

feelok - wie sich das Projekt und Internetprogramm zwischen 1999 und 2005 entwickelt hat

Erfahrungsbericht

Juli 2006



Herzlichen Dank für die finanzielle Unterstützung...

Tabakpräventionsfond (Bundesamt für Gesundheit)
Bundesamt für Sport - EHSM / Ressort Bewegung und Gesundheit
„bildung + gesundheit“ - Netzwerk Schweiz
Krebsliga Zürich
Baugartenstiftung

Herzlichen Dank für die Unterstützung (Periode 1999-2005) an...

Dorothee Alb, Georg Bauer, Christoph Bertschinger, Peter Blatter, Katja Ceesay, Kees DeKeyzer, Alain Dössegger, Thomas Gehring, Felix Gutzwiller, Ute Herrmann, Tina Hoffmann, Beat Hess, Sidonja Jehli, Doris Kuhness, Roland Kyburz, Martin Jeker, Gerda Jimmy, Urs Peter Lattmann, Walter Kern, Brian Martin, Eva Martin, Anita Märki, Pascale Mühlemann, Evelyne Padlina, Christian Schwendimann, Jacqueline Sidler, Bertino Somaini, Roland Stähli, Thomas Suter, Vigeli Venzin, Roland Wittwer, Barbara Zumstein und allen anderen...

Über den Autor des Berichtes

Der Autor des Berichtes, Jahrgang 1970, ist seit 1997 wissenschaftlicher Projektleiter am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich. Seit 1999 ist er für die Entwicklung, Implementierung und Evaluation von feelok zuständig. Seit 1998 arbeitet er zusätzlich an einer Informatikschule und ist da - im Bereich Erwachsenenbildung - zuständig für die Lehre der Techniken zur Konzeptualisierung und Entwicklung von datenbankbasierten multimedialen Websites. Seit 2002 ist er verantwortlich für den Teilbereich „Bewegungsförderung“ am Bundesamt für Sport in Magglingen.

Der Autor hat an der Universität Zürich Psychologie studiert, hat mit der formativen Evaluation von feelok an der Universität Basel dissertiert, und an den Universitäten Zürich, Bern und Basel mit dem Master in Public Health abgeschlossen. Im Weiteren hat er während 4 Jahren die verhaltenstherapeutische Weiterbildung besucht.

Inhalte

Seite

2 Über diesem Erfahrungsbericht

3 feelok im Jahr 2006

5 **Das Projekt «feelok»: die Chroniken zwischen 1999 und 2005**

5 *Bevor das Projekt startete (vor 1999)*

6 *Die Projektierungsphase (1999)*

10 *Die Entwicklungsphase (2000)*

15 *feelok („das ok-Programm“) trifft die Jugendlichen und Lehrpersonen (2001)*

22 *Die Lancierung, die Erweiterung und das Kämpfen ums Überleben (2002-2004)*

37 *Die neue Perspektive (ab 2005)*

Über diesem Erfahrungsbericht

Das Projekt „feelok“ existiert seit 1999, das Internetprogramm wurde erst Anfang 2002 lanciert. Verschiedene Phasen haben die Existenz von feelok charakterisiert. Erfolge und Stolpersteine, gute Zeiten und schwierige Situationen haben das Projekt begleitet. In diesem Bericht wird die Geschichte von feelok zwischen 1999 und 2005 zum ersten Mal aus der Perspektive des Projektleiters erzählt. Dieser Erfahrungsbericht könnte besonders für jene interessant sein, die noch keine Projekterfahrung haben und aufgrund eines konkreten Beispiels erleben möchten, wie sich ein Projekt zwischen guten Zeiten und Hindernissen weiterentwickelt.

Die Geschichte von feelok wird erst ab S. 5 ausführlich erzählt. Vorher - im nächsten Abschnitt - wird kurz geschildert, wie das Programm im Jahr 2006 ausgesehen hat und welche Institutionen im Rahmen dieses Projektes involviert sind.

feelok im Jahr 2006

feelok ist ein internetbasiertes Prävention und Gesundheitsförderungsprogramm für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren, das am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPM) im Auftrag und mit der Finanzierung der Krebsliga Zürich entwickelt wurde und zurzeit vom Tabakpräventionsfond, von bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz und vom Bundesamt für Sport unterstützt wird.

feelok fokussiert 8 Dimensionen: Cannabiskonsum, Rauchen, Stress, Bewegung, Alkohol, Selbstvertrauen und Selbstwert, Liebe und Sexualität sowie Ernährung. Bei allen Dimensionen werden Informationen zu den entsprechenden Themen vermittelt. Bei den ersten fünf Programmen, nämlich das Cannabis-, das Rauch-, das Stress-, das Bewegung- und das Alkoholprogramm wird neben den allgemeinen Informationen auch eine so genannte stufenspezifische Intervention angeboten, die vorwiegend auf dem Transtheoretischen Modell basiert: für Jugendliche, die das Problemverhalten (z.B. Rauchen) überwinden möchten, gibt das Programm konkrete Tipps, um das Ziel des Wunschverhaltens zu erreichen (z.B. Abstinenz). Bei den Unmotivierten untersucht feelok dagegen die Gründe dafür und versucht durch persönliche Rückmeldungen die Absicht zur Verhaltensänderung zu verstärken.

