an die Jugendlichen direkt oder an die Multiplikator*innen ausgegeben. Bei dem Passwort handelt es sich jeweils um ein Gruppenpasswort und nicht um ein individuell an einzelne Jugendliche oder junge Erwachsene vergebenes.

Die Passwörter bieten zum einen die Möglichkeit Rückschlüsse auf das Nutzungsverhalten in diversen Settings (Schule, Betrieb, offene Jugendarbeit, ...) zu ziehen und zum anderen die Gewissheit, dass das Programm von erwachsenen Ansprechpersonen begleitet wird oder die Inhalte in einem Workshop erarbeitet und vermittelt wurden. Wichtig ist daher die vom Institut ausgegebenen Passwörter zu verwenden. Für Multiplikator*innen im Jugendservice wird ein Passwort generiert, bei dem die ersten 5 Stellen vorgegeben sind und die letzten beiden Stellen nach einem bestimmten Schema frei vergeben werden können. Man muss also nicht für jede Gruppe erneut bei der jeweiligen Fachstelle anfragen.

Gruppenfeedback

Nachdem alle Teilnehmenden des Workshops das Onboarding abgeschlossen und ihr Ampelfeedback erhalten haben, hat man die Möglichkeit sich als Gruppe das gemeinsame Feedback anzusehen.

Dazu auf feedback.ready4life.at einfach das Passwort der Gruppe eingeben.

Alle Teilnehmenden, die mit diesem Passwort in die App eingestiegen sind, scheinen im Gruppenfeedback auf. Wenn eine größere Klasse auf 2 Workshopgruppen aufgeteilt ist, scheint also die ganze Klasse auf. Manchmal dauert es etwas länger, bis das System alle neuen Teilnehmenden erfasst hat und es ist möglich, dass statt 15 Jugendlichen, die das Onboarding gemacht haben, nur 12 im Feedback gelandet sind zum Zeitpunkt der Abfrage. Grundsätzlich steht die Auswertung erst ab 5 Teilnehmenden, die mit demselben Passwort das Onboarding abgeschlossen haben zur

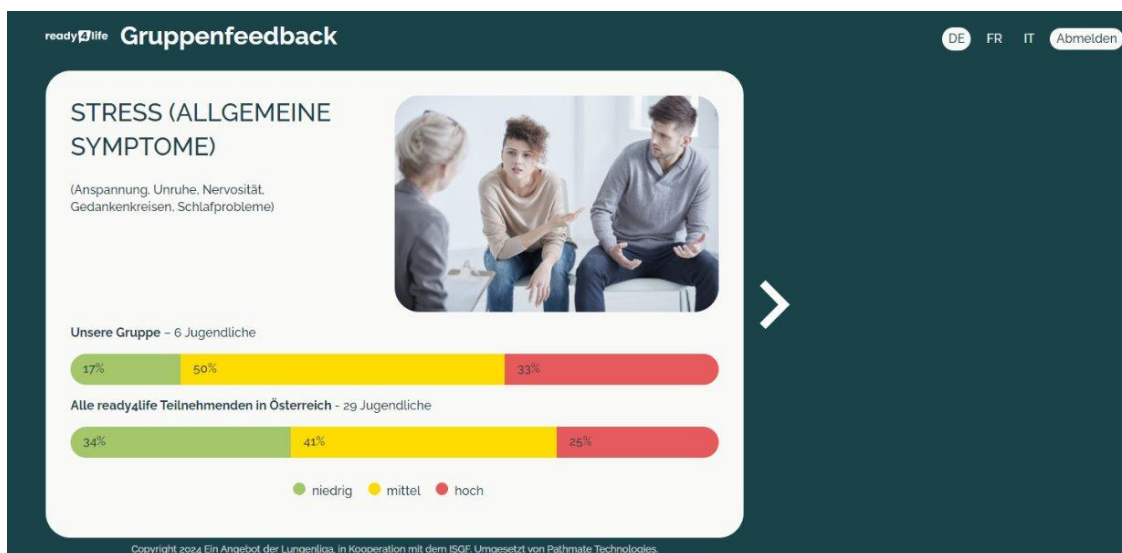
Verfügung. Die Begründung dafür liegt im Datenschutz – da man ab 5 Personen weniger leicht Rückschlüsse auf Einzelne ziehen kann.



Es kann aber auch sein, dass Jugendliche auf “nicht an ready4life teilnehmen” gedrückt haben oder einen Eingabefehler beim Passwort hatten. Um ein gemeinsames Feedback zu erhalten, ist es wichtig, dass hier im Workshop auf “JA” gedrückt wird. Den Jugendlichen muss das auch sehr deutlich gesagt werden – es passiert oft auch unabsichtlich, dass auf “nein” gedrückt wird oder weil es durch nicht genaues Lesen mit der Teilnahme an der Preisverlosung verwechselt wird.

Die Zahl der “Alle ready4life Teilnehmenden in Österreich” wird jedes Jahr in den Sommerferien zurückgesetzt auf 0. Das bedeutet, dass man das eigene Gruppenfeedback immer mit den gesamten Teilnehmenden in Österreich für das aktuelle Schuljahr vergleichen kann – insgesamt aber natürlich bei weitem mehr Teilnehmende in der App sind.

Sollt ein Workshop also im September stattfinden, kann es sein, dass bei der österreichweiten Vergleichszahl nur 20 Teilnehmende angeführt werden, obwohl zusammengefasst mehrere 1000 Jugendliche und junge Erwachsene die App bereits nutzen.



