

Evaluation Pilotprojekt abenteuerinsel.ch

Bericht zuhanden der Projektverantwortlichen von RADIX und Lungenliga  
Schweiz

Luzern, den 7. Mai 2012

Dr. Birgit Laubereau (Projektleitung)  
laubereau@interface-politikstudien.ch

Andrea Niederhauser (Projektmitarbeit)  
niederhauser@interface-politikstudien.ch

Manuela Oetterli (Qualitätssicherung)  
oetterli@interface-politikstudien.ch

## INHALTSVERZEICHNIS

ZUSAMMENFASSUNG	3
I EINLEITUNG	6
1.1 Wirkungsmodell und Fragestellungen	6
1.2 Methodisches Vorgehen	8
1.3 Möglichkeiten und Grenzen der Evaluation	10
2 RESULTATE ZUM KONZEPT	11
2.1 Beschreibung des Konzepts	11
2.2 Bewertung des Konzepts	12
3 RESULTATE ZUR UMSETZUNG UND ZUM OUTPUT	15
3.1 Projektorganisation	15
3.2 Promotionsaktivitäten	16
3.3 Technische Umsetzung	18
3.4 Gestaltung und Inhalt	19
4 RESULTATE ZUM OUTCOME	22
4.1 Teilnahmeraten	22
4.2 Charakterisierung der Familien	24
4.3 Erfolgsfaktoren und Hinderungsgründe	27
4.4 Wirkungen auf Wissen und Verhalten der Familien	33
5 SCHLUSSFOLGERUNGEN UND EMPFEHLUNGEN	38
ANHANG	42
A1 Fallanalysen	42
A2 Qualitätskriterien für internetbasierte Rauchstopp-Angebote	53
A3 Freitextangaben aus den Online-Befragungen	56
A4 Detaillierte Empfehlungen zur Verbesserung von Technik und Inhalt der Plattform	59
IMPRESSUM	61

## ZUSAMMENFASSUNG

---

Das Pilotprojekt *abenteuerinsel.ch*

Das Pilotprojekt *abenteuerinsel.ch* wurde 2011 unter der Leitung des Schweizer Kompetenzzentrums für Gesundheitsförderung und Prävention RADIX und der Lungenliga Schweiz in der Deutschschweiz durchgeführt. Weitere Partner waren die Kommunikationsagentur Life Science Communications Bern (LSCom) sowie die Firma OgilvyInteractive Zürich (Ogilvy) für die technische Umsetzung. Das Projekt wurde durch den Tabakpräventionsfonds (TPF) finanziert. Ziel des internetbasierten Projekts war es, Familien respektive die rauchenden Mitglieder der Familien beim Rauchstopp zu unterstützen. Die gleichzeitige Förderung des Nichtrauchens bei den nichtrauchenden Mitgliedern der Familien wird als möglicher positiver Nebeneffekt gesehen. Zu diesem Zweck sollten die Familien auf der Website *abenteuerinsel.ch* auf einer virtuellen Insel gemeinsam das Rauchmonster bekämpfen. Während einer je vierwöchigen Vorbereitungs- und Rauchstopp-Phase erhielten die Familien wöchentlich Informationen und obligatorische Aufgaben zur Unterstützung des Rauchstopps. Alle Familien, die bis zum Ende der Rauchstopp-Phase rauchfrei blieben und alle obligatorischen Aufgaben gelöst hatten, nahmen an der Verlosung eines Geldpreises von 5'000 Franken teil. Dem Aufschalten der Website im Oktober 2011 gingen mehrwöchige Promotionsaktivitäten auf verschiedenen Kanälen voraus.

Zielsetzung und Methodik der Evaluation

Die vorliegende Evaluation hatte zum Ziel, die Umsetzung, Leistungserbringung und Wirkungsentfaltung der Intervention zu beurteilen und Grundlagen für die Optimierung des Projekts bereitzustellen. Zu diesem Zweck wurden fünf Datenquellen ausgewertet. Es wurden projektbezogene Dokumente und vorhandene Interventionsdaten genutzt. Ausserdem wurden standardisierte Online-Befragungen aller Familien sowie Fallanalysen bei zwei erfolgreichen Familien und zwei Abbrecherfamilien durchgeführt und ausgewertet. Zusätzlich wurden zwei Expertengespräche mit Projektverantwortlichen geführt. Da die Teilnehmerzahl deutlich kleiner war als ursprünglich geplant, ist die Aussagekraft der quantitativen Analyse beschränkt. Dennoch konnten durch eine stärkere Gewichtung der qualitativen Erhebungen und der Deskription der verfügbaren Daten, ergänzt durch Literaturrecherchen, die Fragen zur Struktur- und Prozessoptimierung ausführlich bearbeitet werden. Zudem ergaben sich Hinweise für die Beurteilung der Wirksamkeit des Projekts und zu möglichen Einflussfaktoren.

Resultate zum Konzept

Die Evaluation zeigt, dass das Konzept von *abenteuerinsel.ch* mit dem internetbasierten familienzentrierten Ansatz innovativ und wissenschaftlich fundiert ist. Das Projektkonzept erfüllt zudem fast alle formalen Qualitätskriterien einer guten Praxis webbasierter Tabakprävention.

Resultate zur Umsetzung und zum Output

Die *Projektstruktur* umfasste vier Organisationen, welche alle für das Projekt benötigten Kompetenzen einbrachten. Die Abstimmungsprozesse erwiesen sich dadurch jedoch als vergleichsweise aufwändig. Die *Promotionsaktivitäten* richteten sich aus Ressour-

cengründen vorwiegend an Mittler, insbesondere aus dem Sucht- und/oder Gesundheitsbereich und somit nur indirekt an die Zielgruppe der Familien. Der Schwerpunkt der Promotion lag auf der Verteilung von Flyern und der Bekanntmachung im Internet (vor allem Verlinkung mit anderen Angeboten). Die meisten befragten Familien waren über das Internet auf *abenteuerinsel.ch* aufmerksam geworden. Mit der *technischen Umsetzung* waren zwei Drittel der 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien zufrieden. Es gibt jedoch Hinweise auf technische Probleme, insbesondere zu Projektbeginn. Die *Gestaltung und die Inhalte* von *abenteuerinsel.ch* wurden von den befragten Familien insgesamt als gut bewertet, jedoch wurde von der Mehrzahl der Befragten eine Verbesserung der Plattform gewünscht. Dies bezieht sich vor allem auf einen Ausbau der interaktiven Elemente und auf die Wochenaufgaben.

Resultate zum Outcome: Erreichung der Zielgruppe (Teilnehmerraten)  
Die Teilnehmerzahlen von *abenteuerinsel.ch* blieben hinter den Zielvorgaben zurück. Dabei waren insbesondere die Anzahl der Registrierungen geringer (76 statt 160) und der Anteil der Familien, die ihre Teilnahme früh abgebrochen haben höher als angenommen. 38 Prozent statt der erwarteten 75 Prozent der registrierten Familien verpflichteten sich am Tag X zum Rauchstopp. Am Ende der Rauchstopp-Phase hingegen entsprach die erfolgreiche Teilnehmerrate mit knapp 50 Prozent der Familien, die sich am Tag X zum Rauchstopp verpflichtet hatten, den Erwartungen. Grund für die vergleichsweise geringe Zahl von Registrierungen ist aus Sicht der Evaluation ein zu ambitioniertes Ziel in Anbetracht der begrenzten Zielpopulation und der beschränkten Promotion. Mögliche Gründe für die hohen frühen Abbruchraten sind technische Probleme bei Projektbeginn und wenig attraktive Wochenaufgaben sowie zu optimistische Zielvorgaben.

Resultate zum Outcome: Charakterisierung der Familien  
Insgesamt waren Familien, in denen mindestens ein Elternteil und kein Kind raucht, deutlich am häufigsten vertreten (66 Prozent). Der Bildungsstand der Eltern ist eher hoch und Schweizerdeutsch ist die vorherrschende Familiensprache. Rund ein Viertel der Väter und ein Fünftel der Mütter sind nicht in der Schweiz geboren. Es wurden keine wesentlichen Unterschiede zwischen Abbrecherfamilien und erfolgreichen Teilnehmerfamilien beobachtet.

Resultate zum Outcome: Erfolgsfaktoren und Hinderungsgründe  
Als wichtigste projektbezogene *Erfolgsfaktoren* für ein Gelingen des vierwöchigen Rauchstopps wurden die Kernelemente Informationen, Vorbereitungsphase und Geldpreis identifiziert. Familienbezogene Erfolgsfaktoren waren eine aktive Rolle der Nicht-rauchenden sowie eine hohe Eigenmotivation und Zuversicht der Rauchenden, den Rauchstopp zu schaffen. Als *Hinderungsgründe* für eine erfolgreiche Teilnahme an *abenteuerinsel.ch* wurden vor allem der Zeitaufwand und technische Probleme genannt. Eine mangelnde Attraktivität der Plattform und der fixe Projektstart könnte in manchen Fällen ebenfalls ein Hindernis gewesen sein. Keinen Einfluss auf den Erfolg hatten der Umfang der Nutzung von *abenteuerinsel.ch* und die Gründe für den Rauchstopp.

Resultate zum Outcome: Wirkungen auf Wissen und Verhalten der Familien

Die Wirkungen von abenteuerinsel.ch auf die Gesundheitskompetenz der Familien waren positiv, vor allem im Sinne einer *Zunahme des Wissens* bezüglich der Erlangung von Rauchfreiheit. Dieser Effekt war zwar am stärksten bei den erfolgreichen Teilnehmerfamilien, aber er war auch bei den Abbrecherfamilien sichtbar. Weiter wurde Rauchen in den Familien vermehrt thematisiert. Zudem wurde von einigen Familien von einer stärkeren gegenseitigen Unterstützung und von einem besseren Gesundheitsbewusstsein berichtet. Als einzige negative Nebenwirkung nannten insbesondere erfolgreiche Teilnehmerfamilien vermehrten Streit in den Familien. Dieser wird jedoch eher auf den Rauchstopp an sich als auf die Teilnahme am Projekt zurückgeführt.

Die *Abstinenzraten*, also der Anteil rauchfreier Familien, lagen nach konservativer Intention-to-treat-Analyse (alle fehlenden Angaben werden als Misserfolg gewertet) am Ende der Rauchstopp-Phase bei 18 Prozent und zwei Monate später bei 8 Prozent. Die angestrebten Zielgrössen von 38 und 25 Prozent wurden somit nicht erreicht. Jedoch liegen die Ergebnisse in ähnlichen Grössenordnungen wie beim deutschen Projekt rauchfrei und anderen Angeboten.

Schlussfolgerungen und Empfehlungen

Die Evaluation des Pilotprojekts zeigt auf, dass abenteuerinsel.ch ein innovatives, konzeptionell vielversprechendes Projekt ist, welches jedoch bezüglich der Fokussierung auf die Zielgruppe sowie hinsichtlich der Umsetzung Optimierungspotenzial aufweist. Mit dem Pilotprojekt wurden vor allem Familien mit Kindern bis zwölf Jahre erreicht, das bedeutet, es wurden hauptsächlich rauchende Eltern angesprochen. Geeignet ist das Projekt vor allem für Familien, in denen sowohl die Nichtrauchernden als auch die Rauchenden motiviert sind, sich für den Rauchstopp zu engagieren. Das Projekt abenteuerinsel.ch stellt mit dem familienzentrierten Ansatz somit eine gute Ergänzung zu bestehenden Rauchstopp-Angeboten für Einzelpersonen oder andere Gruppen dar. Die Wirksamkeit von abenteuerinsel.ch ist zudem ähnlich hoch wie bei vergleichbaren Projekten.

Im Hinblick auf die Zukunft von abenteuerinsel.ch nach Abschluss der Pilotphase wurden auf Basis der Ergebnisse der Evaluation Empfehlungen bezüglich Zielgruppenorientierung, technische, inhaltliche und konzeptionelle Optimierung sowie Weiterführung des Angebots zuhanden der Projektleitung formuliert.

## I EINLEITUNG

---

Das Pilotprojekt *abenteuerinsel.ch* wurde im zweiten Halbjahr 2011 unter der Leitung des Schweizer Kompetenzzentrums für Gesundheitsförderung und Prävention RADIX und der Lungenliga Schweiz in der Deutschschweiz durchgeführt. Das Projekt wurde durch den Tabakpräventionsfonds (TPF) finanziert. Ziel des Pilotprojekts war es, mit internetbasierten interaktiven Methoden deutschsprachige Familien respektive die rauchenden Mitglieder von Familien beim Rauchstopp zu unterstützen. Die gleichzeitige Förderung des Nichtrauchens bei den nichtrauchenden Mitgliedern der Familien wird als möglicher positiver Nebeneffekt gesehen. Dazu mussten die Familien auf der Website *abenteuerinsel.ch* ein Camp auf einer virtuellen Insel einrichten und gemeinsam das Rauchmonster bekämpfen. Das Programm bestand aus einer Vorbereitungsphase und einer Rauchstopp-Phase (je vier Wochen). Jede Woche haben die Teilnehmerfamilien Informationen und obligatorische Aufgaben für die Familie und pro Person zur Vorbereitung und Unterstützung des Rauchstopps erhalten. Alle Familien, die bis zum Ende der Rauchstopp-Phase rauchfrei blieben und alle obligatorischen Aufgaben gelöst hatten, nahmen an der Verlosung eines Geldpreises von 5'000 Franken teil. Dem Aufschalten der Website im Oktober 2011 gingen mehrwöchige Promotionsaktivitäten auf verschiedenen Kanälen voraus.

Die Projektträgerschaft umfasste RADIX sowie die Lungenliga Schweiz. Weitere Partner waren die Kommunikationsagentur Life Science Communications Bern (LSCom) sowie die Firma OgilvyInteractive Zürich (Ogilvy) für die technische Umsetzung. Die Projektverantwortlichen von RADIX haben Interface Politikstudien Forschung Beratung beauftragt, das Pilotprojekt zu evaluieren. Die vorliegende Evaluation hat zum Ziel, die Umsetzung, Leistungserbringung und Wirkungsentfaltung der Intervention zu beurteilen und Grundlagen für die Optimierung des Projekts bereitzustellen.

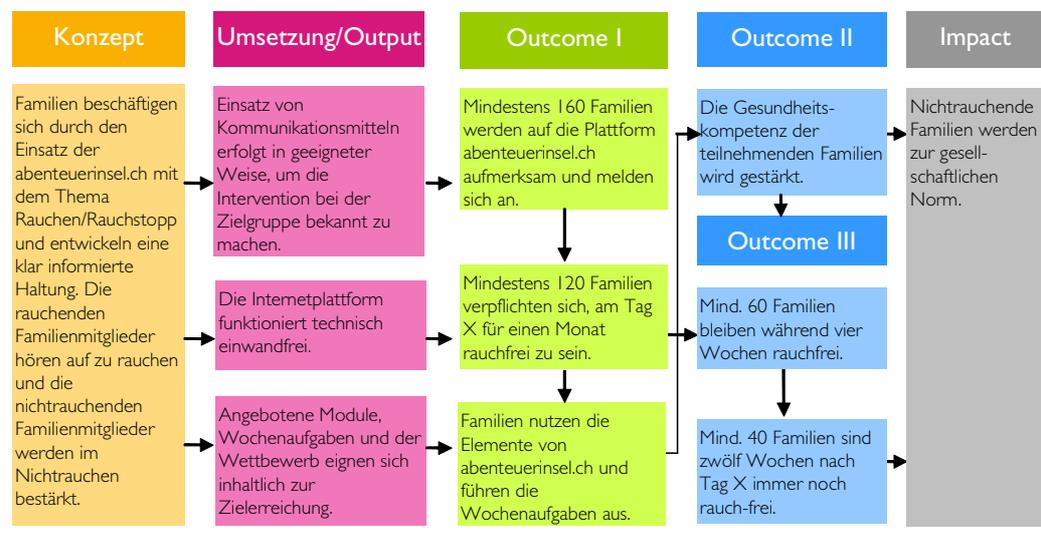
### 1.1 WIRKUNGSMODELL UND FRAGESTELLUNGEN

---

Die Evaluation des Projekts *abenteuerinsel.ch* berücksichtigt mehrere Stufen der Wirkungsentfaltung.<sup>1</sup> Die Darstellung D 1.1 beschreibt die einzelnen Elemente und Evaluationsgegenstände: Die Intervention verfügt über ein Konzept, welches von verschiedenen Akteuren umgesetzt wird. Dieses beinhaltet konkrete Leistungen (Output) und will damit eine bestimmte Zielgruppe motivieren (Outcome I), eine Einstellungs- und Verhaltensänderung herbeizuführen (Outcome I + II + III). Eine Wirkung auf der gesamtgesellschaftlichen Ebene (Impact), nämlich jene, dass nichtrauchende Familien zur gesamtgesellschaftlichen Norm werden, war im Rahmen des Pilotprojekts nicht zu erwarten. Erst bei einer allfälligen schweizweiten Ausdehnung der Intervention könnte die gesamtgesellschaftliche Wirksamkeit der Intervention evaluiert werden.

<sup>1</sup> Balthasar, A. (2000): Evaluationssynthesen: Bedingungen, Möglichkeiten und Grenzen. *LeGes – Gesetzgebung & Evaluation*, 11 (1), S. 13–25.

## D 1.1: Evaluationsgegenstände



Quelle: eigene Darstellung.

Die konkreten Fragestellungen der Evaluation werden nachfolgend entlang der einzelnen Evaluationsgegenstände zusammengefasst:

- **Konzept:** Bewährt sich das Konzept von abenteuerinsel.ch und wo gibt es Optimierungsbedarf? Was wäre im Hinblick auf eine Ausdehnung der Intervention besonders zu beachten?
- **Umsetzung und Output:** Besteht Optimierungsbedarf bei der Projektorganisation? Mit welchen Mitteln erfolgte die Promotion der Plattform und eignen sich diese für eine zielgruppenspezifische Bekanntmachung? Ist die Plattform gut verlinkt? Funktioniert die Plattform technisch einwandfrei? Wie werden die Gestaltung und der Inhalt von der Zielgruppe beurteilt? Wo besteht Optimierungspotenzial? Vereinfacht die Plattform den Zugriff auf bestehende Rauchstopp-Angebote?

Der Begriff *Outcome* umschreibt die Wirkung, welche das Massnahmenpaket bei der Zielgruppe entfalten soll. Wir unterscheiden dabei Fragen zu folgenden Wirkungsdimensionen:

- **Outcome I, Erreichung und Motivation der Zielgruppe:** Wie viele Familien registrieren sich bei abenteuerinsel.ch, wie viele verpflichten sich am Tag X zum Rauchstopp und wie viele bleiben vier Wochen nach Tag X rauchfrei? Können die Zielgrößen erreicht werden? Wie lassen sich die erfolgreichen Teilnehmerfamilien und die Abbrecherfamilien charakterisieren (Rauchprofil und Familientyp, soziodemografische Angaben)? Lassen sich die Familien typisieren?
- **Outcome II, Einflussnahme auf Gesundheitskompetenz:** Hat sich das Wissen der teilnehmenden Familien über Aktivitäten, die ihnen die Rauchfreiheit erleichtern, aufgrund der Intervention erweitert? Haben die teilnehmenden Familien aufgrund der Intervention mehr über die Schädlichkeit des Rauchens und Passivrauchens gelernt?

- *Outcome III, Einflussnahme auf das Verhalten der Zielgruppe:* Wird in den teilnehmenden Familien das Rauchen aufgrund der Intervention vermehrt thematisiert? Lassen sich nicht intendierte positive respektive negative Nebenwirkungen feststellen? Wie viele Familien sind vier Wochen und zwölf Wochen nach Tag X rauchfrei? Können die Zielgrößen erreicht werden? Was sind Erfolgsfaktoren und was sind Hinderungsgründe hinsichtlich einer erfolgreichen Teilnahme an abenteuerinsel.ch?

## 1.2 METHODISCHES VORGEHEN

---

Die Ergebnisse der Evaluation stützen sich auf folgende fünf Datenquellen:

- *Vorhandene Interventions-Daten:* Von der Projektleitung wurden systematisch Daten im Rahmen der Intervention erhoben. Es sind dies Daten zu den Promotionsaktivitäten, Daten zu den teilnehmenden Familien und zur Zielerreichung am Ende der Intervention.
- *Standardisierte Befragung der registrierten Familien:* Sämtliche Familien, welche sich bei abenteuerinsel.ch registriert hatten wurden standardisiert online befragt. Die Befragungen erfolgten bei den erfolgreichen Teilnehmerfamilien zum Ende der Intervention, also vier Wochen nach Tag X (t+4) und als Follow-up zwölf Wochen nach Tag X (t+12). Die Abbrecherfamilien wurden zeitnah zum Abbruch der Teilnahme online befragt.<sup>2</sup>
  - Zum Zeitpunkt t+4 wurden die Meinungen der Familien zur Gestaltung der Plattform, zur technischen Funktionalität, zum Optimierungspotenzial und zu Wirkungen der Teilnahme an abenteuerinsel.ch auf die Familie sowie Erfolgsfaktoren und soziodemografische Merkmale erfasst.
  - Zum Zeitpunkt t+12 wurde der aktuelle Rauchstatus in der Familie, die Anzahl von Rückfällen, Erfolgs- und Misserfolgskriterien und mögliche Nebenwirkungen des Projekts erfragt.
  - Die Abbrecherfamilien erhielten innerhalb von maximal zwei Wochen nach Abbruch einen kurzen Online-Fragebogen. Dieser erfasste neben den Gründen für den Abbruch die Meinung der Familien zur Gestaltung der Plattform, mögliche Wirkungen der Teilnahme an abenteuerinsel.ch auf die Familie und soziodemografische Merkmale.<sup>3</sup>
- *Fallanalysen:* Um einen vertieften Einblick in die Wirkungszusammenhänge und die Familiendynamik zu erhalten, wurden mit vier ausgewählten Familien Gesprä-

<sup>2</sup> Unter erfolgreichen Teilnehmerfamilien verstehen wir die Familien, welche alle obligatorischen Wochenaufgaben abschlossen und während der Rauchstopp-Phase rauchfrei geblieben waren. Unter Abbrecherfamilien verstehen wir Familien, welche in der Vorbereitungsphase oder in der Rauchstopp-Phase nach dem Tag X die Teilnahme an abenteuerinsel.ch beendet haben respektive nicht rauchfrei geblieben waren. Bei der Zuordnung der Familien zu den verschiedenen Gruppen wurden die Angaben von LSCom übernommen. Diskrepante Daten im Datensatz (z.B. Abbrecherfamilien die Einträge bis t+4 hatten) wurden in der Auswertung nicht berücksichtigt.

