



Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel

Schlussevaluation des Projekts smokeeffects

(Periode Januar 2006 bis August 2007)

Verantwortlich

Paola Coda Berteza, Lic. phil I, MPH

Elisabeth Zemp Stutz, PD Dr. med., MPH

Basel, August 2007

Inhaltsverzeichnis

1	Gegenstand und Ziele der Schlussevaluation.....	1
2	Methode.....	1
3	Resultate Events smokeeffects	3
3.1	Charakterisierung der Teilnehmerinnen.....	3
3.1.1	Fazit.....	5
3.2	Events, TeilnehmerInnen und Einschätzung der VeranstalterInnen	6
3.2.1	Fazit.....	7
3.3	Akzeptanz und Wirkung der Aging-Bilder	8
3.3.1	Fazit.....	11
4	Resultate der telefonischen Befragung.....	12
4.1	Fazit.....	12
5	Resultate der Nachbefragung bei der Berufsfachschule Gesundheit Baselland	13
5.1	Charakteristika der Teilnehmerinnen	13
5.2	Rauchstatus und Rauchstopp.....	13
5.3	Rauchstopp: was hat geholfen, was kann helfen.....	16
5.4	Rauchstopptraining.....	17
5.5	Fazit.....	19
6	Schlussfolgerung und Empfehlungen.....	20
6.1	Events smokeeffects.....	20
6.2	Rauchstopptraining/Rauchstoppangebot.....	21

1 Gegenstand und Ziele der Schlussevaluation

Das Projekt smokeeffects richtete sich an junge Frauen mit der Zielsetzung, sie für die Zusammenhänge des Rauchens mit Schönheit zu sensibilisieren, über die Auswirkungen des Rauchens auf die Gesundheit und Schönheit zu informieren, ihre Kompetenzen für eine rauchfreie Lebensgestaltung zu steigern und sie zum Nichtrauchen zu motivieren. Hauptbestandteil des Projektes waren Events smokeeffects: an öffentlichen Veranstaltungen wird jungen Frauen mit Hilfe einer Morphing-Software ihr mögliches Aussehen in 30 Jahren als Raucherin resp. als Nicht-Raucherin bildlich dargestellt (Aging-Bilder). Im Anschluss an die Events wurden zwei Mal frauenspezifische Rauchstopptrainings angeboten, die besonders relevante Themen wie Gewichtskontrolle als Rauchmotiv und kritischer Rückfallfaktor, übertriebene Ängste vor einer möglichen Gewichtszunahme, Überbewertung des Schlankheitsideals zuungunsten der Gesundheit, Abgrenzung, Umgang mit Gefühlen und Stimmungsschwankungen berücksichtigten.

Die Schlussevaluation richtet sich nach den Zielen des Projekts smokeeffects: Sie soll die Wirkungen des Projekts überprüfen und dessen Erfolg anhand definierter Wirkungs- und Erfolgsindikatoren untersuchen. Ebenfalls werden Empfehlungen für eine allfällige Weiterführung des Projektes ausgearbeitet.

Die Schlussevaluation bezieht sich auf die Periode von Januar 2006 bis August 2007. Sie liefert eine Abschätzung der Wahrnehmung, der Wirkung und der Akzeptanz der in dieser Periode stattgefundenen 12 Events smokeeffects. Zusätzlich versucht die Schlussevaluation zu eruieren, warum die im Projekt vorgesehenen Rauchstopptrainings nicht zustande gekommen sind und was sich junge Frauen als Rauchstopphilfe wünschen.

2 Methode

Die Evaluation stützt sich auf die Befragung der Teilnehmerinnen und VeranstalterInnen der Events smokeeffects:

- **Befragung Teilnehmerinnen:** Alle Teilnehmerinnen der 12 durchgeführten Events sind anlässlich der Durchführung der Aging-Bilder befragt worden (Fragebogen s. Anhang). Der verteilte Fragebogen erhebt Informationen zu Alter, Geschlecht, Ausbildung, Rauchstatus und zu emotionalen Reaktionen auf die Aging-Bilder.
- **Befragung VeranstalterInnen:** Eine schriftliche Befragung der VeranstalterInnen zielt auf ihre Erfahrungen mit der Intervention hin (Fragebogen s. Anhang).

Alle Fragebogendaten wurden mittels EPI-Info Masken elektronisch erfasst, ins Statistikauswertungsprogramm STATA konvertiert und mit STATA ausgewertet. Die Auswertungen betreffen die im Evaluationskonzept vorgesehenen Wirkungsindikatoren. Diese werden im Ergebnisteil jeweils den zugehörigen Resultaten vorangestellt. Die Daten wurden vorwiegend auf deskriptiver Ebene analysiert.

Da die Rauchstopptrainings nicht zustande kamen, wurden zwei zusätzliche Erhebungen durchgeführt: telefonische Interviews bei Rauchstopptraining-Interessierten sowie eine Schülerinnennachbefragung:

- **Telefonische Interviews:** Um herauszufinden, aus welchen Gründen die vorgesehenen Rauchstopptrainings nicht zustande kamen, wurden 9 Frauen, die am Training Interesse bekundet hatten, dann aber nicht erschienen waren, mittels eines kurzen Gesprächsleitfadens telefonisch befragt. Sie wurden gefragt, ob sie sich an den smokeeffects Anlass und ans Rauchstopptraining (beide lagen 4 Monate zurück) erinnern, warum sie sich für die Infoveranstaltung interessierten, ohne diese später zu besuchen und wie sie ein Rauchstopptraining für junge Frauen organisieren würden (Fragenkatalog s. Anhang). Die Befragungen wurden transkribiert, die Antworten in Kategorien aufgeteilt und analysiert.
- **Schülerinnennachbefragung:** eine Nachbefragung von 319 Schülerinnen und 40 Schülern der Berufsfachschule Gesundheit Baselland wurde durchgeführt. Dies gelang dank der Zusammenarbeit mit den Verantwortlichen für die Gesundheitsförderung an der Schule. Die Nachbefragung bezweckte, folgende Fragestellungen zu beantworten:
 - Was wünschen sich junge Frauen an Unterstützung bei einem Rauchstopp?
 - Welche Angebote würden sie annehmen?
 - Wie würden sie selbst ein Rauchstopp-Angebot gestalten?
 - Was hat Frauen geholfen, mit dem Rauchen aufzuhören?

Der dafür konzipierte Fragebogen (s. Anhang) wurde von der Lehrperson in allen Klassen verteilt. Er erhebt Informationen zu Geschlecht, Ausbildung, Rauchstatus, Hilfe beim Rauchstoppversuch, gewünschte Themen, Ort und Dauer eines möglichen Rauchstopptrainings, zur Teilnahmebereitschaft an einem Rauchstopptraining und fragt nach Vorschlägen für ein Rauchstoppangebot. Um soziale Erwünschtheit bei den Befragten zu vermeiden, bekamen die Lehrpersonen eine Anleitung zur Durchführung der Befragung, die unter anderem den Vermerk enthielt, die Schüler/innen darauf hinzuweisen, dass es keine richtige und falsche Antworten gibt und dass die Befragung anonym verläuft. Alle Fragebogendaten wurden mittels EPI-Info Masken elektronisch erfasst, ins Statistikauswertungsprogramm STATA konvertiert und mit STATA ausgewertet. Die Daten wurden vorwiegend auf deskriptiver Ebene analysiert.

