

Ich, die anderen... die Profis

Evaluation des Pilotprojektes IAP

Tabakprävention · Tool-Bewertung · Annahmen-Check

Dr. phil. Oliver Padlina, MPH, Januar 2023

Schweizerische Gesundheitsstiftung **RADIX**

feel-ok.ch

Pfingstweidstrasse 10

8005 Zürich

padlina@radix.ch

Alle Berichte | feel-ok.ch/infos-berichte

Vorliegender Bericht | feel-ok.ch/2023-iap

Danksagung	3
Über feel-ok.ch	3
Zusammenfassung der Erkenntnisse aus der Pilotstudie	4
Beschreibung der Pilotversion des Tools IAP	5
Begründung der Auswahl des Themas Nikotin / Zigaretten	5
Abläufe im Tool IAP	5
Methodik, Teilnehmende und Fragestellungen	8
Methodik	8
Teilnehmende	8
Fragestellungen	9
Antworten der IAP-Teilnehmenden auf Fragen zu Nikotin / Zigaretten	10
1: Woran denkst du bei Nikotin?	10
2: Was denkst du: Wie viele 15-Jährige rauchen täglich Zigaretten in der Schweiz?	11
3: Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?	12
4: In welchen Ländern gibt es Kinderarbeit in Tabakplantagen?	14
5: Wie viel Wald wird weltweit jedes Jahr für den Tabakanbau gerodet?	15
6: Welche Substanzen befinden sich im Zigarettenrauch?	16
7: Welche Krankheiten kann Rauchen verursachen?	17
8: Was denkst du: Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?	18
9: Wie viele 15-18-Jährige, die rauchen, haben schon versucht, ernsthaft damit aufzuhören?	20
10: Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?	22
Bewertung vom Tool IAP	24
Überprüfung der Annahmen von IAP	26
Interesse an Themen durch den Vergleich wecken	26
Reflektion fördern	26
Jugendliche verstehen	27
Anhang	28
Frage 1: Woran denkst du bei Nikotin?	28
Frage 3: Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?	29
Frage 8: Was denkst du? Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?	30
Frage 10: Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?	33

Danksagung

Herzlichen Dank an Gesundheitsförderung Schweiz und an die Kantone AG, AR, BE, BL, BS, FR, GL, GR, LU, NW, OW, SG, SH, SO, SZ, TG, UR, VS, ZG und ZH für die Finanzierung des Pilotprojektes «Ich, die anderen... und die Profis».

Mit dieser Finanzierung im Rahmen des Programms «feel-ok.ch | Psychische Gesundheit 3.0» (Teilprojekt F) konnte eine Pilotversion vom Tool IAP konzipiert, programmiert und für eine beschränkte Zeit getestet werden. Die Daten aus der Evaluation wurden analysiert und werden mit der vorliegenden Berichterstattung veröffentlicht.

Über feel-ok.ch

«Ich, die anderen... und die Profis» ist ein Pilotprojekt von feel-ok.ch, ein Angebot der Schweizerischen Gesundheitsstiftung RADIX.

feel-ok.ch unterstützt junge Menschen seit 1999 dabei, ihre Gesundheitskompetenz zu fördern. Zahlreiche Themengebiete werden mittels Empfehlungen, Spielen, Tests und Video-Clips jugendgerecht und vielseitig vertieft.

Zu den Themen von feel-ok.ch gehören:

- **Entwicklungsaufgaben:** Beruf, Queer, Medienkompetenz und Sexualität.
- **Psychische Gesundheit:** Freizeit, Gewalt, Häusliche Gewalt, Essstörungen, Jugendrechte, psychische Störungen, Selbstvertrauen und Selbstwert, Stress, Suizidalität, Vorurteile, Young Carers, Früherkennung und Frühintervention und Lehrpersonen-Gesundheit (AT).
- **Sucht:** Alkohol, Cannabis, Glücksspiel, Onlinesucht, Tabak und Smart drugs.
- **Körperliche Gesundheit:** Ernährung, Gewicht, Sonnenschutz, Sport und Lärm (AT).

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

Es gibt kaum eine andere Plattform mit dieser Themenbreite, welche verschiedene Zielgruppen adressiert, sowie vielfältige Methoden und Arbeitsblätter (auch in Verbindung mit dem Lehrplan 21) anbietet, mit denen man auf jugendgerechte und kreative Art Gesundheitsinhalte vertiefen kann.

Zusammenfassung der Erkenntnisse aus der Pilotstudie

Das Pilotprojekt «Ich, die anderen... und die Profis» (in Kürze: **IAP**) hat eine innovative Strategie zur Nutzung der Digitalisierung für die Förderung der Gesundheitskompetenz und der Suchtprävention auf der Grundlage eines partizipativen Ansatzes mit Jugendlichen und Fachpersonen untersucht. Zu diesem Zweck wurde ein Tool erstellt und mit 141 jungen Menschen zum Thema Nikotin / Zigaretten getestet.

Mit der Evaluation der Pilotphase von IAP wurden drei Fragestellungen beantwortet:

- Auf der inhaltlichen Ebene hat sich gezeigt, dass die IAP-Teilnehmenden das Wort «Nikotin» überwiegend mit neutralen oder negativen Begriffen assoziieren, dass sie die Prävalenz des täglichen Zigarettenkonsums bei 15-Jährigen stark überschätzen und die gesundheitlichen Risiken eher unterschätzen. Die Mehrheit der Teilnehmenden geht davon aus, dass finanzielle Interessen, das Recht auf Selbstbestimmung und das Bedürfnis nach Entspannung die Gründe sind, warum der Zigarettenkonsum erlaubt ist, obwohl er der Gesundheit schadet. Dennoch kann die überwiegende Mehrheit gute Gründe nennen, warum es besser ist, auf das Rauchen zu verzichten: Dabei stehen vor allem gesundheitliche Vorteile und weniger umweltbezogene oder ethische Bedenken (z.B. Kinderarbeit) im Vordergrund. Einem Freund * einer Freundin zu helfen, mit dem Rauchen aufzuhören, gelingt den IAP-Teilnehmenden zufolge durch Ablenkung, durch die Beseitigung von Zigaretten oder durch Aufklärungsarbeit.
- IAP wurde von 127 Teilnehmenden bewertet. Mehr als 80% von ihnen gaben an, dass ihnen das IAP-Tool gefallen hat und dass sie neue Erkenntnisse zum Thema Nikotin und Zigaretten gewonnen haben. Mehr als 70% würden das IAP-Tool gerne wieder verwenden, wenn neue Themen erscheinen. Mehr als 60% gaben an, dass das Tool das Interesse am Thema Nikotin geweckt hat.
- Die Evaluation der Pilotphase von IAP hatte als Zweck drei Annahmen zu überprüfen, die für die Wirkung des Programms relevant sind. Diese Annahmen wurden weitgehend bestätigt. (1) Die Meinung Gleichaltriger ist für viele Jugendliche relevant und kann das Interesse an einem Thema wecken. (2) Bei vielen Teilnehmenden hat der Einsatz von IAP eine Reflektion ausgelöst. (3) IAP ist ein geeignetes Tool, um spannende Einblicke in die Gedanken, Vermutungen und Lösungsansätze Jugendlicher zu erlangen.

Die Ergebnisse der Pilotphase rechtfertigen die weitere Entwicklung von IAP. Zu diesem Zweck wurde ein nicht-öffentliches Kurzkonzept verfasst, das für die Akquisition benötigt wird. Vom Verlauf der Akquisition wird abhängen, ob, wann und mit welchen Themen IAP veröffentlicht wird.

Beschreibung der Pilotversion des Tools IAP

Das Pilotprojekt «Ich, die anderen... und die Profis» (IAP) wurde ins Leben gerufen, um innovative Strategien zur Nutzung der Möglichkeiten der Digitalisierung für die Förderung der Gesundheitskompetenz und der Suchtprävention zu identifizieren.

Da die verfügbaren finanziellen Mittel für die Pilotphase äusserst überschaubar waren, wurde die Entwurfsversion des Tools IAP mit minimaler Funktionalität ausgestattet, um zumindest die wesentlichen Elemente des neuen Ansatzes zu evaluieren.

Begründung der Auswahl des Themas Nikotin / Zigaretten

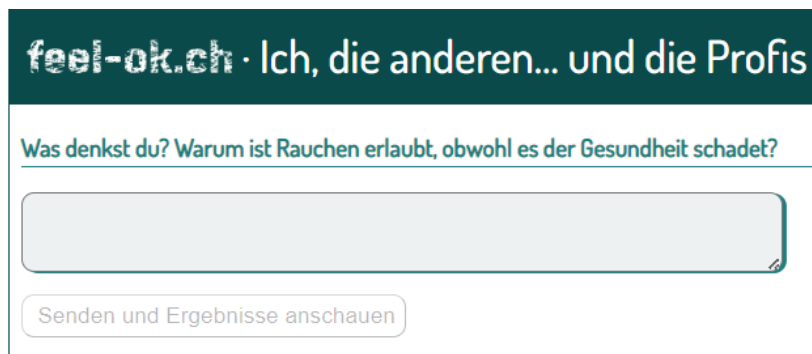
Für die Evaluation der Pilotphase von IAP wurde das Thema «Nikotin / Zigaretten» gewählt, da feel-ok.ch aus früheren Umfragen mit Jugendlichen genügend Informationen hatte, um das Tool mit Inhalten zu diesem Thema zu füllen.

Die Wahl eines anderen Themas hätte eine Umfrage mit mindestens 100 jungen Menschen erfordert, um Inhalte zu generieren: Hierfür standen nicht genügend Ressourcen zur Verfügung.

Abläufe im Tool IAP

Die Pilotversion des Tools IAP lief nach folgendem Schema:


1. Zuerst stellte IAP eine Frage, wie z.B. «*Was denkst du? Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?*». Die jungen Menschen schrieben ihre Antwort ins Textfeld.



The screenshot shows the user interface of the IAP tool. At the top, there is a dark green header with the text "feel-ok.ch · Ich, die anderen... und die Profis" in white. Below the header, the question "Was denkst du? Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?" is displayed in a teal color. Underneath the question is a large, empty text input field with rounded corners and a small cursor icon at the bottom right. At the bottom of the form, there is a button with the text "Senden und Ergebnisse anschauen" in a light teal color.