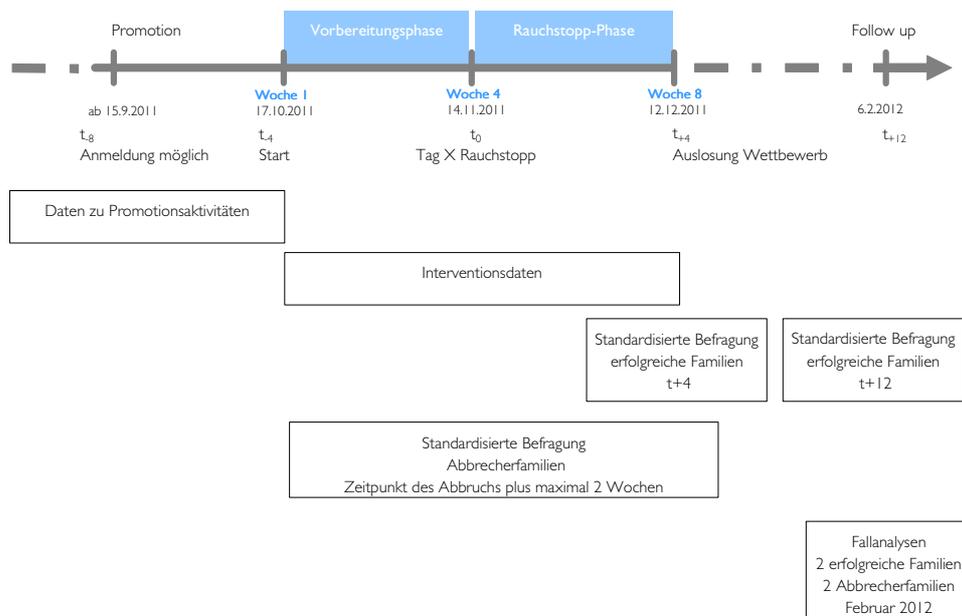
<sup>3</sup> Entgegen der ursprünglichen Planung wurde auf Wunsch der Auftraggebenden auf die Erhebung von soziodemografischen Merkmalen zu Beginn der Intervention (t-4) verzichtet und die entsprechenden Fragen erst bei t+4 und bei Abbruch erhoben.

che durchgeführt. Wegen der relativ geringen Beteiligung an abenteuerinsel.ch konnte die Auswahl der Familien, anders als ursprünglich geplant, nicht auf eine quantitative Analyse der Merkmale der Familien gestützt werden. Stattdessen wurde ein pragmatischer Ansatz gewählt, und es wurden zwei erfolgreiche Teilnehmerfamilien sowie zwei Abbrecherfamilien interviewt, wobei bevorzugt Familien mit jugendlichen Kindern kontaktiert wurden. Drei Gespräche wurden als Gruppengespräche persönlich vor Ort geführt. Ein Gespräch wurde, mangels Alternativen, telefonisch mit der rauchenden Mutter einer Abbrecherfamilie geführt.

- *Expertengespräche:* Um Informationen zur Organisation und zu den Prozessen des Projekts sowie eine Einschätzung der Ergebnisse aus fachlicher Sicht zu erhalten, wurde mit der Projektleitung und mit Verantwortlichen der LSCom ein leitfadengestütztes Gespräch geführt. Ogilvy stand für ein Feedbackgespräch bezüglich der technischen Umsetzung nicht zur Verfügung.
- *Literaturrecherche und Dokumentenanalyse:* Um die Ergebnisse der Evaluation im Feld einordnen zu können, wurden einerseits Feedback-Unterlagen aus den Sitzungen mit dem Resonanzgremium und einer Fokusgruppe sowie die Berichterstattung der Projektleitung an den TPF ausgewertet. Andererseits wurde Literatur aus vergleichbaren Projekten zur Einordnung der Ergebnisse der Evaluation recherchiert und analysiert.

In der nachfolgenden Darstellung sind der zeitliche Ablauf der Intervention und der Evaluation gezeigt. Die zu den verschiedenen Messzeitpunkten zu erhebenden Informationen sind aufgeführt.

**D 1.2: Ablauf der Intervention und Erhebungen zu verschiedenen Zeitpunkten**



Quelle: eigene Darstellung.

Zur Auswertung der erhobenen Daten wurden sowohl quantitative als auch qualitative Methoden angewendet. Da weniger Familien als ursprünglich geplant bei abenteuerin-

sel.ch teilnahmen, wurden die Ergebnisse der quantitativen Erhebungen aufgrund der geringen Anzahl Beobachtungen (Familien) deskriptiv dargestellt. Berechnete Anteile in Prozent dienen der Orientierung. Es muss beachtet werden, dass bei diesem geringen Stichprobenumfang eine beträchtliche Zufallsschwankung möglich ist. Daher sind die Ergebnisse im Sinne von Grössenordnungen und Trends zu interpretieren. Die ursprünglich geplante multivariate Auswertung konnte mangels ausreichender Fallzahlen nicht durchgeführt werden. Die Auswertung der vier Fallanalysen erfolgte auf Basis einer Inhaltsanalyse der Gesprächsprotokolle. Die Ergebnisse wurden in vier kurzen Fallporträts illustriert (vgl. Anhang A1). Die Expertengespräche wurden ebenfalls protokolliert und entlang der untersuchungsleitenden Fragestellungen analysiert.

### 1.3 MÖGLICHKEITEN UND GRENZEN DER EVALUATION

---

Beim evaluierten Projekt handelt es sich um ein Pilotprojekt, bei dem vor allem eine formative Evaluation (Prozessevaluation) im Vordergrund steht. Es sollen aber auch Aussagen über Wirkungen getroffen werden. Vor allem für Aussagen bezüglich der Wirkungen stellen die relativ geringen Teilnehmerzahlen eine Einschränkung dar. Die Evaluation war, orientiert an den Zielvorgaben des Pilotprojekts, ursprünglich stark auf eine quantitative Analyse entsprechender Datenmengen ausgerichtet. Das Evaluationskonzept stützte sich dabei auf die erwarteten Teilnehmerzahlen von 160 Familien bei Registrierung und 60 Familien zum Ende der Intervention.<sup>4</sup> Da die Teilnehmerzahlen deutlich geringer ausfielen, stützen sich die Aussagen zur Umsetzung und vor allem zur Wirkung des Projekts auf eine relativ schwache Datenbasis. Vertiefte statistische Analysen waren nicht möglich, die geplante multivariate Analyse zur Identifizierung von Erfolgs- und Misserfolgskriterien und die Berechnung von Wahrscheinlichkeiten für den Eintritt des Rauchstopps konnte nicht durchgeführt werden. Auch die Auswahl typischer Fälle für die Fallanalysen auf Basis der Ergebnisse der quantitativen Analysen war nicht möglich. Die qualitativen Erhebungen (Expertengespräche und Fallanalysen) und die Deskription der verfügbaren Daten wurden daher stärker gewichtet und durch Literaturrecherchen ergänzt. So kann die Evaluation ausführliche Antworten hinsichtlich Struktur- und Prozessoptimierung liefern. Die vorhandenen Angaben ermöglichen Hinweise auf die Wirksamkeit des Projekts und mögliche Einflussfaktoren, auch wenn diese nicht abschliessend beurteilt werden können.

<sup>4</sup> Vgl. Fabian, C.; Caspar, C. ); Lehmann, S.; Kooijman, C. (Lungenliga Schweiz, LLS) (2011). Ausschreibung Mandat Evaluation abenteuerinsel.ch, RADIX und LLS, April 2011 sowie Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern, S. 14.

In diesem Kapitel wird erstens das Konzept von abenteuerinsel.ch beschrieben und zweitens anhand verschiedener Kriterien bewertet.

## 2.1 BESCHREIBUNG DES KONZEPTS

Die konzeptionelle Grundidee von abenteuerinsel.ch kann folgendermassen zusammengefasst werden: Familien beschäftigen sich durch abenteuerinsel.ch mit dem Thema Rauchen/Rauchstopp und entwickeln eine klar informierte Haltung. Die rauchenden Familienmitglieder hören, unterstützt durch die Familie, auf zu rauchen und die nicht-rauchenden Familienmitglieder werden im Nichtrauchen bestärkt.

Die Intervention war modular aufgebaut:

- Der obligatorische Kern bestand erstens aus dem Einrichten eines Camps pro Familie auf der virtuellen Insel. Zweitens mussten regelmässig Wochenaufgaben, die vor allem mit Informationsvermittlung verknüpft waren, während den acht Wochen der Intervention bearbeitet werden. Dies qualifizierte die Familie, zusammen mit der Einhaltung der vierwöchigen Rauchfreiheit, zur Teilnahme am Wettbewerb mit der Verlosung des Geldpreises.<sup>5</sup>
- Zusätzlich standen den Nutzerfamilien freiwillige Elemente zur Verfügung. Hierzu zählten beispielsweise ein Forum zum Austausch mit anderen (Lagerfeuer), Tipps zur Einübung von Verhalten wie Rollenspiele sowie weitere Informationsmöglichkeiten. Zentral war hier die Figur der Medizinfrau, welche erstens vertiefte Informationen rund um den Rauchstopp anbot und zweitens für individuelle E-Mail-Anfragen kontaktiert werden konnte. Zudem war die Plattform zu anderen Angeboten der Tabakprävention verlinkt.

Mit dem Pilotprojekt wurden zwei Ziele verfolgt:

- *Erstens* wollte das Pilotprojekt das Nichtrauchen fördern und die Zahl von Familien mit mindestens einem rauchenden Mitglied in der Schweiz senken. Im Vordergrund stand dabei der Rauchstopp bei den Rauchenden. Tabakprävention bei (noch) nicht rauchenden Familienmitgliedern, insbesondere Kindern und Jugendlichen, wurde als möglicher positiver Nebeneffekt gesehen. Bei der Umsetzung der Internetplattform wurde auf Jugendliche und junge Eltern fokussiert, da diese als Opinionleader für eine erfolgreiche internetbasierte Intervention gesehen wurden.<sup>6</sup> Hintergrund für den Ansatz sind wissenschaftliche Erkenntnisse über den Einfluss der Familie auf Kinder und Jugendliche hinsichtlich deren Entscheidung zu rau-

<sup>5</sup> Die (Ex-)Rauchenden der Gewinnerfamilie wurden auf Rauchfreiheit getestet (CO-Messung), um sicherzustellen, dass sie vier Wochen rauchfrei waren. Ebenfalls musste ein Zeuge/eine Zeugin der Familie den Raucherstatus der Familie bestätigen.

<sup>6</sup> LSCoM (2011): Detailkonzept Kommunikation, 12.5.2011, S. 2.

chen.<sup>7</sup> Das Familiensetting wurde bisher in Schweizer Projekten zur Tabakprävention wenig berücksichtigt und Projekte, die auf die gesamte Familie abzielen, gab es bisher nicht. Das Projekt abenteuerinsel.ch wollte diese Lücke schliessen. Dabei wurde die erprobte Methode des Rauchstopp-Wettbewerbs (Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz) auf das neue Setting der Familie übertragen.<sup>8</sup>

- *Zweitens* sollte im Pilotprojekt die Umsetzbarkeit der Intervention in einem überschaubaren Rahmen geprüft und Grundlagen zur Optimierung für eine allfällige Ausweitung des Projekts geschaffen werden. Zielgruppe des Projekts sind Familien, in denen mindestens ein Mitglied raucht.<sup>9</sup>

## 2.2 BEWERTUNG DES KONZEPTS

---

Im folgenden Abschnitt werden erstens der familienzentrierte Ansatz und die Zielgruppe, zweitens die Erfüllung von Qualitätskriterien für webbasierte Tabakprävention und drittens flexible Nutzungsmöglichkeiten bewertet.

### 2.2.1 FAMILIENZENTRIERTER ANSATZ UND ZIELGRUPPE

Konzeptionell handelt es sich um einen innovativen und vielversprechenden Ansatz, die Familie als Zielgruppe der Tabakprävention im Internet in den Fokus zu rücken. Die wissenschaftliche Evidenz hinsichtlich Relevanz der Familie in der Prävention wurde im Finanzierungsgesuch an den Tabakpräventionsfonds ausführlich aufgearbeitet.<sup>10</sup> Inwiefern rauchende Jugendliche mit einem solchen familienzentrierten Ansatz tatsächlich angesprochen werden können ist allerdings unklar, da die Pubertät eine Zeit der Abgrenzung vom Elternhaus darstellt.<sup>11</sup> Theoretisch könnten hier Hindernisse entstehen für die Umsetzung des Konzepts bei jugendlichen Rauchenden. Entsprechend zeigen die Ergebnisse in Abschnitt 4.2 auf, dass mehrheitlich Familien mit (kleineren) Kindern und nicht Familien mit Kindern in der Pubertät am Projekt teilgenommen haben. Insgesamt waren die angestrebten Teilnehmerzahlen sehr ambitioniert und konnten nicht erreicht werden (vgl. Abschnitt 4.1).

<sup>7</sup> Ausführliche Darstellung im Finanzierungsgesuch an den TPF: Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern.

<sup>8</sup> Vgl. Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern, S. 2.

<sup>9</sup> Für dieses Pilotprojekt wurde eine Familie wie folgt definiert: Eine Familie besteht aus mindestens zwei Generationen, die im selben Haushalt wohnen. Die Familie besteht grundsätzlich aus: Eltern(teil) und Kind(ern) bis elf Jahre und/oder Jugendliche(n) von zwölf bis 18 Jahre. Vgl. Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern, S. 13.

<sup>10</sup> Vgl. Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern.

<sup>11</sup> Vgl. beispielsweise Padlina, O.; Illés, C.; Gehring, T. M.; Kolip, P.; Somaini, B.; Gutzwiller, F. (1999): Entwicklung und Implementierung des Projektes „Neue Technologien zur Krebsprävention bei Jugendlichen“. Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Zürich, S. 38 f. und Narring, F.; Tschumper, A.; Inderwildi Bonivento, L.; Jeannin, A.; Addor, V.; Bütikofer, A.; Suris, J. C.; Diserens, C.; Alsaiker, F.; Michaud, P. A. (2004): Gesundheit und Lebensstil 16- bis 20-Jähriger in der Schweiz 2002. SMASH (2002): Swiss Multicenter Adolescent Survey on Health 2002, Institut Universitaire de médecine sociale et préventive, Lausanne, S. 39.

### 2.2.2 ERFÜLLUNG VON QUALITÄTSKRITERIEN

Das Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF) hat 2011 eine Evaluation webbasierter Tabakpräventionsangebote in der Schweiz publiziert.<sup>12</sup> Diese Evaluation identifiziert zwölf Kriterien zur Bewertung der Inhalte und zehn Kriterien zur Einhaltung ethischer Richtlinien von internetbasierten Rauchstopp-Angeboten. Diese werden als Checklisten für vorhandene Internetangebote vorgeschlagen.<sup>13</sup>

Unsere Überprüfung von abenteuerinsel.ch ergab, dass abenteuerinsel.ch elf der zwölf Kriterien zur inhaltlichen Vollständigkeit erfüllt (vgl. Darstellung DA 2 im Anhang).<sup>14</sup> Das Projekt abenteuerinsel.ch deckt insbesondere auch die Kriterien ab, welche bei anderen Schweizer Websites mangelhaft erfüllt waren. Hierzu zählen Kriterium 6: soziale Unterstützung anbieten, Kriterium 8: proaktive Follow-up-Kontakte ermöglichen und Kriterium 11: Förderung der Motivation zum Rauchstopp durch Belohnung. Nicht erfüllt wurde Kriterium 7: Empfehlung der Anwendung anerkannter Pharmakotherapien. Hinsichtlich der ethischen Beurteilung erfüllte abenteuerinsel.ch sieben von neun Kriterien (Kriterium 4 entfällt, vgl. Darstellung DA 3 im Anhang). Nicht erfüllt wurden die Kriterien 8 und 9: Hinweis, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann und Information, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps (eher ein Arzt konsultiert werden sollte).

Insgesamt kann somit gesagt werden, dass abenteuerinsel.ch formal fast alle Kriterien zu inhaltlicher Vollständigkeit und Einhaltung ethischer Richtlinien erfüllt und diesbezüglich ein Good-Practice-Beispiel unter Schweizer Angeboten für webbasierte Tabakprävention darstellt. Lediglich die Schnittstelle zum medizinischen System wird zu wenig berücksichtigt und sollte überprüft werden.

### 2.2.3 FLEXIBLE NUTZUNGSMÖGLICHKEITEN

Das Projekt abenteuerinsel.ch bietet sowohl vom Aufbau als auch von der Anlage her Ansatzpunkte für einen flexiblen Einsatz.

- *Modularer Aufbau:* Die Internetplattform ist modular aufgebaut und ermöglicht so eine flexible Nutzung durch die Familien. In den Fallanalysen zeigte sich, dass das ganze Spektrum ausgeschöpft wurde. Während eine Familie sich auf die obligatorischen Kernmodule beschränkte, nutzten andere Familien mehrere Module bis hin zum kompletten Angebot. Beide Extremvarianten konnten dabei zum Erfolg führen (vgl. Abschnitt 3.4). Dies entspricht den Vorstellungen der Projektverantwortlichen, nämlich, dass das Programm ein flexibles Ausmass der Nutzung zulässt, orientiert am Bedarf der Familien.

<sup>12</sup> Haug, S.; Dymalski, A.; Schaub, M. (2011): Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz. Synthesebericht, Finanziert durch den Tabakpräventionsfonds.

<sup>13</sup> Vgl. Haug, S.; Dymalski, A.; Schaub, M. (2011): Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz. Synthesebericht, S. 4.

<sup>14</sup> In der Studie wurden die Kriterienratings durch geschulte Raterinnen im Januar 2011 durchgeführt. Zu diesem Zeitpunkt war abenteuerinsel.ch noch nicht aufgeschaltet und ist in der Studie deshalb nicht berücksichtigt. Für die vorliegende Untersuchung wurde eine Bewertung anhand der Kriterienlisten durch Interface vorgenommen.

- *Flexibilisierung der Rahmenbedingungen möglich:* Das aktuelle Konzept beinhaltet feste Rahmenbedingungen für die Teilnahme am Wettbewerb mit einem fixen Einstiegsdatum, obligatorischen Wochenaufgaben und einer Definition von Familie im Sinne eines Zwei-Generationenhaushalts. Dies hat den Vorteil, dass eine klar definierte Gruppe von Teilnehmerfamilien während eines bestimmten Zeitraums gemeinsam das gleiche Ziel verfolgt. Dies erhöht aus Sicht der Evaluation das Gefühl einer Community und bietet Halt durch eine gewisse Verbindlichkeit. Allerdings erfordert der feste Rahmen mit obligatorischen Aufgaben einen gewissen Aufwand von Seiten der Nutzerfamilien und kann als hochschwellig empfunden werden. Hauptnachteil des fixen Einstiegs ist, dass manche Familien zu diesem Zeitpunkt (noch) nicht bereit sind. Eine Ausweitung der Definition von Familie beispielsweise im Sinne eines sozialen Netzwerks hätte den Vorteil, dass der potenzielle Nutzerkreis erweitert würde. Nachteil aus Sicht der Evaluation wäre ein Verlust der Spezifität des Projekts als Familienprojekt (vgl. Abschnitt 2.2.1). Die Vor- und Nachteile einer Flexibilisierung sollten auch unter Aufwand-Nutzen-Überlegungen sorgfältig erwogen werden.

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Bewährt sich das Konzept von abenteuerinsel.ch und wo gibt es Optimierungsbedarf?  
Was wäre im Hinblick auf eine Ausdehnung der Intervention besonders zu beachten?

Der innovative familienzentrierte Ansatz von abenteuerinsel.ch wird als wissenschaftlich fundiert und grundsätzlich als geeignet für Familien mit (kleineren) Kindern beurteilt. Weniger angesprochen werden Familien mit rauchenden Jugendlichen. Das Konzept erfüllt fast alle formalen Kriterien einer guten Praxis webbasierter Tabakprävention. Ausnahme ist die Schnittstelle zur medizinischen Versorgung, welche bei einer Weiterführung des Projekts geprüft werden sollte. Der modulare Aufbau der Plattform mit verschiedenen intensiven Nutzungsmöglichkeiten bewährt sich in der Praxis. Zum derzeitigen Zeitpunkt erachten wir eine Ausdehnung der Intervention, beispielsweise auf weitere Sprachregionen, für nicht sinnvoll. Auch hinsichtlich einer möglichen Flexibilisierung der Rahmenbedingungen (Einstieg jederzeit, Wochenaufgaben freiwillig, Zielgruppe erweitern) sollten Vor- und Nachteile sorgfältig abgewogen werden.

Im folgenden Abschnitt werden zunächst die Projektorganisation sowie die Promotionsaktivitäten beschrieben. Dann folgt die Beurteilung der technischen Umsetzung sowie der Gestaltung und des Inhalts der Internetplattform.

### 3.1 PROJEKTORGANISATION

---

Die Projektorganisation umfasste vier Beteiligte:

- *RADIX* und die *Lungenliga Schweiz* waren für die Projektleitung und die fachlich-inhaltliche Konzeption verantwortlich. Zu Beginn des Projekts wurde von ihnen ein Resonanzgremium bestehend aus drei Fachpersonen zur Beurteilung des Konzepts hinzugezogen. Zudem beurteilte eine Fokusgruppe die visuelle Umsetzung der Website. Die Rückmeldungen der beiden Gruppen wurden in die Finalisierung des Projektkonzepts einbezogen.
- Die Firma *LSCom* war für die Promotion sowie für die Schnittstelle zwischen fachlichem Input und Umsetzung zuständig. Dies beinhaltete erstens die Gestaltung der Rahmengeschichte und die zielgruppengerechte Anpassung der fachlichen Texte und zweitens die Koordination der technischen Umsetzung der Internetplattform. Diese wurde an die Firma *Ogilvy* vergeben, da diese über spezielle Kompetenz und Erfahrung mit der Umsetzung ähnlicher Projekte verfügt.

Die Absprachen erfolgten jeweils bilateral zwischen Projektleitung und *LSCom* einerseits sowie *LSCom* und *Ogilvy* andererseits.

Mit den oben aufgeführten Beteiligten waren alle notwendigen Kompetenzen, das heisst Kompetenzen im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung sowie im Bereich Kommunikation und Technik, im Projekt vertreten. Als aufwändig erwies sich aus ihrer Sicht jedoch die Abstimmung zwischen den einzelnen Partnern. Die Beteiligten sehen den Hauptgrund insbesondere in einer ungenügenden Klärung der Zuständigkeiten und in den Erwartungen der Beteiligten bei Projektbeginn. Es existierten beispielsweise keine Verträge zwischen der Projektleitung und den anderen Beteiligten. Zudem war der Abgleich zwischen den Vorstellungen der Projektleitung und den technischen Möglichkeiten im Rahmen des Budgets langwieriger als ursprünglich erwartet.

Für eine Projektdauer vom 15. Januar 2011 bis am 30. Juni 2012 standen durch die Finanzierung des TPF rund 450'000 Franken zur Verfügung.<sup>15</sup> Die Budgetierung des Projekts war gemäss Projektverantwortlichen schwierig da gewisse Leistungen vorab nicht genau absehbar waren. Der Zusatzaufwand für unvorhergesehene Leistungen hielt sich jedoch im Rahmen. Die Abstimmungsprozesse der verschiedenen Beteiligten beanspruchten einen vergleichsweise hohen Anteil der Ressourcen, was einen Einfluss auf das Budget für die Umsetzung hatte. Die Plattform konnte in einigen Punkten we-

<sup>15</sup> Vgl. <[http://www.bag.admin.ch/tabak\\_praevention/tpf/index.html?lang=de&id=175](http://www.bag.admin.ch/tabak_praevention/tpf/index.html?lang=de&id=175)>, Zugriff am 28.3.2012.

niger umfassend als geplant umgesetzt werden (z.B. deutlich weniger interaktive Elemente als ursprünglich vorgesehen). Hauptgrund hierfür war, dass die technische Umsetzung aufwändiger war als geplant. Für die Promotion waren nur geringe Mittel eingeplant, da die Entwicklung der Plattform im Vordergrund stand.

Beantwortung der Evaluationsfrage:

Besteht Optimierungsbedarf bei der Projektorganisation?

Das Projekt wurde von vier Beteiligten, welche alle notwendigen Kompetenzen abdeckten, durchgeführt. Die bilaterale Zusammenarbeit zwischen der Projektleitung und den Partnern der Umsetzung erwies sich phasenweise als aufwändiger als erwartet. Obwohl die gewählte Organisationsform einen gewissen Aufwand für Abstimmungsprozesse erfordert, besteht Optimierungsbedarf bezüglich der stärkeren Formalisierung und verbindlicheren Regelung der Zusammenarbeit.