Informationen und persönliche Rückmeldungen werden den Jugendlichen auf verschiedene Weisen vermittelt: mit Texten, Tests, Spielen, Animationen, Diskussionsforen und weiteren interaktiven Elementen.

Bis Ende 2005 war das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich für die Entwicklung, Implementierung, Erweiterung und Evaluation von feelok zuständig. Diese Zuständigkeit wurde im Jahr 2006 neu organisiert. Ab 2006 verwalten für ihre fachliche Kompetenz renommierte Institutionen bestimmte Programme bzw. Module von feelok selber und gewährleisten so die Qualität und Aktualität der Inhalte.

Durch die neue innovative multiinstitutionelle Verwaltungsorganisation wird Folgendes erreicht:

- Es soll sichergestellt werden, dass die Inhalte von feelok korrekt, aktuell und für Jugendliche angemessen sind.
- Die Schulen sollen für die Verwendung im Unterricht möglichst eine einzige internetbasierte Anwendung erhalten, in welcher die Themen aktuell und in vertrauter Form dargestellt sind.
- Die einzelnen Institutionen sollen gemäss ihren Ressourcen und Prioritäten die von ihnen selber erstellten oder verwalteten Programme bekannt machen. Von dieser Implementierungsarbeit (z.B. Beiträge in Newsletters, Zitierung des eigenen feelok-Programms in neuen Flyers/Broschüren, Link zum eigenen feelok-Programm in der Institutionswebsite, Vorstellung des eigenen feelok-Programms in Weiterbildungscurricula usw.) profitieren synergetisch alle Programme von feelok.
- Durch die dezentrale Verwaltung soll sichergestellt werden, dass feelok auch im Falle fehlender Ressourcen am ISPM weiter aufrechterhalten werden kann.

Folgende Institutionen sind für die entsprechenden feelok-Programme zuständig (siehe Abb. 1):

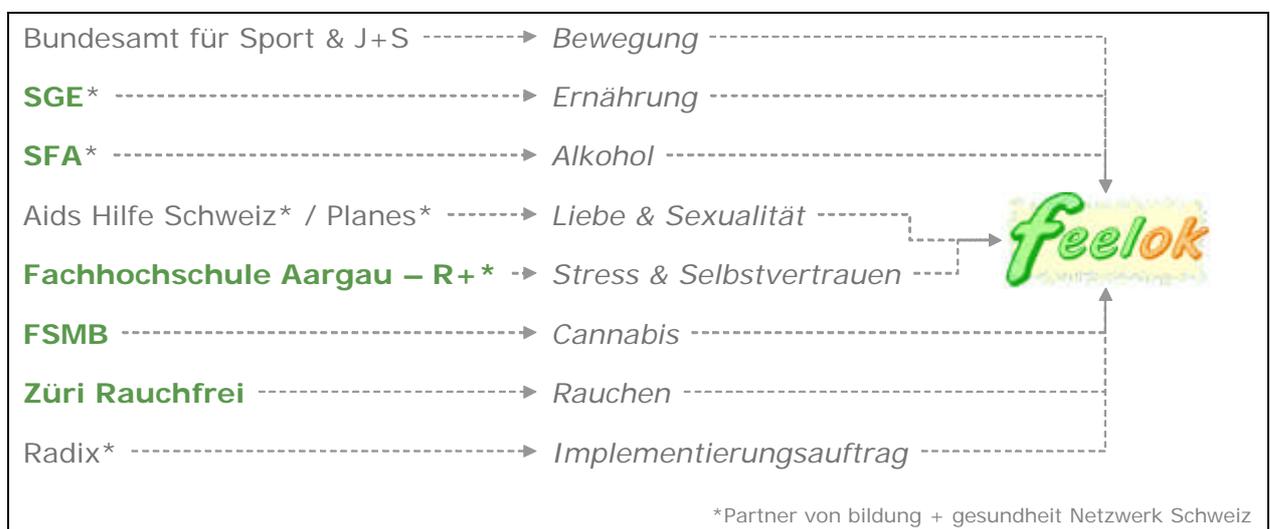


Abb. 1: Das Netzwerk von feelok gemäss multi-institutionellem Konzept (die Abkürzungen werden im nächsten Abschnitt erläutert). Grün geschriebene Institutionen haben die Zusammenarbeit schriftlich im Rahmen einer Vereinbarung festgelegt (Stand Juni 2006)

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE), die Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA), Ressourcen Plus (R+), die Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung Kt. ZH (FSMB) und Züri Rauchfrei haben zudem im Jahr 2006 akzeptiert, die Zusammenarbeit schriftlich im Rahmen einer Vereinbarung festzulegen.