3 Resultate Events smokeeffects

3.1 Charakterisierung der Teilnehmerinnen

Insgesamt haben 953 Frauen aus der Zielgruppe der 15-25-Jährigen an den 12 durchgeführten Events smokeeffects teilgenommen. Die folgenden Auswertungen beziehen sich ausschliesslich auf diese Projektzielgruppe, wobei auch die 14-Jährigen einbezogen wurden, da sie möglicherweise denselben Jahrgang wie die 15-Jährigen haben.

Alter der Teilnehmerinnen

Die grosse Mehrheit (76%) der Zielgruppe ist jünger als 20, wobei sich am häufigsten Frauen der Altersklassen 16, 17 und 18 Jahre abbilden liessen. Dies ist darauf zurückzuführen, dass sehr oft Schulklassen an smokeeffects teilnahmen.

Alter (J)	Anzahl	Prozent
14	70	7
15	114	12
16	153	16
17	191	20
18	141	15
19	78	8
20	66	9
21	52	5
22	28	3
23	28	3
24	15	1
25	17	1
Total	953	100

Ausbildung der Teilnehmerinnen

Über 90% der Teilnehmerinnen sind aktuell in Ausbildung, entweder voll- oder teilzeitlich. Lediglich 7% sind voll berufstätig.

Ausbildung	Anzahl	Prozent
In Ausbildung	519	54
Teils berufstätig, teils in Ausbildung	338	35
Voll berufstätig	70	7
Hausfrau	4	1
Arbeitslos	17	2
Keine Angaben	5	1
Total	953	100

Rauchstatus

Fast die Hälfte der Zielgruppe (42%), die sich abbilden liess, besteht aus aktuellen Raucherinnen, 19% sind ehemalige Raucherinnen und 38% haben nie geraucht.

Rauchstatus	Anzahl	Prozent
Nie geraucht	365	38
Ab und zu geraucht, jetzt aber nicht mehr	133	14
Früher regelmässig geraucht, jetzt aber nicht mehr	50	5
Rauche gelegentlich, weniger als eine Zigarette am Tag	100	11
Rauche regelmässig	296	31
Keine Angaben	9	1
Total	953	100

Anzahl täglich gerauchter Zigaretten

Ein Viertel der 296 regelmässigen Raucherinnen gibt an, täglich weniger als 10 Zigaretten zu rauchen, die Hälfte raucht 10 bis 20 Zigaretten und 1% mehr als ein Päckchen. Der Prozentsatz der Frauen, welche diese Frage nicht beantwortet haben, ist aber mit 23% sehr hoch. Es lässt sich nicht sagen, ob die Befragten diese Antwort nicht geben wollten, ob sie diesen Frageteil übersehen haben, oder ob es ihnen Schwierigkeiten bereitet hat, einen Durchschnittswert anzugeben, weil beispielsweise die Zahl der gerauchten Zigaretten stark schwankt.

Anzahl Zigaretten	Anzahl Frauen	Prozent
1	1	0
2	6	2
3	12	3
4	10	3
5	30	8
6	17	4
7	12	3
8	10	3
9	5	1
10	62	16
11	3	1
12	15	4
13	1	0
14	2	1
15	29	7
16	3	1
17	3	1
18	2	0
20	59	15
22	1	0
25	3	1
26	1	0
30	2	0
31	1	0
34	1	0
Keine Angaben	69	26
Total	296	100

Rauchstoppversuch

Die grosse Mehrheit der aktuellen Raucherinnen hat bereits Rauchstoppversuche hinter sich (66%), 33% sogar mehrere.

Rauchstoppversuch	Anzahl	Prozent
Nie	111	28
Ja, einmal	131	33
Ja, zweimal	60	15
Ja, mehrmals	71	18
Keine Angaben	23	6
Total	296	100

Rauchstoppwunsch

Über ein Drittel der aktuellen Raucherinnen (36%) möchte spätestens im nächsten halben Jahr mit dem Rauchen aufhören, 8% in den nächsten vier Wochen. Fast die Hälfte der Teilnehmerinnen (42%) macht sich hingegen keine Gedanken über einen Rauchstopp.

Rauchstoppwunsch	Anzahl	Prozent
Ich mache mir keine Gedanken, mit Rauchen aufzuhören	165	42
Ich möchte im nächsten halben Jahr aufhören	143	36
Ich möchte in den nächsten vier Wochen aufhören	34	8
Ich habe vor weniger als 6 Monaten aufgehört	1	0
Ich rauche nicht mehr, möchte nicht rückfällig werden	32	1
Keine Angaben	50	13
Total	296	100

Rauchen und Attraktivität

Die grosse Mehrheit der Zielgruppe findet bereits vor dem Aging Bild, dass das Rauchen die Schönheit ruiniert (84%) und nicht attraktiv macht (84%).

3.1.1 Fazit

Die Frauen aus der Zielgruppe, die sich agieren liessen, decken ein breites Spektrum bezüglich Alter, Ausbildungen, Rauchstatus, Rauchstoppmotivationen und –versuche ab. Der Raucherinnenanteil ist in dieser Stichprobe im Vergleich zu gleichaltrigen Frauen in der Schweizer Bevölkerung relativ hoch. Zwei Drittel der aktuellen Raucherinnen haben bereits Rauchstoppversuche hinter sich, ein Drittel sogar mehrere. Gut ein Drittel möchte spätestens im nächsten halben Jahr mit dem Rauchen aufhören.

3.2 Events, TeilnehmerInnen und Einschätzung der VeranstalterInnen

<i>Projektziele</i>	<i>Wirkungsindikatoren</i>
<i>Junge Frauen werden für den Zusammenhang Rauchen und Schönheit sensibilisiert.</i>	<i>Vom Januar 2006 bis Juli 2007 finden 10 Events statt. Pro Event werden mind. 30 Teilnehmerinnen (der Zielgruppe) und mind. 30 Zuschauerinnen für den Zusammenhang Rauchen und Schönheit sensibilisiert.</i>
<i>Junge Frauen werden über die geschlechtsspezifischen Schönheits- und Gesundheitsrisiken informiert.</i>	<i>Mindestens 300 Teilnehmerinnen werden persönlich beraten. Mindestens 600 Broschüren werden verteilt.</i>

Die folgende Tabelle zeigt die Anzahl der TeilnehmerInnen insgesamt an smokeeffects und die Anzahl der Frauen aus der Zielgruppe, die sich an den zwischen Januar 2006 und August 2007 stattgefundenen 12 Events abbilden liessen.