2. Anschliessend erschienen auf dem Bildschirm mit der eigenen Antwort die Rückmeldungen anderer Jugendlicher zur gleichen Frage und der Standpunkt einer Fachperson zum angesprochenen Thema (siehe nächste Seite).

feel-ok.ch · Ich, die anderen... und die Profis

 Du denkst, dass Rauchen trotz Gesundheitsschäden erlaubt ist: "weil sie nicht wissen, was sie mit den pflanzen machen sollen"

Die Frage «**Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?**» wurde von Jugendlichen so beantwortet:

- «Profit und Tradition»
- «Weil lange Zeit die Gefahren nicht bekannt waren.»
- «Ich denke, es ist noch von früher. Wenn man heutzutage das Rauchen neu einführen würde, wäre es wahrscheinlich auch illegal.»
- «Weil es Leute gibt, die Substanzen aus dem Nikotin brauchen.»
- «Weil viele Menschen abhängig sind und sonst Entzugserscheinungen haben.»

Mehr Antworten...

Quelle: Schulumfrage 2018-2019

Was die Profis sagen:
Die Jugendlichen, die wir befragt haben, gehen davon aus, das Rauchen erlaubt ist, weil man damit Stress abbauen kann, weil es lukrativ ist (z.B. für den Staat), weil jeder das Recht hat, selbst zu entscheiden, was mit dem eigenen Körper passiert, weil ein Verbot Menschen nicht davon abbringen würde, nicht mehr zu rauchen, weil Rauchen nicht berauscht und aus historischen Gründen.
Und was denkst du? Sollte der Tabakkonsum überall oder an bestimmte Orte verboten werden? Welche Gründe sprechen für ein Verbot? Und welche dagegen?

Zur nächsten Frage (9/10)

3. Der Ablauf wurde in gleicher Weise wiederholt, bis alle Fragen beantwortet wurden.
4. Nach der letzten Frage erschien ein Bewertungsformular, um das Feedback Jugendlicher zu IAP einzuholen.

In der Pilotphase von IAP wurden verschiedene Antwortformate wie Balken, Kurvendiagramme und Wortwolken getestet. So konnten diverse Arten von Fragen gestellt werden.



Abb. 1: Balken

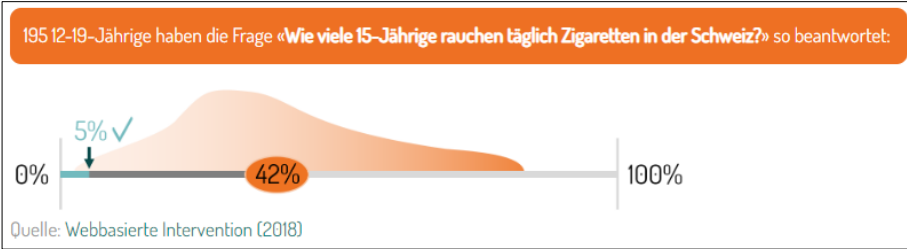


Abb. 2: Kurvendiagramme



Abb. 3: Wortwolken

Methodik, Teilnehmende und Fragestellungen

Methodik

Das Tool IAP wurde für eine kurze Zeit im Jahr 2022 auf feel-ok.ch zugänglich gemacht, damit es von 100 bis 150 Teilnehmenden genutzt werden kann.

Zugang zum Tool erhielten die Multiplikatoren*innen, die auf feel-ok.ch die Rubrik «Unterricht und Zigaretten» konsultierten. Sie wurden informiert, dass feel-ok.ch das neue Tool im Rahmen einer Pilotstudie testet, und gebeten, IAP bei Jugendlichen einzusetzen.

Teilnehmende

IAP wurde von 141 Personen genutzt. Etwa die Hälfte von ihnen war zwischen 14 und 16 Jahre alt.

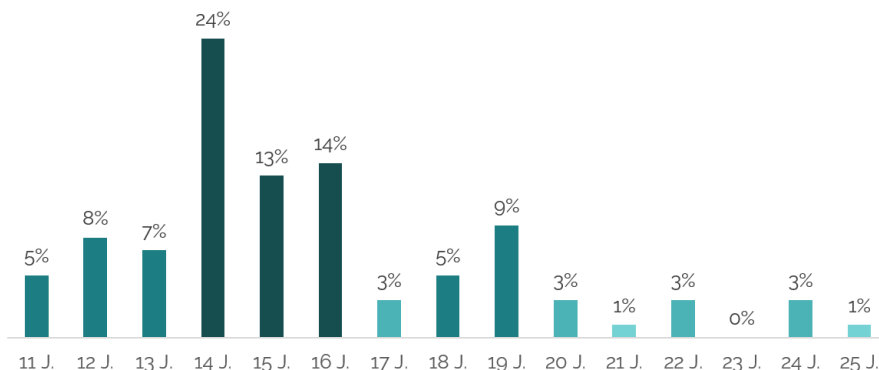


Abb. 4: Altersverteilung der 141 IAP-Nutzenden

52,4% der IAP-Nutzenden waren männlich, 45,2 % waren weiblich und 2,4 % gehörten einem anderen Geschlecht an.

32% der Nutzenden kamen aus dem Kanton Bern, 23% aus dem Kanton Sankt Gallen und 18% aus dem Kanton Zürich. Sporadisch wurde IAP auch in den Kantonen AG, AR, BL, BS, GR, LU, OW, SH, SZ, SO, TG, VS sowie in der französischen und italienischen Schweiz genutzt.

Fragestellungen

Mit der Evaluation der Pilotphase von IAP wurden drei übergeordnete Fragestellungen untersucht:

- **Antworten auf Fragen zu Nikotin / Zigaretten**

Ab Seite 10 können Sie die Antworten der IAP-Teilnehmenden auf die folgenden Fragen lesen:

1. Woran denkst du bei Nikotin?
2. Was denkst du: Wie viele 15-Jährige rauchen täglich Zigaretten in der Schweiz?
3. Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?
4. In welchen Ländern gibt es Kinderarbeit in Tabakplantagen?
5. Wie viel Wald wird weltweit jedes Jahr für den Tabakanbau gerodet?
6. Welche dieser Substanzen befinden sich im Zigarettenrauch?
7. Welche Krankheiten kann Rauchen verursachen?
8. Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?
9. An 161 Jugendlichen zwischen 15 bis 18 Jahren, die rauchen, haben wir folgende Frage gestellt: Hast du schon versucht ernsthaft mit dem Rauchen aufzuhören? Was denkst du? Wie viele von ihnen haben die Frage mit Ja beantwortet?
10. Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?

- **Bewertung vom Tool IAP**

Ab Seite 24 können Sie herausfinden, wie die Jugendlichen IAP bewertet haben:

1. Hat IAP den Nutzenden gefallen?
2. Hat IAP dazu beigetragen, das Interesse für das Thema Nikotin zu wecken?
3. Haben die Nutzenden mit IAP etwas Neues gelernt?
4. Würden die Nutzenden IAP wieder nutzen, wenn das Tool neue Themen behandelt?

- **Überprüfung der Annahmen von IAP**

Ab Seite 26 finden Sie, welche Hinweise für die drei Annahmen von IAP sprechen:

1. Führt die Möglichkeit, Meinungen, Vermutungen und Ansichten zu vergleichen, zu einer Steigerung des Interesses an einem Thema?
2. Fördert der Einsatz von IAP die Reflektion über die angesprochenen Themen?
3. Ist IAP ein Tool, mit dem man lernen kann, Jugendliche zu verstehen?

Antworten der IAP-Teilnehmenden auf Fragen zu Nikotin / Zigaretten

In diesem Kapitel werden die Antworten der IAP-Nutzenden auf die 10 Fragen des Tools vorgestellt und jeweils von einer kurzen Interpretation begleitet.

1: Woran denkst du bei Nikotin?

Viele IAP-Nutzenden gaben mehr als eine Antwort auf die offene Frage «*Woran denkst du bei Nikotin?*». Dies führte zu 305 Begriffen. Auf den ersten 8 Plätzen des Rankings mit mindestens 10 Nennungen wurden folgende Begriffe genannt:

Begriffe	Anzahl Nennungen
Zigaretten, Zigis	66
Sucht, Suchtmittel, Abhängigkeit	44
Rauchen	30
Snus	16
Giftige Substanzen, gift, Giftstoff	15
Schaden, nicht gesund, ungesund	12
Droge	10
Vapes	10

Die Hälfte aller Begriffe (50.2%) war neutral. Oft wurden Produkte genannt, wie Zigaretten, Snus und Vapes.

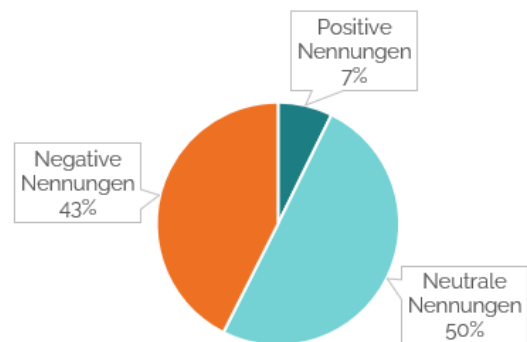
42.6% der Begriffe hatten eine negative Bedeutung. Dazu zählen «Sucht, Suchtmittel, Abhängigkeit», «Giftige Substanzen, gift, Giftstoff», «Krebs», «Gestank» und «gesundheitsschädigend».

7.3% der Nennungen waren positiv. Dazu gehören Ausdrücke wie «beruhigend», «befriedigend», «Erholung», «Glück», «Entspannung», «Befreiendes Gefühl», «chillend» und «cool».

Im Anhang auf Seite 28 werden alle Begriffe aufgelistet.

Interpretation

Junge Menschen kennen eine Vielzahl von Begriffen, die sie mit dem Wort "Nikotin" verbinden. Die überwiegende Mehrheit drückt Begriffe mit einer neutralen oder einer negativen Konnotation aus.



2: Was denkst du: Wie viele 15-Jährige rauchen täglich Zigaretten in der Schweiz?

Die 141 IAP-Nutzenden konnten als Antwort einen Wert zwischen 0% und 100% wählen.

Der Durchschnittswert aller Antworten betrug 39%. Die richtige Antwort, nämlich etwa 5%, wurde von 11% der Teilnehmenden gegeben.