In feelok finden Sie fast alle relevanten Informationen, die das Projekt und das Programm betreffen. Wählen Sie die Adresse www.feelok.ch und klicken Sie auf „Infos über feelok“.

Das Projekt «feelok» die Chroniken zwischen 1999 und 2005

Für viele Personen, die feelok schon besucht haben, ist unser Interventionsprogramm nur eine Website: Für die Lehrpersonen ist es ein geeignetes Instrument, um das Thema „Prävention“ und „Gesundheitsförderung“ in der Schule zu behandeln; für die Fachpersonen ist es eine interessante Möglichkeit, um zu erfahren, wie Themen wie Rauchprävention oder die Selbstvertrauenförderung mit dem Medium „Internet“ behandelt werden können; für die Jugendlichen ist es ein einfach zu bedienendes Tool, um schnell einige Fakten und Tipps zu den verschiedenen angesprochenen Dimensionen zu finden. Unabhängig von der Perspektive und von der angesprochenen Zielgruppe ist feelok aber für fast alle Besucher/innen nicht mehr als eine gute - für einige sogar eine sehr gute - Website.

Die Website ist sicher das zentrale Produkt des Projektes „feelok“. Dieses Produkt ist aber nicht aus dem Nichts entstanden. Dahinter stecken Menschen, Institutionen, aber auch Erwartungen, Hoffnungen und Schwierigkeiten, die dazu geführt haben, dass das Interventionsprogramm heute in der aktuell bekannten Form existiert.

Für einige Leser/innen könnte von Interesse sein zu erfahren, wie das Programm „feelok“ entstanden ist, welche Gründe zu seiner Entstehung geführt haben, wie das Programm schrittweise entwickelt wurde und welche Institutionen beteiligt waren. Im Folgenden wird die Geschichte des Projektes und des Programms aus der Perspektive des Projektleiters erzählt.

Bevor das Projekt startete (vor 1999)

Neue Ergebnisse des Bundesamtes für Statistik lösten im Jahre 1998 beachtliche Bedenken unter den Präventionsleuten aus. Die Anzahl rauchender Jugendlichen, vor allem bei den Mädchen, war in den letzten 5 Jahren (1992: etwa 23% vs. 1999: etwa 40%) massiv gestiegen. Es musste daher angenommen werden, dass die Jugendlichen die Botschaften der Prävention schlicht ignorieren, und dass man gegenüber der finanziellen und politischen Macht der Tabakindustrie hilflos war.

Während jener Periode stieg aber auch die Anzahl Jugendlicher, die sich für die neuen Technologien zu interessieren begannen: Internet - so dachte man jedenfalls – wäre also ein Medium, das Jugendliche schätzten, um E-Mails zu senden, zu chatten und zu spielen. Es stellte sich somit die Frage, ob man die positive Einstellung der Jugend, dem Internet und dem Computer gegenüber, für präventive Zwecke brauchen konnte.

Die Realisierung dieser Idee benötigte aber angemessene finanzielle Mittel, um eine internetbasierte Anwendung zu entwickeln, die nicht nur wissenschaftlich fundiert, sondern mit jenen gestalterischen und technischen Elementen ausgestattet war, welche von den Jugendlichen geschätzt werden. Zwei Personen haben damals den Schritt zur notwendigen Finanzierung des Projektes ermöglicht: Dr. Bertino Somaini, damaliger Vize-Direktor des Bundesamtes für Gesundheit und im Jahr 1998 Abteilungsleiter am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPMZ) und Prof. Gutzwiller, Direktor des ISPMZ und Mitglied der Kommission der Krebsliga Zürich.

Dr. Somaini stellte zuerst die Idee vor, eine internetbasierte Anwendung für Jugendliche u. a. zum Thema Rauchprävention zu entwickeln und Prof. Gutzwiller ermöglichte, dass das Anliegen des ISPMZ von der Krebsliga Zürich berücksichtigt wurde. Von Bedeutung war zudem, dass die Krebsliga Zürich im Jahr 1998-2000 Dank einem Legat über ausserordentliche Mittel verfügte, die ihr ermöglichten, finanziell aufwendige Projekte wahrzunehmen.

Die Krebsliga Zürich entschied sich Anfang 1999 mit grosszügigem Engagement eine erste Projektierungsphase von „feelok“¹ zu unterstützen, um die Frage aus der Sicht von Jugendlichen und Fachpersonen zu beantworten, ob ein Internetprogramm zur Rauchprävention überhaupt gewünscht sei und falls ja, mit welchem finanziellen Aufwand es realisierbar sei. Für diese erste Projektierungsphase wurden SFr. 150'000.-- zur Verfügung gestellt. Dabei handelte es sich um einen bemerkenswerten Betrag in unserem Tätigkeitsbereich, der uns während der Projektierungsphase ermöglichte, die oben erwähnten Fragestellungen detailliert zu untersuchen.