Event	Ort	Zeit	Anzahl TeilnehmerInnen	Teilnehmerinnen aus der Zielgruppe	Teilnehmerinnen aus der Zielgruppe pro Tag*
Mustermesse (MUBA)	Basel	17-26.2.2006	511	403	40
Gewerbeschule BBZ	Grenchen	9.3.2006	50	50	50
Weltasthma-Aktionstag	Landesmuseum ZH	3.5.2006	19	8	8
Welttag ohne Tabak	Inselspital in Bern	31.5.2006	32	12	12
Berufsfachschule Gesundheit	Münchenstein	18-22.9.2006	253	202	40
Aktionstag Buchholz	Glarus	26.9.2006	15	8	8
Vorfeld der Miss-Zentralschweiz-Wahl	Bahnhof Luzern	15.5.2007	53	49	49
Miss-Zentralschweiz-Wahl	Casino Zug	19.5.2007	25	20	20
Disco-Betrieb Voltahalle	Basel	27.5.2007	28	23	23
Welttag ohne Tabak	Stadt Bern	29-30.5.2007	99	85	42
Welttag ohne Tabak	Spiez, geschlossener Rahmen	31.5.-1.6.2007	86	73	36
Aarau eusi gsund Stadt	Aarau	2.6.2007	34	20	20
Total			1205	953	

* es ist hier zu berücksichtigen, dass die Dauer der einzelnen Events (Anzahl Std./Tag) sehr unterschiedlich war.

Insgesamt liessen sich 1'205 Personen abbilden und füllten den Fragebogen aus: 953 Frauen im Alter zwischen 15 und 25 Jahren und 148 Frauen, die älter bzw. jünger als die vorgesehene Zielgruppe waren, sowie 104 Männer; 21 Personen machten keine Angaben zu ihrem Geschlecht. Zusätzlich füllten 526 ZuschauerInnen, die die Aging-Bilder nicht selber machen liessen, den Fragebogen aus.

Ein grosser Anteil Frauen aus der Zielgruppe wurde beim Event an der MUBA erreicht: während des 10-tägigen Einsatzes der Lungenliga beider Basel wurden 356 Frauen aus der Zielgruppe abgebildet. In den Schulen erreichte smokeeffects ebenfalls viele junge Frauen: in der Gewerbeschule Grenchen wurden 50 junge Frauen abgebildet, in der Gesundheitsfachschule Münchenstein 202. Die Einsätze bei den nicht auf junge Frauen fokussierten Anlässen waren hingegen weniger erfolgreich: während des eintägigen Einsatzes wurden in Aarau 17 Frauen aus der Zielgruppe abgebildet, am Inselspital Bern waren es 11, im Landesmuseum Zürich lediglich 7, am Aktionstag Buchholz in Glarus 2.

Interessanterweise waren die Events zum Welttag ohne Tabak unterschiedlich erfolgreich: während am Inselspital in Bern nur 11 Frauen aus der Zielgruppe abgebildet wurden, waren es sowohl in Spiez als auch in Bern ein Jahr darauf 36 bzw. 41 pro Tag. Bei den letzten beiden Anlässen waren jedoch Schulklassenbesuche fest eingeplant.

Ebenfalls bemerkenswert ist die höhere Teilnahme an smokeeffects im Vorfeld der Miss-Zentralschweiz-Wahl im Vergleich zum Wahlabend selbst. Obwohl die Anlässe zum gleichen Thema organisiert wurden, war die jeweilige Durchführung sehr unterschiedlich: in Luzern sprachen die 11 Miss-Finalistinnen im Shopping-Center des Bahnhof sous-sol junge Frauen auf smokeeffects an, verteilten ihnen „make-up your mind“-Flyer und schickten sie zum smokeeffects-Stand. In Zug wurden die Besucherinnen der Miss-Wahl hingegen nicht direkt angesprochen, sondern sie konnten sich im Rahmen der Veranstaltung abbilden lassen.

Laut Erfahrung der VeranstalterInnen fanden längere persönliche Beratungen selten statt. Einerseits war es an öffentlichen Anlässen nicht möglich, bei einem grossen Durchlauf von Personen, vertiefte individuelle Beratungen durchzuführen. Einzelgespräche fanden eher selten statt, es wurden Informationen in Kleingruppen vermittelt und Broschüren verteilt (insgesamt über 3'000). Andererseits erfolgten auch in den Schulen keine Einzelgespräche, sondern Kleingruppengespräche und das Thema Rauchen wurde im Unterricht vor- und nachbesprochen.

3.2.1 Fazit

Die über die ganze Projektdauer angestrebte Gesamtanzahl an Teilnehmerinnen und Zuschauerinnen ist bei Weitem übertroffen worden. Smokeeffects erreicht die vorgesehene Zielgruppe am besten in Schulen und bei öffentlichen Anlässen, z.B. Messen, die von Schulklassen besucht werden. Auch die direkte Ansprache der Frauen der Zielgruppe durch gleichaltrige Frauen scheint erfolgsversprechend zu sein. Der Einsatz von smokeeffects in Discobetrieben bzw. im Setting Ausgang/Nachtleben müsste noch weiter untersucht werden. Hingegen scheint smokeeffects an allgemeinen Veranstaltungen, die ein junges Publikum nicht speziell ansprechen, die Zielgruppe kaum zu erreichen.

Die in der Zielsetzung formulierte persönliche Beratung am Stand erfolgte nur vereinzelt, hingegen wurden zahlreiche Broschüren verteilt und smokeeffects gab mehrmals Anlass, über das Rauchen in Schulklassen zu informieren und zu diskutieren.

3.3 Akzeptanz und Wirkung der Aging-Bilder

<i>Projektziele</i>	<i>Wirkungsindikatoren</i>	<i>Evaluationsmethode</i>
<i>Junge Frauen werden von smokeeffects emotional stark angesprochen.</i>	<i>70% der Teilnehmerinnen fühlen sich von der Darstellung angesprochen.</i>	<i>Fragebogen Teilnehmerinnen (SE-T: Frage 10) und Fragebogen VeranstalterInnen (SE-V: Frage 6, 7)</i>
<i>Junge Frauen finden smokeeffects glaubwürdig und persönlich wichtig.</i>	<i>70% der Teilnehmerinnen schätzen die bildliche Darstellung als realistisch ein.</i>	<i>Fragebogen Teilnehmerinnen (SE-T: Frage 11)</i>

Die folgende Tabelle zeigt, dass praktisch die Hälfte der Teilnehmerinnen sich von den Aging-Bildern sehr angesprochen fühlte (54%, wenn „keine Angaben“ von der Auswertung ausgeschlossen werden), weitere 31% ein wenig, 6% gar nicht. Die bildliche Darstellung fanden 44% (bzw. 51% bei Ausschluss von „keine Angaben“) sehr schockierend, was dafür spricht, dass sie starke emotionale Reaktionen hervorrief. Ebenfalls auf eine starke emotionale Wirkung deutet die Aussage von 42% der Teilnehmerinnen, die die bildliche Darstellung als abstossend empfanden. Für ein Drittel war sie hingegen sehr witzig.