### 3.2 PROMOTIONSAKTIVITÄTEN

Die Promotionsaktivitäten richteten sich hauptsächlich an Mittler und nicht an die Zielgruppe selbst. Ein Grund dafür war, dass eher wenig Mittel für Promotionsaktivitäten vorgesehen waren und deshalb auf einen Multiplikatoreffekt gesetzt wurde. Die Mittler waren dabei häufig im Suchtbereich und/oder Gesundheitsbereich angesiedelt. Insgesamt wurden rund 60 Promotionsaktivitäten durchgeführt.<sup>16</sup> Der Hauptteil der Aktivitäten bestand in der Abgabe von Flyern und/oder Postern oder in Online-Werbung (je rund 40%). Vereinzelt wurden Beiträge in den Printmedien und im Radio publiziert. Zudem wurden einige Medienmitteilungen verbreitet. Gemäss Projektverantwortlichen wurde das Budget für die Promotion bewusst beschränkt, da es sich um ein Pilotprojekt handelte und die Untersuchung der Umsetzung und Wirkung der Intervention im Vordergrund stehen sollte.

Folgende Kanäle wurden als Mittler genutzt:

- *Partner von Lungenliga Schweiz und RADIX*, insbesondere *Suchtfachstellen* und *Arztpraxen*: Diese wurden über das Projekt informiert und vor allem gebeten *Flyer und Poster* an die Zielgruppen weiterzugeben. Laut Projektleitung wurde das Projekt hier sehr wohlwollend und interessiert aufgenommen. Es ist unbekannt in welchem Umfang die Materialien an Familien weitergegeben wurden. In der Befragung der teilnehmenden Familien wurde Flyer/Informationsblatt nur einmal als Informationsmedium genannt, das sie auf [abenteuerinsel.ch](http://abenteuerinsel.ch) aufmerksam gemacht hatte. Aus Sicht der Projektverantwortlichen ist das Verteilen von Flyern über die Partner nicht ausreichend als Werbemassnahme. Es habe aber seinen Stellenwert, da es vergleichsweise kostengünstig sei und zudem die Aktivitäten von RADIX und der Lungenliga Schweiz bei den Partnern bekannt mache.
- *Internet* insbesondere *Suchtbereich*, auch *Gesundheitsförderung* und einige *Familienportale*: Die Verlinkung auf die Website von [abenteuerinsel.ch](http://abenteuerinsel.ch) und das Aufschalten des Webanners waren ebenfalls sehr häufige Promotionsaktivitäten

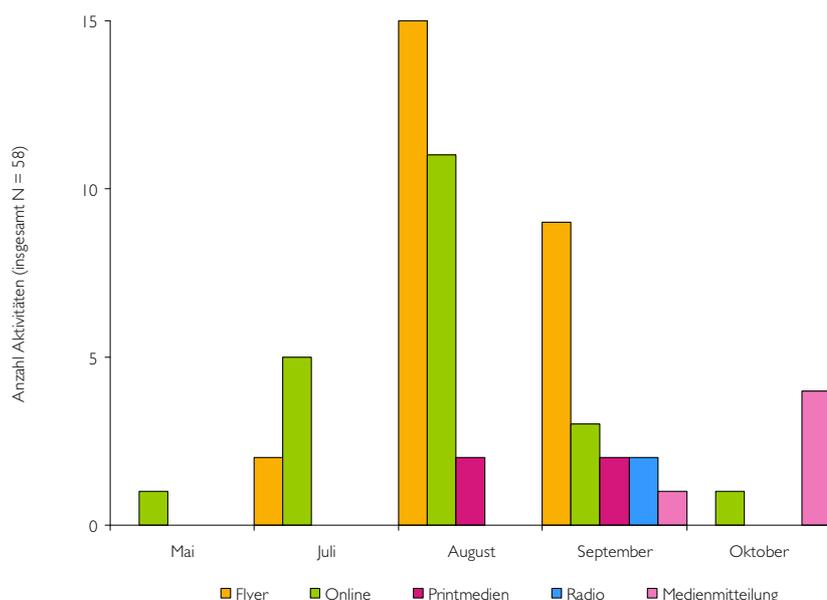
<sup>16</sup> Excel-Tabelle „Übersicht Massnahmen/Medienkontakte [abenteuerinsel.ch](http://abenteuerinsel.ch)“ aktualisiert am 18.10.2011 (Projektdokument).

(rund 20 Links). Das Projekt wurde zudem in einigen Newslettern erwähnt. Eine Facebookseite wurde als Fanseite zur Anmeldung eingerichtet, stiess jedoch auf wenig Resonanz. In der Befragung der Familien war das Internet der Kanal, der bei Weitem am häufigsten genannt wurde (18 von 26 Antworten). Von den Projektverantwortlichen wird Optimierungspotenzial bei Online-Portalen für Familien gesehen, was jedoch Budgetbedarf bedeutet.

- *Redaktionelle Beiträge:* Laut Projektleitung haben nur wenige Printmedien das Thema aufgenommen, dabei vor allem Fachzeitschriften. Zudem konnten zwei Beiträge in Lokalradios gesendet werden. Vier Familien (von 26) benannten Zeitungsartikel als Informationsmedium, welches sie auf abenteuerinsel.ch aufmerksam gemacht habe. Einmal wurde auch ein Radiobeitrag genannt. Aus Sicht der Projektverantwortlichen fällt bei einer Weiterführung des Projekts der „News-Charakter“ weg, was bedeutet, dass hierfür ein Budget einzuplanen ist.

Der zeitliche Ablauf der Promotionsaktivitäten (Timing) wird in Darstellung D 3.1 aufgezeigt. Im Juli wurde die Vorankündigungswebsite aufgeschaltet, weil dann die Flyer an die Partner-Organisationen der Projektleitung verteilt wurden. Im August erfolgten die Medienarbeit und die Online-Aktivitäten bei verschiedenen Familienportalen. Im September wurden ebenfalls Printmedien kontaktiert, weil die Anmeldung gestartet war. Zudem wurde die Online-Werbung überprüft, zum Beispiel wurde kontrolliert, ob Banner und Links aktualisiert worden waren. Aus Sicht der Evaluation ist das Timing der Promotionsaktivitäten gut auf den Start der Internetplattform abgestimmt. Ein Problem könnte allerdings gewesen sein, dass ein beträchtlicher Teil der Promotionsaktivitäten in die Sommerferien fiel, eine Zeit, in der Familien häufig schwerer erreichbar sind.

D 3.1: Timing der Promotionsaktivitäten 2011 nach Art des Mediums



Quelle: eigene Auswertungen anhand Excel-Tabelle „Übersicht Massnahmen/Medienkontakte abenteuerinsel.ch“, aktualisiert am 18.10.2011 (Projektdokument).

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Mit welchen Mitteln erfolgte die Promotion der Plattform und eignen sich diese für eine zielgruppenspezifische Bekanntmachung? Ist die Plattform gut verlinkt?

Die Promotion stützte sich hauptsächlich auf das Verteilen von Flyern und die Bekanntmachung im Internet. Dabei spielt eine Verlinkung mit anderen Angeboten aus der Suchtprävention, aber auch mit Familienportalen eine wichtige Rolle. Der zeitliche Schwerpunkt ungefähr zwei Monate vor Start der Internetplattform wird grundsätzlich als geeignet beurteilt. Allerdings könnte das Zusammenfallen mit den Sommerferien den Effekt der Promotion beeinträchtigt haben. Die meisten Aktivitäten richteten sich nicht an die Zielgruppe, sondern an Mittler, die zum Grossteil aus dem Sucht- und/oder Gesundheitsbereich stammen. In Anbetracht der vergleichsweise geringen Zahl registrierter Familien (vgl. Abschnitt 4.1) besteht hier Optimierungspotenzial. Dieses wird vor allem in einem stärkeren Fokus auf Familien allgemein gesehen. Dabei sollte sowohl die Bekanntmachung im Internet als auch in allgemeinen Printmedien verstärkt werden. Hierfür muss ein entsprechendes Budget zur Verfügung stehen. Aus der Literatur gibt es Hinweise, dass eine verstärkte Promotion effizient die Teilnehmeraten steigern kann. Das deutsche Programm rauchfrei hat durch verstärkte Werbemaßnahmen eine deutliche Zunahme der Anmeldungen erreichen können.<sup>17</sup>

### 3.3 TECHNISCHE UMSETZUNG

Die Beurteilung der technischen Umsetzung wurde direkt bei den erfolgreichen Teilnehmerfamilien erfragt. Rund zwei Drittel der befragten Familien waren damit zufrieden.<sup>18</sup> Freitextangaben lassen aber vermuten, dass es zum Teil spürbare Probleme mit der technischen Umsetzung von abenteuerinsel.ch gab (vgl. Tabelle DA 4 im Anhang). Im Wesentlichen handelt es sich dabei um folgende Kritikpunkte:

- *Anmeldung*: Die Anmeldung mit dem Codewort funktionierte zu Beginn nicht, die Seite war nicht zu öffnen.
- *Interaktive Elemente*: Das Hochladen von Fotos funktionierte bis zum Ende der Intervention bei vielen Nutzenden nicht, und die Darstellung des Textes am Lagerfeuer war mangelhaft (Überlagerungen bis zur Unlesbarkeit).
- *Ausfüllen von Formularen*: Der Text wurde teilweise nicht angenommen, es gab Verschiebungen des Textes und Probleme beim Absenden des Formulars.
- *E-Mail-Versand*: Dasselbe E-Mail mehrmals oder leere E-Mails erhalten (Probleme bei der Zusendung von Aufgaben).

Wegen Projektverzögerungen auf technischer Seite konnte keine ausführliche Testung der Plattform vor Projektstart durchgeführt werden. Gemäss den Projektverantwortli-

<sup>17</sup> Vgl. Tossmann, P.; Jonas, B.; Tensil, M.; Nowotny, G.; Lang, P. (2008): Rauchfrei – Ein internetbasiertes Ausstiegsprogramm für junge Raucherinnen und Raucher. Sucht, S. 39.

<sup>18</sup> Die Frage „Hat abenteuerinsel.ch technisch gut funktioniert?“ wurde von knapp zwei Dritteln der 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien bejaht. Diese Frage wurde den Abbrechern nicht gestellt.

chen wurden die meisten Probleme bis auf das Hochladen der Fotos im Verlauf des Projekts jedoch behoben.

Eine unzureichende technische Funktionalität ist aus Sicht der Evaluation problematisch, da einerseits der Spass an der Plattform verloren gehen kann und andererseits die Seriosität des Projekts infrage gestellt wird. Es ist daher gut möglich, dass zumindest ein Teil der Abbrecherfamilien deswegen vorzeitig ausgestiegen ist. Dies konnte jedoch nicht im Detail untersucht werden, da nur von zwölf der 47 Familien, die ihre Teilnahme früh abgebrochen haben Rückmeldungen vorliegen. Von diesen gaben ein Viertel technische Probleme als Abbruchgrund an (vgl. Abschnitt 4.3.2). Haug et al. konstatieren in ihrem Synthesebericht zu internetbasierten Rauchstopp-Angeboten, dass die Ansprüche von Internet-Nutzenden hinsichtlich interaktiver Möglichkeiten und Benutzerfreundlichkeit steigen. Und sie folgern, dass eine ständige technologische Optimierung die Attraktivität für die Zielgruppen erhöht (z.B. die Darstellung der Inhalte auf Smartphones oder eine Verknüpfung mit bestehenden sozialen Netzwerken).<sup>19</sup> Hier bestehen also Optimierungspotenzial respektive Erweiterungsmöglichkeiten bei abenteuerinsel.ch.

Beantwortung der Evaluationsfrage:

Funktioniert die Plattform technisch einwandfrei?

Die meisten Nutzenden waren mit der technischen Funktionsfähigkeit zufrieden. Manche Familien stiessen jedoch auf technische Probleme, insbesondere bei den interaktiven Elementen. Unklar ist, in welchem Ausmass diese zu den hohen frühen Abbruchraten beigetragen haben. Die Rückmeldungen von Abbrecherfamilien deuten darauf hin, dass sie zumindest bei einem Teil der Abbrüche eine Rolle gespielt haben. Hier besteht Optimierungspotenzial, insbesondere da die Ansprüche von Internetnutzenden an die Funktionalität einer Plattform hoch sind.

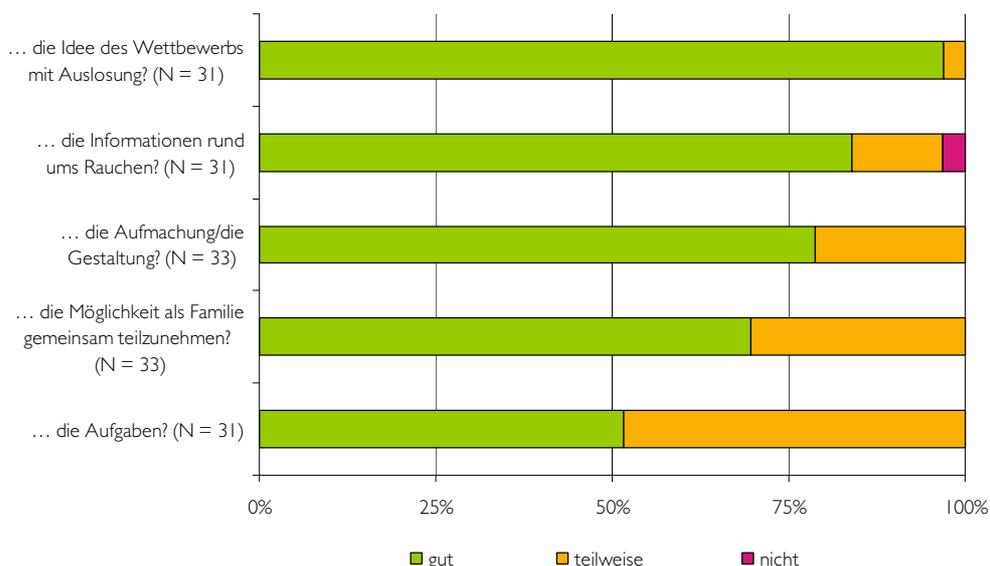
### 3.4 GESTALTUNG UND INHALT

Ebenfalls wurde die Zielgruppe zu ihrer Meinung bezüglich Aufmachung und Gestaltung von abenteuerinsel.ch sowie hinsichtlich der inhaltlichen Qualität befragt. Insgesamt war das Feedback der Antwortenden zum Konzept und zur Gestaltung der Internetplattform gut (Darstellung D 3.2).<sup>20</sup>

<sup>19</sup> Vgl. Haug, S.; Dymalski, A.; Schaub, M. (2011): Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz. Synthesebericht, S. 12.

<sup>20</sup> Zu beachten ist aber, dass sehr wenige Informationen der Familien, die früh ihre Teilnahme abgebrochen haben, vorliegen und es insgesamt nur relativ wenige Aussagen sind (ungefähr die Hälfte der registrierten Familien). Dennoch lassen sich ein paar Trends festhalten.

## D 3.2: Wie gefiel euch bei abenteuerinsel.ch ...



Quelle: Befragung Interface (t+4 und Abbrecherfragebogen).

- Der *Wettbewerb mit Auslosung eines Preises* findet sehr grosse Zustimmung. In den Fallanalysen wurde angesprochen, dass der Preis nicht unbedingt ein Geldpreis sein müsste, sondern beispielsweise auch ein gemeinsames Erlebnis für die gesamte Familie sein könnte.
- Die *Informationen* rund um das Rauchen fanden ebenfalls die meisten gut. Mit der Menge an Informationen war die Mehrzahl der erfolgreichen Teilnehmerfamilien zufrieden (10 von 14) oder wünschten eher mehr als weniger.<sup>21</sup> Die Fallanalysen zeigten das ganze Spektrum der Nutzungsmöglichkeiten (vgl. Abschnitt 2.2.3). Die Umsetzbarkeit der Tipps im Alltag wurde von den Familien in den Fallanalysen als gut und teilweise gut beurteilt.
- Die *Gestaltung* gefällt ebenfalls der Mehrzahl der Befragten gut. Allerdings fanden zehn von 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien, dass abenteuerinsel.ch verbessert werden sollte (die Abbrecherfamilien wurden hierzu nicht befragt). Dies bezog sich vor allem auf eine Verstärkung von interaktiven Elementen. Neben dem Wunsch nach mehr Spielen wurde eine bessere Navigation auf der Insel und die Identifizierbarkeit der Camps angeregt (welche sind noch aktiv, Name des Camps direkt sichtbar, bessere Möglichkeit von einem Camp zum anderen zu gelangen, Pinnwand/Gästebuch). Ein weiterer Vorschlag war, mehr Optionen am Lagerfeuer bereitzustellen (breiteres Fenster, Chronik des Lagerfeuers ersichtlich lassen und datieren, Fotos hochladen). Zudem wurde gewünscht, Neuigkeiten in den Camps oder am Lagerfeuer analog zu Facebook sichtbar zu machen. Eine Familie schlug vor, das Rauchertagebuch in Form eines Apps zur Verfügung zu stellen.
- Die Möglichkeit als *Familie gemeinsam* teilzunehmen, befanden ungefähr zwei Drittel der befragten 33 Familien als gut.

<sup>21</sup> Die Abbrecherfamilien wurden hierzu nicht befragt.

- Auffallend ist die Beurteilung der *Wochenaufgaben*, die nur von etwa der Hälfte der Familien als gut bewertet wurde. Dies ist auch der einzige Punkt, bei dem sich ein deutlicher Unterschied zwischen den erfolgreichen Teilnehmerfamilien und den Abbrecherfamilien zeigt. Nur vier von 17 Abbrecherfamilien fanden die Aufgaben gut (gegenüber 12 von 14 erfolgreichen Familien). Eine mangelnde Attraktivität der Wochenaufgaben könnte daher auch ein Grund für Abbrüche gewesen sein. Aus Sicht der Projektverantwortlichen könnte die auffallend positive Bewertung des Wettbewerbs gegenüber der vergleichsweise schlechten Bewertung der Aufgaben auch den grundsätzlichen Charakter der beiden Elemente widerspiegeln. So steht der Wettbewerb mit dem Preis für die Belohnung und die obligatorischen Aufgaben für den zu leistenden Aufwand. Als konkreter Kritikpunkt lassen sich aus den Fallanalysen und Freitextangaben ableiten, dass die wöchentliche Wiederholung bestimmter Wochenaufgaben wie beispielsweise der Erfolgsbarometer als ermüdend wahrgenommen wurden. Eine Familie regte zudem an, die Wochenaufgaben bereits am Wochenende zur Verfügung zu stellen, da zu diesem Zeitpunkt eine Zusammenkunft der Familie einfacher sei als während der Woche. Der Einstieg in das Projekt gestaltete sich aus Sicht der Projektverantwortlichen für die Nutzenden eher „trocken“, in den ersten Wochenaufgaben werden zu viele Informationen in Textform gegeben. Hier gäbe es alternative, spielerische Möglichkeiten, die Inhalte zu transportieren.

Hinsichtlich des *SMS-Versands* gab es sehr wenige und gemischte Rückmeldungen. Eine Familie äusserte sich aktiv per E-Mail begeistert über diese Massnahme und auch ein Raucher aus den Fallstudien fand die SMS gut. Die anderen drei Rauchenden in den Fallstudien bewerteten die SMS eher negativ, eine Person, weil sie dadurch ständig an das Rauchen erinnert wurde und die anderen beiden, weil sie die SMS als inhaltliche Wiederholungen der Wochenaufgaben empfanden.

Knapp die Hälfte der erfolgreichen Teilnehmerfamilien gab an, dass sie die Links von *abenteuerinsel.ch* zu anderen Rauchstopp-Angeboten genutzt hätten (6 von 14). Die Abbrecherfamilien wurden hierzu nicht befragt.

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Wie werden die Gestaltung und der Inhalt von der Zielgruppe beurteilt? Wo besteht Optimierungspotenzial? Vereinfacht die Plattform den Zugriff auf bestehende Rauchstopp-Angebote?

Die Gestaltung und Inhalte von *abenteuerinsel.ch* wurden von den befragten Familien insgesamt als gut bewertet. Allerdings liegen hierzu nur wenige Rückmeldungen von den Abbrecherfamilien vor. Trotz der positiven Bewertung wurde von der Mehrzahl der Befragten eine Verbesserung der Plattform gewünscht. Dies bezieht sich vor allem auf einen Ausbau der interaktiven Elemente. Inhaltlich gibt es Hinweise, dass die Wochenaufgaben nicht sehr attraktiv waren und verbessert werden sollten. Insbesondere Abbrecherfamilien waren mit den Wochenaufgaben nicht zufrieden. Hier könnte daher ein weiterer Grund für die frühen Abbrüche liegen. Die Hälfte der erfolgreichen Teilnehmerfamilien hatte die Links zu anderen Rauchstopp-Angeboten genutzt.

Im folgenden Kapitel werden Fragen zu den Wirkungen bei der Zielgruppe beantwortet (Outcome I bis III, vgl. Darstellung D 1.1). Als erstes werden die Erreichung der Zielgruppe und die Teilnehmerraten im Projektverlauf dargestellt. Dann werden die Familien vor dem Hintergrund ihres Teilnahmestatus (erfolgreiche Teilnehmerfamilien versus Abbrecherfamilien) charakterisiert und mögliche Erfolgs- und Misserfolgskriterien beschrieben. Im letzten Abschnitt werden die Wirkungen auf das Wissen und das Verhalten der Familien dargestellt.

#### 4.1 TEILNAHMERATEN

Wie Darstellung D 4.1 zeigt, wurden die angestrebten Teilnehmerzahlen im Pilotprojekt nicht erreicht. Dies gilt vor allem für die Anzahl der registrierten Familien, die 48 Prozent der Zielgrösse erreichte.<sup>22</sup> Zudem war die frühe Abbruchrate vergleichsweise hoch.<sup>23</sup> Nur 38 Prozent der registrierten Familien waren nach vier Wochen (Tag X) noch dabei. Hier war eine Beteiligung von 75 Prozent erwartet worden. In der Rauchstopp-Phase hingegen wird die Erwartung des erfolgreichen Abschlusses mit rund 50 Prozent erfüllt.

D 4.1: Erreichte Teilnehmerzahlen (Familien) verglichen mit den Zielvorgaben

	Teilnehmerzahl		Rate	
	Erreicht	Ziel	Erreicht	Ziel
Registrierte Familien <sup>24</sup>	76	160	48% (76/160)	100%
Tag X (Start Rauchstopp-Phase)	29	120	38% (29/76)	75% (120/160)
t+4 (Ende der Rauchstopp-Phase)	14	60	48% (14/29)	50% (60/120)

Quelle: Angaben von LSCom.