Bis zu dieser Phase (Februar 1999) fanden die Diskussionen und Entscheidungen nur auf Krebsliga ZH- und ISPMZ-Leitungs-Ebene statt. Als die Projektierungsphase bewilligt wurde, - im März 1999 - lag aber bereits ein kleines rotes Ausschreibungsblatt in den Ablagen aller wissenschaftlichen Mitarbeiter/innen des ISPMZ. Auf diesem Blatt wurde das „internetbasierte“ Projekt für Jugendliche zum ersten Mal erwähnt. Kurz darauf organisierte ich mit dem damaligen Abteilungsleiter Dr. Somaini eine spontane Sitzung, um mich für das Projekt zu bewerben. Nach einem kurzen Gespräch hatte das Projekt einen Projektleiter... und auch schon einen Namen: das Projekt „ok“. Die Projektierungsphase konnte starten...

Die Projektierungsphase (1999)

Macht das „ok-Programm“ überhaupt Sinn und falls ja, in welcher Form?

Die zwei Fragestellungen, die die Projektierungsphase zu beantworten hatte, waren:

- a) Ist es grundsätzlich sinnvoll, ein Internetprogramm für Jugendliche zum Thema „Prävention“ und „Gesundheitsförderung“ zu entwickeln?
- b) Und falls ja: auf welchen theoretischen Modellen soll das Programm basieren und welche Eigenschaften muss es haben?

Es wäre zu viel verlangt gewesen, noch im Jahr 1999 eine definitive Antwort auf diese Fragen zu erwarten. Zuerst muss man ein Programm entwickeln, testen und implementieren und dann - falls es Erfolg hat und ermöglicht, die gewünschten Ziele zu realisieren -, kann man zur Schlussfolgerung kommen, dass die geleistete Entwicklungsarbeit sinnvoll war. Wenn das Programm noch nicht existiert und keine vergleichbaren Interventionen (z.B. in anderen Sprachen) vorhanden sind, ist es kaum möglich zu untersuchen, ob sich der Aufwand für die Entwicklung, Evaluation und Diffusion eines Programms lohnen würde oder nicht.

Trotzdem mussten wir mindestens Hinweise sammeln, die für oder gegen das Projekt sprachen, bevor eine weitere Finanzierung beauftragt werden konnte. Die Entwicklung eines Internetprogramms hätten wir grundsätzlich als sinnvoll betrachtet, falls die Jugendlichen und die Fachpersonen dieser Idee gegenüber eine positive Einstellung gezeigt hätten, falls sich andere nicht internetbasierten Interventionen mit einem vergleichbaren theoretischen Modell als wirksam erwiesen hätten - und falls es im deutschsprachigen Raum kein ähnliches Projekt gegeben hätte: hätte ein solches Programm schon existiert, hätte man - anstatt ein neues Programm zu entwickeln, - nach möglichen Synergien und Zusammenarbeit gesucht.

Um diese Hinweise zu sammeln, führten wir im Jahre 1999 10 Fokusgruppen mit entsprechenden Schulklassen und 10 Interviews mit Fachpersonen im Jugend- und Präventionsbereich durch. Neben wenigen kritischen Bemerkungen gegen ein internetbasiertes Programm, äusserte sich die Mehrzahl der Experten und Jugendlichen für die Entwicklung einer solchen Intervention. Die Literaturrecherche zeigte, dass sich das Transtheoretische Modell von Prochaska und DiClemente mindestens bei Erwachsenen und im Bereich der Rauchprävention als wirksamer als andere Methoden erwiesen hatte. Vergleichbare Literaturangaben für Jugendliche oder für

¹ feelok wird in Einführungszeichen geschrieben, weil damals das Projekt noch keine offizielle Bezeichnung hatte

Internetprogramme gab es damals noch keine. Die Internetrecherche zeigte zudem, dass es keine Programme gab, wie dasjenige, welches wir entwickeln wollten. Zwar gab es einige englischsprachige Websites im Rauchbereich für Jugendliche, aber sie waren entweder schlecht theoretisch fundiert oder sie verwendeten Methodologien, die uns nicht überzeugten.

Aufgrund dieser Daten zeigte sich für uns, dass es grundsätzlich sinnvoll war, ein deutschsprachiges Internetprogramm für Jugendliche zu entwickeln, obwohl wir damals keine definitiven Beweise haben konnten, dass ein solches Programm schliesslich auch gebraucht würde und zu einer Verhaltensänderung führen kann. Wir wussten aber, dass ein solches Programm grundsätzlich gewünscht war, dass es ein wissenschaftlich fundiertes psychologisches Modell zur Verhaltensänderung gab, das man grundsätzlich als theoretische Grundlage des Programms verwenden konnte, und dass keine vergleichbaren internetbasierten Programme im deutschsprachigen Raum existierten.