„Realistisch“ und „übertrieben“ stehen praktisch komplementär zueinander: 23% empfanden die Aging-Bilder sehr realistisch und 30% hielten sie für gar nicht übertrieben. Demgegenüber stehen 11% der Personen, die die Darstellung als sehr übertrieben und 9%, die sie als gar nicht realistisch einschätzten.

Mit 12 bis 22% ist der Prozentsatz der Teilnehmerinnen, welche die unterschiedlichen Fragen zur Wirkung der Aging-Bilder nicht beantwortet haben, relativ hoch. Da der Prozentsatz der Missings für die vorhergehenden und nachfolgenden Fragen entscheidend kleiner ist, sind die fehlenden Antworten wahrscheinlich so zu interpretieren, dass diese Teilnehmerinnen die Wirkung der Aging-Bilder nicht beschreiben konnten oder wollten.

Die bildliche Darstellung hat... bzw. Ich fand die bildliche Darstellung..... (N=472)	Sehr % *	Ein wenig %	Gar nicht %	Weiss nicht %	Keine Angaben %
mich angesprochen	48 (54)	31	6	3	12
schockierend	44 (51)	30	9	3	14
auf mich abstossend gewirkt	42 (54)	21	11	4	22
witzig	33 (38)	29	22	2	14
neue Informationen vermittelt	32 (37)	44	8	2	14
realistisch	23 (27)	51	9	4	13
übertrieben	11 (13)	35	30	7	17

* In Klammer: %-Anteil ohne „keine Angaben“

Bis auf wenige Ausnahmen fanden die VeranstalterInnen, dass die Aging-Bilder eine sehr gute Möglichkeit darstellten, um junge Frauen für den Stand zu interessieren. Manche behaupteten sogar, smokeeffects wirke wie ein Magnet. Die Mehrheit fand die Events sehr geeignet, um junge Frauen zu sensibilisieren und zu informieren. Die Teilnehmerinnen seien von smokeeffects emotional sehr betroffen, als Reaktion käme sehr oft Lachen, manchmal Betroffenheit/Sprachlosigkeit und seltener Irritation.

Vergleich der Reaktionen auf die Bilder von Nicht-Raucherinnen und Raucherinnen mit unterschiedlicher Rauchstoppmotivation

Die grösste Resonanz auf die Bilder kam von den Raucherinnen, die in den nächsten vier Wochen mit dem Rauchen aufhören möchten, gefolgt von den Nicht-Raucherinnen und den Raucherinnen, die in den nächsten 6 Monaten aufhören möchten, und schliesslich von denjenigen, die sich keine Gedanken darüber machten.

Der Unterschied zwischen den Subgruppen ist noch klarer bezüglich der Aussage „ich fand die bildliche Darstellung schockierend“: die grosse Mehrheit der Raucherinnen mit der höchsten Rauchstoppmotivation fand sie schockierend; dies war bei Raucherinnen mit der mittleren Rauchstoppmotivation und bei Nicht-Raucherinnen weniger der Fall, und noch seltener bei Raucherinnen mit der niedrigsten Rauchstoppmotivation.

Ebenfalls hatten die Aging-Bilder den grössten Realitätsbezug für die Nicht-Raucherinnen, danach kamen die Raucherinnen mit der höchsten Rauchstoppmotivation, die Raucherinnen mit der mittleren Rauchstoppmotivation und schliesslich diejenigen, die sich keine Gedanken darüber machen.

Rauchstoppmotivation (n=472)	Bildliche Darstellung		
	Hat mich sehr angesprochen (%)	Fand ich sehr schockierend (%)	Fand ich sehr realistisch (%)
Ich mache mir keine Gedanken, mit dem Rauchen aufzuhören	40	35	17
Ich möchte im nächsten halben Jahr aufhören	48	55	25
Nicht Raucherinnen	58	54	30
Ich möchte in den nächsten vier Wochen aufhören	63	79	28

Einstellungsänderung und Handlungsbereitschaft in Richtung Rauchstopp

Projektziele	Wirkungsindikatoren	Evaluationsmethode
<i>Die Einstellung junger Frauen zum Rauchen ändert sich.</i>	<i>Die Intervention regt 70% der Teilnehmerinnen zum Nachdenken an.</i>	<i>Fragebogen Teilnehmerinnen (SE-T: Frage 11) und Fragebogen VeranstalterInnen (SE-V: Fragen 6 und 8)</i>
<i>Die Handlungsbereitschaft junger Frauen zugunsten des Nichtraucherens wird erhöht.</i>	<i>50% der Raucherinnen erhöhen die Motivationslage (nach Prochaska) zum Rauchstopp.</i>	<i>Fragebogen Teilnehmerinnen (SE-T: Frage 10) und Fragebogen VeranstalterInnen (SE-V: Frage 8)</i>

Ein Viertel der Raucherinnen wurde durch smokeeffects stark motiviert, mit dem Rauchen aufzuhören, ein Drittel ein wenig. Über ein Drittel wurde stark, gut 40% ein wenig zum Nachdenken animiert.

Die bildliche Darstellung hat mich (nur für aktuelle Raucherinnen N=396)	Sehr * %	Ein wenig %	Gar nicht %	Weiss nicht %	Keine Angaben %
zum Nachdenken angeregt	38 (42)	41	9	2	10
motiviert, mit dem Rauchen aufzuhören	25 (29)	33	21	7	14

* In Klammer: %-Anteil ohne „keine Angaben“

Die bildliche Darstellung hat vor allem solche Raucherinnen zum Rauchstopp animiert, die dies bereits vor der Intervention vor hatten, und speziell diejenigen, die kurzfristig aufhören wollten. Viel bescheidener hingegen ist die Wirkung der Bilder auf die Rauchstoppmotivation derjenigen Raucherinnen, die sich keine Gedanken machen, mit dem Rauchen aufzuhören.

Die bildliche Darstellung hat mich motiviert, mit dem Rauchen aufzuhören (nur für aktuelle Raucherinnen)	Sehr %	Ein wenig %	Gar nicht %	Weiss nicht %
Ich mache mir keine Gedanken, mit dem Rauchen aufzuhören (N=146)	8	38	42	12
Ich möchte im nächsten halben Jahr aufhören (N=122)	36	46	9	7
Ich möchte in den nächsten vier Wochen aufhören (N=30)	77	20	3	0

Ausserdem schätzt die grosse Mehrheit der VeranstalterInnen die bildliche Darstellung nur als „ein wenig“ nützlich ein, um junge Frauen zum Nachdenken und zum Aussteigen zu bewegen.

Weiterempfehlung von smokeeffects

Projektziele	Wirkungsindikatoren	Evaluationsmethode
<i>Die Teilnehmerinnen würden smokeeffects weiterempfehlen.</i>	<i>70% der Teilnehmerinnen empfehlen smokeeffects weiter.</i>	<i>Fragebogen Teilnehmerinnen (SE-T: Frage 12)</i>

Die grosse Mehrheit (82%) der TeilnehmerInnen würde einer Freundin empfehlen, sich für die Darstellung der Hautalterung fotografieren zu lassen.