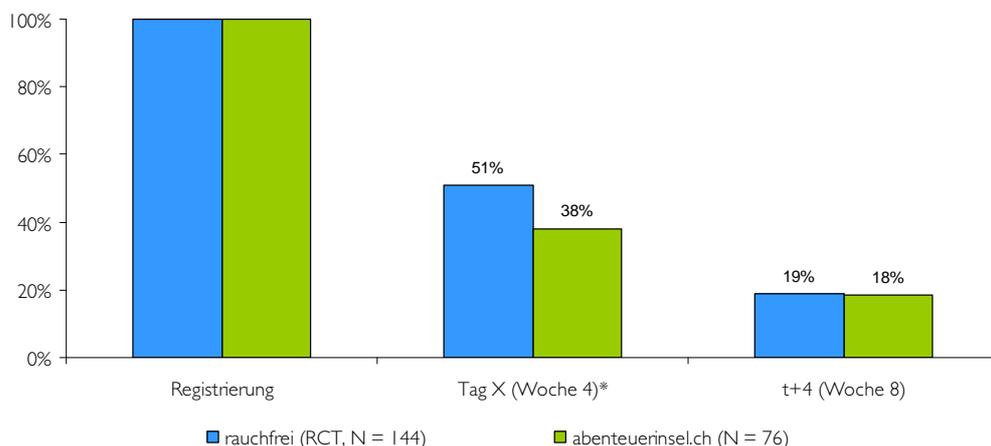
<sup>22</sup> Die Möglichkeit zur provisorischen Anmeldung wurde wenig genutzt. Von 18 provisorischen Anmeldungen haben sich elf Familien definitiv registriert.

<sup>23</sup> 62 Abbrecherfamilien, davon haben 15 erst gar kein Camp eingerichtet.

<sup>24</sup> Von den insgesamt 89 Registrierungen verblieben 76 Familien als gültige Anmeldungen. Als nicht gültig wurden gezählt: drei Test-Teilnehmer, vier Familien die mehrfach dieselbe E-Mail-Adresse angegeben hatten und sechs mit nicht zustellbarer E-Mail-Adresse.

Um die beobachteten Abbruchraten von abenteuerinsel.ch in einen Kontext zu stellen, haben wir diese mit denjenigen von rauchfrei<sup>25</sup>, einem ähnlichen Projekt aus Deutschland, verglichen (Darstellung D 4.2).<sup>26</sup>

#### D 4.2: Teilnehmeraten von abenteuerinsel.ch im Vergleich zu rauchfrei (D)



Legende: \* Bei rauchfrei sind für den Tag X keine direkten Teilnehmerraten angegeben. Hier werden sie definiert als Besuch aller Module der Vorbereitungsphase. Sieben Tage nach Tag X betrug die Teilnehmerate in rauchfrei (RCT) 42 Prozent.

Quelle: Tensil, M. D. (2009): Smoke-free: An Internet-based smoking-cessation programme for adolescents and young adults. In: BZGA (Hrsg.) Internet-based smoking-cessation aids for young people. Research and Practice of Health Promotion, Volume 14: S. 47–61.

Die Abbruchrate bis Tag X ist bei rauchfrei etwas niedriger. Allerdings wurde diese geschätzt. Beim Ende der Intervention (t+4) weisen die Teilnehmeraten von abenteuerinsel.ch und rauchfrei ähnliche Grössenordnungen auf.

Die angestrebte Zielgrösse von 160 registrierten Familien für abenteuerinsel.ch wurde festgelegt, um eine minimal notwendige Fallzahl bei Projektende für die quantitative Auswertung zu erhalten.<sup>27</sup> Dafür wurden verschiedene Annahmen zur Beteiligung getroffen (Abbruchraten, Verteilung Familientypen), die sich retrospektiv nicht bestätigt haben. Mögliche Gründe dafür sind:

<sup>25</sup> Vgl. <<http://www.rauchfrei-info.de>>.

<sup>26</sup> Rauchfrei ist ein internetbasiertes Ausstiegsprogramm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA) in Deutschland, welches 2005 gestartet wurde. Es richtet sich an Individuen, vor allem Jugendliche und umfasst drei Phasen: Information und Motivierung, Vorbereitung sowie Handlungsphase. Im Unterschied zu abenteuerinsel.ch ist rauchfrei flexibel gestaltet: offener Einstieg, selbstdefinierter Tag X und freiwillige Nutzung der angebotenen Module. Es gibt keinen Wettbewerb mit Verlosung eines Preises. Monatlich erfolgen durchschnittlich 160 Registrierungen. Von März 2007 bis August 2008 wurde zur Wirkungsmessung ein randomisiertes klinisches Trial (RCT) durchgeführt. Die Zahlen zu den 144 Teilnehmenden der Interventionsgruppe wurden hier zum Vergleich mit abenteuerinsel.ch herangezogen. Vgl. Tensil, M. D. (2009): Smoke-free: An Internet-based smoking-cessation programme for adolescents and young adults. In: BZGA (Hrsg.) Internet-based smoking-cessation aids for young people. Research and Practice of Health Promotion, Volume 14: S. 47–61.

<sup>27</sup> Vgl. auch Fabian, C.; Frei, R. (2010): Gesuch um Finanzierung eines Präventionsprojekts: „abenteuerinsel.ch – Tabakprävention im Setting Familie“. RADIX – Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention, Zürich/Bern, Fussnote 42.

- eine übersichtliche *Zielpopulation*: Die Zahl von infrage kommenden Familien, nämlich deutschsprachige Familien mit Rauchenden, die zum Zeitpunkt des Projektstarts aufhörwillig sind und gemeinsam am Projekt teilnehmen wollen, wird von den Projektverantwortlichen als generell nicht sehr gross eingeschätzt. Eine konkrete Zahl dazu liegt von den Projektverantwortlichen jedoch nicht vor.
- eine beschränkte *Promotion*: Die Bekanntmachung des Projekts war retrospektiv nicht ausreichend, um die Zielpopulation in grösserem Umfang zu erreichen, nicht zuletzt deshalb, weil das Budget dafür begrenzt war. Offensichtlich war auch bei einem ähnlichen Projekt in Deutschland zu Beginn eine Verstärkung der Werbemassnahmen nötig (vgl. Abschnitt 3.2).
- eine höhere *frühe Abbruchrate*: Die Zahl der Familien, die früh ihre Teilnahme abgebrochen haben, war möglicherweise durch technische Probleme bei Projektbeginn und wenig attraktive Wochenaufgaben beeinflusst (vgl. Abschnitt 4.3.2). Zudem haben 15 Familien sehr früh abgebrochen und gar kein Camp eingerichtet. Dies könnte daran liegen, dass diese Familien andere Erwartungen an das Projekt gehabt hatten und bereits nach der Registrierung das Interesse verloren.

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Wie viele Familien registrieren sich bei abenteuerinsel.ch, wie viele verpflichten sich am Tag X zum Rauchstopp und wie viele bleiben vier Wochen nach Tag X rauchfrei? Können die Zielgrössen erreicht werden?

Die Teilnehmerzahlen von abenteuerinsel.ch bleiben hinter den Zielvorgaben zurück. Dabei ist insbesondere die Anzahl der Registrierungen geringer (76 statt 160) und der Anteil der Familien, die ihre Teilnahme früh abgebrochen haben höher als angenommen. 38 Prozent der registrierten Familien verpflichteten sich am Tag X zum Rauchstopp statt der erwarteten 75 Prozent. Vier Wochen nach dem Tag X hingegen liegt die erfolgreiche Teilnehmerrate mit knapp 50 Prozent auf der Höhe der Erwartungen. Grund für die vergleichsweise kleine Anzahl von Registrierungen ist aus Sicht der Evaluation ein zu ambitioniertes Ziel in Anbetracht der begrenzten Zielpopulation und der beschränkten Promotion. Gründe für die vergleichsweise hohen frühen Abbruchraten sind erstens unrealistisch niedrig geschätzte Abbruchraten im Vergleich zu anderen Projekten wie beispielsweise rauchfrei in Deutschland. Zweitens dürften technische Probleme bei Projektbeginn und wenig attraktive Wochenaufgaben einen negativen Einfluss auf die Beteiligung gehabt haben. Es ist zudem nicht auszuschliessen, dass sich manche Familien registriert hatten, die andere Erwartungen an das Projekt und den zu leistenden Aufwand gehabt hatten. Deren Abbruch entspräche demnach einer notwendigen Selektion der wirklich motivierten Familien.

## 4.2 CHARAKTERISIERUNG DER FAMILIEN

In diesem Abschnitt werden die Nutzerfamilien von abenteuerinsel.ch nach Raucherprofil und soziodemografischen Angaben beschrieben. Datenquellen sind in den meisten Fällen die Befragungen der erfolgreichen Teilnehmerfamilien und der Abbrecherfamilien (31 der 76 registrierten Familien). Aufgrund der geringen Anzahl von Angaben ist ein Vergleich dieser Gruppen nur tendenziell möglich. Es wurden keine statistischen Tests berechnet, da die Zellenbesetzung zu gering ist.

#### 4.2.1 FAMILIENTYPEN UND RAUCHERPROFIL

Für die Beteiligung an abenteuerinsel.ch waren drei mögliche Familienkonstellationen bezüglich Raucherprofil definiert worden (vgl. Darstellung D 4.3).

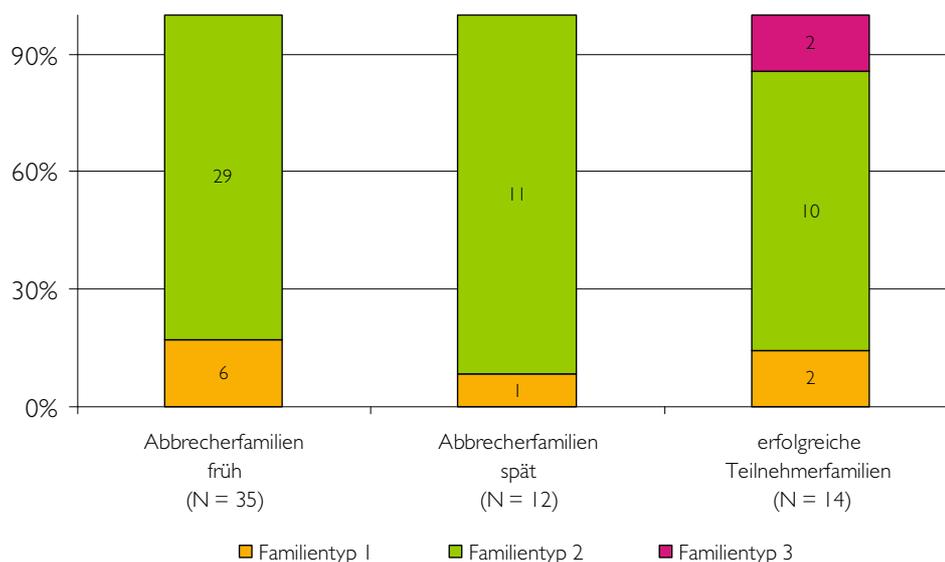
D 4.3: Definition Familientypen (Raucherprofil)

	Eltern(teil)	Kind(er)
Familientyp 1	mindestens ein Raucher/eine Raucherin	mindestens ein Kind Raucher/-in
Familientyp 2	mindestens ein Raucher/eine Raucherin	Kein Raucher/keine Raucherin
Familientyp 3	Kein Raucher/keine Raucherin	mindestens ein Kind Raucher/-in

Quelle: eigene Darstellung.

Bei den 76 gültig angemeldeten Familien finden sich alle Familientypen. Zweidrittel davon sind Familien, in denen mindestens ein Elternteil raucht und kein Kind raucht (Familientyp 2, 50 Familien). Neun Familien sind Familientyp 1 zuzuordnen und zwei Familien dem Familientyp 3.<sup>28</sup> Es gibt keinen eindeutigen Unterschied zwischen den erfolgreichen Teilnehmerfamilien und den Abbrecherfamilien. Allerdings fällt auf, dass die einzigen beiden Familien, in denen ein Kind die rauchende Person in der Familie war (Familientyp 3), den erfolgreichen Teilnehmerfamilien zuzuordnen sind.

D 4.4: Familientypen (Raucherprofil) und Teilnahmestatus



Quelle: Registrierungsdaten abenteuerinsel.ch (76 gültige Anmeldungen); für 15 Familien fehlten entsprechende Angaben.

Diese Verteilung entsprach den Erwartungen der Projektverantwortlichen die für abenteuerinsel.ch die Hauptzielgruppe in Familien mit (jungen) rauchenden Eltern sehen.

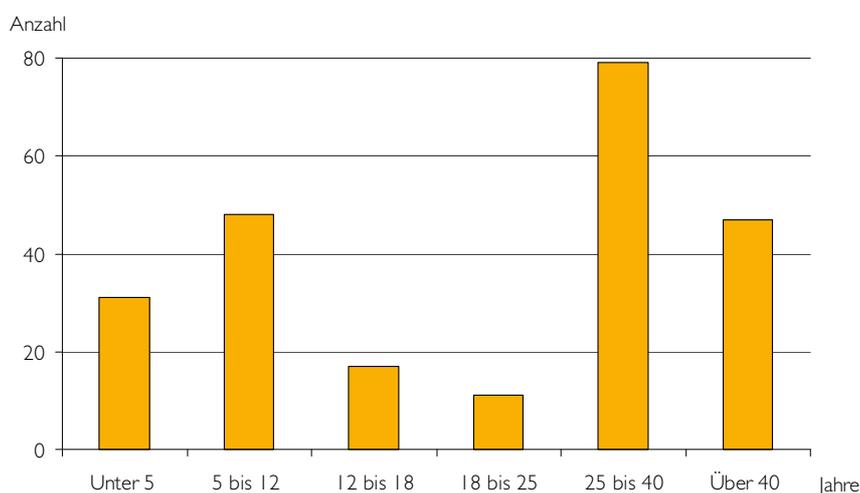
<sup>28</sup> Für 14 der 76 Familien (18%) wurden interessanterweise keine Kinder registriert. Grund hierfür könnte sein, dass es sehr junge Kinder in den Familien gibt, die noch nicht teilnehmen konnten. In solchen Familien kann nur der Partner/die Partnerin beim Rauchstopp unterstützen, die kleinen Kinder sind aber möglicherweise ein hoher Ansporn den Rauchstopp in Angriff zu nehmen. In einer Familie wurde kein rauchendes Familienmitglied registriert.

Hier wurden vor allem zwei Aspekte herausgehoben. Einerseits können Kinder für rauchende Eltern ein wichtiger Anreiz sein, einen Rauchstopp in Angriff zu nehmen. Andererseits kann eine rauchfreie Familie für die Kinder (und damit späteren Jugendlichen) einen wichtigen Beitrag zu späterem Nichtrauchen leisten.<sup>29</sup>

#### 4.2.2 GESCHLECHT UND ALTERSSTRUKTUR

Männer und Frauen waren in allen Gruppen gleich stark vertreten. Darstellung D 4.5 zeigt die Altersverteilung der registrierten Personen. Das Projekt abenteuerinsel.ch wurde demnach vor allem von Familien mit Kindern bis zwölf Jahre genutzt. Jugendliche Familienmitglieder im Alter von zwölf bis 25 Jahre sind kaum vertreten. Tendenziell sind die Personen in den erfolgreichen Teilnehmerfamilien etwas älter als in den Abbrecherfamilien.

#### D 4.5: Altersverteilung der registrierten Personen



Quelle: Registrierungsdaten von 76 Familien mit insgesamt 233 Personen (N = 233).

Mit abenteuerinsel.ch respektive der Promotion wurden offensichtlich weniger Teenager und Jugendliche als Erwachsene angesprochen. Dieses Phänomen wurde auch bei dem deutschen Programm rauchfrei beobachtet, welches eigentlich auf Jugendliche fokussiert.<sup>30</sup>

#### 4.2.3 KULTURELLER HINTERGRUND UND BILDUNG

Die vorherrschende Familiensprache in den befragten 33 Nutzerfamilien ist Schweizerdeutsch (91%) und die meisten Eltern sind in der Schweiz geboren. Rund ein Viertel der Väter und ein Fünftel der Mütter haben jedoch ein anderes Geburtsland. Auch in diesen Familien wird primär Schweizerdeutsch gesprochen, einmal zusätzlich auch Bosnisch. Weitere Familiensprachen waren je einmal Tschechisch und Italienisch. Der

<sup>29</sup> Thomas R. E.; Baker, P. R. A.; Lorenzetti, D. (2007): Family-based programmes for preventing smoking by children and adolescents. Cochrane Database of Systematic Reviews 2007, Issue 1.

<sup>30</sup> Vgl. Tossman, P.; Jonas, B.; Tensil, M.; Nowotny, G.; Lang, P. (2008): Rauchfrei – Ein internetbasiertes Ausstiegsprogramm für junge Raucherinnen und Raucher. Sucht, S. 40.

Bildungsstand der befragten Eltern war eher hoch (Darstellung D 4.6). Es gibt keine wesentlichen Unterschiede zwischen den erfolgreichen Teilnehmerfamilien und den Abbrecherfamilien.

#### D 4.6: Bildungsstand der befragten Eltern

	Vater		Mutter	
Obligatorische Schule (Abschluss der 9. Klasse)	2	6%	2	6%
Berufslehre oder Berufsfachschule (z.B. Handels(mittel)schule)	15	48%	15	48%
Matura/Berufsmatura, Primarlehrerdiplom oder höherer Abschluss	14	45%	14	45%
Gesamt (verfügbare Antworten)	31	100%	31	100%

Quelle: Antworten von 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien (Befragung t+4), von sieben Familien, die früh und von zwölf Familien, die spät ihre Teilnahme abgebrochen haben.

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Wie lassen sich die erfolgreichen Teilnehmerfamilien und die Abbrecherfamilien charakterisieren (Rauchprofil und Familientyp, soziodemografische Angaben)? Lassen sich die Familien typisieren?

Der Familientyp 2, also eine Familie in denen zumindest ein Elternteil und kein Kind raucht, ist die häufigste Raucherkonstellation bei den registrierten 76 Familien (66%), gefolgt von Familientyp 1 (Eltern[teil] und Kind[er] rauchen) mit 10 Prozent. Schweizerdeutsch ist bei den befragten 33 Familien die vorherrschende Familiensprache und der Bildungsstand der Eltern ist eher hoch (45% haben einen höheren Abschluss). Rund ein Viertel der Väter und ein Fünftel der Mütter ist nicht in der Schweiz geboren. In der deskriptiven Darstellung finden sich keine bedeutsamen soziodemografischen Unterschiede zwischen den erfolgreichen Teilnehmerfamilien und den Abbrecherfamilien. Tendenziell sind die Eltern und Kinder in den erfolgreichen Teilnehmerfamilien etwas älter als in den Abbrecherfamilien. Dies könnte ein Hinweis auf bessere Unterstützungsmöglichkeiten durch ältere Kinder sein. Auffallend ist zudem, dass die beiden Familien mit den rauchenden Kindern/Jugendlichen zu den erfolgreichen Teilnehmerfamilien gehören. Dies könnte daran liegen, dass rauchende Jugendliche eine weniger lange Rauchervergangenheit haben als rauchende Erwachsene. Bedingt durch die geringe Fallzahl lassen sich keine weiteren Typisierungen der Familien vornehmen.

### 4.3 ERFOLGSFAKTOREN UND HINDERUNGSGRÜNDE

Im folgenden Abschnitt werden Faktoren für eine erfolgreiche respektive nicht erfolgreiche Teilnahme an abenteuerinsel.ch beschrieben. Die Basis bilden die Angaben der Befragten und die Fallanalysen.

#### 4.3.1 ERFOLGSFAKTOREN

In diesem Abschnitt werden erstens projektbezogene und zweitens familienbezogene Erfolgsfaktoren beschrieben.

Projektbezogene Erfolgsfaktoren

Die 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien waren alle der Meinung, dass abenteuerinsel.ch einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung des Rauchstopps geleistet hat. Als wich-

tigste projektbezogene Erfolgsfaktoren lassen sich identifizieren (vgl. auch Darstellung D 4.7):

- Den *Informationen* auf abenteuerinsel.ch sprachen alle erfolgreichen Familien einen entscheidenden Beitrag zu.
- Der *Wettbewerb mit dem Geldpreis* wird ebenfalls als wesentlicher Aspekt bewertet. Dieser dient als wichtiger Ansporn wie aus den Fallanalysen und den Rückmeldungen zu abenteuerinsel.ch (vgl. Abschnitt 3.4) ersichtlich wurde.
- Die *Vorbereitungszeit* wurde von den meisten erfolgreichen Teilnehmerfamilien positiv bewertet. Gleiches gilt für die beiden Ex-Raucher aus den Fallanalysen, die erfolgreich einen Rauchstopp erlangt haben. Eine Raucherin, die den Rauchstopp nicht aufrechterhalten konnte empfand die Vorbereitungszeit hingegen als Hindernis, da sie ihre Motivation für den Rauchstopp nicht direkt umsetzen konnte.
- Das *Konzept der familiären Unterstützung* wurde mehrheitlich positiv bewertet. Hier gibt es aus Sicht der Evaluation eine Verknüpfung zum familienbezogenen Faktor einer aktiven Unterstützung durch die Nichtraucherenden in der Familie.

Drei weitere Aspekte werden, wenn auch weniger prägnant, als Erfolgsfaktoren eingeordnet:

- Der *Community-Ansatz* wurde von vier Familien aktiv als weiterer hilfreicher Aspekt von abenteuerinsel.ch genannt („Austausch mit anderen“). Auch in den Fallanalysen wurde dieser Punkt zumeist positiv hervorgehoben.
- Die *Nutzung von Links zu anderen Rauchstopp-Angeboten* wurde von weniger als der Hälfte der erfolgreichen Teilnehmerfamilien als hilfreicher Aspekt genannt.
- Der *feste Rahmen* wurde von den erfolgreichen Familien in den Fallanalysen als Erfolgsfaktor bewertet. Die Abbrecherfamilien empfanden diesen hingegen als Misserfolgswortfaktor.

#### D 4.7: Entscheidende Aspekte von abenteuerinsel.ch für den erfolgreichen Rauchstopp aus Sicht der Familien

Aspekt	Anzahl und Anteil Familien
Informationen auf abenteuerinsel.ch	14 (100%)
Aussicht auf den Geldpreis	14 (100%)
Vier Wochen Vorbereitungszeit	13 (93%)
Gute Unterstützung in der Familie	11 (79%)
Nutzung Links auf andere Rauchstopp-Angebote	6 (43%)
Weitere hilfreiche Aspekte	8 (57%)

Quelle: Befragung Interface t+4 der 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien (Mehrfachnennungen möglich; N = 14).