Mit den gleichen Methoden - Fokusgruppen/Interviews und Literaturrecherche - konnten wir untersuchen, welche Eigenschaften gemäss den angesprochenen Jugendlichen und Experten das Programm haben musste. Diesbezüglich muss schon signalisiert werden, dass sowohl für die Zielgruppe, wie auch für die erwachsenen Experten die Beantwortung dieser Frage sehr schwierig war und, dass die Ergebnisse manchmal bescheiden waren. Wichtige Empfehlungen waren,

- dass das Programm multidimensional sein muss, d.h. das „ok-Programm“ konnte sich nicht nur mit dem Thema „Rauchen“ beschäftigen, sondern es musste den Lebensstil der Zielgruppe weitgehend berücksichtigen,
- dass das Programm differenzierte (stufenspezifische) Interventionen anbieten musste (z.B. Raucher, die aufhören wollen, müssen andere Informationen erhalten, als diejenigen, welche weiter rauchen möchten) und
- dass das Programm interaktive Module beinhalten musste, wie z.B. Spiele und Diskussionsforen, um das Potential vom Internet wirklich auszuschöpfen.
- Zudem - um auch Jugendliche zu erreichen, die im Umgang mit dem Computer nicht besonders begabt sind - wurde empfohlen, das Programm als schulisches Instrument zu konzeptualisieren und in einer Internet- bzw. CD-Version zur Verfügung zu stellen.

Der Weg zum multidimensionalen Programm: warum die Dimensionen „Stress“ und „Selbstvertrauen“ gewählt wurden

Eine im Jahr 1998 am ISPMZ durchgeführte epidemiologische Studie zum Thema „Stress“ in der Schweizerbevölkerung zeigte, dass Distress (= Überforderung, negativer Stress) besonders bei der jüngsten Gruppe unserer Stichprobe (15 bis 39 Jahre) verbreitet war. Mit dem „ok“-Programm - kohärent mit dem neuen multidimensionalen Konzept - ergab sich die Möglichkeit neben dem Rauchthema auch die Stressproblematik zu behandeln. Es war schon damals offensichtlich, dass die zwei Dimensionen - Rauchen und Stress - in einer engen Beziehung zueinander stehen können: zwar kann aus gesellschaftlichen Gründen geraucht werden oder weil man das Zigarettenrauchen mag. Manche Leute rauchen aber auch, um sich zu entspannen und um etwas gegen die Stressgefühle zu unternehmen.

Es stellte sich die weitere Frage, welche psychologischen Dimensionen eine positive Verhaltensänderung unterstützen können: ein hohes Selbstwertgefühl und ein fundiertes Selbstvertrauen wurden von uns als wichtige Elemente betrachtet. Wenn jemand sich nicht mag und kein Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten hat, Ziele erreichen zu können, wird er oder sie womöglich weniger motiviert sein, etwas für die eigene Gesundheit zu tun (z.B. den negativen Stress zu reduzieren) und wird sich weniger zutrauen, ein für manche Leute schwieriges Ziel wie die Rauchabstinenz zu realisieren. Bei allen diesen Überlegungen war für uns von Anfang klar, dass diese Dimensionen in keiner linearen Beziehung zueinander stehen: Leute mit einem schlechten Selbstwert sind nicht automatisch gestresster und die Gestressten greifen nicht alle gleich zur Zigarette. Trotzdem gibt es plausible Interaktionen zwischen diesen Dimensionen und wir betrachteten es als sinnvoll, sie alle in einem Interventionsprogramm zu integrieren.

Wie die Krebsliga Zürich sich entschied das Projekt zu unterstützen

Das Konzept für die Krebsliga Zürich verdeutlichte, dass die Experten und angesprochenen Jugendlichen grundsätzlich eine positive Einstellung gegenüber einem Internetprogramm im Bereich „Gesundheitsförderung“ und „Prävention“ zeigten, dass ein solches Programm, wegen den interaktiven wachsenden Möglichkeiten von Internet und wegen seiner raschen Verbreitung ein bemerkenswertes - jedoch schwierig abzuschätzendes - Potential hatte und, dass das Programm nicht nur die Rauchthematik, sondern in einer ersten Version auch die Themen „Stress“ und „Selbstvertrauen“ zu behandeln hatte, kohärent mit der Vision, dass für die Jugendlichen (und für die Schulen) ein multidimensionales Programm deutlich attraktiver wäre als ein reines Rauchprogramm.