Weiterempfehlung einer Freundin	Anzahl	Prozent
Nein	38	6
Ja	563	82
Weiss nicht	63	9
Keine Angaben	19	3
Total	683	100

Die VeranstalterInnen von smokeeffects in Schulen, in der Disco und an öffentlichen Anlässen, die von Schulklassen besucht wurden, würden den Einsatz von smokeeffects weiterempfehlen. Diejenigen von anderen Anlässen sind der Meinung, smokeeffects sei eher an Veranstaltungen mit jungen Frauen als Zielpublikum einzusetzen.

3.3.1 Fazit

Die TeilnehmerInnen und die VeranstalterInnen sind sich einig, dass die Aging-Bilder junge Frauen sehr ansprechen und bei ihnen starke Emotionen hervorrufen, obwohl diese die Bilder oft nicht als sehr realistisch einschätzen. Besonders angesprochen werden diejenigen Frauen, die eine hohe Rauchstoppmotivation haben.

Es bleibt hingegen fraglich, ob smokeeffects einen klaren Impact auf die Änderung der Einstellung und Handlungsbereitschaft zum Rauchstopp hat. Die Aging-Bilder scheinen eher eine bereits bestehende Rauchstoppmotivation zu verstärken, als sie wirklich auszulösen.

Die Frauen, die sich abbilden liessen, wie auch die VeranstalterInnen der Anlässe mit jungen Frauen als Zielpublikum würden smokeeffects klar weiterempfehlen.

4 Resultate der telefonischen Befragung

Keiner der zwei vorbereiteten Rauchstopptrainings fand statt, obwohl für die Kurse während der Events smokeeffects und danach geworben wurde. Sehr viele junge Frauen bekundeten nach den Aging-Bildern grosses Interesse, aber am Informationsabend erschien keine von ihnen. Um das Rekrutierungspotential der Events zu verbessern, versuchte die Lungenliga in der Folge, mit der Berufsfachschule Gesundheit Münchenstein diesbezüglich zusammen zu arbeiten. Trotzdem blieb auch dieser besser eingebettete und vorbereitete Versuch erfolglos. Obwohl die Events smokeeffects die jungen Frauen emotional ansprechen, genügen sie offenbar nicht, diese zu veranlassen, den Schritt in Richtung Rauchstopptraining auch zu machen. Es ist denkbar, dass die Rauchstoppmotivation der jungen Frauen nicht ausreicht, um einen Rauchstoppversuch zu unternehmen, oder aber auch, dass das angebotene Gruppentraining nicht die gewünschte Form für sie ist. Um dieser Frage nachzugehen, wurden diejenigen 9 junge Frauen zwischen 16 und 24 Jahren befragt, die sich im Anschluss an das smokeeffects Event in der Berufsfachschule in Münchenstein für einen Rauchstoppkurs interessiert hatten, ohne später an der Infoveranstaltung teilzunehmen.

Alle Frauen konnten sich an den smokeeffects Anlass, der 4 Monate zurück lag, erinnern. Hingegen erinnerten sich nur 2 von 9 an das angebotene Rauchstopptraining, das ebenfalls 4 Monate zurück lag; weitere 2 hatten noch eine sehr vage Erinnerung und 5 keine. Obwohl sich die Mehrheit nicht mehr an das Rauchstopptraining erinnerte, versuchten doch alle, den Grund ihres Nichterscheinens zu erklären. Es scheint, dass die Rauchstoppmotivation grossen Schwankungen unterliegt: 6 Frauen antworteten nämlich, irgendwie mit dem Rauchen aufhören zu wollen, dass aber, wenn es darauf ankäme, etwas Konkretes zu unternehmen, der Wille wieder sinke: *„Ich weiss nicht, warum ich nicht gekommen bin. Im ersten Moment tönt es gut, mit dem Rauchen aufzuhören; aber dann, wenn man wirklich muss, hat man keine Lust mehr zum Aufhören (L., 20J)“* *„Man denkt, jetzt ist es fertig mit Rauchen und im nächsten Moment sieht es dann schon wieder ganz anders aus (F., 22J)“*.

Ebenfalls scheint es für 3 Frauen eine Frage des richtigen Zeitpunktes zu sein: *„Ich muss den richtigen Zeitpunkt finden, denn ich möchte schon irgendwann aufhören (F., 22J)“*. 3 Frauen nannten Stress- und Zeitprobleme als Hindernis, eine hatte fast aufgehört und war der Meinung, sie würde es auch alleine schaffen, eine sagte, kein Geld für den Kurs zu haben.

Auf die Frage, wie sie selber ein Rauchstoppangebot „auf die Beine stellen würden“, wussten die Frauen keine konkreten Ideen: 3 hatten keine Ahnung, 2 fanden das von der Lungenliga entworfene Konzept gut und die anderen sprachen nicht vom Rauchstoppangebot, sondern eher von Präventionsvorschlägen, wie z.B. rauchfreie Schule, Angst machen mit Gesundheitsfolgen, zu zweit aufhören.

4.1 Fazit

Die Mehrheit der jungen Frauen, die sich für den Rauchstoppkurs interessiert hatte, kann sich nicht mehr an dieses Angebot erinnern. Für viele scheint die inkonstante Aufhörmotivation die Erklärung des Nichterscheinens zu sein, für einige Zeit- und Stressprobleme. Kreative Vorschläge, wie die jungen Frauen mit dem Rauchen aufhören würden, waren in diesen Telefoninterviews nicht zu eruieren.

5 Resultate der Nachbefragung bei der Berufsfachschule Gesundheit Baselland

Eine Nachbefragung von 319 Schülerinnen und 40 Schülern der Berufsfachschule Gesundheit Baselland wurde durchgeführt, um herauszufinden, was sich Jugendliche als Rauchstopphilfe wünschen. Im Folgenden werden die Ergebnisse für die 302 Frauen im Alter von 15-25 Jahren präsentiert.

5.1 Charakteristika der Teilnehmerinnen

Alter

Über die Hälfte der Teilnehmerinnen (60%) ist jünger als 20, wobei nur 5% jünger als 17 sind. 40% der jungen Frauen sind 20 Jahre alt oder älter.

Alter (J)	Anzahl	Prozent
15	1	0
16	14	5
17	52	17
18	70	23
19	41	14
20	53	18
21	30	10
22	22	7
23	7	2
24	3	1
25	9	3
Total	302	100

Ausbildung

Die häufigste Ausbildung (59%) ist diejenige zur „Fachangestellten Gesundheit“. Es folgt die Ausbildung zur Pflegeassistenz (26%) und zur Pflegefachfrau (11%). Praktisch die Hälfte der Teilnehmerinnen befindet sich im 1. Lehrjahr, je um 20% im 2. und 3. Lehrjahr.

5.2 Rauchstatus und Rauchstopp

Markant hoch sind die Prozente der Raucherinnen: über die Hälfte der Teilnehmerinnen (54%) raucht, 11% aber gelegentlich. Lediglich ein Drittel der Befragten hat noch nie geraucht.