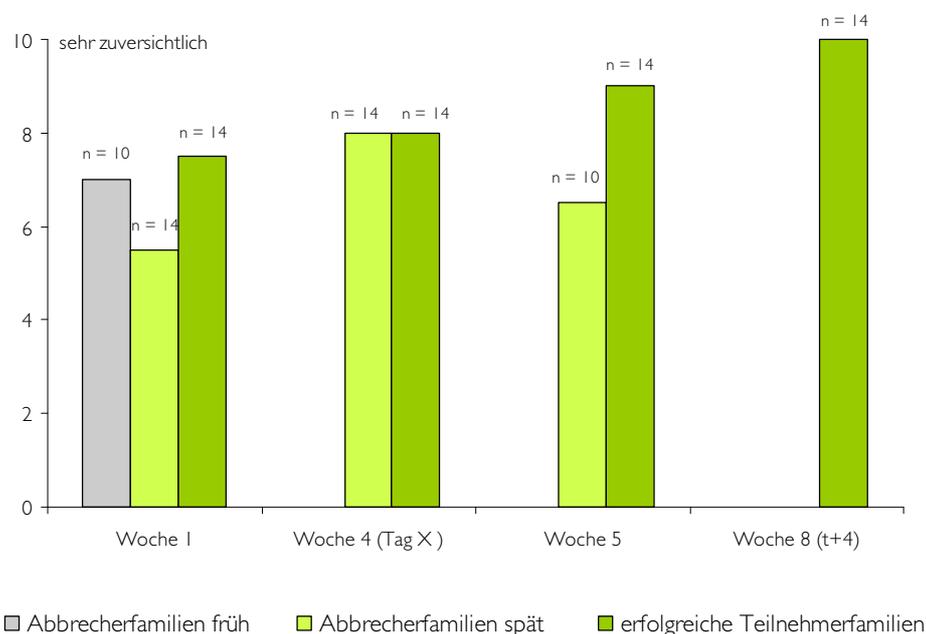
Familienbezogene Erfolgsfaktoren

Es wurden zwei wichtige familienbezogene Erfolgsfaktoren identifiziert:

- Die *aktive Unterstützung durch die Nichtraucherenden*: In den Fallanalysen zeigte sich, dass in den Familien mit langjährigen Rauchenden jene Familie erfolgreich war, in der die Nichtraucherenden eine sehr aktive Rolle übernahmen. Dies wurde dadurch begünstigt, dass die drei Nichtraucherenden erwachsene Personen waren (Mutter und zwei Söhne), die ein starkes Interesse am Rauchstopp des Vaters hatten. In den anderen drei Familien nahmen die Nichtraucherenden eine passive Rolle ein und der Eigenmotivation der Rauchenden wurde eine zentrale Bedeutung beigemessen. In den Abbrecherfamilien waren die rauchenden Mütter eher auf sich gestellt, da die Kinder zu klein waren, um eine aktive Unterstützung zu leisten und die Partner eher passiv an abenteuerinsel.ch beteiligt waren. Ein Sonderfall war die eine Familie, in welcher der Vater und die Mutter rauchten, der Vater aber von Anfang an keinen Rauchstopp unternehmen wollte. Er fand es ungünstig, dass die Wochenaufgaben für ihn keine Tipps enthielten, wie ein Raucher eine rauchende Person beim Rauchstopp unterstützen könnte. Auffallend ist, dass in den beiden erfolgreichen Familien jeweils die nichtrauchenden Familienmitglieder die Initiative zur Teilnahme an abenteuerinsel.ch ergriffen hatten, während es in den beiden nicht erfolgreichen Familien die Rauchenden waren. In den Gesprächen entstand zudem der Eindruck, dass die Abbrecherfamilien abenteuerinsel.ch eher als Raucherprojekt und weniger als Familienprojekt wahrgenommen hatten.
- Die *Zuversicht und Eigenmotivation des/der Rauchenden*: Wöchentlich wurden die Familien nach Ihrer Zuversicht hinsichtlich eines erfolgreichen Rauchstopps befragt.<sup>31</sup> In Darstellung D 4.8 werden die mittleren Zuversichtswerte pro Gruppe zu den wichtigsten Zeitpunkten im Projektverlauf gezeigt. Obwohl die Datenbasis gering ist und die Ergebnisse für die Familien, die früh ihre Teilnahme abgebrochen haben kein konsistentes Bild ergeben, fällt auf, dass die erfolgreichen Teilnehmerfamilien durchgängig die höchsten Werte der drei Gruppen aufweisen. Eine erfolgreiche Familie in den Fallanalysen unterstützte den Raucher relativ wenig. Dass diese Familie trotzdem erfolgreich war, dürfte daran liegen, dass der Raucher ein hochmotivierter Jugendlicher war, der noch nicht so lange rauchte und keine so starke Unterstützung benötigte. Alle Familien in den Fallanalysen benannten eine starke Eigenmotivation des/der Rauchenden als wesentliche Voraussetzung für einen erfolgreichen Rauchstopp.

<sup>31</sup> Die Familien wurden gefragt: „Wie zuversichtlich seid ihr, rauchfrei zu werden?“ (Woche 1 und 4) und „Wie zuversichtlich seid ihr, als Familie den vierwöchigen Rauchstopp durchzuhalten?“ (Woche 5 und 8). Sie wurden aufgefordert, eine Zahl zwischen 10 (sehr zuversichtlich) und 1 (gar nicht zuversichtlich) anzuklicken.

D 4.8: Mittlere Zuversicht der Familien hinsichtlich Rauchstopp (Median)



Legende: Zuversichtsbarometer mit Skala von 1 (gar nicht zuversichtlich) bis 10 (sehr zuversichtlich).

#### 4.3.2 HINDERUNGSGRÜNDE

In diesem Abschnitt werden erstens projektbezogene Faktoren und zweitens familienbezogene Faktoren beschrieben, die eine erfolgreiche Teilnahme an *abenteuerinsel.ch* behinderten.

##### Projektbezogene Hinderungsgründe

Sämtliche Familien, die ihre Teilnahme spät abgebrochen haben, gaben als Grund an, dass der Rauchstopp gescheitert war. Die zwölf Familien, die früh ihre Teilnahme abgebrochen haben, gaben eine Reihe von Gründen für den Abbruch während der Vorbereitungszeit an (Darstellung D 4.9). Daraus und aus den Fallanalysen lassen sich die folgenden projektbezogenen Hindernisse identifizieren.

- Der *antizipierte Zeitaufwand* für die Teilnahme an *abenteuerinsel.ch* war fast der Hälfte der Abbrecherfamilien zu hoch (5 von 12). In den Fallanalysen wurde der wöchentliche Zeitaufwand zwischen 5 und 60 Minuten angegeben. Aus Sicht der Evaluation besteht hier Optimierungspotenzial, indem den interessierten Familien die Möglichkeiten der modularen Nutzung besser kommuniziert werden.
- *Technische Probleme* vor allem zu Beginn des Projekts (vgl. Abschnitt 3.3): In den freien Mitteilungen der Abbrecherfamilien wurde die Idee von *abenteuerinsel.ch* gelobt, aber für die technische und inhaltliche Umsetzung wurden Verbesserungen angeregt (vgl. Darstellung DA 5 im Anhang).
- *Mangelnde Attraktivität* von *abenteuerinsel.ch*: Bei den Abbruchgründen wurde eine mangelnde Attraktivität von *abenteuerinsel.ch* nur von zwei Familien genannt. Die Bewertung der Wochenaufgaben und der Wunsch nach mehr interakti-

ven Elementen lässt jedoch vermuten, dass diesbezüglich Verbesserungsmöglichkeiten bestehen (vgl. Abschnitt 3.4).

- Der *festen Rahmen* von abenteuerinsel.ch wurde in den Fallanalysen von den zwei Abbrecherfamilien eher negativ bewertet (im Gegensatz zu den erfolgreichen Teilnehmerfamilien). Diese Familien befürworteten eine flexiblere Gestaltung von abenteuerinsel.ch. Dies bezieht sich einerseits auf den Projektstart (Einstieg jederzeit möglich) als auch auf die freiwillige Beantwortung der Wochenaufgaben und eine Öffnung der Teilnehmergruppen. Die Projektverantwortlichen stehen diesen Punkten zwar grundsätzlich offen gegenüber, es würde aber einige wesentliche Änderungen des Konzepts von abenteuerinsel.ch bedeuten.

#### D 4.9: Gründe für den Abbruch der Teilnahme an abenteuerinsel.ch

Abbruchgrund	Abbrecherfamilien früh (N = 12)	Abbrecherfamilien spät (N = 7)
Zu grosser Zeitaufwand	5 (42%)	
Teilnahme als Familie zu mühsam	4 (33%)	1 (14%)
Technische Probleme	3 (25%)	
abenteuerinsel.ch zu langweilig (zu viel Text)	2 (17%)	
Scheitern des Rauchstopps	1 (8%)	7 (100%)
Andere Gründe	3 (25%)	

Legende: Als andere Gründe wurden je einmal genannt: falscher Zeitpunkt für Rauchstopp (beruflicher Stress), Krankheitsfall und lediglich reines Interesse an der Idee.

Quelle: Abbrecherfragebogen (Mehrfachnennungen möglich; N = 19).

#### Familienbezogen

Von einem Drittel der Familien, die ihre Teilnahme früh abgebrochen haben (4 von 12), wurde als Hinderungsgrund angeführt, dass

- die *Teilnahme als Familie* zu mühsam gewesen sei. Dies steht entgegen der Wahrnehmung der erfolgreichen Teilnehmerfamilien, welche die Unterstützung der Familie mehrheitlich positiv bewertet haben. Für diesen Unterschied gibt es einen wissenschaftlichen Erklärungsansatz. Demnach kann soziale Unterstützung sowohl förderlich als auch hinderlich sein, je nach Qualität der Beziehung der Personen.<sup>32</sup> Zwei aktuelle Schweizer Forschungsprojekte in der Gesundheitspsychologie befassen sich derzeit mit der Untersuchung der Rolle alltäglicher sozialer Austauschprozesse und individueller Faktoren für den erfolgreichen Rauchstopp.<sup>33</sup>

#### 4.3.3 FAKTOREN OHNE EINFLUSS

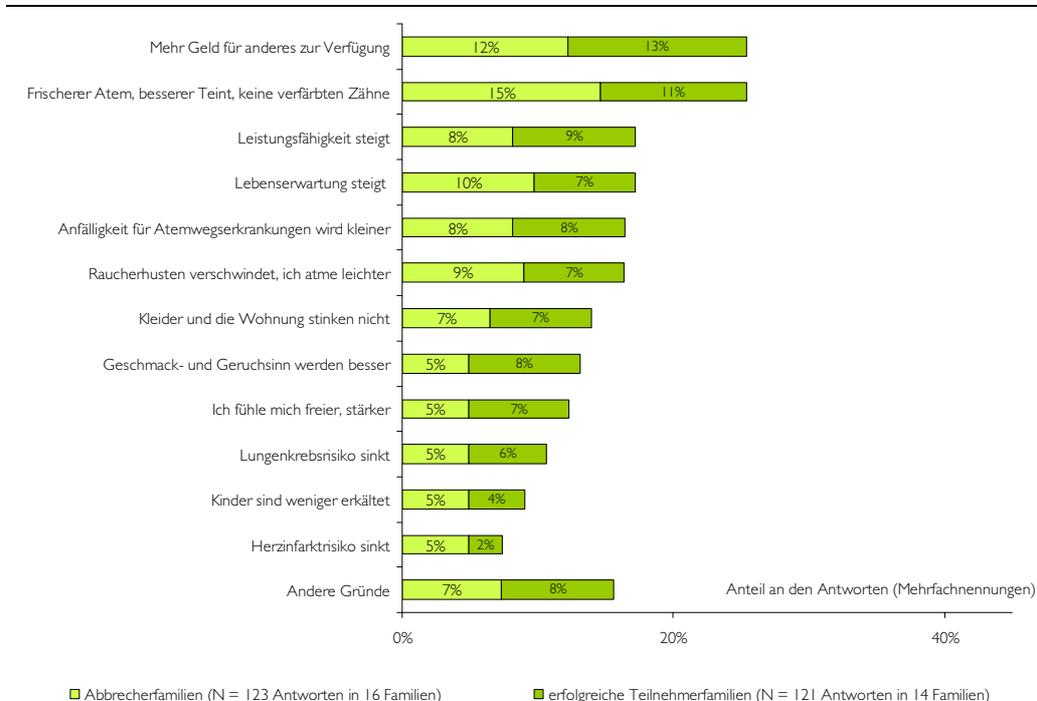
Bei einigen Faktoren liess sich weder ein positiver noch ein negativer Einfluss auf eine erfolgreiche Teilnahme feststellen.

<sup>32</sup> Vgl. Knoll, N.; Burkert, S.; Scholz, U.; Roigas, J.; Gralla, O. (2011): The Dual-Effects Model of Social Control Revisited: Relationship Satisfaction as a Moderator. Anxiety, Stress, and Coping. 1-17 (Epub ahead of print).

<sup>33</sup> Institut für Psychologie, Professur für Gesundheitspsychologie an der Universität Bern: Individuelle Regulation und dyadischer Austausch während des Rauchstopps. Psychologisches Institut, Sozial- und Gesundheitspsychologie der Universität Zürich: Dyadische und Individuelle Regulationsprozesse bei der Entwöhnung von Chronischem Tabakgebrauch (DIRECT).

- Der *Umfang der Nutzung* von abenteuerinsel.ch muss keinen Einfluss auf den Erfolg der Familie haben, wie die Fallanalysen zeigen. Die zwei erfolgreichen Familien hatten eine sehr unterschiedliche Nutzung mit entsprechend unterschiedlichem Zeitaufwand praktiziert. Dies könnte ein Hinweis sein, dass der Erfolg eher von einer bedürfnisgerechten Nutzung als von einer vollumfänglichen Nutzung abhängt, und es bestätigt das modulare Konzept von abenteuerinsel.ch.
- Die *entscheidenden Gründe für den Rauchstopp* der Rauchenden zeigten keine Unterschiede zwischen den erfolgreichen Teilnehmerfamilien und den Abbrecherfamilien. Am häufigsten wurden finanzieller Gewinn, körperliche Attraktivität und Steigerung der Leistungsfähigkeit und der Lebenserwartung genannt (vgl. Darstellung D 4.10 und DA 6 im Anhang).

D 4.10: Entscheidende Gründe, um mit dem Rauchen aufzuhören (Woche 3)



Quelle: Raucherfragebogen im Rahmen der individuellen Wochenaufgabe Woche 3 von abenteuerinsel.ch.

Beantwortung der Evaluationsfrage:

Was sind Erfolgsfaktoren und was sind Hinderungsgründe hinsichtlich einer erfolgreichen Teilnahme an abenteuerinsel.ch?

Als wichtigste Erfolgsfaktoren, die dem Projekt selbst zuzuschreiben sind, wurden die Kernelemente Informationen, Vorbereitungsphase und Geldpreis identifiziert. Erfolgsfaktoren der Familien sind eine starke Unterstützung der Rauchenden durch die Familie respektive eine aktive Rolle der Nichtrauchenden sowie eine hohe Eigenmotivation und Zuversicht der Rauchenden, den Rauchstopp zu schaffen. Als Hinderungsgründe wurden vor allem der antizipierte Aufwand und technische Probleme genannt. Eine mangelnde Attraktivität und der unflexible Projektstart kann in manchen Fällen ebenfalls ein Hindernis sein. Keinen Einfluss hatten der Umfang der Nutzung von abenteuerinsel.ch und die Gründe für den Rauchstopp.

#### 4.4 WIRKUNGEN AUF WISSEN UND VERHALTEN DER FAMILIEN

---

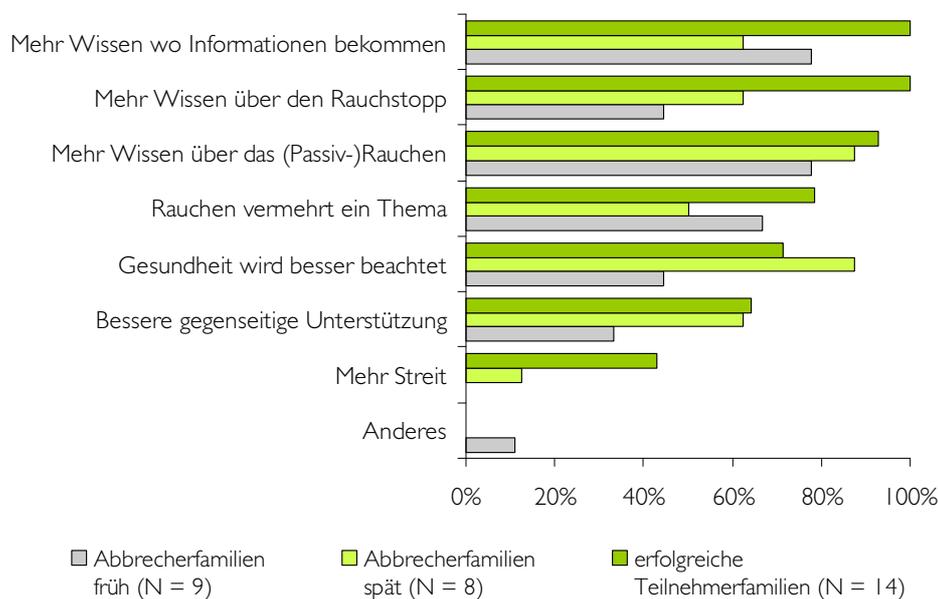
In diesem Abschnitt werden Wirkungen von abenteuerinsel.ch auf das Wissen und das Verhalten der Familie dargestellt. Dabei werden zunächst die Wirkungen zum Zeitpunkt der Beendigung der Intervention beschrieben (t+4). Anschliessend werden die Ergebnisse zu den Abstinenzraten und der Nachhaltigkeit der Wirkungen acht Wochen nach erfolgreicher Beendigung der Intervention (t+12) berichtet.

##### 4.4.1 ÄNDERUNGEN BEI WISSEN UND VERHALTEN DER FAMILIEN

Die erfolgreichen Teilnehmerfamilien wurden zum Ende der Intervention (t+4) und die Abbrecherfamilien nach Abbruch zu Änderungen in der Familie aufgrund der Teilnahme an abenteuerinsel.ch befragt. Darstellung D 4.11 zeigt die kategorisierten Antworten der Familien.

Alle erfolgreichen Familien und einige Abbrecherfamilien geben an, nun zu wissen, wo sie sich Informationen und Beratung zum Thema Rauchen und Rauchstopp holen können. Ebenso wissen viele, wie sie mit dem Rauchen aufhören und rauchfrei bleiben können. Etwas weniger stark ist der Einfluss auf das Wissen über die Schädlichkeit des Rauchens und Passivrauchens. Dies dürfte vor allem daran liegen, dass hier bereits ein grösseres Vorwissen bestand. Gut zwei Drittel der erfolgreichen Familien gaben zudem an, dass Rauchen aufgrund der Intervention vermehrt in der Familie thematisiert und die Gesundheit besser beachtet wird. Etwas mehr als die Hälfte der erfolgreichen Teilnehmerfamilien und der Familien, die ihre Teilnahme spät abgebrochen haben, berichtet von besserer gegenseitiger Unterstützung. Auf der anderen Seite berichten 40 Prozent der erfolgreichen Familien von vermehrtem Streit in der Familie. Fast alle diese Wirkungen sind in den erfolgreichen Familien am stärksten ausgeprägt, auch der vermehrte Streit. Interessant ist jedoch, dass auch bei einem beträchtlichen Anteil der Abbrecherfamilien, insbesondere auch bei den Familien, die ihre Teilnahme früh abgebrochen haben, positive Wirkungen berichtet werden.

D 4.11: Änderungen in der Familie



Quelle: Befragung Interface (t+4 und Abbrecherfragebogen; N = 31 Familien). Die Frage lautete „Haben sich Dinge in der Familie durch abenteuerinsel.ch verändert?“.

4.4.2 ABSTINENZRATEN UND NACHHALTIGKEIT DER INTERVENTION

Nach Beendigung der Intervention (t+4) waren 14 Familien, 48 Prozent der Familien, die sich am Tag X zum Rauchstopp verpflichtet hatten und 18 Prozent der registrierten Familien, rauchfrei. Zwei Monate später (t+12) war davon noch knapp die Hälfte respektive 8 Prozent der registrierten Familien rauchfrei und ohne Rückfälle in der Zwischenzeit. Die Zielvorgaben wurden nicht erreicht. Aus Sicht der Evaluation treffen auch hier die in Abschnitt 4.1 angeführten Gründe zu.

D 4.12: Abstinenzraten (Familien) verglichen mit den Zielvorgaben<sup>34</sup>

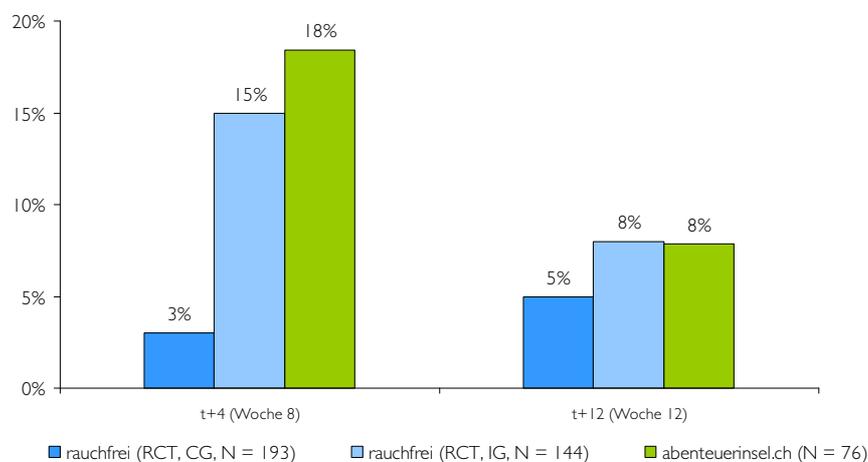
	Teilnehmerzahlen		Abstinenzraten					
	Erreicht	Ziel	Erreicht	Ziel	Erreicht	Ziel	Erreicht	Ziel
Registrierte Familien	76	160	100%	100%				
Teilnehmerfamilien Tag X	29	120			100%	100%		
Erfolgreiche Teilnehmerfamilien t+4	14	60	18%	38%	48%	50%	100%	100%
Rauchfreie Familien t+12	6	40	8%	25%			43%	75%

Quelle: LSCom und Befragung Interface für t+12 (N = 12 antwortende Familien).

<sup>34</sup> Die Abstinenzraten werden im Sinne einer konservativen Intention-to-treat-Analyse (ITT) berechnet, das bedeutet, dass alle Teilnehmenden, die sich nicht an den Befragungen beteiligten als Rauchende gelten. Die ITT-Analyse unterschätzt daher den wahren Effekt.

Zur Einordnung der Ergebnisse werden aus der Literatur Abstinenzraten anderer internetbasierter Ausstiegshilfen hinzugezogen. Demnach liegt die 8-Prozent-Abstinenzrate (ITT) von abenteuerinsel.ch in derselben Grössenordnung wie einige andere internetbasierte Ausstiegshilfen (rauchfrei: 9%, Quitnet: 7%, Stop-Tabac.ch: 9% und 11%). Allerdings gibt es auch Programme mit höheren Abstinenzraten 1-2-3 Smokefree: 18 Prozent und CQ-Plan 20 Prozent.<sup>35</sup> Die geringeren Erfolgsquoten von primär auf jüngere Rauchende ausgerichteten Massnahmen könnten darauf zurückzuführen sein, dass jüngere Rauchende gemäss einer Cochrane Analyse vergleichsweise schlecht auf Interventionsmassnahmen ansprechen.<sup>36</sup> In Darstellung D 4.13 wurden zudem die Abstinenzraten von abenteuerinsel.ch mit dem deutschen Projekt rauchfrei verglichen. Der Vergleich zeigt, dass die Ergebnisse von abenteuerinsel.ch nach Beendigung des Projekts (t+4, Woche 8) und zwei Monate danach (t+12) in ähnlichen Grössenordnungen wie das Projekt rauchfrei liegen. Der Unterschied zur Kontrollgruppe von rauchfrei zum Zeitpunkt t+12 ist gering. Allerdings handelt es sich hier um eine sehr konservative Schätzung, da in einer Intention-to-treat-Analyse alle Nichtantwortenden als Rauchende gewertet werden. Diese Analyse wurde wegen der besseren Vergleichbarkeit der beiden Studien gewählt.

**D 4.13: Abstinenzraten abenteuerinsel.ch und rauchfrei (7-Tagesprävalenz, ITT-Analyse)**



Legende: Intention-to-treat-Analyse (ITT) heisst, alle Teilnehmenden, die sich nicht an den Befragungen beteiligten, gelten als Rauchende. Die ITT-Analyse unterschätzt daher den wahren Effekt. Für rauchfrei werden die Ergebnisse aus dem randomisierten klinischen Trial (RCT) dargestellt. Die Interventionsgruppe (IG) hat rauchfrei genutzt während die Kontrollgruppe (CG) diese nicht nutzte.

Quelle abenteuerinsel.ch: Befragungen t+4 und t+12.