Das war die Theorie. Die ganze Geschichte hat aber auch eine menschliche emotionale Seite, die in den Berichten nie erscheint. Vor dem Vorstand von mehr als 20 Personen der Krebsliga Zürich - mit 16 Folien (siehe Abb. 2) und 15 Minuten zur Verfügung - unter einem riesigen psychologischen Druck -, hatte die Projektleitung die Aufgabe, die Mehrzahl der Anwesenden davon zu überzeugen, dass das ganze Projekt nicht nur unterstützungswürdig, sondern auch eine Investition von insgesamt SFr. 825'000.-- Wert war.



Abb. 2: Erste Folie der Präsentation für den Vorstand der Krebsliga Zürich, die zur Finanzierung des Projektes geführt und sehr wahrscheinlich die Entwicklung des Internetprogramms überhaupt ermöglicht hat. Die Präsentation hat am 2.12.1999 stattgefunden.

Neben dem Potential der Idee war für die positive Antwort der Kommission sicher entscheidend, dass Prof. Gutzwiller in der Kommission der Krebsliga Zürich war und somit sowohl die Anliegen des Projektes wie auch diejenigen der Krebsliga Zürich in seinen Argumentationen und im Rahmen der Diskussion berücksichtigen konnte.

Was zudem sicher nicht geschadet hat, war die Frage eines Kommissionsmitglieds über die Bedeutung des Wortes „Transtheoretisch“²: um den Begriff visuell zu erklären, öffnete ich Microsoft PowerPoint. Die Kommissionsmitglieder konnten selbstverständlich mit dem Beamer alles sehen, was mein Laptopbildschirm zeigte. Automatisch - und unbeabsichtigt - erschien aus dem nichts am Bildschirm der Assistent von Office in der Gestalt eines bellenden Hundes. Dieser Hund löste grosse Sympathie aus. Die teilweise zu ruhige Atmosphäre wurde somit unterbrochen und ein befreiendes Lachen hatte die ganze Kommission aktiviert. Daher spasse ich manchmal im Rahmen von Workshops, dass der Hund von Office die Realisierung des Projektes überhaupt ermöglicht habe, obwohl selbstverständlich diese Aussage unzutreffend ist.

Was neben dem Beitrag von Prof. Gutzwiller wahrscheinlich noch entscheidend war, um die notwendige Finanzierung zu erhalten, war, dass wir vor der Kommission schon eine erste Demoversion vom „ok“-Programm vorstellen konnten (siehe Abb. 3). Diese Demoversion wurde vom Projektleiter relativ spät selbst „gebastelt“ als es mir klar wurde, dass unser Programmierer die Termine für ihre Entwicklung nicht respektiert hätte. Diese Episode zeigte mir schon damals, wie wichtig es ist - manchmal - bestimmte Aufgaben selber erledigen zu können. Ohne meine damals minimalen Programmierungskennntnisse hätte ich keine Demoversion zu zeigen gehabt und ohne Demoversion vielleicht keine Finanzierung für das „ok“-Programm erhalten.