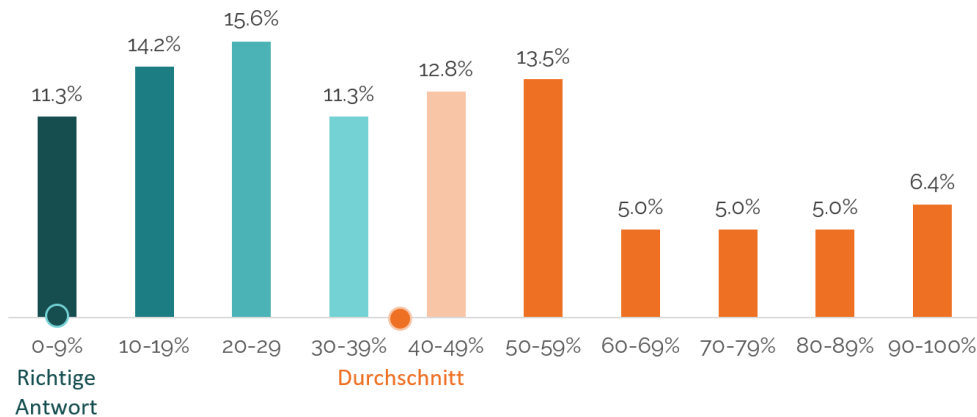


Abb. 5: Antworten als %-Wert auf «Was denkst du: Wie viele 15-Jährige rauchen täglich Zigaretten in der Schweiz?» (N=141)

Interpretation

Fast 90 % der Befragten überschätzen die Prävalenz des Zigarettenkonsums, mehr als die Hälfte davon in hohem Masse.

Die gleiche Frage wurde im Rahmen einer feel-ok.ch-Studie im Jahr 2017-2018 von 195 12-19-Jährigen beantwortet¹. Schon damals wurde von den jungen Menschen geschätzt, dass im Durchschnitt 42% der 15-Jährigen täglich Zigaretten rauchen. Es ist erstaunlich, wie die Befunde von damals mit den Zahlen der Pilotstudie von IAP übereinstimmen.

Aus solchen Zahlen lässt sich die Aussage ableiten, dass Jugendliche die Prävalenz des Zigarettenkonsums stark überschätzen. Dies wiederum ist aus präventiver Sicht kritisch zu betrachten, denn was als Phänomen mit hoher Prävalenz wahrgenommen wird, gilt als normal und gesellschaftlich akzeptiert. So kann die Hemmschwelle, selbst Zigaretten zu rauchen, niedrig sein, weil dies nach eigener Einschätzung viele andere Jugendliche auch tun. Und wenn es so viele tun, dann kann Zigarettenrauchen doch nicht so schlimm sein, so die Fehlinterpretation.

¹ Siehe Bericht «Webbasierte Prävention: Fokus Rauchen» (feel-ok.ch/2018-jb) auf Seite 26

3: Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?

Diese Frage wurde von 137 IAP-Nutzenden beantwortet. Zur Auswahl standen 10 Aussagen.

Der am häufigsten genannte Grund, auf das Rauchen zu verzichten, ist der Wunsch, gesund zu bleiben (80%). Mehr als die Hälfte nannte auch die hohen Kosten von Zigaretten (66%), den Geruch vom Zigarettenrauch (58%), das Risiko, eine Sucht zu entwickeln (56 %) und die Verschlechterung der sportlichen Leistung (52%) als weitere gute Gründe, nicht zu rauchen.

Ärger mit der Familie (28%) und mit Freunden*innen (11%), aber auch ethische Bedenken wie die Kinderarbeit (23%) und die Folgen des Tabakanbaus für die Klimaerwärmung (21%) wurden nur gelegentlich als Gründe gegen den Zigarettenkonsum gewählt.

6% der IAP-Nutzenden kennt keine guten Gründe, warum man auf das Rauchen verzichten sollte.

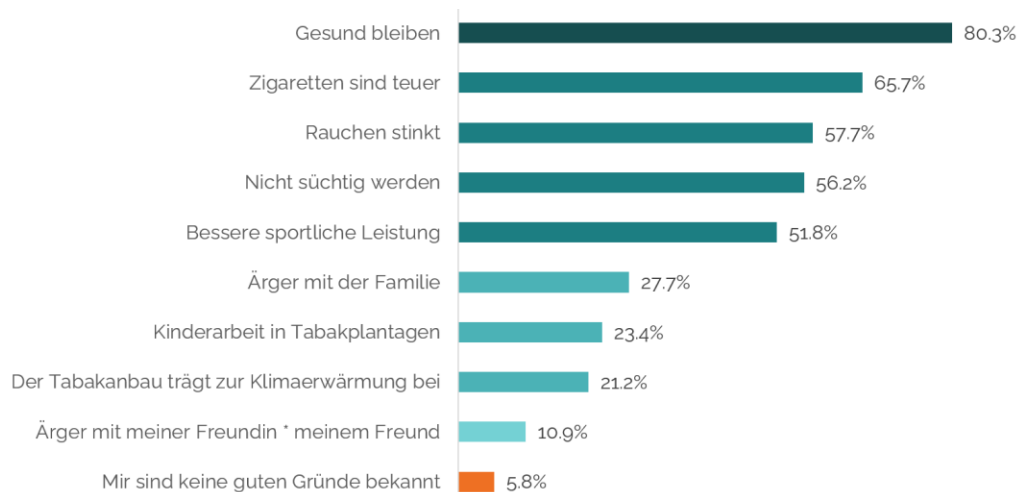


Abb. 6: Ergebnisse auf die Frage «Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?» (N=137). Die IAP-Nutzenden konnten zusätzliche Gründe nennen. Diese finden Sie im Anhang auf Seite 29

Interpretation

Manchmal hört man in Fachkreisen, dass das Thema Gesundheit für junge Menschen wenig relevant sei. Das liegt vielleicht daran, dass junge Menschen in der Regel körperlich gesund sind und sich einiges leisten können, bevor sie die negativen Folgen eines gesundheitsschädigen Verhaltens spüren.

Dennoch scheint die grosse Mehrheit der IAP-Befragten nicht nur gute Gründe zu kennen, auf das Rauchen zu verzichten, sondern auch, dass der Wunsch, gesund zu bleiben, dabei eine bedeutsame Rolle spielt. Dieser Befund deckt sich mit den Ergebnissen einer anderen feel-ok.ch-Umfrage, die von 221 Jugendlichen beantwortet wurde. Damals wurde die Frage gestellt: "Wen oder was brauchst du unbedingt, um glücklich zu sein?". Die Antwort "Gesundheit"

wurde von 76% der Befragten gewählt, nach «Familie» (96%), «Freunde*innen» (94%) und «Freizeit» (88%)².

Kinderarbeit und das Problem der globalen Erwärmung durch den Tabakanbau scheinen nur für eine Minderheit der Befragten gute Gründe zu sein, auf das Rauchen zu verzichten. Die Jugend-Klimabewegung, die von den Kommunikationsmedien stark thematisiert wird, könnte den Eindruck prägen, dass für Jugendliche Umwelt und Fairness zentrale ethische Werte sind, die einen grossen Einfluss auf Entscheidungen haben. Für einige Jugendliche sind diese Werte tatsächlich von hoher Bedeutung, aber nicht für alle. Tatsächlich konnte der Autor dieses Berichts in vielen Schulklassen beobachten, dass die Mehrheit der Jugendlichen dringendere persönliche Sorgen hat als ethische Bedenken. Dazu gehört die Angst, die nächste Prüfung nicht zu bestehen, die Überlastung mit Hausaufgaben und die Unsicherheit, eine Lehrstelle zu finden.

Der Gesamtüberblick über alle Eindrücke führt zur persönlichen Schlussfolgerung, dass ethische oder umweltbezogene Argumente nur eine Minderheit der Jugendlichen davon überzeugen kann, auf das Rauchen zu verzichten. Die gute Nachricht ist, dass die überwältigende Mehrheit der Jugendlichen für sich selbst gute Gründe nennen kann, warum es sich lohnt, keine Zigaretten zu rauchen.

² Für die vollständige Liste der Antworten auf die Frage «*Wer oder was brauchst du unbedingt, um glücklich zu sein?*» wird auf feel-ok.ch/gluecklich-sein verwiesen

4: In welchen Ländern gibt es Kinderarbeit in Tabakplantagen?

Diese Frage wurde von 136 IAP-Nutzenden beantwortet. Zur Auswahl standen 5 Länder. Die Mehrheit hat richtig erkannt, dass Kinder in Indien und Brasilien zur Arbeit in Tabakplantagen gezwungen werden.

Eine Minderheit vermutet, dass Kinderarbeit auch in den USA, Russland und sogar in der Schweiz möglich ist. 5% sind der Meinung, dass keine Kinder in Tabakplantagen arbeiten.

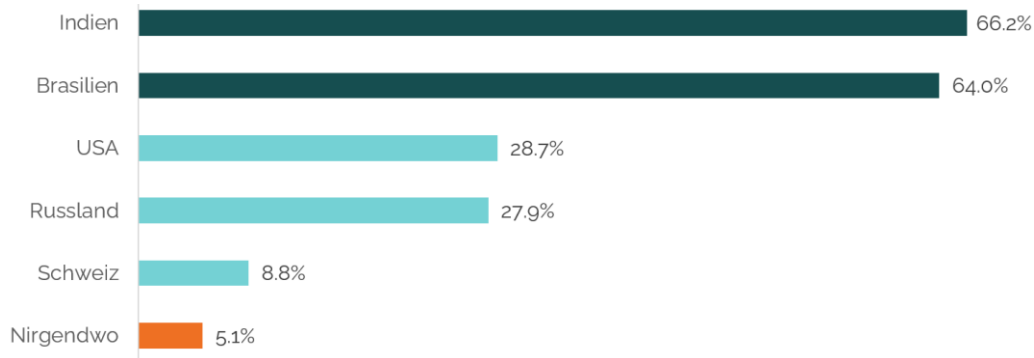


Abb. 7: Ergebnisse auf die Frage «In welchen Ländern gibt es Kinderarbeit in Tabakplantagen?» (N=136)

Interpretation

Auf die vorherige Frage Nr. 3 «Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?» gaben nur 23% der Befragten an: "Kinderarbeit in Tabakplantagen". Es wäre denkbar gewesen, dass Kinderarbeit für die Mehrheit kein guter Grund ist, nicht zu rauchen, von der Annahme ausgehend, dass keine Kinder in Tabakplantagen arbeiten.