Quelle rauchfrei: Tensil, M. D. (2009): Smoke-free: An Internet-based smoking-cessation programme for adolescents and young adults. In: BZGA (Hrsg.) Internet-based smoking-cessation aids for young people. Research and Practice of Health Promotion, Volume 14: S. 47–61.

<sup>35</sup> Intention-to-Treat-Analysen, nach Tossmann, P.; Jonas, B.; Tensil, M.; Nowotny, G.; Lang, P. (2008): Rauchfrei – Ein internetbasiertes Ausstiegsprogramm für junge Raucherinnen und Raucher. Sucht, S. 40 f.

<sup>36</sup> Grimshaw, G.; Stanton, A. (2006): Tobacco cessation interventions for young people. Cochrane Database of Systematic Reviews. Issue 4, nach Tossmann, P.; Jonas, B.; Tensil, M.; Nowotny, G.; Lang, P. (2008): Rauchfrei – Ein internetbasiertes Ausstiegsprogramm für junge Raucherinnen und Raucher. Sucht, S. 41.

Darstellung D 4.14 zeigt das Raucherprofil der sechs Familien von abenteuerinsel.ch, die zum Zeitpunkt t+12 wieder rauchen (im Follow-up, zum Zeitpunkt t+12, haben 2 Familien nicht geantwortet).

D 4.14: Raucherprofil der wieder rauchenden Familien zum Zeitpunkt t+12

	Eltern(teil)	Kind(er)	Anzahl Familien
Familientyp 1	mindestens ein Raucher/ eine Raucherin	mindestens ein Kind Raucher/-in	1*
Familientyp 2	mindestens ein Raucher/ eine Raucherin	Kein Raucher/keine Raucherin	5

Legende: \* Eine Person in dieser Familie hat neu begonnen zu rauchen.

Quelle: LSCom und Befragung Interface für t+12 (N = 12 antwortende Familien).

In vier Familien wird nun weniger geraucht als vor der Teilnahme an abenteuerinsel.ch in zwei Familien wird mehr geraucht. Als Gründe für die Rückfälle wurden angegeben Stress, Ärger, Aufregung (2), Gewichtszunahme (1), gesellschaftlicher Anlass wie z.B. Party (1), der Rauchstopp war von vorneherein nicht länger geplant (2) und einmal: „Weil wir die 5'000 Franken nicht gewonnen haben!!!“ (dies war die Familie, in der neu eine Person zu rauchen begonnen hat). Körperliche Beschwerden wie zum Beispiel Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Müdigkeit Nervosität wurden nicht als Grund gewählt. Drei der fünf Familien sind zuversichtlich (Zuversichtsbarometer 7 bis 10), wieder rauchfrei zu werden.

Die Hälfte der zwölf Familien ist der Meinung, dass abenteuerinsel.ch zum Zeitpunkt t+12 immer noch Auswirkungen auf die Familie hat. Hierzu zählen vor allem eine bessere gegenseitige Unterstützung und eine bessere Beachtung der Gesundheit. Als weitere Auswirkungen wurden noch mitgeteilt: „Mehr Lebensqualität“; „Wenn der Wille da ist, dann schafft man es!“; „Wir bewegen uns mehr“ und „Der Glaube an mich und dass ich es schaffen kann ist viel grösser!“.

Beantwortung der Evaluationsfragen:

Hat sich das Wissen der teilnehmenden Familien über Aktivitäten, die ihnen die Rauchfreiheit erleichtern, aufgrund der Intervention erweitert? Haben die teilnehmenden Familien aufgrund der Intervention mehr über die Schädlichkeit des Rauchens und Passivrauchens gelernt? Wird in den teilnehmenden Familien das Rauchen aufgrund der Intervention vermehrt thematisiert? Lassen sich nicht intendierte positive respektive negative Nebenwirkungen feststellen? Wie viele Familien sind vier Wochen und zwölf Wochen nach Tag X rauchfrei? Können die Zielgrössen erreicht werden?

Das Projekt abenteuerinsel.ch hatte eine positive Wirkung auf die Gesundheitskompetenz der Familien, vor allem im Sinne einer Zunahme des Wissens bezüglich der Erlangung von Rauchfreiheit. Dieser Effekt ist zwar am stärksten bei den erfolgreichen Teilnehmerfamilien (100%) jedoch auch deutlich bei den Abbrecherfamilien (40% bis 60%). Weiter wurde Rauchen vermehrt thematisiert (knapp 80% der erfolgreichen Teilnehmerfamilien und 50% bis 60% der Abbrecherfamilien). Zudem werden eine stärkere gegenseitige Unterstützung (rund 30% bis 60%) und ein besseres Gesundheitsbewusstsein (rund 40% bis 90%) geschildert. Vereinzelt wurde auch das Selbstvertrauen, Dinge zu ändern, gesteigert (höhere Selbstwirksamkeit). Als einzige negative

Nebenwirkung wird von vermehrtem Streit in den Familien berichtet. Die Tatsache, dass auch dies am häufigsten in den erfolgreichen Teilnehmerfamilien auftrat (rund 40% versus 10%) weist darauf hin, dass dies nicht unbedingt problematisch zu bewerten ist und den Erfolg des Rauchstopps offenbar nicht behindert hat.

Die Abstinenzraten, also der Anteil rauchfreier Familien, liegen nach konservativer Schätzung vier Wochen nach Tag X (t+4) bei 18 Prozent (14 von 76 registrierten) und drei Monate nach Tag X (t+12) bei 8 Prozent (6 von 76). Dies ist eine Intention-to-treat-Analyse, das bedeutet, alle fehlenden Angaben werden als Misserfolg gewertet. Die angestrebten Zielgrössen von 38 Prozent (60 von 160) und 25 Prozent (40 von 160) werden somit nicht erreicht. Jedoch liegen die Ergebnisse in ähnlichen Grössenordnungen wie beim deutschen Projekt rauchfrei und anderen Angeboten. Es ist daher anzunehmen, dass die Zielgrössen zu hoch angesetzt waren. Die deutliche Reduktion der Abstinenzrate um 50 Prozent innerhalb von zwei Monaten nach Projektende zeigt jedoch auf, dass eine längerfristige Intervention zur Unterstützung des Rauchstopps notwendig sein könnte.

Die Evaluation des Pilotprojekts zeigt auf, dass abenteuerinsel.ch ein innovatives, konzeptionell vielversprechendes Projekt ist, welches jedoch bezüglich der Fokussierung auf die Zielgruppe sowie hinsichtlich der Umsetzung Optimierungspotenzial aufweist. Mit dem Pilotprojekt wurden vor allem Familien mit Kindern bis zwölf Jahre erreicht, das bedeutet, es wurden hauptsächlich rauchende Eltern angesprochen. Geeignet ist das Projekt vor allem für Familien, in denen sowohl die Nichtrauchernden als auch die Rauchenden motiviert sind, sich für den Rauchstopp zu engagieren. Das Projekt abenteuerinsel.ch stellt mit dem familienzentrierten Ansatz somit eine gute Ergänzung zu bestehenden Rauchstopp-Angeboten für Einzelpersonen oder andere Gruppen (z.B. Schulklassen) dar. Die Wirksamkeit von abenteuerinsel.ch ist zudem ähnlich hoch wie vergleichbare Projekte. Optimierungspotenzial besteht vor allem bezüglich der Promotion bei vielversprechenden Zielgruppen und bei der technischen Ausgestaltung der Plattform.

Im Hinblick auf die Zukunft von abenteuerinsel.ch nach Abschluss der Pilotphase werden auf Basis der Ergebnisse der Evaluation im Folgenden Empfehlungen zuhanden der Projektleitung formuliert. Diese beziehen sich auf inhaltliche Aspekte der Weiterentwicklung und Verankerung des Projekts. Eine formal klare Regelung zwischen den Projektbeteiligten hinsichtlich des Urheberrechts und der Möglichkeiten der weiteren Verwendung von abenteuerinsel.ch werden dabei vorausgesetzt.

#### 1) Zielgruppenorientierung schärfen

##### 1a) Potenzialabschätzung machen

Wie die Evaluationsergebnisse zeigen, wurden die quantitativen Zielvorgaben hinsichtlich der Beteiligung und des Erfolgs der Teilnehmerfamilien vermutlich zu hoch angesetzt. Wir empfehlen deshalb erstens, die Definition der Zielgruppe für abenteuerinsel.ch zu klären. Aufgrund der Ergebnisse der Evaluation sind als Hauptzielgruppe innerhalb der Familien junge Erwachsene (Eltern) und weniger Jugendliche zu sehen. Ist die Frage der potenziellen Zielgruppe beantwortet, gilt es zweitens, eine Abschätzung der Grösse dieser Zielgruppe vorzunehmen. Der Austausch diesbezüglich mit Verantwortlichen aus ähnlichen internetbasierten Projekten aus der Schweiz sowie mit Schweizer Fachexpertinnen und -experten aus der Tabakprävention (z.B. Resonanzgremium, ISGF) erachten wir als sinnvoll.

##### 1b) Promotion fokussieren und verstärken

Wir empfehlen, unter Berücksichtigung des Zielgruppenpotenzials die Promotionsaktivitäten zu fokussieren und zu verstärken und dafür die notwendigen Mittel einzuplanen. Wir schlagen folgende Schwerpunkte vor:

- Printmedien und Mitteilungsblätter der Gemeinden: Ziel ist eine bessere Erreichung von Familien generell, zum Beispiel über Printmedien wie Familienzeitschriften, aber auch weit verbreitete Medien wie 20 Minuten oder Mitteilungsblätter der Gemeinden.

- Internet: Verstärkt werden sollte die Bekanntmachung im Internet zum Beispiel auf familienspezifischen Gesundheitsportalen und sozialen Netzwerken. Betroffene Nichtraucher sollten dabei auch bewusst in den Fokus gerückt werden.
- Flyer: Die Ergebnisse der Evaluation weisen darauf hin, dass auf die Verteilung von Flyern unter Erfolgsgesichtspunkten eher verzichtet werden kann. Jedoch kann die Verteilung von Flyern wegen des relativ geringen Aufwands und wegen der zusätzlichen PR-Funktion für die Organisationen RADIX und Lungenliga Schweiz weitergeführt werden.

Zur weiteren Konkretisierung von Massnahmen empfehlen wir auch hier den Austausch mit Fachexpertinnen und -experten (z.B. auch aus dem Bereich Gesundheitsförderung/Prävention in Familien) sowie mit Verantwortlichen ähnlicher Projekte. Im deutschen Projekt rauchfrei konnte beispielsweise gemäss Literatur die Beteiligung durch verstärkte Werbemassnahmen wesentlich gesteigert werden.

## 2) Optimierungspotenzial nutzen

### 2a) Internetplattform technisch und inhaltlich verbessern

Die Evaluation liefert Hinweise vor allem auf technischen und vereinzelt auf inhaltlichen Optimierungsbedarf von abenteuerinsel.ch.

- Technik: Technische Probleme und das teilweise flexible Management in der Pilotphase wurden von manchen Nutzerfamilien als Zeichen für mangelnde Professionalität wahrgenommen. Daher sollte eine stärkere Automatisierung der Abläufe angestrebt werden. Im Anhang A4 finden sich detaillierte konkrete Verbesserungsvorschläge zu Inhalt und Technik und Anregungen für neue Elemente.
- Transparenz der Wettbewerbsbedingungen: Wir empfehlen zudem eine Überprüfung der Darstellung der Wettbewerbsbedingungen. In den beiden Fallanalysen der Abrecherfamilien entstand der Eindruck, dass von diesen die Wettbewerbsbedingungen nicht verstanden worden waren (z.B. unklar, dass alle Rauchenden in der Familie stoppen müssen; unklar, ob/wie die Einhaltung des Rauchstopps überprüft wird).
- Pretest: Vor Projektstart sollte die Benutzerfreundlichkeit und die Funktionsfähigkeit der Plattform in einer Testphase geprüft werden. Hierfür könnte beispielsweise auf die Erfahrungen des ISGF bei der Evaluation vorhandener Angebote zur Tabakprävention zurückgegriffen werden.
- Verweise auf medizinische Versorgung prüfen: Die Aufnahme der nicht erfüllten Kriterien aus den erwähnten Checklisten (vgl. Abschnitt 2.2) zur medizinischen Behandlung von Tabakabhängigkeit sollte geprüft werden.

Wir empfehlen, mit der Ausdehnung der Plattform auf weitere Zielgruppen wie zum Beispiel auf französischsprachige Familien, Paare mit Kinderwunsch oder soziale Netzwerke zu warten, bis diese inhaltlich und technisch optimiert worden ist. Diese Ausdehnung würde zwar den Kreis der potenziellen Nutzenden deutlich erweitern, aber das Profil und die Besonderheit von abenteuerinsel.ch verwässern und zudem viele Mittel binden.

## 2b) Flexibilisierung und Follow-up der Intervention diskutieren

Von mehreren Nutzenden wurde eine Flexibilisierung der Teilnahmebedingungen gewünscht (Einstieg jederzeit möglich, eventuell Wochenaufgaben freiwillig gestalten, Teilnehmerkreis öffnen), von anderen abgelehnt.

- Flexibilisierungsmöglichkeiten prüfen: Da ein Rauchstopp ein deutliches Mass an Disziplin und Aufwand bedeutet, ist es aus unserer Sicht fraglich, ob ein sehr offener Rahmen, der vielleicht primär eine grössere Zahl von Teilnehmenden ermöglicht, schlussendlich auch effektiver ist. Aus Sicht der Evaluation geht es hier um ein Abwägen zwischen niederschwelligerem Einstieg und höherer Erfolgswahrscheinlichkeit sowie zwischen Aufwand und Nutzen von wesentlichen Änderungen am Konzept. Die Vor- und Nachteile einer Flexibilisierung sollten sorgfältig abgewogen werden.
- Wettbewerb beibehalten: Insbesondere sollte die Möglichkeit der Durchführung eines Wettbewerbs erhalten bleiben, da dies offensichtlich ein grosser Ansporn ist.
- Follow-up verlängern: Zudem sollte angesichts der deutlichen Reduktion der Abstinenzraten innerhalb von zwei Monaten nach Projektende ein engeres unterstützendes Follow-up der Familien erwogen werden. Wir empfehlen, die genannten Punkte mit Fachexpertinnen und -experten zu diskutieren.

## 3) Überführung in ein Regelangebot

### 3a) Weiterführung des Angebots

Wir empfehlen eine Verankerung von abenteuerinsel.ch als regelmässiges Angebot zum Beispiel einmal pro Jahr zu einem einprägsamen Datum (z.B. Jahresbeginn). Wir stützen uns auf folgende Überlegungen:

- Innovatives Konzept: Das Konzept von abenteuerinsel.ch wird sowohl anhand der zur Verfügung stehenden Literatur als auch aufgrund der Erfahrungen in der Praxis während der Pilotphase als vielversprechend bewertet. Es nutzt das Internet als aktuelles Medium mit potenziell grosser Reichweite, erfüllt die meisten Kriterien der Checkliste des ISGF zur Beurteilung internetbasierter Tabakprävention und ist mit dem internetbasierten Ansatz im Familien-Setting innovativ.
- Potenzial bei der Promotion: Die relativ geringen Beteiligungsraten werden zum derzeitigen Zeitpunkt nicht als Zeichen einer mangelnden Eignung gesehen. Vielmehr sind wir der Ansicht, dass die Promotion bei der Zielgruppe zu gering war und noch ausgebaut werden kann. Die relativ hohen Abbruchraten sind zudem aus einem anderen seit Jahren in Deutschland laufenden Projekt bekannt.
- Hauptarbeit ist geleistet: Unter Beachtung des Aufwand-Nutzen-Verhältnisses soll eine Weiterführung angestrebt werden. Die Hauptarbeit, nämlich der Aufbau der Internetplattform, ist geleistet. Es ist zu erwarten, dass – auch wenn weitere Investitionen für eine Optimierung nötig sein werden – der Aufwand deutlich geringer ausfallen wird. Das Projekt sollte die Chance erhalten, sein Potenzial auszuschöpfen.
- Hinweise auf Wirksamkeit: Trotz der geringen Beteiligung gibt die Evaluation erste Hinweise auf positive Wirkungen und wenig negative Wirkungen.

### 3b) Projektorganisation verbindlich regeln

Am Aufbau der Internetplattform waren mehrere Partner mit verschiedenen notwendigen Kompetenzen beteiligt. Wir empfehlen für die Weiterführung des Projekts, die Zuständigkeiten und Aufgaben der einzelnen Partner zu Beginn zu konkretisieren und vertraglich zu fixieren. Insbesondere muss die Schnittstellenfunktion zwischen fachlichem und technischem Input genau definiert werden.

### 3c) Finanzierung sicherstellen

Eine wichtige Voraussetzung für die Weiterführung des Angebots ist die Sicherstellung der Finanzierung. Obwohl die Hauptarbeit bereits geleistet ist, benötigen die Optimierung und Betreuung der Plattform weitere Mittel. Wir empfehlen den Projektverantwortlichen, diese Kosten zu budgetieren und eine geeignete Finanzierungsquelle zu suchen.

## ANHANG

## A I FALLANALYSEN

In diesem Abschnitt wird erstens eine Übersicht über die Eckdaten der vier Fallanalysen gezeigt und zweitens die Fallporträts der vier Familien dargestellt.

## DA I: Eckdaten aus den vier Fallanalysen

Familie	A	B	C	D
Typ	Erfolgreich (t+12, Woche 16)	Erfolgreich (t+12, Woche 16)	Abbrecher (Woche 5)	Abbrecher (Woche 7)
Raucher/Raucherin	Sohn	Vater	Mutter und Vater (er will keinen Rauchstopp)	Mutter
Rauchend seit	2 Jahren	langjährig	langjährig	langjährig
Initiant/-in für Teilnahme an Projekt	Nichtraucher (Vater)	Nichtrauchende (Mutter und Söhne)	Raucherin	Raucherin
Bearbeitung der Aufgaben	Alle zusammen	Alle zusammen	Mutter und Kinder	Mutter, gibt Fragen weiter und sammelt die Antworten
Umfang der Nutzung	Nur Kernmodul (obligatorische Wochenaufgaben)	Komplettes Angebot	Kernmodul plus (ein bisschen zusätzliche Angebote z.B. Lagerfeuer)	Kernmodul plus (ein bisschen zusätzliche Angebote z.B. Lagerfeuer)
Wöchentlicher Zeitaufwand	5 Minuten	40–60 Minuten	20 Minuten	15 Minuten
Hauptnutzende	Raucher und nichtrauchende Eltern	Alle: Raucher und Nichtrauchende	Raucherin	Raucherin
Zentrales Erfolgselement (Einschätzung der Familie)	Eigenmotivation Raucher	Unterstützung durch Familie, Nichtrauchende	Eigenmotivation Raucherin	Eigenmotivation Raucherin

Quelle: Fallanalysen.

### Familie A

Erfolgreiche Teilnehmerfamilie mit junglichem (Ex-)Raucher. Die Familie ist zum Zeitpunkt des Gesprächs (ca. 12 Wochen nach Tag X) immer noch rauchfrei.

### Beschreibung der Familie

Die Familie besteht aus den Eltern (im Alter über 40 Jahre) und drei jugendlichen Söhnen (12 bis 25 Jahre). Die Eltern sind beide in der Schweiz geboren und haben beide die Matura gemacht. Die Familiensprache ist Schweizerdeutsch. Die Eltern und zwei jugendliche Söhne sind Nichtraucher. Ein Teenager-Sohn rauchte seit zirka zwei Jahren und hat nach eigenen Aussagen zuvor einmal „e chli“ versucht aufzuhören – aber nicht wirklich.

### Motivation für die Teilnahme

Die Teilnahme an [abenteuerinsel.ch](#) wurde vom Vater initiiert. Dieser hat beruflich seit Jahren mit dem Thema Suchtprävention zu tun. Er hat Online vom Projekt erfahren (vermutlich über den Newsletter von RADIX). Die Teilnahme wurde in der Familie diskutiert und von allen, das heisst auch vom rauchenden Sohn, gutgeheissen. Der entscheidende Grund für die Teilnahme war, dass der Sohn sowieso mit dem Rauchen aufhören wollte und das Projekt deshalb gerade zum rechten Zeitpunkt kam.

### Erwartungen an das Projekt

Die Familie ging offen an das Projekt heran und erwartete im Prinzip nur, dass der Rauchstopp mithilfe der [abenteuerinsel.ch](#) funktionieren würde. Vor allem die Eltern waren grundsätzlich offen und gespannt bezüglich des Verlaufs. Die gesamte Familie gab von Anfang bis Ende des Projekts auf dem Zuversichtsbarometer an, maximal zuversichtlich zu sein, dass der Rauchstopp umgesetzt werden könne. Die starke Zuversicht und Motivation zeigte sich auch darin, dass der rauchende Sohn den Rauchstopp sogar eine Woche vor dem Tag X begann.

### Ablauf der Teilnahme

Die Familie setzte sich jeweils am Sonntagabend an den Computer, um die Wochenaufgaben zu lösen. Die Mutter rief dazu alle zusammen. Der durchschnittliche Zeitaufwand pro Woche wurde von der Familie auf fünf Minuten geschätzt und als angemessen bewertet. Die Familie hat sich dabei auf die „Pflicht“ beschränkt, das heisst sie hat ausschliesslich die Wochenaufgaben erledigt. Andere Elemente der Webplattform (Informationen von der Medizinfrau, Austausch am Lagerfeuer, Besuch anderer Camps, Belohnungen, Fotos hochladen und Links zu anderen Rauchstopp-Angeboten) wurden von der Familie nicht genutzt und waren ihnen zum Teil nicht einmal bekannt.

### Beurteilung von [abenteuerinsel.ch](#)

Das Projekt [abenteuerinsel.ch](#) wurde von der Familie grundsätzlich als gut und nützlich beurteilt. *Positiv* wurden insbesondere die obligatorischen Wochenaufgaben beurteilt. Vor allem die Eltern beurteilten den überschaubaren Zeitrahmen, die regelmässige Beschäftigung mit dem Thema und die Unterstützungsmöglichkeit durch die Familie als hilfreich und wichtig. Für den jugendlichen Raucher hingegen war insbesondere die Aussicht auf den Geldpreis motivierend und auf Nachfrage bezeichnete er auch die Vorbereitungszeit als hilfreich. Eher *negativ* wurden von ihm die Motivationsätze per SMS beurteilt. Er empfand diese als Doppelung der Wochenaufgabe („nichts Neues“)

und deshalb eher als lästig. Die Informationen wurden vom Vater als inhaltlich zwar gut, aber mengenmässig als zu viel beurteilt. Die Jugendlichen in der Familie bestätigten auch, dass sie davon nur wenig gelesen hätten. Die *Technik* der genutzten Elemente hat aus Sicht der Familie gut funktioniert, ebenso das E-Mailing und der SMS-Versand. Der Aufmachung und Gestaltung der Internetplattform und den interaktiven Elementen wurde nur wenig Gewicht beigemessen und sie wurden daher nicht beurteilt.

#### Optimierungspotenzial und Weiterempfehlung

Die Familie hat nur einen Verbesserungsvorschlag vorgebracht. Aus Ihrer Sicht wäre es nützlich gewesen, die neuen Wochenaufgaben bereits am Sonntag und nicht erst am Montag zu erhalten. Unter der Woche war es für die Familie schwierig zusammenzukommen, und manche Wochenaufgaben waren im Nachhinein schwieriger zu lösen (z.B. für den Raucher die Situationen zu beschreiben, in denen er geraucht hat). Der (ex-)rauchende Sohn würde das Projekt seinen Kollegen weiterempfehlen.