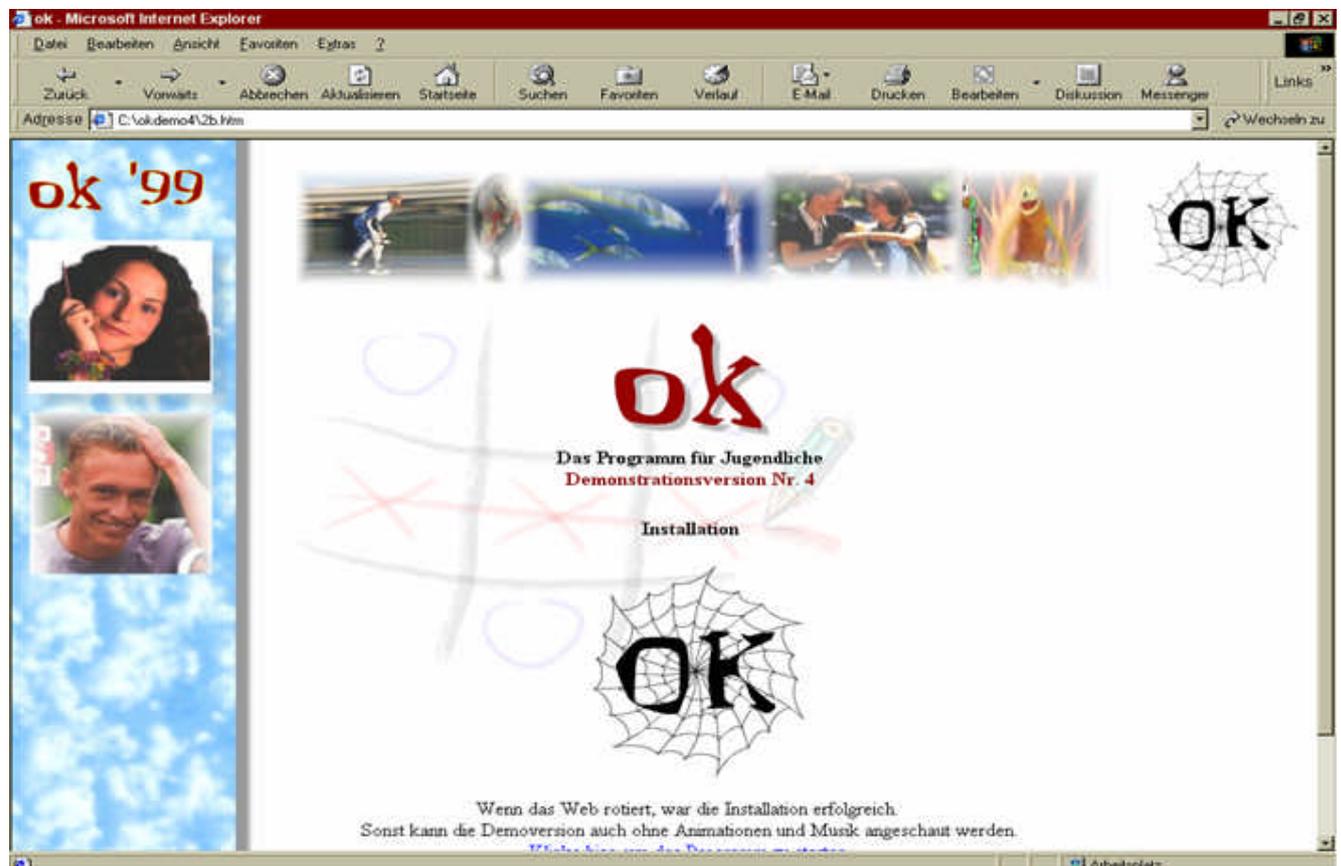


Abb. 3: „Gebastelte“ Demoversion des „ok-Programms“, die nützlich war, um den Mitgliedern des Vorstandes der Krebsliga Zürich bildhaft darzustellen, wie ein Internetprogramm zur Rauchprävention aussehen könnte. Womöglich hat diese Demoversion die Entscheidung gefördert, das Internetprojekt zu finanzieren.

Die Kommission der Krebsliga Zürich entschied sich im Dezember 1999 das Projekt vollumfänglich zu finanzieren. Ein Grund zum Feiern... Aber...

² Wir hatten im Rahmen des Vortrages erklärt, dass das Interventionsprogramm auf dem Transtheoretischen Modell der Verhaltensänderung basieren werde. Damit wurde aber noch nicht erklärt, was „transtheoretisch“ bedeutet.

Was wir aber damals noch nicht wussten, war, dass sich eine zweite Kommission der Krebsliga Zürich in Januar 2000 getroffen hatte, um die definitive Entscheidung über das Projekt zu treffen. Mit dem Unterschied einer Stimme wurde das Projekt ebenso von der zweiten Kommission bewilligt... knapp bewilligt. Und auch dieses Mal war die Unterstützung von Prof. Gutzwiller sehr wahrscheinlich für die positive Entscheidung von zentraler Bedeutung.

Die nicht gerade einfache Rolle der Krebsliga Zürich

Die Rolle der Krebsliga Zürich war nicht einfach. Sie hatten bestimmte ausserordentliche finanzielle Mittel zur Verfügung und sie mussten aufgrund von wenigen Informationen entscheiden, wie sie diese Ressourcen am Sinnvollsten im Sinne der Krebsprävention einsetzen können. Die Entscheidung, das „ok-Programm“ zu finanzieren, war eine sehr mutige und sehr schwierige Entscheidung. Die Krebsliga Zürich wollte eine fundierte und solide Lösung zum Thema „Rauchprävention“ anbieten und die Kommission - nicht nur Ende 1999, sondern auch die nachfolgenden Jahre - hatte immer wiederkehrende Zweifel, ob diese Entscheidung wirklich die Beste war. Ein Flop dieses Projektes wäre nicht nur ethisch unververtretbar gewesen - wegen des investierten Betrages -, sondern hätte womöglich auch gravierende Wirkung auf das Ansehen der Krebsliga Zürich und des ISPMZ gehabt.

Als enthusiastisch junger noch eher unerfahrener Projektleiter war mir noch nicht voll klar, was für eine Verantwortung mit diesem Projekt verbunden war. Wahrscheinlich war es auch gut so, weil ich so meine Energien in die Entwicklung des Programms investieren konnte, anstatt mich um Ängste und Unsicherheiten kümmern zu müssen. Wenn ich aber die ganze Entwicklung des Projektes unter der Lupe betrachte, dann muss ich der Krebsliga Zürich recht geben: diese Zweifel und die manchmal unguuten Gefühle waren verständlich. Ich betrachte heute das feelok-Projekt als eine „Erfolgsgeschichte“. Zwar ist nicht alles perfekt gelaufen, aber heute hat das Projekt viel mehr erreicht, als wir damals zu träumen wagten. Es hätte jedoch auch ganz anders kommen können: wenn bestimmte Schlüsselpersonen dem Projekt nicht zum richtigen Zeitpunkt zur Seite gestanden hätten und wenn man einige falschen Entscheidungen getroffen hätte, dann gäbe es heute kein feelok mehr und die ganze Finanzierung wäre teilweise oder ganz verloren gegangen.