Dies ist jedoch nicht der Fall. Die IAP-Befragten sind sich bewusst, dass Kinderarbeit ein reales Phänomen ist, und die Mehrheit kann die Länder nennen, wo sie vorkommt.

Diese Ergebnisse unterstützen daher die Aussage, dass Kinderarbeit zwar bekannt ist, aber von den IAP-Teilnehmenden nicht als Hauptgrund gegen den Tabakkonsum angesehen wird.

5: Wie viel Wald wird weltweit jedes Jahr für den Tabakanbau gerodet?

Diese Frage wurde von 139 IAP-Nutzenden beantwortet. Zur Auswahl standen 5 Kantone. Die richtige Antwort, nämlich eine Fläche so gross wie diese des Kantons St. Gallen, wurde von 18% der Teilnehmenden gewählt.

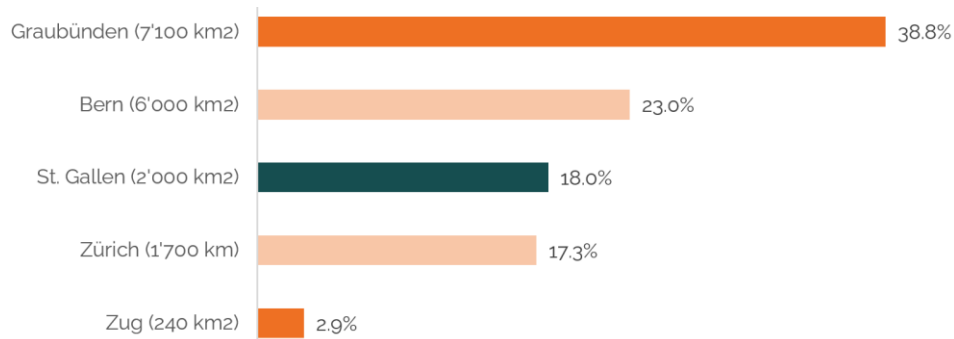


Abb. 8: Ergebnisse auf die Frage «Wie viel Wald wird weltweit jedes Jahr für den Tabakanbau gerodet? Eine Fläche so gross wie...» (N=139)

Interpretation

Es ist offensichtlich, dass die Teilnehmenden die Antwort auf diese Frage nicht kannten und versucht haben, mit Hilfe der Logik die richtige Lösung zu wählen. Dahinter steckt wahrscheinlich die Überlegung, dass wenn die Entwickler eines tabakpräventiven Tools eine Frage stellen, die schlimmste Antwort die Glaubwürdigste ist. Im konkreten Fall hat Graubünden eine grössere Fläche als die anderen aufgelisteten Kantone, so dass es plausibel erscheint, dass diese Wahl richtig sein sollte.

Trotz der hohen Fehlerquote ist die Frage sinnvoll, denn es geht darum, den Jugendlichen zu zeigen, dass der Tabakkonsum nicht nur direkte Auswirkungen auf die Gesundheit, sondern auch auf die Umwelt hat. Auch wenn nicht alle Jugendlichen für dieses Argument empfänglich sind, so ist es doch wertvoll für diejenigen, die dazu beitragen wollen, dass es unserem Klima und unserer Umwelt besser geht.

Darüber hinaus stellt sich die Frage, ob gute Sensibilisierungsprojekte das Potenzial haben, Werte zugunsten der Umwelt und der Vorbeugung von Kinderarbeit zu stärken. Wenn ja, könnten ethische und umweltbezogene Argumente für die Tabakprävention in Zukunft an Bedeutung gewinnen.

6: Welche Substanzen befinden sich im Zigarettenrauch?

Diese Frage wurde von 131 IAP-Nutzenden beantwortet. Zur Auswahl standen 9 Substanzen. Fast alle Beantwortenden sind sich bewusst, dass das Nikotin Bestandteil des Zigarettenrauchs ist (92%). Dass auch Teer dazu gehört, ist in 63% der Fälle bekannt.

Die anderen Stoffe, nämlich Ammoniak (39%), Arsen (37%), Cadmium (27%), Polonium (23%) und Hydrazin (21%), sind ebenfalls im Zigarettenrauch enthalten, was den meisten IAP-Teilnehmenden jedoch unbekannt ist.

Argon und Caesium sind keine Bestandteile im Zigarettenrauch. Die überwiegende Mehrheit hat dies korrekt erkannt.

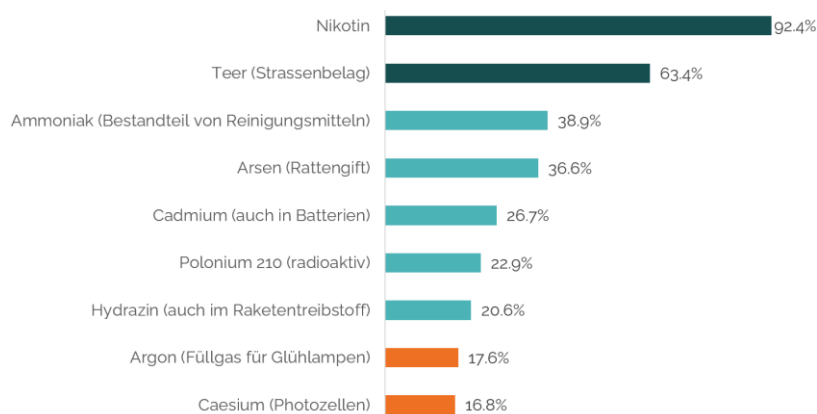


Abb. 9: Ergebnisse auf die Frage «Welche dieser Substanzen befinden sich im Zigarettenrauch?» (N=131)

Interpretation

Bei der Verbrennung von Tabak werden im Zigarettenrauch Tausende von Stoffen freigesetzt. Manche davon sind krebserzeugend oder giftig. Die Mehrheit der IAP-Beantwortenden kann nur zwei davon nennen.

Auch eine frühere feel-ok.ch-Umfrage bei 184 Jugendlichen ergab ein ähnliches Bild: Nikotin und Teer werden oft genannt, die anderen Stoffe nicht. Interessant ist auch, dass die Jugendlichen auf die Frage, wie viele giftige oder krebserregende Stoffe mit Zigaretten eingeatmet werden, im Durchschnitt die Zahl 20 als Antwort geben.³ In Wirklichkeit sind es viel mehr.⁴

Die IAP-Teilnehmenden wissen, dass Zigarettenrauchen ungesund ist, aber sie wissen nicht, warum. Zugleich überschätzen sie die Prävalenz des Tabakkonsums (siehe Frage 2). Beide Aspekte können die Risikowahrnehmung des Zigarettenkonsums mildern und damit die Wahrscheinlichkeit des Tabakkonsums erhöhen.

³ Siehe Bericht «Webbasierte Prävention: Fokus Rauchen» (feel-ok.ch/2018-jb) auf Seite 27 und 28.

⁴ Eindrucksvoll zu diesem Thema sind die Interviews, die wir auf der Strasse mit jungen Menschen realisiert haben. Bei Interesse wird auf feel-ok.ch/rauchen-interviews verwiesen.

7: Welche Krankheiten kann Rauchen verursachen?

Diese Frage wurde von 125 IAP-Nutzenden beantwortet. Zur Auswahl standen 10 Krankheiten.

Dass Zigarettenkonsum das Lungenkrebsrisiko erheblich erhöht, ist fast allen IAP-Beantwortenden bekannt (90%). 75% wissen zudem, dass das Rauchen von Zigaretten das Risiko eines Herzinfarkts steigert. Die Mehrheit geht richtigerweise davon aus, dass Zahnfleischwund (62 %) und verminderte Fruchtbarkeit (55 %) ebenfalls mögliche Folgen des Tabakkonsums sind. Andere Folgen, wie Schlaganfall, erektile Dysfunktion und Knochenbrüchigkeit, werden von der Mehrheit als weniger glaubwürdig angesehen, obwohl deren Risiko durchaus vom Tabakkonsum erhöht wird.

Hodenkrebs, Laktoseintoleranz und eine Ansteckung mit dem HIV-Virus werden nicht mit Tabakkonsum in Verbindung gebracht. Dies wurde von den meisten Befragten richtig erkannt.

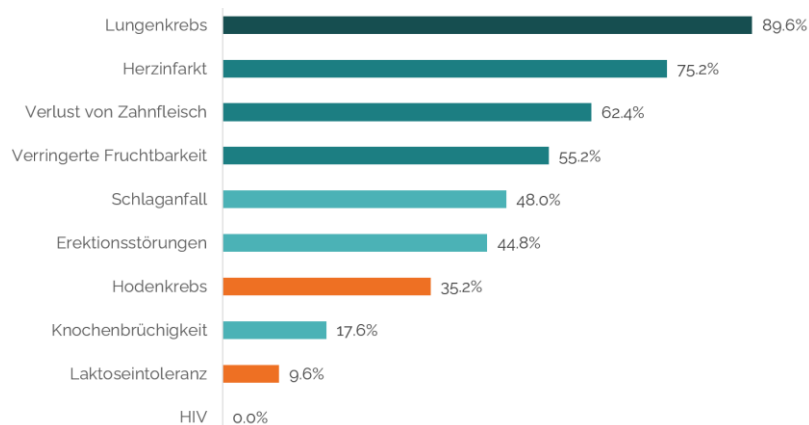


Abb. 10: Ergebnisse auf die Frage «Welche Krankheiten kann Rauchen verursachen?» (N=125)

Interpretation

Die Antworten der IAP-Nutzenden und die Ergebnisse einer früheren feel-ok.ch-Umfrage zum gleichen Thema mit 184 Teilnehmenden zeigen ein ähnliches Bild: Der Konsum von Zigaretten wird von fast allen mit Lungenkrebs in Verbindung gebracht⁵. Bei allen anderen tabakbedingten Krankheiten sind sich nicht alle IAP-Teilnehmenden des erhöhten Risikos bewusst. Bei einigen Krankheiten, wie Schlaganfall, erektile Dysfunktion und Knochenbrüchigkeit, ist es nur eine Minderheit.