#### Wirkungen und Gründe für den Erfolg

Das Projekt abenteuerinsel.ch hat aus Sicht der Eltern und (ex-)rauchendem Sohn massgeblich dazu beigetragen, dass der Sohn den Rauchstopp umsetzen konnte. Als entscheidend für den Erfolg hat die Familie die Motivation des rauchenden Sohnes für den Rauchstopp bewertet. Die Beteiligung der gesamten Familie wurde vom (ex-)rauchenden Sohn als leicht positiver Druck und somit als unterstützend wahrgenommen. Aus Sicht der Eltern wurde die Möglichkeit zur Unterstützung ebenfalls positiv bewertet.

Abgesehen vom Rauchstopp konnten keine weiteren wesentlichen (positiven oder negativen) Wirkungen des Projekts auf die Familie eruiert werden. Der erste Grund liegt darin, dass sich die Familie zeitlich nur minimal mit dem Projekt beschäftigt hat. Der zweite Grund war der hohe Wissensstand der Familie bezüglich aller Aspekte des Rauchens schon vor dem Projekt und die Thematisierung des Rauchens bereits vor der Teilnahme an abenteuerinsel.ch. Dies nicht zuletzt, weil der Vater in der Suchtprävention arbeitet. Ein nichtrauchender Teenager-Sohn hat jedoch schon das Gefühl, sein Wissen erweitert zu haben. Er geht aber so oder so davon aus, dass er nicht mit dem Rauchen beginnen wird.

## Familie B

Erfolgreiche Teilnehmerfamilie mit Vater als (Ex-)Raucher. Die Familie ist zum Zeitpunkt des Gesprächs (ca. 12 Wochen nach Tag X) immer noch rauchfrei.

### Beschreibung der Familie

Die Familie besteht aus den Eltern (im Alter über 40 Jahre) und zwei erwachsenen Söhnen im Alter von 20 und 23 Jahren. Die Eltern sind beide in der Schweiz geboren und haben eine Berufslehre absolviert. Die Familiensprache ist Schweizerdeutsch. Die Mutter und die beiden Söhne sind Nichtraucher. Der Vater rauchte ungefähr 25 Jahre lang und hatte bereits vor dem Projekt [abenteuerinsel.ch](#) einige Male versucht, damit aufzuhören (z.B. mit Hilfe eines Rauchstoppkurses der Lungenliga).

### Motivation für die Teilnahme

Die Teilnahme an [abenteuerinsel.ch](#) wurde von dem älteren der beiden Söhne initiiert, der das Projekt im Internet ausgeschrieben sah (vermutlich in einem Newsletter von cool & clean). Der Vater war von der Idee einer Teilnahme gar nicht begeistert, dennoch beschlossen die drei Nichtraucher einstimmig, die Familie trotz seines Widerstandes anzumelden. Nach einigen Diskussionen war der Vater schliesslich einverstanden, sich darauf einzulassen und wurde im Laufe des Projekts auch immer motivierter, das Ganze durchzuziehen.

### Erwartungen an das Projekt

Da seine Teilnahme an [abenteuerinsel.ch](#) nicht ganz freiwillig war, hatte der Raucher auch keine grossen Erwartungen an das Projekt. Die drei Nichtraucher hingegen erhofften sich, dass das Projekt beim Vater zu einem nachhaltigen Rauchstopp führen würde. Sie wünschten sich nämlich schon lange, dass der Vater mit dem Rauchen aufhören würde. Da sich die Familie aber bisher immer negativ zum Rauchverhalten des Vaters geäussert hatte, erhofften sie sich vom Projekt [abenteuerinsel.ch](#) eine fachliche Unterstützung, die den Vater mit einer neutraleren Stimme von den Vorteilen eines Rauchstopps überzeugen könnte. Der Wettbewerb stand deshalb bei dieser Familie nicht im Vordergrund, sondern war sozusagen der letzte „Kick“ zur Teilnahme.

### Ablauf der Teilnahme

Die Familie setzte sich jeweils einmal in der Woche zusammen und diskutierte die Fragen, die der Vater zum Teil bereits vorher beantwortet hatte. Es war schwierig für die Familie, jede Woche einen Abend zu finden, an dem alle zusammensitzen konnten. Der durchschnittliche Zeitaufwand pro Woche wurde auf vierzig bis sechzig Minuten geschätzt. Für den Raucher war dieser Aufwand vor allem zu Beginn des Projekts etwas zu hoch, da er sich ja nicht ganz freiwillig zur Teilnahme bereiterklärt hatte. Die Nichtraucher empfanden den Zeitaufwand als angemessen. Viele Elemente von [abenteuerinsel.ch](#) (Wochenaufgaben, Belohnungen, Besuch bei anderen Camps, Tagebuch, Lagerfeuer, weiterführende Links) wurden von der Familie intensiv genutzt, da sie das Maximum aus diesem kostenlosen Projekt holen wollten.

### Beurteilung von [abenteuerinsel.ch](#)

Das Projekt [abenteuerinsel.ch](#) wurde von der Familie grundsätzlich als sehr gut beurteilt, insbesondere deshalb, weil es zu einem Rauchstopp des Vaters geführt hatte. *Positiv* bewertet wurden vor allem die intensiven aber konstruktiven wöchentlichen Dis-

kussionen, die rund um die Themen der Wochenaufgaben entstanden. Auch die Vorbereitungszeit wurde als positiv bewertet. Da die Nerven in dieser Zeit ziemlich blank lagen, war es gut, dass der Vater nicht sofort mit dem Rauchen aufhören musste, sondern sich graduell darauf vorbereiten konnte. Die Gestaltung der Plattform sowie die Menge und Qualität der bereitgestellten Informationen wurden als gut beurteilt. Die Informationen waren umsetzbar im Alltag und regten zu weiteren Diskussionen oder Überlegungen an. Auch die Übungen, anhand derer man die gelesenen Informationen direkt umsetzen konnte, wurden positiv angesehen. Einer der Söhne fand, für Interessierte hätten noch mehr weiterführende Informationen bereitgestellt werden können. Für den Raucher stellten zudem die täglichen SMS ein äusserst positives Element des Projekts dar, da sie ihm eine zusätzliche Motivation verliehen, den Rauchstopp wirklich durchzuziehen. Eher *negativ* wurde das Lagerfeuer beurteilt. Die Gestaltung dieses Forums war zu wenig übersichtlich und das Ganze inhaltlich etwas „lahm“. Die Mutter hatte zudem das Gefühl, dass ihre Beiträge als Nichtraucherin von den anderen Teilnehmenden negativ aufgenommen wurden. Weiter störte sich der (Ex-)Raucher vor allem zu Beginn an Wiederholungen in den Wochenaufgaben (z.B. gewisse Befindlichkeitsfragen). Später störte es ihn weniger, da er Fortschritte verfolgen konnte und erinnert wurde, wie gut es ihm nun körperlich ging. *Technisch* funktionierten die Elemente der Plattform sowie der Versand der E-Mails und SMS zu weiten Teilen gut. Fotos konnten jedoch keine hochgeladen werden und das Layout der E-Mails erschien ihnen komisch.

#### Optimierungspotenzial und Weiterempfehlung

Es wurden einige Verbesserungsvorschläge angebracht. Aus Sicht des Vaters könnte das Projekt noch mehr interaktive Module oder Spiele beinhalten. Zudem brachte er den Vorschlag ein, mit einem Quiz zu Beginn und zum Abschluss des Projekts den Wissensfortschritt der Teilnehmenden zu testen und zugleich das Gelesene noch einmal zu vertiefen. Ein weiterer Vorschlag eines Sohnes war, dass das Tagebuch, welches der Raucher führen musste, in Form einer „App“ für Handys oder zum Ausdrucken bereitgestellt würde, damit es weniger einfach vergessen gehen kann. Zur Anregung eines positiveren Austauschs im Lagerfeuer wurde zudem von der Mutter vorgeschlagen, dass die Medizinfrau eine aktivere Moderationsrolle einnehmen sollte. Vielleicht würden dadurch auch andere Teilnehmende dazu angeregt, einen Beitrag im Lagerfeuer zu schreiben. Die Familie könnte sich gut vorstellen, den Zeitpunkt des Projekts auf den Frühling zu verlegen, da in dieser Jahreszeit zahlreichere Möglichkeiten zur Ablenkung vom Rauchen gegeben sind als in den kalten und dunklen Wintermonaten. Ein flexibler Einstieg in das Projekt oder die freiwillige Gestaltung der Aufgaben hingegen fanden sie nicht optimal. Einerseits würde damit das gemeinschaftliche Erlebnis („wir sind alle im gleichen Boot“) wegfallen, andererseits ist eine feste Struktur förderlich, um an dem Projekt dranzubleiben. Obwohl für diese Familie der Wettbewerb nicht im Vordergrund der Teilnahme stand, diente der in Aussicht stehende Gewinn als Ansporn. Die Familie fand es etwas schade, dass am Ende nur eine Familie das Preisgeld bekam. Sie hätten es besser gefunden, wenn das Geld auf alle erfolgreichen Teilnehmenden verteilt worden wäre, oder es zumindest Trostpreise für alle gegeben hätte. Zudem könnten sie sich vorstellen, dass es kein Geldpreis, sondern vielmehr ein Erlebnis für die ganze Familie zu gewinnen gäbe. Zuletzt wurde noch vorgeschlagen, Erfahrungsberichte von erfolgreichen Familien oder ehemaligen Rauchenden dazu zu nutzen, um andere zu einer Teilnahme an einem solchen Projekt zu motivieren. Zudem sollte das Projekt

noch stärker publik gemacht werden, zum Beispiel im 20 Minuten oder in den Gemeindezeitungen. Die Familie würde das Projekt auf jeden Fall weiterempfehlen.

#### Wirkungen und Gründe für den Erfolg

Das Projekt abenteuerinsel.ch hat aus Sicht der gesamten Familie massgeblich dazu beigetragen, dass der Vater den Rauchstopp umsetzen konnte. Dieser hatte zwar keinen Wissenszuwachs erfahren. Die Nichtraucher in der Familie hingegen hatten das Gefühl, einiges dazugelernt zu haben, insbesondere in Bezug auf die richtige Unterstützung von Personen beim Rauchstopp. Durch den Rauchstopp „lagen die Nerven blank“. Positiv beurteilte die Familie den Effekt von abenteuerinsel.ch auf die Familiendynamik. Durch das Projekt gab es zwar viele intensive Diskussionen, diese hatten jedoch keine negativen Effekte, sondern schweissten die Familie am Ende noch stärker zusammen. Die Familie kam zum Schluss, dass es ohne abenteuerinsel.ch schwierig gewesen wäre, den Vater zum Rauchstopp zu bewegen. Alle Familienmitglieder stimmen überein, dass der Druck der Nichtraucher auf den Vater, an diesem Projekt teilzunehmen und durchzuhalten, für den Erfolg entscheidend gewesen war. Der Vater wollte die Familie einerseits nicht enttäuschen, andererseits wollte er den Nichtraucher auch beweisen, dass er den Rauchstopp schaffen kann. Auch die kleinen Erfolgserlebnisse (Verbesserung der körperlichen Leistungen) waren motivierend.

### Familie C

Familie, die ihre Teilnahme spät abgebrochen hat, mit Vater und Mutter als starke Rauchende. Die Familie hat das Projekt abenteuerinsel.ch in der fünften Woche abgebrochen. Zudem hatte der Vater von Anfang an keinen Rauchstopp angestrebt und auch nicht umgesetzt.

### Beschreibung der Familie

Diese Familie besteht aus den Eltern (im Alter zwischen 25 und 40 Jahren) und zwei Kindern im Alter von neun und zehn Jahren. Die Eltern sind beide in der Schweiz geboren und haben eine Berufsausbildung absolviert. Die Familiensprache ist Schweizerdeutsch. Die Eltern haben in jungen Jahren mit dem Rauchen begonnen und waren zum Zeitpunkt der Fallanalyse beide starke Rauchende. Sie waren beide in der Vergangenheit bereits einmal für längere Zeit rauchfrei – die Mutter für insgesamt drei Jahre, der Vater für ein Jahr.

### Motivation für die Teilnahme

Die Teilnahme an abenteuerinsel.ch wurde von der Mutter initiiert, nachdem sie bei einem Arzt davon vernommen hatte. Zu diesem Zeitpunkt hatte sie gerade aufgehört zu rauchen und sah daher in dem Projekt eine gute Gelegenheit, den bereits begonnenen Rauchstopp im Rahmen dieses Wettbewerbs weiterzuführen. Als abenteuerinsel.ch offiziell mit der Vorbereitungsphase startete, hatte sie jedoch bereits wieder mit dem Rauchen begonnen. Diskussionen über die Teilnahme gab es keine. Es war der Familie nicht klar, dass das Ziel des Projekts eine rauchfreie Familie ist und alle Raucher einen Rauchstopp durchführen sollten. Der Vater unterstützte die Teilnahme seiner Frau am Projekt, machte aber von Anfang an klar, dass er selber mit dem Rauchen nicht aufhören wollte.

### Erwartungen an das Projekt

abenteuerinsel.ch wurde sehr stark als ein Projekt für die Mutter gesehen. Die Mutter hatte keine grossen Erwartungen an das Projekt. Da sie zum Zeitpunkt der Anmeldung rauchfrei war, war ihre Teilnahme insbesondere durch die Aussicht auf den Geldpreis motiviert. Nicht erwartet hatte sie die lange Vorbereitungszeit, in der sich die Teilnehmenden so intensiv mit dem Rauchstopp auseinandersetzen sollten.

### Ablauf der Teilnahme

Die Fragen für die Kinder bearbeiteten die Geschwister entweder alleine oder zusammen mit der Mutter. Die anderen Aufgaben löste die Mutter jeweils alleine. Die Mutter und die Kinder beantworteten die Fragen gleich zu Beginn der Woche. Der Zeitaufwand wurde dabei auf rund zwanzig Minuten pro Woche geschätzt und als angemessen bewertet. Der Vater beteiligte sich nur teilweise am Projekt und sein Interesse daran war mässig.

### Beurteilung von abenteuerinsel.ch

Das Projekt abenteuerinsel.ch wurde von der Familie gemischt beurteilt. *Positiv* wurde von der ganzen Familie die Gestaltung der Plattform abenteuerinsel.ch und insbesondere die interaktiven Elemente der Plattform (Belohnungen, Lagerfeuer) beurteilt. Den Kindern gefiel das Projekt gut und sie fanden die Fragen, die sie beantworten mussten, nicht zu schwierig. Die Raucherin schätzte zudem das Angebot an Informationen der

Medizinfrau und fand die Tipps teilweise hilfreich und umsetzbar im Alltag. Auch der Austausch am Lagerfeuer beurteilte sie positiv, da sie sich dadurch in ihrem Unterfangen nicht so alleine fühlte. Für die Raucherin war auch der in Aussicht stehende Geldpreis ein positives Element des Projekts und sehr motivierend für die Teilnahme. Eher *negativ* wurden von der Mutter die Übungen beurteilt, für die manchmal die Zeit fehlte oder für die die Familie nicht unbedingt der „Typ“ war. Der Inhalt der SMS wurde auch als eher unbefriedigend angesehen, da statt neuen Tipps oder Hinweisen Informationen wiederholt wurden, die man bereits in der Vorbereitungsphase gelesen hatte. Die Familie hatte zudem Mühe mit der Transparenz der Teilnahmebedingungen. So war der Familie zum Beispiel nicht klar, ob und wie am Ende des Projekts verlässlich überprüft wurde, ob die Rauchenden tatsächlich während der Projektlaufzeit nicht geraucht hatten. Auch fanden sie es wunderlich, dass manche Camps auch nach einigen Wochen noch keine einzige Belohnung erhalten hatten, aber anscheinend dennoch am Projekt beteiligt waren. Weiter fanden die Eltern, dass die Aufgaben für den Vater nicht so hilfreich waren, da sie der Tatsache nicht Rechnung trugen, dass er nach wie vor rauchen und dennoch seine Partnerin beim Rauchstopp unterstützen wollte. Die *Technik* der meisten Elemente der Plattform sowie der E-Mail- und SMS-Versand funktionierten gut. Probleme gab es beim Hochladen von Fotos und am Lagerfeuer, wo sich die Schrift teilweise verschob, so dass die Beiträge unleserlich wurden.

#### Optimierungspotenzial und Weiterempfehlung

Beide Elternteile fanden, dass abenteuerinsel.ch verbessert werden könnte, wenn die Teilnahme am Projekt flexibel gestaltet wäre und die Raucher dann einsteigen könnten, wenn sie für einen Rauchstopp wirklich bereit sind. Zudem schätzte die Familie die Rauchstopp-Phase von einem Monat als zu kurz ein. Um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen, müsste das Projekt mindestens ein halbes Jahr lang dauern. Nach einer so langen Zeit würde der Griff nach einer Zigarette eine andere Bedeutung erlangen als nach nur einem Monat. Falls das Projekt ein halbes Jahr dauern würde, müsste das Erledigen der Aufgaben jedoch freiwillig gestaltet sein und das Projekt eine begleitende oder motivierende Rolle einnehmen. Nach Meinung der Mutter fehlte zudem in der Vorbereitungsphase Informationen zu den negativen Veränderungen im Körper (Schwindel, Verstopfung) nach dem Rauchstopp und wie man diesen begegnen kann. Der Vater fand, dass der Preis des Wettbewerbs nicht zwingend ein Geldpreis sein müsste, sondern ebenso gut ein Ausflug oder Ferien mit der Familie sein könnte. Dies würde dazu beitragen, dass man auch später noch positive Erinnerungen mit dem Rauchstopp in Verbindung bringen könnte. Die Familie würde das Projekt motivierten Rauchenden weiterempfehlen, wenn man flexibel einsteigen könnte.

#### Wirkungen des Projekts und Gründe für den Misserfolg

Das Projekt abenteuerinsel.ch hat aus Sicht der Mutter dazu beigetragen, dass die Kinder besser auf den Rauchstopp der Mutter vorbereitet waren und ihre Meinung dazu mit guten Argumenten äussern konnten. Durch das Projekt wurde das Thema Rauchen insbesondere mit den Kindern stärker thematisiert. Abgesehen davon konnten keine weiteren (positiven oder negativen) Wirkungen des Projekts auf die Familie eruiert werden. Der Wissenstand über den Rauchstopp hat sich nach Meinung des Vaters nicht verändert. In seinen Augen braucht es mehr als nur Informationen zur Schädlichkeit des Rauchens, um einen starken Raucher/eine starke Raucherin zum Aufhören zu

bewegen. Entscheidend dafür sind vielmehr der richtige Zeitpunkt, hohe Eigenmotivation und gute Rahmenbedingungen.

Die Raucherin beendete die Teilnahme am Projekt, nachdem sie zwei Tage nach dem Rauchstopp wieder zur Zigarette gegriffen hatte. Grund dafür war aber nicht das Projekt an sich. Vielmehr war es ihrer Meinung nach ein ungünstiger Zeitpunkt, da ihr wegen einer Operation die Möglichkeit fehlte, sich mit anderen Aktivitäten wie zum Beispiel Sport vom Rauchen abzulenken. Gemäss der Tochter war der Grund für den Projektabbruch der Vater, der ja weiterhin rauchte und so den Rauchstopp für die Mutter erschwerte. Das erneute Rauchen der Mutter traf auf Widerstand bei den Kindern, die es schade fanden, dass die Mutter deswegen wieder weniger Zeit für sie hatte.

### Familie D<sup>37</sup>

Familie, die ihre Teilnahme spät abgebrochen hat, mit Mutter als Raucherin. Der Vater ist Ex-Raucher. Die Familie hat das Projekt abenteuerinsel.ch in der siebten Woche abgebrochen.

#### Beschreibung der Familie

Die Familie besteht aus Mutter (im Alter von 25 bis 40 Jahre) und Vater (über 40 Jahre) und drei Kindern im Alter von vierzehn, fünf und vier Jahren. Die Eltern sind beide in der Schweiz geboren. Der Vater hat die Matura und die Mutter eine Berufslehre gemacht. Die Familiensprache ist Schweizerdeutsch. Die rauchende Person in dieser Familie ist die Mutter. Sie raucht seit etwa 17 Jahren und hat bereits mehrere Male mit verschiedenen Hilfsmitteln (Pflaster, Kaugummi) versucht, damit aufzuhören. Bis anhin ist ihr dies jedoch nicht gelungen. Der Vater ist nach langen Phasen des Rauchens und Nichtrauchens nun seit einiger Zeit rauchfrei.

#### Motivation für die Teilnahme

Die Mutter initiierte die Teilnahme am Projekt, nachdem sie ein Inserat in einem Anzeiger gelesen hatte. Diskussionen in der Familie über die Teilnahme oder Widerstand gab es nicht.

#### Erwartungen an das Projekt

Die Mutter war zum Zeitpunkt der Anmeldung sehr motiviert, mit dem Rauchen aufzuhören und erhoffte sich vom Projekt eine Art „Zaubermittel“, welches ihr endlich zu einem nachhaltigen Rauchstopp verhelfen würde. Der Wettbewerb diente ihr als Ansporn, um bei einem solchen Projekt mitzumachen.

#### Ablauf der Teilnahme

Die Mutter las jeweils die Wochenaufgaben und teilte diese dem Ehemann und dem ältesten Sohn mündlich mit. Für die beiden jüngeren Kinder schien es nach Auffassung der Mutter keine altersgerechten Aufgaben zu haben. Stellvertretend für alle Familienmitglieder füllte die Mutter im Anschluss an die Diskussion die Aufgaben auf der Internetplattform aus. Der durchschnittliche Zeitaufwand pro Woche wurde auf ungefähr fünfzehn Minuten geschätzt und als angemessen bewertet.

#### Beurteilung von abenteuerinsel.ch

Das Projekt abenteuerinsel.ch wurde von der Mutter insgesamt als eher unbefriedigend beurteilt. Obwohl sie grundsätzlich die Ausrichtung des Projekts auf eine community *positiv* beurteilte, erachtete sie diese Projektform nicht geeignet für Personen wie sie selber, die ein solches Unterfangen lieber individuell angehen. Für Personen, die den Austausch mit anderen suchen und daraus die Motivation für einen Rauchstopp ziehen können, beurteilte sie die Gestaltung und die technische Umsetzung von abenteuerinsel.ch durchaus als gelungen. Für sich selber jedoch befand sie das Projekt als nicht geeignet und dementsprechend fiel ihre Bewertung des Projekts eher negativ aus. Nach Einschätzung der Mutter war zudem auch das Interesse am Projekt sowie die aktive Unterstützung der nichtrauchenden Familienmitglieder eher gering. Eher *negativ* empfand die Mutter die kontinuierliche Auseinandersetzung mit dem Thema durch die

<sup>37</sup> In dieser Familie wurde auf dringenden Wunsch der Kontaktperson (Mutter) das Gespräch telefonisch mit der Mutter geführt.

Wochenaufgaben oder die täglichen SMS. Dadurch wurde sie immer wieder an das Rauchen erinnert und paradoxerweise wurde ihre Lust auf das Rauchen eher gesteigert als gesenkt. Die *Technik* der genutzten Elemente (E-Mail, SMS-Dienst, Lagerfeuer usw.) funktionierte gut. Die Plattform wurde ausschliesslich von der Mutter genutzt (der Sohn schaute sich die Plattform einmal an, verlor aber danach das Interesse daran). Nebst den Wochenaufgaben verfolgte sie zu Beginn auch hin und wieder die Diskussionen am Lagerfeuer und konsultierte die Tipps der Medizinfrau. Andere Funktionen der Plattform wie das Hochladen von Fotos oder externe Links nahm sie hingegen nicht in Anspruch.