Das gemeinsame Durchsehen des Feedbacks bietet die Möglichkeit auf jedes Thema kurz oder auch intensiver einzugehen – je nachdem wie weit es bisher im Workshop schon behandelt wurde oder noch geplant ist.

Grundsätzlich kann man bei allen Modulen fragen, ob jemand überrascht über sein Ampelfeedback war. Das gibt auch die Möglichkeit zu erklären, warum das so gewesen sein könnte.

Wichtig ist auch immer wieder darauf hinzuweisen, dass sie dazu viele spannende Infos in der App bekommen oder bei Bedarf auch nach dem Workshop Fragen an Ask the Expert stellen können.

Beispielfragen Stress:

Wie macht sich Stress bei euch bemerkbar? Merkt ihr das auch körperlich? Wo spürt ihr Stress? Wie früh macht sich das bemerkbar? Es ist wichtig, Stress rechtzeitig zu erkennen. Je früher ich meine Stresssymptome erkenne, desto früher kann ich reagieren und durch diverse Maßnahmen meinen Stress reduzieren. Je früher man reagiert, desto leichter ist der Stress zu bewältigen. Was sind eure Strategien gegen Stress? ...

Beispielfragen Sozialkompetenz:

Ihr seid alle recht gut aufgestellt, was eure Sozialkompetenzen betrifft (meist ist der Großteil grün im Ampelfeedback), aber was sind eigentlich Sozialkompetenzen? Könnt ihr mir ein paar aufzählen? Meist werden Kompetenzen wie hilfsbereit, freundlich sein, auf andere eingehen etc. genannt. Man könnte erarbeiten / hinweisen, dass es auch dazu gehört zu seiner Meinung zu stehen und auch gut auf sich selbst zu achten. Anpassungsfähigkeit und Durchsetzungsvermögen. ...

Beispielfragen Social Media und Gaming:

War es bei euch eher Social Media oder Gaming, das euch am Smartphone hält? Man kann sich hier ein wenig erzählen lassen, womit die Jugendlichen genau ihre Zeit verbringen. Oft wird gefragt, wieso man nicht rot ist, obwohl man mehrere Stunden bei der täglichen Nutzung angegeben hat. Kann an dieser Stelle erklärt werden (siehe Erklärung Ampelfeedback).

Beispielfragen Tabak und Nikotin:

Gibt es klassische Raucher*innen in der Gruppe? Was ist sonst Thema? - Nikotinbeutel? Vapes? Wissen alle über die rechtliche Regelung Bescheid? Viele Möglichkeiten bei Konsumgewohnheiten nachzuhaken, zu reflektieren. Fragen zu beantworten. ...

Beispielfragen Alkohol:

Habt ihr schon Erfahrung mit Alkohol? Wie sind die Fortgegewohnheiten? Was macht Alkohol mit euch? Ist das angenehm oder unangenehm? In welchen Situationen ist es wichtig nüchtern zu sein? Wie ist es mit Gruppendruck, wenn ich keinen Alkohol trinken will etc. Verweis auf "Extra-Coaching" risikoarm trinken.

Beispielfragen Bewegung:

Wie gut schafft ihr es, euch für Aktivitäten zu motivieren?
Macht jemand regelmäßig Sport?
Welche körperlichen Aktivitäten machen euch Spaß?
Habt ihr Tricks um euch selbst zu motivieren?

Beispielfragen Cannabis:

Ausschließlich von Cannabis kann kein Gruppenfeedback abgerufen werden. Das hat den Hintergrund, dass es beispielsweise in manchen Schulen nicht möglich ist, den Workshop ohne Lehrkräfte durchzuführen bzw. die Lehrkräfte selbst nach einer Multiplikator*innenschulung die App vorstellen. Durch §13 im Suchtmittelgesetz müssen Lehrkräfte tätig werden, wenn sie Kenntnis davon bekommen, dass Schüler*innen Cannabis konsumieren.

Den Jugendlichen sollte erklärt werden, warum es kein Feedback zu Cannabis gibt, ihnen je nach Setting aber dennoch die Möglichkeit geben, offen Fragen zu stellen. Kann auch nach dem „SWIM“ Prinzip gemacht werden. (Somebody Who Isn't Me).

Es ist oft auch hilfreich die Teilnehmer*innen schon vor dem Onboarding zu informieren, dass das Thema im Gruppenfeedback nicht aufscheinen wird, weil das Onboarding unter Umständen „ehrlicher“ ausfällt.

§ 13 SMG - Absatz 1 im Wortlaut:

"Ist auf Grund bestimmter Tatsachen anzunehmen, dass ein Schüler Suchtgift missbraucht, so hat ihn der Leiter der Schule einer schulärztlichen Untersuchung zuzuführen. Der schulpsychologische Dienst ist erforderlichenfalls beizuziehen. Ergibt die Untersuchung, dass eine gesundheitsbezogene Maßnahme gemäß § 11 Abs. 2 notwendig ist und ist diese nicht sichergestellt, oder wird vom Schüler, den Eltern oder anderen Erziehungsberechtigten die schulärztliche Untersuchung oder die Konsultierung des schulpsychologischen Dienstes verweigert, so hat der Leiter der Schule anstelle einer Strafanzeige davon die Bezirksverwaltungsbehörde als Gesundheitsbehörde zu verständigen."