Es scheint, dass viele IAP-Teilnehmenden nicht nur die Prävalenz des Zigarettenkonsums überschätzen (siehe S.11), sondern auch dazu neigen, die Folgen des Tabakkonsums zu unterschätzen. Beide Aspekte können zu einer Verharmlosung des Tabakkonsums führen und damit die Wirkung von Anstrengungen zur Prävention des Tabakkonsums schwächen.

⁵ Siehe Bericht «Webbasierte Prävention: Fokus Rauchen» ([feel-ok.ch/2018-jb](https://www.feel-ok.ch/2018-jb)) auf Seite 30.

8: Was denkst du: Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?

Zu dieser offenen Frage haben die IAP-Nutzenden 86 Antworten gegeben. Diese wurden der Einfachheit halber in 10 Kategorien eingeteilt.

Die Mehrheit der Teilnehmenden geht davon aus, dass finanzielle Interessen, das Recht auf Selbstbestimmung und das Bedürfnis nach Entspannung die Gründe sind, warum der Zigarettenkonsum erlaubt ist, obwohl er der Gesundheit schadet.

Kategorien (Anzahl Nennungen)	Beispiele (sprachlich nicht korrigiert)
Geld (30)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil die Wirtschaft viel Geld damit verdienen will und dann auch der Staat davon profitiert. • weil die produzenten/cheffen der produktion sehr viel geld damit machen.
Selbstbestimmung (11)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstbestimmung ist in liberaler Gesellschaft wichtig, die Wahrung wirtschaftlicher Interessen ebenso • Ich denke weil jeder selber kann entscheiden ob man dies konsumieren will oder nicht und dabei sie Risiken kennt
Stressprävention (10)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil sonst alle gestresst sind! • weil es für die Menschen hilft zu herunterzukommen und abschalten können.
Politik, Lobby (6)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil die Politiker gerne rauchen • Lobby
Widerstand (6)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil viele Menschen Rauchen wollen und wütend werden würden, falls es verboten werden würde? • Weil wenn es verboten wird würden immer noch sehr viele Leute rauchen. • Ja weil es schon zu viele sind die Rauchen und sie können das denen jetzt nicht mehr Vornehmen.
Varia (6)	<ul style="list-style-type: none"> • es niemand anderen richtig gefährdet • Weil Zigaretten keinen Berausche Wirkung haben • weil sie nicht wissen, was sie mit den pflanzen machen sollen • weil man es kontrollieren kann (der konsum) • Weil es jeder macht
Sucht (5)	<ul style="list-style-type: none"> • weil es manche menschen brauchen weil sie süchtig sind
Akzeptanz (4)	<ul style="list-style-type: none"> • Gesellschaftliche anerkanntes Suchtmittel.
Genuss (4)	<ul style="list-style-type: none"> • weil es spass macht
Geschichte (4)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil lange Zeit die Gefahren nicht bekannt waren.

Für die Liste aller Nennungen wird auf Seite 30 (Anhang) verwiesen.

Interpretation

Diese Frage wurde von Jugendlichen vorgeschlagen und ist eine derjenigen, die in den Schulklassen die spannendsten Diskussionen auslöst; ein Hinweis dafür, dass es sich lohnt,

Jugendliche auch bei der inhaltlichen Entwicklung eines Interventionsprogramms einzubeziehen.

Inhaltlich ist zu erwähnen, dass die Jugendlichen oft die gleichen Argumente nennen, warum der Zigarettenkonsum trotz gesundheitlicher Risiken erlaubt ist. Als Beleg wird eine Textpassage aus einer früheren feel-ok.ch-Umfrage zitiert, die ziemlich deckungsgleich mit den Erkenntnissen aus der aktuellen Evaluation ist: *«Die Studienteilnehmer/-innen gehen davon aus, das Rauchen erlaubt ist, weil man damit Stress abbauen kann, weil es lukrativ ist (z.B. für den Staat), weil jeder das Recht hat, selber zu entscheiden, was mit dem eigenen Körper passiert, weil ein Verbot Menschen nicht davon abbringen würde, nicht mehr zu rauchen, wegen der fehlenden berauschenden Wirkung und aus historischen Gründen.»* (Quelle: feel-ok.ch/2018-jb, Seite 34).

Besonders spannend wird die Diskussion, wenn Gegenargumente formuliert werden, die zum Nachdenken anregen. Dabei geht es nicht darum, die Jugendlichen in Bedrängnis zu bringen oder - noch schlimmer - nicht ernst zu nehmen, sondern neue Gedanken für eine mögliche Perspektivenerweiterung einzubringen. Hier ein paar Beispiele:

Argument Jugendlicher	Gegenargument für die Reflektion
Geld: Staat, Industrie usw. verdienen	Ja, aber die Gesellschaft zahlt einen Preis von mehr als 5 Milliarden Franken pro Jahr, um die Kosten des Zigarettenkonsums zu finanzieren, u.a. wegen verlorenen Arbeitstagen und für Behandlungskosten. Wenn Rauchen so teuer ist, warum ist es dann trotzdem noch erlaubt?
Selbstbestimmung: Jeder soll die Freiheit haben zu rauchen, wenn er*sie es will.	Selbstbestimmung setzt voraus, dass man frei entscheiden kann, ob man etwas konsumieren will oder nicht. Wenn etwas süchtig macht, kann man dann noch frei entscheiden? Oder schränkt die Sucht die Freiheit der Selbstbestimmung ein?
Stressprävention: Rauchen hilft Stress abzubauen.	Auch ein Joint oder Ecstasy helfen, Stress abzubauen, aber sie sind illegal. Warum sind Joint und Ecstasy als Entspannungsmittel illegal während Zigaretten, die viel mehr Menschen töten, erlaubt sind?
Widerstand: Weil viele Menschen Rauchen wollen und wütend wären, falls es verboten wäre.	Es gab Menschen, die wütend waren, als in der Schweiz beschlossen wurde, dass das Rauchen in geschlossenen Räumen wie Restaurants verboten werden soll. Und es gibt immer Leute, die bei jeder Abstimmung wütend und enttäuscht sind, wenn sie mit einer Entscheidung nicht einverstanden sind. Warum sollte das Rauchen deshalb nicht verboten werden?
Akzeptanz: Es wird gesellschaftlich akzeptiert	Warum werden manche Drogen von der Gesellschaft akzeptiert und andere abgelehnt?

g: Wie viele 15-18-Jährige, die rauchen, haben schon versucht, ernsthaft damit aufzuhören?

Die genaue Formulierung dieser komplexen Frage war:

«

An 161 Jugendlichen zwischen 15 bis 18 Jahren, die rauchen, haben wir folgende Frage gestellt: *Hast du schon ernsthaft versucht, mit dem Rauchen aufzuhören?*

Was denkst du? Wie viele von ihnen haben die Frage mit Ja beantwortet?

»

Diese Frage wurde von 120 IAP-Teilnehmenden beantwortet. Sie konnten einen prozentualen Wert zwischen 0 und 100% angeben. 16% von ihnen haben den richtigen Prozentwert gewählt.

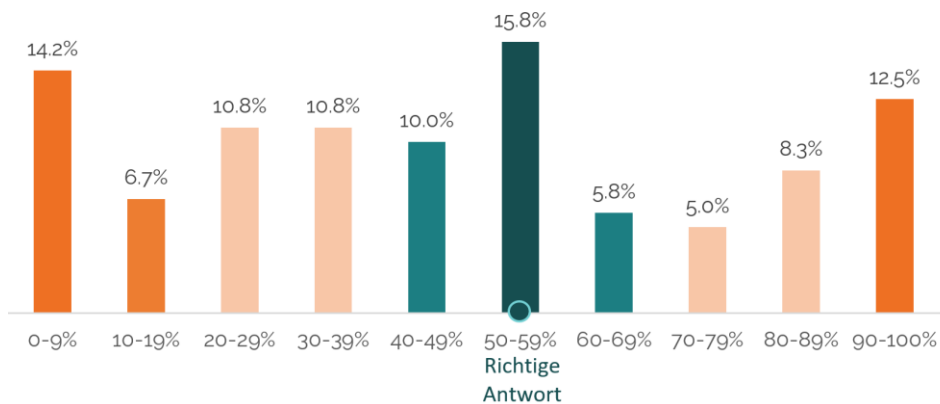


Abb. 11: Der von den IAP-Teilnehmenden (N=120) geschätzte %-Anteil der 161 15-18-Jährigen, die gemäss SPRINT-Umfragen ernsthaft versucht haben, mit dem Rauchen aufzuhören (mehr zu SPRINT unter «Interpretation»).

Interpretation

161 Raucher*innen im Alter zwischen 15 und 18 Jahren wurden gefragt, ob sie bereits ernsthaft versucht haben, mit dem Rauchen aufzuhören. 57% von ihnen haben die Frage positiv beantwortet. Viele haben sogar schon mehrmals versucht, das Rauchen aufzugeben⁶. Diese Angaben kommen aus dem Tool SPRINT.

Mit SPRINT auf feel-ok.ch/sprint können Lehrpersonen und andere Fachpersonen professionelle Umfragen realisieren. SPRINT bietet den Vorteil, dass die Fragen zu 18 Gesundheitsthemen bereits formuliert sind und per Mausclick für eine Online-Umfrage gewählt werden können. Alle Daten werden anonymisiert gespeichert und gelegentlich von uns ausgewertet.

⁶ Für Details wird auf feel-ok.ch/2019-jb (Seite 69) verwiesen.