Rauchstatus nach Alterskategorie

Mit steigendem Alter nimmt der Anteil der „Nie-Raucherinnen“ sowie derjenigen der „Gelegenheitsraucherinnen“ ab. In den zwei älteren Altersklassen raucht fast die Hälfte regelmässig, hingegen bei den Jüngeren ein Drittel.

Alterskategorien (J) (N=301)	Rauchstatus			
	Nie (N=99)	Früher geraucht (N=37)	Gelegentlich (<1 Zig. pro Tag) (N=34)	Regelmässig (N=131)
	%	%	%	%
15-17	37	14	19	30
18-20	32	11	9	48
21-25	30	14	10	46

Anzahl gerauchter Zigaretten

Nicht nur der Raucherinnen-Anteil sondern ebenfalls die Anzahl gerauchter Zigaretten sind bei diesen Schülerinnen relativ hoch: die Hälfte der Raucherinnen raucht über 14 Zigaretten, fast ein Drittel ein Päckli oder mehr pro Tag.

Anzahl gerauchter Zigaretten	Anzahl	Prozent
1	2	2
2	1	1
3	2	2
4	5	4
5	7	5
6	4	3
7	2	2
8	4	3
9	1	1
10	22	17
12	11	8
14	1	1
15	21	16
17	5	4
18	1	1
20	35	27
25	1	1
30	3	2
Keine Angaben	3	2
Total	131	100

Rauchstoppwunsch

Die Hälfte (53%) der Raucherinnen macht sich keine Gedanken, mit dem Rauchen aufzuhören. Ein weiteres Drittel (38%) möchte im nächsten halben Jahr aufhören, 5% im nächsten Monat.

Die Aufhormotivation steht mit dem Aufh6rversuch im Zusammenhang: je mehr Aufh6rversuche die Frauen hinter sich haben, desto h6her ist ihre Motivationsstufe nach Prochaska.

Aufh6rstatus/Aufh6rversuch (N=153)	ja, mehrmals %	ja, einmal %	nie %	Total %
keine Gedanken aufzuh6ren	39	47	89	57
im n6chsten halben Jahr	56	45	11	38
in den n6chsten 4 Wochen	6	8	0	5
Total	30	35	35	100

Dauer der Aufrechterhaltung des Rauchstopps bei den Raucherinnen

Die Dauer, w6hrend der der Rauchstopp aufrecht erhalten werden konnte, variiert sehr stark: von einem halben Tag bis zu 3 Jahren. 7% haben bis zu einem Tag ohne Rauchen ausgehalten, 42% mehr als einen Tag bis zu einem Monat und 41% 6ber einen Monat bis zu einem Jahr.

Dauer der Aufrechterhaltung des Rauchstopps	Anzahl	Prozent
Anzahl Stunden: 10	2	2
12	1	1
Anzahl Tage: 1	5	4
2	6	5
3	9	8
4	3	3
5	3	3
7	6	5
8	1	1
10	3	3
14	5	4
20	1	1
30	10	9
Anzahl Monate: 2	15	14
3	14	13
4	3	3
5	2	2
6	4	3
7	1	1
8	1	1
9	1	1
12	3	3
Anzahl Jahre: 2	3	3
3	1	1
Keine Angaben	7	6
Total	110	100

5.3 Rauchstopp: was hat geholfen, was kann helfen

Hilfe beim letzten Aufhörversuch

Die grosse Mehrheit (78%) der aktuellen und ehemaligen Raucherinnen hat alleine versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, 13% mit einem Freund/mit einer Freundin, 6% mit dem Partner.

Der eigenen Motivation wird bei Weitem die grösste Bedeutung für den Rauchstoppversuch beigemessen. Die Unterstützung anderer scheint bei einem Viertel der Frauen geholfen zu haben; höchstens 1 von 10 Frauen findet „wenig Stress“, „Informationen“ und „Nikotinersatzpräparate/Medikamente“ eine Hilfe für den Aufhörversuch.

Hilfe für den Aufhörversuch (mehrere Antworten möglich) (N=109)	Anzahl	Prozent
Eigene Motivation	74	75
Unterstützung/Hilfe	24	24
Wenig Stress	12	12
Informationen	11	11
Nikotinersatzpräparate/Medikamente	4	4
Anderes	21	21

Als andere Unterstützungsmöglichkeiten wurden vereinzelt Kaugummi, Süssigkeiten, Sport, Freunde, aber auch gesundheitliche oder finanzielle Probleme genannt.

Mögliche Unterstützung für den Rauchstopp

Raucherinnen und Nicht-Raucherinnen sind sich einig, dass die allergrösste Hilfe für eine gleichaltrige Person, die mit dem Rauchen aufhören will, das „zu zweit aufhören“ ist. Es folgt die „Unterstützung durch eine(n) FreundIn“, die bei über der Hälfte als sehr geeignete Hilfe empfunden wird. Bei allen anderen Formen von Unterstützung zum Rauchstopp scheint eher grosse Skepsis zu herrschen. Interessant ist zu sehen, dass die Nicht-Raucherinnen allen Unterstützungsmöglichkeiten, ausser dem „zu zweit aufhören“, ein höheres Potential beimessen als die Raucherinnen. Als andere Unterstützungsmöglichkeit wird vor allem die eigene Motivation genannt und vereinzelt ebenfalls Sport, Nikotinersatzpräparate und finanzielle Belohnung.

Das Rauchstopptraining wird von lediglich einem Viertel der Raucherinnen (bzw. 29% der Nicht-Raucherinnen) als sehr geeignete Unterstützung betrachtet. Zudem würden nur 12% der Raucherinnen, falls sie mit dem Rauchen aufhören möchten, ein Gruppentraining besuchen, 37% sind unentschieden und die Hälfte (51%) erklärt, sie würde nicht teilnehmen.

Sehr geeignet	Raucherinnen (N=165)	Nicht-Raucherinnen (N=136)
Zu zweit aufhören	63	61
Unterstützung durch FreundIn	55	60
Gruppentraining	19	29
Gespräch mit Profis	14	21
Internet	8	12
Tipps von Profis per SMS	4	5
Tipps von Profis am Telefon	1	2

Altersgruppenspezifische Analysen bezüglich Unterstützung für den Rauchstopp ergeben ein sehr ähnliches Bild für die Raucherinnen der 3 betrachteten Altersklassen (15-17, 18-20, 21-25 J). Allerdings werden Gruppentraining und Gespräch mit Profis von den über 20-Jährigen häufiger als sehr geeignete Hilfe angesehen.

Im Gegensatz dazu scheinen die Frauen, die in den nächsten 4 Wochen mit dem Rauchen aufhören möchten, das Gruppentraining und das Gespräch mit Profis seltener als sehr geeignete Unterstützung anzusehen, sie geben jedoch noch häufiger die Unterstützung von einer/n FreundIn und das „zu zweit aufhören“ überproportional oft als geeignete Hilfe an.