#### Optimierungspotenzial und Weiterempfehlung

Die Mutter würde einen flexiblen Einstieg in das Projekt bevorzugen, da es dadurch den Rauchenden möglich ist, zu dem Zeitpunkt zu profitieren, an dem sie wirklich für einen Rauchstopp bereit sind. Zudem findet sie auch eine Öffnung des Projekts für Einzelpersonen gut, da dadurch auch Personen angesprochen werden, die solche Unterfangen lieber alleine statt im Familienverbund bestreiten möchten. Sie ist zudem der Ansicht, dass mit einer freiwilligen, individuellen Gestaltung der Aufgaben und der Möglichkeit eines sofortigen Rauchstopps ohne Vorbereitungsphase das Projekt für bestimmte Personen optimiert werden könnte. Dies wären Personen die sich nicht in eine feste Struktur einbinden wollen, jedoch auf Unterstützung und Informationen zurückgreifen möchten wenn das Bedürfnis dazu besteht. Die Mutter würde das Projekt anderen Rauchenden weiterempfehlen, wenn es flexibler angelegt wäre und die potenziellen Teilnehmenden besser abschätzen könnten, was auf sie zukommt und ob sich diese Art Projekt für sie eignet.

#### Wirkungen des Projekts

Die Mutter hatte bereits vor dem Projekt einen hohen Wissensstand bezüglich aller Aspekte des Rauchens und hatte nicht das Gefühl, durch das Projekt neue Informationen erhalten zu haben. Auswirkungen des Projekts auf die Stimmung in der Familie oder andere Lebensbereiche hat sie nicht festgestellt. Das Rauchen war bereits vor dem Projekt ein Thema in der Familie; auch in dieser Hinsicht hatte das Projekt keinen nennenswerten Einfluss.

#### Gründe für den Misserfolg

Die Mutter beendete die Teilnahme am Projekt nach einer „schwachen Minute“, in der sie bewusst zu einer Zigarette griff. Einen möglichen Grund für den Misserfolg sieht sie in der Projektanlage, die eine vierwöchige Vorbereitungszeit vorsieht. Diese Zeit wurde von ihr als sehr anstrengend empfunden, da sie sich kontinuierlich mit der Thematik des Rauchens auseinandersetzen musste und nicht einfach ihre Motivation zum Rauchstopp direkt in die Tat umsetzen konnte. Durch diesen Prozess schwand die anfängliche Euphorie während sich zugleich die Lust am Rauchen steigerte.

## A2 QUALITÄTSKRITERIEN FÜR INTERNETBASIERTE RAUCHSTOPP-ANGEBOTE

### DA 2: Qualitätskriterien zur inhaltlichen Bewertung von internetbasierten Rauchstopp-Angeboten

Kriterium	Nähere Beschreibung	Bewertung und konkrete Beispiele von abenteuerinsel.ch	
1. Rät eindeutig und eindringlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören	Die Website beinhaltet klare und gehaltvolle Äusserung(en), dass alle Rauchenden aufhören sollten zu rauchen.	(+)	Implizit durch Hinweise auf gesundheitliche Risiken sowie Abhängigkeit und Rauchstopp in Woche 1 und bei der Medizinfrau (Annahme, dass sich Angemeldete bereits zum Rauchstopp entschieden haben)
2. Rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören	Die Website beinhaltet individualisierte Angaben zum Rauchstopp.	+	Im Rahmen der individuellen Wochenaufgaben
3. Erfasst die Aufhörbereitschaft	Die Website hilft Rauchenden, ihre Aufhörbereitschaft zu erfassen und bietet individualisierte Information basierend auf der Aufhörbereitschaft.	(+)	Wöchentliches Zuversichtsbarometer, bei dem die ganze Familie in einer Skala von 1 bis 10 ihre Zuversicht bezüglich Rauchstopp (Wochen 1–4) bzw. bezüglich Durchhalten des Rauchstopps (Wochen 5–8) bewertet. Gründe sowie Argumente für und gegen das Rauchen (Woche 1: Der Zweifler im Kopf, Woche 3: Gründe für und gegen das Rauchen), <i>keine individualisierten Infos basierend auf Aufhörbereitschaft.</i>
4. Unterstützung anhand von Ausstiegsplänen	Die Website unterstützt die Rauchenden dabei, ein Ausstiegsdatum festzulegen und einen Ausstiegsplan zu erstellen.	+	Das Ausstiegsdatum ist für alle mit dem Tag X gegeben, konkrete Hilfen für die Vorbereitungen werden gegeben, Abschluss eines Nichtrauchervertrags.
5. Bietet angewandte psychologische Beratung an	Die Website bietet kognitive und behaviorale Strategien (Problemlösestrategien, Training von Fertigkeiten), um mit dem Rauchen aufzuhören.	+	Kritische Situationen erkennen und Alternativen suchen (Woche 2 und 3), Wahrnehmungstraining (Woche 2), Rollenspiel „Nein sagen“ (Woche 2), Infos „Konflikte entschärfen“, Familienunterstützung definieren (Woche 3), bewusst atmen (Woche 3), Muskelanspannungs- und entspannungsübungen (Woche 3), Mentaltraining (Woche 4), starke Sätze (Woche 4), Tipps zum Durchhalten (Woche 5), kritische Momente bewusst gestalten (Woche 6), Tipps: nicht wieder mit dem Rauchen anfangen (Woche 8)

6. Beratung leistet soziale Unterstützung	Die Website ermutigt Rauchende in ihren Ausstiegsbemühungen (unterstützende Haltung) und hilft ihnen, soziale Unterstützung in ihrem Umfeld nutzbar zu machen.	+	Motivierende Textstellen, motivierende Sätze per SMS (Wochen 5 und 6), Möglichkeit zum Austausch mit anderen Familien am Lagerfeuer, verstärkte Auseinandersetzung mit dem Thema in der Familie aufgrund der Teilnahme an abenteuerinsel.ch (Konzept).
7. Empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien	Die Website empfiehlt anerkannte Pharmakotherapien und bietet Informationen über deren Anwendung.	-	Aufgrund einer Anfrage wurden Informationen zu Nikotinersatzprodukten am Lagerfeuer gepostet. Keine systematische Information.
8. Arrangiert Follow-up-Kontakte	Die Website benutzt proaktive Strategien, um die Benutzenden zu einem späteren Zeitpunkt zu kontaktieren.	+	Wöchentliche Kontaktierung per E-Mail und Hinweis auf Wochenaufgaben. Follow-up 8 Wochen nach Ablauf der Intervention zur Überprüfung der Nachhaltigkeit des Rauchstopps.
9. Fördert die Motivation durch Betonung der Relevanz eines Ausstiegs	Die Website fördert die Motivation der Rauchenden mit dem Rauchen aufzuhören, indem sie persönliche Risiken des Rauchens und Vorteile eines Ausstiegs anspricht.	+	Informationen zu den Risiken des Rauchens (Woche 1 und bei Medizinfrau), Gründe für und gegen das Rauchen (Woche 3), Informationen dazu, dass sich der Körper rasch erholt (Woche 4), Einfluss des Rauchstopps auf das Familienleben (Woche 7)
10. Fördert die Motivation durch die Betonung von Risiken	Die Website fordert die Rauchenden auf, mögliche akute/unmittelbare und längerfristige negative Konsequenzen des Tabakkonsums zu ermitteln und betont die für den Benutzer/die Benutzerin relevantesten Risiken.	+	Siehe oben Kriterium 9
11. Fördert die Motivation durch Belohnung	Die Website fordert die Benutzenden auf, mögliche Vorteile eines Ausstiegs zu ermitteln.	+	Siehe oben Kriterium 9; zusätzlich Aufforderung zur persönlichen Belohnung sowie Anreiz auf Gewinn des Preises bei Teilnahme an Intervention; wöchentliches Erfolgsprotokoll (ab Woche 5)
12. Fördert die Motivation durch die Thematisierung von Hindernissen	Die Website thematisiert übliche Hindernisse bei einem Ausstieg.	+	Informationen zur Abhängigkeit (Woche 1) und zu schwierigen Situationen (Woche 2), Tipps zum Durchhalten (Woche 5), kritische Momente bewusst gestalten (Woche 6), Informationen zu Rückfällen (Woche 7), Tipps: nicht wieder mit dem Rauchen anfangen (Woche 8)

Legende: + = Kriterium voll erfüllt, (+) = Kriterium teilweise erfüllt, - = Kriterium nicht erfüllt.

Quelle: Bewertung durch die Evaluation und die Projektverantwortlichen anhand Haug, S.; Dymalski, A.; Schaub, M. (2011): Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz. Tabelle 2 S. 5 f. Bewertung von abenteuerinsel.ch durch Interface und Ergänzung der konkreten Beispiele durch die Projektleitung.

## DA 3: Qualitätskriterien zur Einhaltung ethischer Richtlinien von internetbasierten Rauchstopp-Angeboten

Kriterien	Bewertung	Konkret bei abenteuerinsel.ch
1. Anbieter/-in ist identifizierbar (Impressum).	+	Impressum und Startseite
2. Das Angebot ist transparent/verständlich.	(+)	Unklarheit herrschte z.T. bei den Teilnahmebedingungen zum Wettbewerb: Es war nicht allen Teilnehmenden bewusst, dass nicht nur jemand aus der Familie, sondern alle Rauchenden, die sich als solche registrierten, mit dem Rauchen aufhören mussten.
3. Es erfolgt eine Auskunft über fachspezifische Kompetenzen der Anbieter/-in.	(+)	Projektinformationen/Impressum (bei der Medizinfrau) mit Verlinkung auf die Website der Organisationen
4. Bei kostenpflichtigen Angeboten: Auskunft über Kosten ist vorhanden.	entfällt	
5. Bei Beratung per E-Mail: Angaben über Antwortfristen sind vorhanden.	+	Bei Kontaktformular Medizinfrau: Antwort innerhalb von 2 Arbeitstagen
6. Hinweise auf lokale Angebote von Beratungsstellen sind vorhanden.	+	Bei Medizinfrau: Links zu Beratung, Broschüren, Infos
7. Falls notwendig: Gewährleistung von Vertraulichkeit und Schweigepflicht ist gegeben.	+	Datenschutz hinsichtlich Verwendung der erhobenen Daten
8. Hinweis, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann, ist vorhanden.	-	
9. Information, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps (eher) ein Arzt konsultiert werden sollte, ist vorhanden.	-	
10. Information zur Schädlichkeit des Passivrauchens ist vorhanden.	+	Infos zum Passivrauchen und zum rauchfreien Wohnraum (Woche 1 und bei Medizinfrau)

Legende: + = Kriterium voll erfüllt, (+) = Kriterium teilweise erfüllt, - = Kriterium nicht erfüllt.

Quelle: Bewertung durch die Evaluation und die Projektverantwortlichen anhand Haug, S.; Dymalski, A.; Schaub, M. (2011): Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz. S. 7.

### A3 FREITEXTANGABEN AUS DEN ONLINE-BEFRAGUNGEN

#### DA 4: Freitextangaben mit Bezug auf technische Probleme

Was hat nicht funktioniert?
Bilder uploaden
Anmeldung, Codewort klappte zuerst nicht, manchmal wurde ein Text im Feld nicht angenommen und musste erneut verfasst werden.
Das hochladen von Fotos klappte bei mir leider nie. :(
Das Raufladen der Fotos. Beim Lagerfeuer gab es oft Überschneidungen des Textes. Zu wenig Textzeichen, um am Lagerfeuer einen Dialog aufzuschreiben.
Generierte E-Mails mangelhafte Formuldarstellungen
Jain manchmal klappte es ganz gut, manchmal verschiebt es die Darstellung und es gibt Texthänger oder das Formular wird nicht abgeschickt.
Gibt es etwas, das ihr uns noch mitteilen möchtet?
Es wäre gut, wenn man eure Seite immer aufmachen kann und eure Mails nicht leer wären; finde es sehr schade, dass wir aus diesem Grund nicht weitermachen konnten, aber trotzdem habe ich sehr viel gelernt und weiss, dass ich so schnell wie möglich ein rauchstopp
Hat euch etwas besonders schlecht gefallen?
Das Lagerfeuer hätte ich mir mit grösserem Fenster für Kommentare und besserer Übersicht (auch für ältere Kommentare) gewünscht. Die Technik hat uns am Anfang fast davon abgehalten wirklich einzusteigen! Es brauchte mehrere Anläufe und Anfragen
Warum habt ihr aufgehört bei abenteuerinsel.ch mitzumachen?
Am 1. Tag haben wir entgegen den Abmachungen kein Mail erhalten, so hatten wir das Gefühl, dass das Ganze nicht seriös sei!
Die Mails kamen ohne Inhalt und konnte die Seite nicht öffnen, deshalb konnten wir auch nicht weitermachen
Leider haben wir zwar immer 5-6 Mails pro Aufgabe bekommen; beim Öffnen war dann aber nix drin!! da konnten wir gar nicht anfangen, und dem nachzugehen weshalb es nicht funktioniert war uns dann zu mühsam, sorry! Kann daher unten nicht alles beantworten!

Quelle: Befragung Interface (t+4 und Abbrecherfragebogen).

## DA 5: Freie Mitteilungen der Abbrecherfamilien

Abbrecherfamilien früh
Es gab auch zuviel Text, zuviel zu lesen. Gut wäre es auch gewesen, wenn bspw. eine Fachperson mit der rauchenden Person am Anfang tel. Kontakt aufgenommen hätte und sie dann bspw. mit SMS weiter begleitet hätte ...
Es wäre gut, wenn man eure Seite immer aufmachen kann und eure Mails nicht leer wären, finde es sehr schade, dass wir aus diesem Grund nicht weitermachen konnten, aber trotzdem habe ich sehr viel gelernt und weiss, dass ich so schnell wie möglich ein rauchstopp
Gute Idee, Umsetzung verbessern
Unsere Kinder waren noch zu jung für die gestellten Aufgaben.
Vielleicht klappt es ein anderes Mal
Abbrecherfamilien spät
Habe bevor die Abenteuerinsel begann mit dem Rauchen aufgehört, dies für 1 Monat, leider habe ich wieder angefangen, wollte dann mit der Abenteuerinsel aufhören. Leider hat das auch nicht geklappt, wahrscheinlich muss ich eben richtig wollen.
Investiert mehr in die Werbung für den nächsten Spielstart! Da nur ca. 50 von möglichen 200 Teilnehmerfamilien angemeldet waren nehme ich an, dass die meisten nicht davon wussten ... Schade!
Schade, dass ich wieder schwach geworden bin -> die Idee war gut und es hat an mir gelegen! Ich werde es wieder versuchen, muss aber dazu bereit sein und nicht unter dem Erwartungsdruck der anderen Familienmitgliedern stehen!

Quelle: Angaben auf die Frage „Gibt es etwas, das ihr uns noch mitteilen möchtet?“ am Schluss des Abbrecherfragebogens.

DA 6: Andere Gründe, um mit dem Rauchen aufzuhören (Freitextangaben  
Woche 3)

Ich tue etwas für die Umwelt und schütze die Passivraucher
Mein Hauptgrund ist, dass meine Tochter nichtrauchende Eltern verdient hat
Ich bin ein Vorbild für meine Kinder und kongruent, wenn ich ihnen mitteile, dass ich nicht möchte, dass sie rauchen
Ich bin endlich den den ich sein möchte: Ein gutriechender Nichtraucher!!!
Ich will einfach nicht mehr abhängig sein von diesem Monster
Meine Kinder
Singen, Atmung, Haut
Ehepartner möchte gar nicht aufhören zu Rauchen nur, Ehefrau, für mich würden diese Fragen zu beantworten also keinen Sinn ergeben. Habe sie einfach so beantwortet, wie ich es tun würde, wenn ich aufhören wollte
Ich bin ein tolles Vorbild für meine Kinder!!! Ist mitunter mein allergrösstes Argument!
Es ist einfach etwas unnötiges, das im Grundsatz gar nichts bringt – alles was das Rauchen zu geben scheint ist auch anders zu erreichen
Ich habe keinen Mundgeruch mehr ...
Ich kann die Vorbildfunktion für meine Kinder ausüben! ... nicht so müde! ... fitter! ...
Ich kann stolz auf mich sein!!! Das Rauchen passt nicht mehr zu mir
Ich kann tagelang Yoga machen, ohne dass mir das Rauchen fehlt, weil ich auf Entzug komme. Ich kann auch Retreats machen, die eine Woche und mehr dauern und wo das Rauchen verboten ist :-)) Ich bin frei und unabhängig von der Zigarette!
Um mein Krankheitsrisiko zu senken
Weniger sinnlose Ausgaben, weniger Nervosität bei Entzug
Ich fühle mich wohler in meiner Rolle als Mutter, der Leidensdruck der Kinder nimmt ab. Es ist auch unglaublich wie viel Geld wir im Monat fürs Rauchen ausgeben (haben wir mal aufgeschrieben und sind sehr erschrocken) und dabei auf andere Sachen verzichten
Ich nerve mich nicht mehr in Restaurants oder beim Besuch auf den Balkon zu müssen.
Ich bin keine Sklavin der Zigaretten-Industrie mehr!
Möchte gerne mal gesunde Kinder zur Welt bringen

Quelle: Angaben von Rauchenden aus zwei Familien, die früh ihre Teilnahme abgebrochen haben sowie aus 14 Familien, die spät ihre Teilnahme abgebrochen haben und aus 14 erfolgreichen Teilnehmerfamilien.

#### A 4 DETAILLIERTE EMPFEHLUNGEN ZUR VERBESSERUNG VON TECHNIK UND INHALT DER PLATTFORM

---

*Technisch* sollten folgende Elemente verbessert werden:

- Das Hochladen von Fotos
- Das Forum am Lagerfeuer (grösseres Fenster, Datumsangaben der Einträge , längerer Verlauf das heisst kein Löschen der alten Einträge )
- Die Kennzeichnung der Camps (Namen der Camps auf der Insel sichtbar eventuell mit Suchfunktion, Unterscheidung aktive und ausgeschiedene Camps)
- Die Navigation generell (beim Zurückgehen auf vorherige Seite kein Verlassen der Plattform mit notwendigem erneuten Login)
- Die Darstellung in den E-Mails (als Bild oft nicht lesbar)
- Die Registrierung (jede E-Mail-Adresse sollte nur einmal zugelassen werden und Mehrfachversand an dieselbe E-Mail-Adresse vermeiden).

Wir empfehlen zudem eine stärkere Automatisierung der Abläufe. Konkret schlagen wir folgende Verbesserungen vor:

- Automatische Prüfung der Anmeldedaten (mindestens ein Elternteil und mindestens ein Kind angemeldet; mindestens ein Raucher/eine Raucherin; alle Rauchenden wollen Rauchstopp durchführen; eindeutige E-Mail-Adresse die funktionsfähig ist)
- Automatisierung der Identifizierung von Abbrecherfamilien und des entsprechenden E-Mailings.

*Inhaltlich* sollten folgende Elemente verbessert werden:

- Die Wochenaufgaben sollten attraktiver gestaltet werden.
- Der persönliche Nutzen des Rauchstopps, insbesondere auch aus finanzieller Sicht sollte prominenter dargestellt werden. Die Ergebnisse der Evaluation weisen auf das starke Motivationspotenzial des Geldpreises im Wettbewerb hin. Da nur eine Familie letztendlich davon profitiert, empfehlen wir, insbesondere gegen Ende der Rauchstopp-Phase, den persönlichen Gewinn durch das Nichtrauchen zum Beispiel durch einen Kostenrechner stärker herauszustreichen.
- Die Aufnahme der nicht erfüllten Kriterien aus den erwähnten Checklisten (vgl. Abschnitt 2.2 sowie DA 2 und DA 3) zur medizinischen Behandlung von Tabakabhängigkeit sollte geprüft werden.

Von den Nutzerfamilien wurden zudem *neue Elemente* angeregt. Aus Sicht der Evaluation sind diese zwar wünschenswert für eine Weiterentwicklung aber optional für den nächsten Schritt der Umsetzung (je nach Ressourcenlage). Folgende neue Elemente wurden vor allem vorgeschlagen:

- Mehr interaktive Elemente wie Spiele und mehr Möglichkeiten für die Nutzenden untereinander zu kommunizieren (z.B. auch die Möglichkeit Neuigkeiten anzeigen zu lassen, ähnlich wie in Facebook)
- Erweiterte technische Möglichkeiten wie das Herunterladen von Apps für Smartphones (z.B. die Liste der Situationen in denen man raucht).

Zum derzeitigen Zeitpunkt ist der positive Effekt des Einbezugs von neuen Elementen auf die Beteiligung und Wirksamkeit von abenteuerinsel.ch nicht beurteilbar und wir empfehlen primär die Optimierung des Bestehenden.

IMPRESSUM

---

Birgit Laubereau, Dr. med. und MPH (Projektleitung)

Birgit Laubereau ist Ärztin mit klinischer Erfahrung im Bereich Innere Medizin und Pädiatrie. 2001 schloss sie den postgradualen Studiengang Master of Public Health mit quantitativ-methodischem Schwerpunkt in München (D) ab. Sie war dann mehrere Jahre mit Design und Koordination verschiedener klinisch-epidemiologischer Studien und der statistischen Analyse der Daten befasst. Von 2004 bis 2008 konzipierte und analysierte sie verschiedene bevölkerungsweite Erhebungen zur Schaffung datenbasierter Grundlagen für Entscheide des bayerischen Gesundheitsministeriums. Seit 2009 ist sie bei Interface hauptsächlich im Bereich Gesundheit tätig.

Andrea Niederhauser, lic. ès lettres und MPH (Projektmitarbeit)

Andrea Niederhauser hat an der Universität Lausanne Religions- und Sozialwissenschaften studiert. Von 2008 bis 2009 bildete sie sich an der Boston University in den USA im Bereich Social and Behavioral Sciences zum Master of Public Health weiter. Anschliessend war sie zwei Jahre lang als Projektmanagerin im Department of Health Policy and Management der Boston University angestellt, wo sie zwei Forschungsprojekte zur Qualitätsverbesserung in Spitälern betreute. Seit 2011 ist sie bei Interface tätig, wo sie vorwiegend an Projekten im Bereich Gesundheit mitarbeitet.

Manuela Oetterli, Dipl. Natw. ETH und MPH (Qualitätssicherung)

Nach Abschluss ihres Studiums als Umweltnaturwissenschaftlerin arbeitete Manuela Oetterli während vier Jahren im Bundesamt für Gesundheit. Dort wirkte sie beim Aufbau der Fachstelle Gesundheit und Umwelt sowie bei der Entwicklung und Implementierung des Aktionsplans Umwelt und Gesundheit mit. Sie verfügt zudem über den didaktischen Ausweis für Biologie- und Umweltlehre und unterrichtet diese Fächer an der Hochschule Luzern. Sie absolvierte das Nachdiplomstudium Master of Public Health. Seit 2002 ist sie bei Interface tätig. Ihr Arbeitsschwerpunkt liegt in den Bereichen Public Health, Umwelt und Verkehr. Sie führt als Projektleiterin Evaluationen von Projekten, Programmen sowie Institutionen durch und hat langjährige Erfahrung als Beraterin bei der Entwicklung und Umsetzung von Strategien und Konzepten. Ab Mai 2011 hat Manuela Oetterli zudem die Leitung des Bereichs Gesundheit inne.

WEITERE INFORMATIONEN

INTERFACE

Politikstudien Forschung Beratung

Seidenhofstr. 12

CH-6003 Luzern

Tel. +41 (0)41 226 04 26

[www.interface-politikstudien.ch](http://www.interface-politikstudien.ch)

PROJEKTREFERENZ

Luzern, 7. Mai 2012

Projektnummer: P11-32