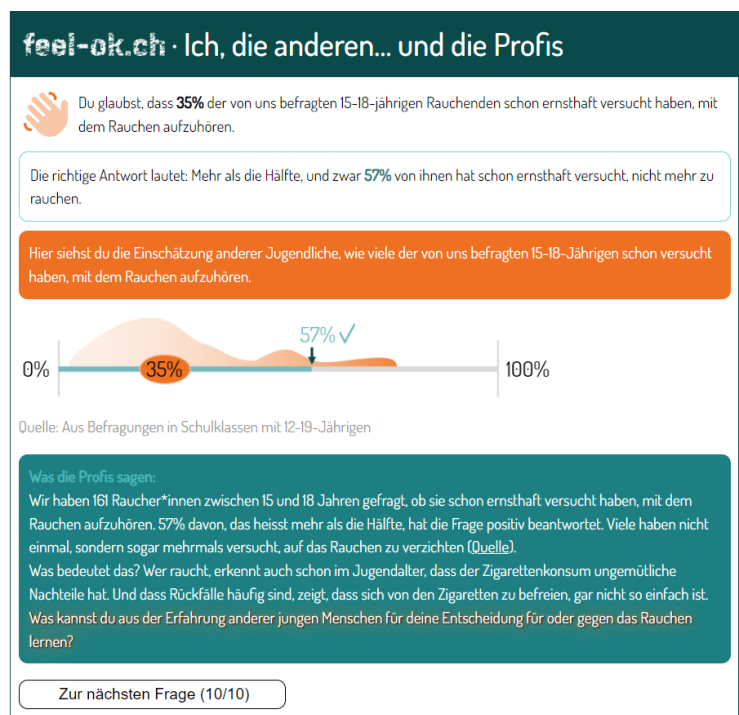
Die Frage «Wie häufig hast du schon ernsthaft versucht, mit dem Rauchen aufzuhören?» wurde im Rahmen von 16 SPRINT-Umfragen gestellt und von 161 Jugendlichen zwischen 15 und 18 Jahren im Jahr 2018 und 2019 beantwortet.

Natürlich können die IAP-Nutzenden nicht wissen, wie viele der 15- bis 18-Jährigen aus den SPRINT-Umfragen bereits ernsthaft versucht haben, mit dem Rauchen aufzuhören. Dennoch ist die Schätzung ein wichtiger Indikator dafür, ob sie das Rauchen eher mit Vorteilen oder mit Nachteilen in Verbindung bringen.

Diejenigen, die glauben, dass die Vorteile des Zigarettenkonsums die Nachteile überwiegen, sind wahrscheinlich eher der Meinung, dass niemand oder nur wenige mit dem Rauchen aufhören wollen. Tatsächlich favorisiert etwa die Hälfte der IAP-Teilnehmenden diese Sichtweise.

Wenn sie jedoch erfahren, dass (laut SPRINT-Erhebungen) 57% der jungen Raucher*innen nicht nur einmal, sondern viele von ihnen sogar mehrmals vergeblich versucht haben, das Zigarettenrauchen aufzugeben, vermittelt dies die wichtige Botschaft, dass selbst im Teenageralter die Nachteile des Konsums von der Mehrzahl der Tabakkonsumierenden als grösser empfunden werden als die Vorteile.

Diese Botschaft soll dazu dienen, noch nicht Rauchende dafür zu sensibilisieren, dass viele junge Rauchende mit ihrem Konsumverhalten unzufrieden sind und trotzdem Schwierigkeiten haben, mit dem Rauchen aufzuhören. Diese Erkenntnisse könnten eine präventive Wirkung entfalten.



10: Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?

Zu dieser offenen Frage haben die IAP-Nutzenden 78 Antworten gegeben. Diese wurden der Einfachheit halber in 6 Kategorien eingeteilt.

Die Mehrzahl der Teilnehmenden stellt sich vor, dass einem Freund * einer Freundin zu helfen, mit dem Rauchen aufzuhören, durch Ablenkung oder durch die Beseitigung von Zigaretten gelingt. Andere bieten Aufklärung, Alternativen zum Tabakkonsum oder empfehlen einen Berater oder eine Therapeutin aufzusuchen.

Kategorien (Anzahl Nennungen)	Beispiele (sprachlich nicht korrigiert)
Ablenkung (24)	<ul style="list-style-type: none"> immer wenn sie Lust auf eine Zigarette hat, soll sie mich anrufen oder eine Nachricht schreiben und ich sage ihr dann, was sie anstelle der Zigarette nun machen kann. Anstatt den Zigaretten müsste sie einen anderen Ausgleich finden zum Beispiel Sport.
Zigaretten beseitigen, Rauchen verhindern (16)	<ul style="list-style-type: none"> ich würde im einfach alle Zigaretten kaputt machen damit er keine mehr hat. Ihm das Peckchen weg nehmen
Varia (12)	<ul style="list-style-type: none"> Tipp, dass die Alltagsrituale neu gestaltet werden sollen. weniger rauchen verlassen meine freunde/innen sind nicht bescheuert
Aufklärung, Motivation (10)	<ul style="list-style-type: none"> mit ihm/ihr reden, Gifte ansprechen, Geld ansprechen Ich würde ihn/sie nach jeder rauchfreien Woche zu einem Drink einladen.
Alternativen (9)	<ul style="list-style-type: none"> Und wenn die Lust nach einer Zigarette aufkommt könnte sie anstatt zu rauchen ein kleines Stück Schokolade essen oder etwas in dieser Art Ersatzprodukt anbieten, welches nicht gesundheitsschädigend (weniger gesundheitsschädigend) ist. zu erst mal fersuchen auf elektro um zu steigen dann immer weniger fersuchen zu zihen und dan fersuchen aufzuhören
Beratung (7)	<ul style="list-style-type: none"> mit ihm zu einer entsucht beratung gehen Antiraucherkurs bei der Krebsliga schenken

Für die Liste aller Nennungen wird auf Seite 33 (Anhang) verwiesen.

Interpretation

Freundschaften sind im Jugendalter wichtig. Daher ist es nicht verwunderlich, dass diese Frage von jungen Menschen vorgeschlagen wurde.

Was die Qualität der Vorschläge anbelangt, so sind einige von ihnen aus fachlicher Sicht zielgerichtet. Andere hingegen wie z.B. «*Zigaretten des Freundes* der Freundin wegwerfen, stehlen oder zerstören*», werden wahrscheinlich kaum dazu beitragen, dass sie*er mit dem Rauchen aufhört. Viel mehr könnten solche eher drastische Massnahmen die Freundschaft belasten und dazu beitragen, dass er*sie heimlich raucht.

Interessanterweise sind die Vorschläge der IAP-Teilnehmenden weitgehend deckungsgleich mit denen aus anderen feel-ok.ch-Umfragen: Ablenken, aufklären und Zigaretten wegwerfen (siehe feel-ok.ch/rauchen-freund).

Die Jugendlichen haben Ideen, wie sie ihren Freunden*innen helfen können, der Zigarettenversuchung zu widerstehen, aber sie fragen in der Regel nicht, welche Hilfe gewünscht wird. Und genau das ist unsere Empfehlung: Nicht nur Lösungen bringen, sondern auch fragen und zuhören, welche Unterstützung der*die Betroffene für sinnvoll hält. Darauf aufbauend können dann gemeinsam konkrete Massnahmen beschlossen werden.

Die Abbildung auf der rechten Seite zeigt, wie das Thema «Freunden*innen helfen, nicht mehr zu rauchen» im IAP-Tool behandelt wurde.

feel-ok.ch · Ich, die anderen... und die Profis

Deine Hilfe ist: **„Tipp, dass die Alltagsrituale neu gestaltet werden sollen.“**

Die Frage **«Wie würdest du einem Freund oder einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er oder sie dich um Unterstützung bittet?»** wurde von Jugendlichen so beantwortet:

- «Wenn sie Zigaretten hat die wegzunehmen»
- « mit ihr jeden Tag telefonieren und nachfragen»
- «Ich würde ihr angst machen und erzählen was es für schäden gibt im körper»
- «Sobald die Person Lust auf eine Zigarette hat, soll sie einen Kaugummi nehmen (...)»
- «Ihm sagen, er soll aufhören (...)»

Mehr Antworten...

Quelle: Jugendbericht 2019

Was die Profis sagen:
 Zigaretten wegwerfen, Unterstützung und Ablenkung bieten, schädliche Folgen des Konsums erklären: Das sind die häufigsten Antworten von Jugendlichen, die wir auf die Frage **«Wie würdest du einem Freund oder einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen?»** bekommen haben.
 Unsere Empfehlung ist: Falls dich jemand um Unterstützung bittet, frage nach, was er*sie für eine Unterstützung braucht. Das ist wahrscheinlich sinnvoller als Lösungen zu erzwingen, die nicht gewünscht sind.
 Stelle dir vor, dass du ein bestimmtes Ziel oder Problem hast. Welche praktische Hilfe würdest du dir von deinen Freunden*innen wünschen?

Und nun zum Abschluss

Bewertung vom Tool IAP

IAP wurde von 127 Teilnehmenden bewertet. Mehr als 80% von ihnen gaben an, dass ihnen das IAP-Tool gefallen hat und dass sie neue Erkenntnisse zum Thema Nikotin gewonnen haben. Mehr als 70% würden das IAP-Tool gerne wieder verwenden, wenn neue Themen aufgenommen werden. Mehr als 60% gaben an, dass das Tool das Interesse am Thema Nikotin geweckt hat.

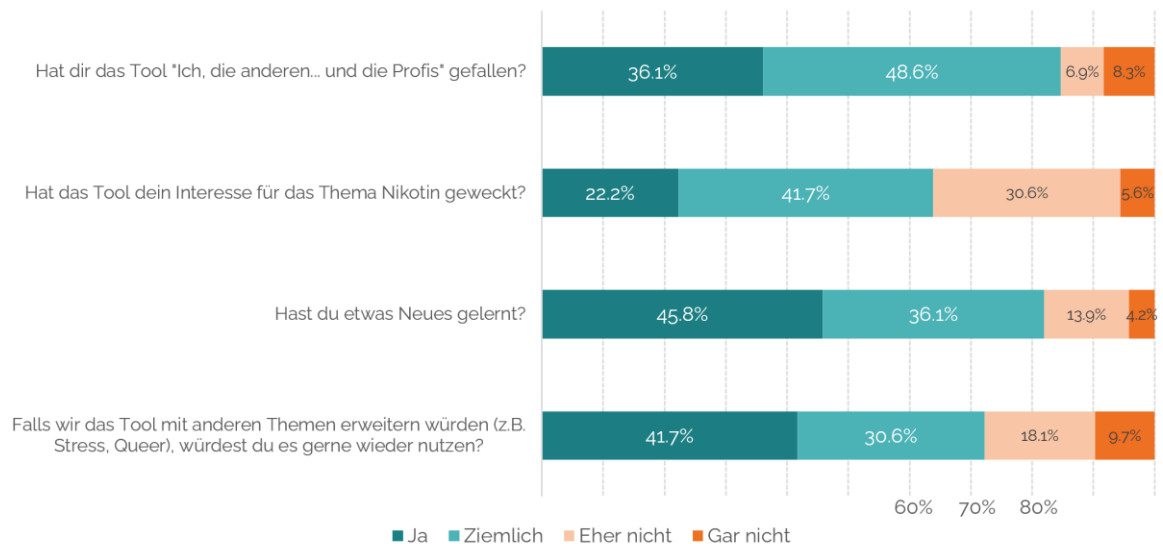


Abb. 12: Evaluationsergebnisse des Tools IAP (N=127)

Darüber hinaus wurden die folgenden Kommentare verfasst (ähnliche Kommentare wurden gesammelt):

- Weiter so. Es war lustig.
- Ich fand es sehr spannend!
- Es war cool
- Es war sehr interessant (-:
- Es war spannend, wie es die anderen beantwortet haben.
- Ich fände eine Chatfunktion spannend und eigene Fragen zum Thema zu stellen. Diese würden dann an einen grossen Pool von Fachleuten gesendet, die alle antworten können.
- Mich interessieren nicht, was andere Jugendlichen sagen, sondern was die Wissenschaft zu den Fragen sagt.