5.4 Rauchstopptraining

Themen für das Rauchstopptraining

Befragt zu Themen, die in einem Rauchstopptraining vorkommen sollten, nennen die Frauen an erster Stelle die Gesundheitsrisiken. Wahrscheinlich widerspiegeln sie hiermit die in den letzten Jahren sehr verbreiteten Gesundheitsbotschaften der Tabakprävention. Von den 5 meist genannten Themen sind sehr „praxis-/problemorientierte“ Bereiche:

- „der Umgang mit dem Stress“
- „der Umgang mit schwierigen Situationen“
- „das Gewicht“

Das Thema Schönheit kommt an dritter Stelle, was sehr wahrscheinlich auf den Einfluss der Events smokeeffects zurückzuführen ist. Im Gegensatz zu den anderen, eher „theoretischen“ Themen, werden die praxisorientierten mehr von den Raucherinnen gewünscht.

Themen für das Rauchstopptraining	Alle Raucherinnen (N=163)	Raucherinnen, die einen Rauchstopptraining besuchen würden (N=19)	Nicht-Raucherinnen (N=136)
Gesundheitsrisiken	66	68	89
Umgang mit Stress	62	68	60
Schönheit	54	42	58
Umgang mit schwierigen Situationen	49	53	42
Gewicht	45	47	36
Abhängigkeit vom Rauchen	45	58	46
Selbstbewusstsein	32	47	44
Beeinflussung von anderen	23	16	27
Angst/Depression	18	26	30
Beziehung/Flirten	16	21	21
Andere Themen	4	5	5

Im Vergleich zu jüngeren Raucherinnen (15-17 und 18-20 J) nennen die älteren (21-25 J) seltener die Abhängigkeit vom Rauchen (35%) als Thema für ein Rauchstopptraining, dafür häufiger den Umgang mit Stress (70%).

Ort für das Rauchstopptraining

Als geeigneter Ort für das Rauchstopptraining wird am häufigsten die Schule genannt, und zwar von praktisch der Hälfte der Stichprobe. Genannt werden von ungefähr einem Fünftel der Frauen der Jugendtreff und die Beratungsstelle für Jugendliche. Andere mögliche Orte werden sehr selten angegeben. Die Reihenfolge der Nennungen ist gleich für Raucherinnen und Nicht-Raucherinnen. Tendenziell messen wiederum die Nicht-Raucherinnen den meisten möglichen Orten eher ein höheres Potential bei als die Raucherinnen. Ein höherer Prozentsatz von Frauen, die bereit wären, ein Rauchstopptraining zu besuchen, sieht zusätzlich zur Schule auch die Beratungsstelle für Jugendliche als geeigneten Ort für das Training an. Altersunterschiede bestehen vorwiegend in der Tatsache, dass ältere Raucherinnen (21-25 J), im Gegensatz zu jüngeren Raucherinnen, die Schule weniger als geeigneten Ort (40%) ansehen, dafür eher die Arztpraxis (20%).

Ort für das Rauchstopptraining	Raucherinnen (N=165)	Raucherinnen, die einen Rauchstopptraining besuchen würden (N=19)	Nicht-Raucherinnen (N=136)
Schule	48	47	48
Jugendtreff	19	16	22
Beratungsstelle für Jugendliche	18	42	20
Fachstelle für das Thema Rauchen	16	5	20
Arzt	15	16	17
Sport/Fitnessclub	8	5	10

Dauer des Rauchstopptrainings

Die Dauer von 8 Stunden pro Monat und eine Kursdauer von 3 Monaten wird von einem guten Drittel der Raucherinnen und von über der Hälfte derjenigen Frauen favorisiert, die einen solchen Kurs besuchen würden, eine Kursdauer von 4 Stunden pro Monat während 3 Monate von einem Drittel der Raucherinnen. Die anderen Möglichkeiten scheinen für wenige Frauen interessant zu sein.

Dauer des Trainings	Raucherinnen (N=165) %	Raucherinnen, die ein Rauchstopptraining besuchen würden (N=19) %
8 Stunden pro Monat für 3 Monate	35	53
4 Stunden pro Monat für 3 Monate	35	32
2 Stunden pro Monat für 3 Monate	15	11
1 Stunde pro Monat für 3 Monate	8	5
Andere Dauer	5	0
Keine Angabe	2	0

Vorschlag für Rauchstoppangebot

Auf die Frage, wie ein passendes Rauchstopp-Angebot für junge Frauen aussehen könnte, gaben zwei Drittel der Schülerinnen keine Antwort. Zusätzlich erklärte ein Viertel der Beantwortenden, keine Ahnung diesbezüglich zu haben. Diese (fehlenden) Antworten signalisieren, dass junge Frauen selber Mühe haben, Rauchstopp-Angebote durchzudenken.

Abgesehen von den Antworten „keine Ahnung“, kommen eher Präventionsvorschläge allgemeiner Art vor: von den meisten Raucherinnen wird vorgeschlagen, die Gesundheitsfolgen des Rauchens lebhaft – d.h. durch Filme oder Besuche bei Lungenkranken - zu zeigen; Belohnungen, Rauchstoppkurse in Gruppe und Sport kommen vereinzelt vor. Obwohl „der eigene Wille“ eigentlich nicht zur gestellten Frage passt, wurde er in einigen Fällen angegeben.

Vorschlag für Rauchstoppangebot	Raucherinnen(N=52) %	Nicht-Raucherinnen (N=52) %
keine Ahnung	13	13
Gesundheitsfolgen des Rauchens aufzeigen, Angst machen (v.a. Lungenkrebs)	12	7
Belohnung (Wettbewerb)	7	-
Eigener Wille als einzige Möglichkeit	6	5
Raucherstopp in der Gruppe	5	10
Sport	4	2
Preiserhöhung	3	4
Selbstbewusstsein aufbauen	1	3
Eltern/ Freunde einbeziehen	-	3
Präventionskampagne/ Wettbewerb mit Preis	2	2

5.5 Fazit

Sowohl der Raucherinnenanteil wie auch die Anzahl der gerauchten Zigaretten ist bei den befragten Frauen sehr hoch. Rauchstoppversuche, auch wenn sie nicht zur Abstinenz führen, scheinen die jungen Frauen in der Rauchstoppmotivation weiterzubringen: da die eigene Motivation eine entscheidende Rolle für den unternommenen Versuch gespielt hat, kann sie wahrscheinlich wieder reaktiviert werden. Zu zweit aufzuhören scheint für die jungen Raucherinnen und Nicht-Raucherinnen am aussichtsreichsten, gefolgt von der Unterstützung durch eine/n Freund/in. Hingegen erscheint ein Rauchstopptraining nicht sehr attraktiv zu sein. Abgesehen vom Thema Gesundheit sollte ein Training den Umgang mit möglichen Problemen, die beim Aufhörversuch entstehen, thematisieren. Als möglicher Rahmen für einen solchen Kurs wird die Schule favorisiert.

Eigene kreative Vorschläge, wie ein Rauchstopp-Angebot aussehen könnte, kommen in der Befragung kaum vor.