Interpretation

Die Evaluationsergebnisse übertreffen die Erwartungen. Für diese Aussage gibt es drei Gründe:

- Die Pilotversion des Tools IAP wurde vom Autor dieses Berichtes programmiert und gestaltet, der über beschränkte Programmiererkenntnisse verfügt und kein Designer ist. Die vermittelten Inhalte sind zwar fachlich fundiert und gut formuliert, aber die Technik ist auf das Wesentliche reduziert und das Design sieht nicht besonders professionell aus. Diese Aspekte dürften sich negativ auf die Evaluationsergebnisse ausgewirkt haben.
- Die Pilotversion des Tools IAP verfügt über keine Moderationsfunktion, keine Möglichkeit, die Ergebnisse der eigenen Gruppe einzusehen und bietet auch nicht die Option, Themen anzupassen oder eigene Themen einzubringen. Dies sind Erweiterungen, die die Attraktivität und den Nutzwert von IAP für den Austausch innerhalb von Gruppen erhöhen würden, aber für die Evaluation der Pilotphase aus Kostengründen nicht realisiert werden konnten.
- Aus Schulbesuchen und Umfragen wissen wir, dass das Thema Nikotin / Zigaretten nur für eine Minderheit der Jugendlichen von Interesse ist⁷. Das geringe Interesse an dem Thema dürfte sich negativ auf die Evaluierungsergebnisse ausgewirkt haben.

Trotz der oben genannten Herausforderungen und Einschränkungen wird das Tool IAP bereits in der bestehenden Entwurfsversion von den Nutzenden gut angenommen und zeichnet sich daher als eine neue Möglichkeit aus, die Möglichkeiten und Ressourcen der Digitalisierung zu nutzen, um präventive und gesundheitsfördernde Themen mit Jugendlichen partizipativ, fachlich fundiert und auf Augenhöhe zu behandeln.

⁷ In einer Umfrage aus dem Jahr 2018 hatten etwa 30% der befragten 482 Jugendlichen zwischen 12 und 19 Jahren angegeben, dass sie für das Thema Zigaretten Interesse hatten (siehe [feel-ok.ch/2018-jb](https://www.feel-ok.ch/2018-jb), Seite 17).

Überprüfung der Annahmen von IAP

Die Evaluation der Pilotphase von IAP hatte als Ziel drei Annahmen zu überprüfen, die für die Wirkung des Programms relevant sind.

Interesse an Themen durch den Vergleich wecken

Diese Annahme postuliert, dass es für Jugendliche relevant ist, zu erfahren, was andere (junge) Menschen über ein bestimmtes Thema denken. *Führt der Vergleich von Meinungen, Vermutungen und Ansichten zu einer Steigerung des Interesses an einem Thema?*

Wie im vorigen Kapitel erwähnt, wissen wir aus früheren feel-ok.ch-Umfragen, dass das Thema Nikotin / Zigaretten für viele Jugendliche wenig interessant ist. Dennoch berichten bis zu 64% der IAP-Nutzenden, dass das Tool das Interesse am Thema Nikotin geweckt hat. Einzelne Kommentare, wie «*Es war spannend, wie es die anderen beantwortet haben*» stützen dieses Ergebnis ebenfalls.

Junge Menschen sind eine vielfältige Anspruchsgruppe und selbstverständlich gibt es diejenigen, die sich nicht für die Meinung ihrer Altersgenossen interessieren. Jemand schreibt zum Beispiel: «*Mich interessieren nicht, was andere Jugendlichen sagen, sondern was die Wissenschaft zu den Fragen sagt.*»

Daher können wir schliessen, dass die Meinung Gleichaltriger nicht für alle Jugendlichen relevant ist, aber für viele von ihnen doch und das Interesse an einem Thema wecken kann.

Reflektion fördern

Fördert IAP die Reflektion zu den behandelten Themen?

Die Pilotversion von IAP enthält zwei offene Fragen: «*Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?*» und «*Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?*»

Die Analyse der Antworten auf diese beiden offenen Fragen zeigt, dass die Mehrheit der IAP-Nutzenden über diese Themen nachgedacht hat, was darauf schliessen lässt, dass eine gewisse Reflexion ausgelöst wurde.

Für die Zukunft planen wir, IAP mit einer Moderationsfunktion auszustatten: Die Ergebnisse einer Frage würden erst auf dem Bildschirm erscheinen, wenn der Moderator * die Moderatorin einer Gruppe die Antworten freigibt. Danach könnte jedes Mitglied die anonymisierten Ergebnisse der eigenen Gruppe anschauen, die je nach Antwortformat als Balken, Wortwolken, Verläufe oder als Liste dargestellt werden.

Die geprüften Ergebnisse aus der eigenen Gruppe, aus allen Gruppen und die Fachantwort würden die inhaltliche Grundlage für die daraus folgende Diskussion bieten. In der Gruppe würden die Jugendlichen ihre Gedanken austauschen. Sie würden Ansichten, Erwartungen und Überraschungen miteinander vergleichen, eventuell korrigieren oder bestätigen. Auf diese Weise könnte man während der Diskussion direkt beobachten, ob und bei wem IAP eine Reflexion auslöst.

Aufgrund unserer Erfahrungen mit Schulklassen gehen wir davon aus, dass die Moderationsfunktion das Potenzial hat, die Reflexion von IAP zusätzlich anzukurbeln, inhaltlich zu bereichern und Perspektiven zu erweitern. Auf diese Weise könnte möglicherweise auch bei denjenigen Jugendlichen ein Nachdenken ausgelöst werden, die sich keine Gedanken über die behandelten Themen gemacht haben.

Aber auch ohne die Erweiterung mit einer Moderationsfunktion deutet die Evaluation der Pilotphase darauf hin, dass bei vielen IAP-Teilnehmenden schon mit der bestehenden Entwurfsversion des Tools eine gewisse Reflexion stattgefunden hat.

Jugendliche verstehen

141 Personen haben IAP zu Evaluationszwecken genutzt, und das reicht bereits aus, um spannende Einblicke in ihre Gedanken, Vermutungen und Lösungsansätze zu gewinnen.

Man kann sich vorstellen, wie viel mehr man von Jugendlichen lernen kann, wenn weitere Menschen IAP nutzen würden. Und zwar nicht nur zum Thema Tabak, sondern auch in Bezug auf andere Aspekte des Lebens, wie Stress, Beruf, romantische und sexuelle Orientierung, Selbstvertrauen, psychische Gesundheit usw.

Die Frage «*Ist IAP ein Tool, mit dem man von Jugendlichen lernen kann, um sie zu verstehen?*» wird daher mit einem klaren Ja beantwortet und motiviert zur Fortsetzung des Projekts. Mit den daraus resultierenden Erkenntnissen wird man neue Programme im Einklang mit den Bedürfnissen und Besonderheiten Jugendlicher entwickeln können.

Anhang

Frage 1: Woran denkst du bei Nikotin?

Viele IAP-Nutzende gaben mehr als eine Antwort auf diese offene Frage. Dies führte zu 305 Begriffen. Manche davon wurden oft wiederholt. Zum Beispiel wurde das Wort «Zigaretten» 66-mal genannt. Im Folgenden sind die Begriffe nach neutraler, negativer oder positiver Konnotation sortiert, wie sie von den IAP-Teilnehmenden geschrieben wurden.

Neutrale Begriffe

Zigaretten, Zigis | Rauchen | Snus | Vapes | Schnupftabak | Tabak | Stoffe und Puschen | Shisha | Rauch | Kippen | Rausch | Zigarettenrauch | Zigarren | das was in der zigarreten ist

Negative Begriffe (gegen das Nikotin)

Sucht, Suchtmittel, Abhängigkeit | Giftige Substanzen, gift, Giftstoff | Schaden, Nicht gesund, ungesund | Droge | Krebs | Gestank | Krankheit | Kaputte Gesundheit, gesundheitsschädigend | Nervengift | Stress | Tödlich, Tod | Chemie | schlecht | ekelhaft | Inmunsisrem beschedigung | Kosten | Meine Sucht | Geld | raucherpause | Nicht raucher | uncool | unnötig | Also es ist wie eine Droge und es kann abhängig machen. Es ist auch nicht gut (Gesundheitlich) | Es kann abhängig machen und es ist wie eine Droge. Es ist auch schlecht für den Körper allgemein.

Positive Begriffe (für das Nikotin)

lecker | beruhigend | toll geil und befridigend | Erholung beruige | Glück | Entspannen | Glücklichkeit stressfrei | Befreiendes Gefühl | geil | Entspannend | chillend | cool | Genuss | Stressabbau | Freiheit | Freunde | Sucht angenehm | Ich brauche es

Frage 3: Was sind für dich gute Gründe auf das Rauchen zu verzichten?