6 Schlussfolgerung und Empfehlungen

6.1 Events smokeeffects

Erreichung des Zielpublikums

Die vorgesehene Zielgruppe konnte für die Events smokeeffects gewonnen werden. Die über die ganze Projektdauer angestrebte Gesamtanzahl an Teilnehmerinnen und Zuschauerinnen ist bei Weitem übertroffen worden. Smokeeffects erreichte ein sehr heterogenes Publikum: Frauen unterschiedlichen Alters, mit unterschiedlichen Ausbildungen, Nicht-Raucherinnen und Raucherinnen mit unterschiedlichen Rauchstoppmotivationen und -versuchen.

Zielgruppe und VeranstalterInnen würden smokeeffects einhellig weiterempfehlen.

Smokeeffects erreicht die vorgesehene Zielgruppe am besten in Schulen und bei Anlässen, die von Schulklassen besucht werden. Hingegen scheint smokeeffects an allgemeinen Veranstaltungen, die ein junges Publikum nicht speziell ansprechen, die Zielgruppe kaum zu erreichen. Für Discobetriebe bzw. für das Setting Ausgang/Nachtleben liegen für eine Einschätzung noch zu wenig Informationen vor.

➔ *Für die Durchführung der Events smokeeffects können folgende Veranstaltungsorte empfohlen werden:*

- *Schulen*
- *öffentliche Anlässe, die junge Frauen als Zielpublikum haben oder wo Schulklassenbesuche im voraus geplant werden*
- *in Discobetrieben müsste smokeeffects weiter ausprobiert und evaluiert werden.*

Wirkung

Die Aging-Bilder sprechen junge Frauen sehr an und rufen bei ihnen starke Emotionen hervor. Tendenziell werden sie aber meist nicht als realistisch eingeschätzt und motivieren nur beschränkt zum Aussteigen. Die Reaktion hängt allerdings von der Aufhörmotivation ab: je höher diese ist, desto stärker sprechen die Aging-Bilder an, werden als schockierend empfunden und für realistisch gehalten. Die bildliche Darstellung der Hautalterungsprozesse scheint ausserdem eine grössere Rauchstopp-Motivation für diejenige Hälfte der Raucherinnen auszulösen, die bereits vor hatte, mit dem Rauchen aufzuhören. Bei diesen Raucherinnen scheint deshalb eine gute Chance zu bestehen, dass smokeeffects einen zusätzlichen Motivationsschub in Richtung Rauchstopp bewirken kann.

Die in der Zielsetzung formulierte persönliche Einzelberatung am Stand erfolgte nur vereinzelt oder innerhalb von Kleingruppengesprächen, hingegen wurden zahlreiche Broschüren verteilt und smokeeffects gab mehrmals Anlass, über das Rauchen in Schulklassen zu informieren und zu diskutieren. Der niederschwellige und unverbindliche Zugang zu smokeeffects reicht nicht aus, um junge Frauen für einen höherschweligen und verbindlichen Kurs zu gewinnen.

- ➔ *Smokeeffects sollte als Kontaktmittel angewendet werden, um junge Frauen mit dem Thema Rauchen zu konfrontieren. Um eine nachhaltigere Wirkung in Richtung Rauchstopp zu erreichen, müsste die hervorgerufene emotionale Betroffenheit von zusätzlichen adäquaten Massnahmen (Besprechung, Beratung,...) begleitet werden.*
- ➔ *Das Interventionspotential der Events smokeeffects sollte bei den bereits aufhörmotivierten Frauen mit einem unmittelbar anschliessenden Angebot genutzt werden.*

6.2 Rauchstopptraining/Rauchstoppangebot

Die jungen Frauen konnten für die vorgesehenen Rauchstopptrainings gar nicht gewonnen werden. Die Schwierigkeit der Rekrutierung Jugendlicher (Frauen und Männer) für Raucherentwöhnungsprogramme ist ebenfalls aus der Literatur bekannt: Jugendliche sind sich ihrer Abhängigkeit zu wenig bewusst, überschätzen ihre eigenen Rauchstopp-Fähigkeiten und sind nicht an Aufhörprogrammen interessiert¹. Gemäss einer kürzlich veröffentlichten Studie unternimmt die Mehrheit der Jugendlichen eine Raucherentwöhnung alleine (85%) oder mit Hilfe eines Freundes/in (32%). Aufhörmotivierte scheinen wenig Interesse an Raucherstoppinformationen vom Arzt (12%), der Schule (7%), des Internets (5%) oder aus Broschüren (5%) zu haben². Sowohl die telefonische Befragung wie auch die Nachbefragung bei der Berufsfachschule Gesundheit bestätigen diese Feststellungen: die eigene Motivation und „zu zweit aufhören“ erscheint der Zielgruppe als die bei Weitem grösste Hilfe für den Rauchstopp. Externe Hilfe, u.a. Rauchstopptraining, wird hingegen seltener als mögliche Unterstützung angesehen. Das dürfte auch der Grund sein, warum die Befragten auf keinen kreativen Vorschlag kamen, wie jungen Frauen sonst beim Rauchstopp geholfen werden könnte.

Unsere Daten zeigen zusätzlich, dass die Aufhörmotivation grossen Schwankungen unterliegt. Das mag dazu beitragen, dass verbindliche und langdauernde Kurse kaum Interesse wecken. Nichts desto trotz steigt die Rauchstoppmotivation mit steigender Anzahl erfolgter Rauchstoppversuche: bei vielen jungen Frauen scheint deshalb ein Potential vorhanden zu sein, das mit adäquateren Massnahmen mobilisiert werden dürfte. Als möglicher Rahmen wird von den Frauen selber die Schule

¹ Narring, F., E. Laszlo, et al. (2005). Programme pilote d'aide à la désaccoutumance au tabac chez les jeunes: étude exploratoire.

² Leatherdale, S. T. and P. W. McDonald (2005). "What smoking cessation approaches will young smokers use?" *Addict Behav* 30(8): 1614-8.

favorisiert. Die Literatur zeigt zusätzlich, dass Schulprogramme höhere Aufhorraten aufweisen (17%), speziell wenn psycho-educative Inhalte eingeschlossen werden³.

- ➔ *Junge Frauen sollten über die Tabakabhängigkeit und die Schwierigkeiten und Herausforderungen beim Rauchstopp informiert werden, so dass sie eine realistischere Einschätzung der eigenen Fähigkeiten vornehmen können*
- ➔ *Wettbewerbe, Rauchstopprogramme via Internet und andere Präventionsprojekte sollten gezielt die Möglichkeit aufnehmen „zu zweit aufzuhören“*
- ➔ *Grosse Motivationsschwankungen sollten bei der Konzeption möglicher Rauchstoppangebote berücksichtigt werden. So sollten z.B. hochschwellige und langdauernde Rauchstoppangebote vermieden werden.*
- ➔ *Möglichkeiten von Rauchstoppangeboten im Schulrahmen sollten überprüft werden.*

³ Sussman, S. (2002). "Effects of sixty six adolescent tobacco use cessation trials and seventeen prospective studies of self-initiated quitting." Tobacco induced diseases 1(1): 35-81.