Die IAP-Teilnehmenden haben die 10 vorhandenen Aussagen mit folgenden Anmerkungen ergänzt (keine sprachliche Korrektur):

- selbstbestimmt leben
- Keinen Streit
- Rauchen schrumpft die Lunge und „Dreck“ sammelt sich an
- Stinken und sterben
- Für mein Mädchen
- mehr Glücksgefühle
- Tod, Früher tot
- Freunde
- uncool
- Mundhygiene
- Alle süchtige Sachen sind nicht gut
- Man kann nicht aufhören
- wen man zigaretten raucht stirbt man früher
- möchte kein Lemming sein
- Schadet der gesundheit
- Man kann mit dem Geld was besseres anfangen
- Probleme ins Alter
- Meine Lungen werden beschädigt

Frage 8: Was denkst du? Warum ist Rauchen erlaubt, obwohl es der Gesundheit schadet?

Die IAP-Teilnehmenden haben zu dieser offenen Frage die folgenden 86 Antworten geschrieben. Diese wurden zur besseren Orientierung in 10 Kategorien unterteilt.

Kategorien (Anzahl Nennungen)	Aussagen (keine sprachliche Korrektur)
Geld (30)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil andere Geld machen • Weil die Wirtschaft viel Geld damit verdienen will und dann auch der Staat davon profitiert. • damit der Staat Geld verdienen kann • damit die Hersteller etwas verdienen. • Weil es ein Suchtmittel ist, das viel Profit einbringt • weil die produzenten/cheffen der produktion sehr viel geld damit machen. • Wirtschaft • Weil die Menschen damit sehr viel Geld verdienen • weil es geld gibt • geld • Man kann damit sehr viel Geld verdienen weil es teuer ist. • Geld für den Staat • Staat verdient Geld • Geld, steuern, staat • Weil sie so viel Geld machen können • Weil der Staat mit Rauchen Geld verdient • weil man verdient viel Geld mit Zigarette. • Geld • Geld • weil es damit viel Geld gemacht werden kann • Der Wirtschaft wird kein Riegel geschoben. Die Wirtschaft hat ein starkes Lobbying. • Weil es viel Geld einbringt • wegen Gelt, Wirtschaft • Damit sie geld verdienen am verkeuf von ziggareten. • weil sie gelt verdihe • Hohe Geldeinnahmen • Geld • Um viel Geld zu Verdinen • Weil Industrie, bringt viel Geld ein • Guter verdienst
Selbstbestimmung (11)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstbestimmung ist in liberaler Gesellschaft wichtig, die Wahrung wirtschaftlicher Interessen ebenso • weil jeder selber wissen muss was er oder sie mit seinem Leben anfängt • Ich denke weil jeder selber kann entscheiden ob man dies konsumieren will oder nicht und dabei sie riskiken kennt • Weil jeder für sich selber verantwortlich ist.

	<ul style="list-style-type: none"> • entscheidungsfreiheit • Eigenverantwortung • weil man selbst für sich schaut dan ist man selber schuld • keine Ahnung, als Erwachsener muss man halt selber entscheiden. • Weil jeder die Entscheidung selber trifft ob er raucht oder nicht. • am schluss ist es bei jedem selbst überlassen • jeder muss es selber wissen, wass er zu sich nimmt
Stressprävention (10)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil sonst alle gestresst sind! • Weil sonst Menschen noch gestresster sind • Als Beruhigung • für stress gegen fortnite • um den stress los zu werden • Weil es manchen MEnschen hilft sich beruigen • weil es für die Menschen hilft zu herunterzukommen und abschalten können. • stress abbauen • weil rauchen beruigen kann also so cool • weil es auch beruhight
Politik, Lobby (6)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil die Politiker gerne rauchen • Politik • Lobby • Lobby • Politik • wegen Macht, Politik
Widerstand (6)	<ul style="list-style-type: none"> • Weil viele Menschen Rauchen wollen und wütend werden würden, falls es verboten werden würde? • Weil wenn es verboten wird würden immer noch sehr viele Leute rauchen. • Weil man es nimandem verbiten kann • Ja weil es schon zu viele sind die Rauchen und sie können das denen jetzt nicht mehr Vornehmen. • Weil man das den leuten nicht verbieten kann • Weil viele rauchen wollen
Varia (6)	<ul style="list-style-type: none"> • Extremsport ist auch erlaubt • es niemand anderen richtig gefährdet • Weil Zigaretten keinen Berauschende Wirkung haben • weil sie nicht wissen, was sie mit den pflanzen machen sollen • weil man es kontrollieren kann (der konsum) • Weil es jeder macht
Sucht (5)	<ul style="list-style-type: none"> • weil viele menschen es brauchen • Weil dies ein Suchtmittel ist • weil die Leute das brauchen • weil viele Menschen süchtig sind • weil es manche menschen brauch weil sie süchtig sind
Akzeptanz (4)	<ul style="list-style-type: none"> • Es wird gesellschaftlich akzeptiert

	<ul style="list-style-type: none">• Toleranz• Gesellschaftliche anerkanntes Suchtmittel.• gesellschaftlich anerkannt, weniger harte Droge.
Genuss (4)	<ul style="list-style-type: none">• weil es spass macht• Weil cool• Es ist cool• Genussmittel
Geschichte (4)	<ul style="list-style-type: none">• Tradition• Weil lange Zeit die Gefahren nicht bekannt waren.• weil es geschichtlich verankert ist• Weil es noch von früher stammt

Frage 10: Wie würdest du einem Freund * einer Freundin helfen, nicht mehr zu rauchen, wenn er * sie dich um Unterstützung bittet?

Die IAP-Teilnehmenden haben zu dieser Frage die folgenden 78 Antworten geschrieben. Diese wurden zur besseren Orientierung in 6 Kategorien unterteilt.

Kategorien (Anzahl Nennungen)	Aussagen (keine sprachliche Korrektur)
Ablenkung (24)	<ul style="list-style-type: none"> • Ihm begleiten durch dick und dünn • Etwas mit ihm unternehmen • Mit ihm Zeit verbringen • immer wenn sie Lust auf eine Zigarette hat, soll sie mich anrufen oder eine Nachricht schreiben und ich sage ihr dann, was sie anstelle der Zigarette nun machen kann. • Ihr einfach beistehen • Ihn/Sie ablenken • dinge mit ihnen unternehmen. • Anstatt den Zigaretten müsste sie einen anderen Ausgleich finden zum Beispiel Sport. • mit dieser Person viel unternehmen sodas sie oder er nicht ans Rauchen denkt. • Ablenken • Mit ihm/ihr viel Zeit unternehmen und dafür sorgen, dass er/sie mit der Sucht aufhört. • Ich würde mit ihr Zeit unternehmen und das sie nicht daran denkt • Er soll Ablenkung suchen • ihn versuchen abzulenken • ablenkung suchen • das er viel Sport mache oder etwas neu, dass er die Zigarette vergiesst • Angebot von gemeinsamem Sport • ablenken, sport machen • Ablenkung • Ihm versuchen tips zu geben wie er/sie das hirn etwas ablenken kann. • Mit ihr reden • Ablenkung schaffen • Wenn der Suchtdruck kurzfristig da ist, für diese Zeit ablenken • Ablenken
Zigaretten beseitigen, Rauchen verhindern (16)	<ul style="list-style-type: none"> • Ihre Zigaretten wegwerfen • Zigaretten wegwerfen • ich würde im einfach alle Zigaretten kaputt machen damit er keine mehr hat. • Zigarretten wegnehmen • Ihm das Peckchen weg nehmen • im die zigareteten klauen • Ei fach Zigaretten wegnehmen

	<ul style="list-style-type: none"> • Ich würde die Zigaretten weg nehmen • die Zigis wegnehmen • Zigaretten wegnehmen • wenn man eine Schachtel sied vordnehmen • zigaretten weg nehmen kontrollieren das er sie es nicht raucht • Im sein gELD KLAUEN • Wegnehmen • Stoppen, wenn er/sie eine Zigarette rauchen möchte • Die zigaretten um die Ohren hauen
Varia (12)	<ul style="list-style-type: none"> • denn Konsum beobachten und langsam anfangen dies täglich zu tuhen • er muss es selber wollen! • verlassen meine freunde/innen sind nicht bescheuert • übereden • ich habe 9 Jahre geraucht und aufgehört und das brauch Geduld. Man kann auch viele einfach probieren zu aufhören das ist nicht gefährlich. • nicht daneben rauchen • Ich würde ihm oder ihr die zigaretten einteilen • Ihr keine Zigaretten mehr kaufen • Tipp, dass die Alltagsrituale neu gestaltet werden sollen. • ich würde versuchen es im auszureden • der Person immer wieder klar stellen das sie aufhören soll • weniger rauchen
Aufklärung, Motivation (10)	<ul style="list-style-type: none"> • die Gründe für das aufhören immer wieder in Erinnerung rufen • Risiken und Gefahren zeigen • Ich würde ihm sagen das es schädlich ist und ihm die folgen davon zeigen. • Ich würde ihm sagen das es schädlich ist • mit ihm/ihr reden, Gifte ansprechen, Geld ansprechen • sagen das man eher sterben würde • Er kann Geld Sparen und es schadet seiner gesundheit • gli direi cosa rischia • Sagen ,dass es viel Geld kostet, es macht krank usw. • Ich würde ihn/sie nach jeder rauchfreien Woche zu einem Drink einladen.
Alternativen (9)	<ul style="list-style-type: none"> • Ein Produkt gegen diese Sucht empfehlen • zusammen einen "Ersatz" suchen • Und wenn die Lust nach einer Zugarette aufkommt könnte sie anstatt zu rauchen ein kleines Stück Schokolade essen oder etwas in dieser Art • Nikotinkaugummi • zu erst mal fersuchen auf elektro um zu steigen dann immer weniger fersuchen zu zihen und dan frsuchen aufzuhören • ihnen helfen zb kaugummi ode reine ander lösung geben

-
- ich würde sagen dass sie Kaugummi kauen kann als rauchen
 - Ich bitte ihr ne 11 bar an oder zwingt sie zum snusen
 - Ersatzprodukt anbieten, welches nicht gesundheitsschädigend (weniger gesundheitsschädigend) ist.

Beratung (7)

- Ihm sagen er solle eine Therapie machen.
 - mit ihm zu einem Arzt gehen
 - mit ihm zu einer entsucht beratung gehen
 - Motivieren eine Fachstelle aufzusuchen
 - Antiraucherkurs bei der Krebsliga schenken
 - Ich würde ihm Raten eine Entzugstherapie zu machen
 - Mit ihr helfen und mal zu einem gehen der Ahnung hat
-