Fazit ist, dass ich als Projektleiter immer noch dankbar bin, dass die Krebsliga Zürich damals diese mutige, aber auch riskante Entscheidung getroffen hat. Wenn ich beobachte, wo sich heute das Projekt befindet, dann bin ich überzeugt, dass sich die damalige Investition gelohnt hat.

Die Entwicklungsphase (2000)

Kurz zusammengefasst bestand diese Entwicklungsphase aus folgenden Elementen: Struktur des „ok-Programms“ definieren, Inhalte recherchieren, Texte schreiben, Texte von Beratern/innen gegen lesen lassen, Texte als Folge davon optimieren und sie in einer ersten Version ins Interventionsprogramm integrieren. Mit diesen wenigen Zeilen wird grundsätzlich die Arbeit eines ganzen Jahres beschrieben. In Wahrheit lief natürlich mehr als das und nicht immer so reibungslos, wie die oben erwähnte Beschreibung glauben lässt.

Die Jugendlichen in den Entwicklungsprozess integrieren: Stolpersteine und Lösungen

Kohärent mit dem im Bereich „Gesundheitsförderung“ und „Prävention“ immer wieder erwähnten Konzept des „partezipativen Ansatzes“, aufgrund dessen Interventionsprogramme immer mit der aktiven Beteiligung der Zielgruppe zu entwickeln sind (es kann soweit gehen, dass man der Zielgruppe die ganze Aufgabe delegiert, ein Programm zu entwickeln), überlegten wir, wie wir die Jugendlichen beim

Entwicklungsprozess vom „ok-Programm“ beteiligen konnten. Als Lösung wählten wir das Internet als Medium, um die Jugendlichen direkt anzusprechen, und um sie zu bitten, an unserem gemeinsamen Projekt teilzunehmen.

Zu diesem Zweck hatte ich eine erste „Zusammenarbeit-Website“ entwickelt, die eigentlich schon die Grundprinzipien des partezipativen Ansatzes beinhaltet (siehe Abb. 4): „Das Web für Dich von Dir“ und „Wer nimmt teil?“, um die jungen Menschen an der Entwicklungsarbeit zu beteiligen oder noch „the Idea on English“, um interessierte internationale Fachleute über das Projekt zu informieren. Die Entwicklung dieser „Zusammenarbeit-Website“, die zum Glück wenige Arbeitstage kostete, war für nichts. Ein Teil des Projektteams am ISPMZ widersprach der Idee, eine Website zu lancieren, die nicht von einer Informatikfirma entwickelt wurde. Die Angst, jede Glaubwürdigkeit mit einem schlechten Produkt zu verlieren, war gross. Diese Website - ob sie wirklich so schlecht war, bleibe dahingestellt - wurde nie lanciert. Stattdessen begann eine intensive Suche nach einer geeigneten Informatikfirma, die die Aufgabe bekommen hätte, eine neue „Zusammenarbeit-Website“ für uns zu gestalten.



Abb. 4: die erste Website vom Projekt „ok“ (die „Zusammenarbeit-Website“), die Anfang Jahr 2000 entwickelt wurde. Sie hatte die Funktion, die Jugendlichen und die Fachpersonen am Entwicklungsprozess von feelok zu beteiligen. Sie wurde nie lanciert, weil sie von einigen Mitgliedern des feelok-Teams als zu unprofessionell beurteilt wurde.

Die Zusammenarbeit mit den Informatikfirmen

Zugegeben...

Es war eine interessante Erfahrung, eine geeignete Informatikfirma zu suchen, die die Aufgabe übernommen hätte, unsere „Zusammenarbeit-Website“ zu entwickeln. Alle kontaktierten Informatikfirmen hatten einige Gemeinsamkeiten:

- sie konnten sich alle wunderbar gut verkaufen (z.B. die Unterlagen, die sie anzubieten hatten, waren unter der Designperspektive sehr ansprechend und die Inhalte klar und strukturiert dargestellt),
- sie brachten alle mehr oder weniger die gleichen Ideen (z.B. Spiele, Chatrooms, Animationen, Postcard-Funktionen usw.),
- sie hatten sich wenig Zeit genommen, um wirklich zu verstehen, was wir brauchten...
- und sie waren alle sehr teuer. Nur für die Entwicklung einer einfachen Website wurden damals im Durchschnitt rund SFr. 40'000 bis 50'000.-- verlangt. Einige Konzepte - die einige zusätzlichen Ideen beinhalteten (aber auch in diesem Fall: immer die gleichen Ideen) - verlangten Beträge bis SFr. 200'000.--.

Eine Anekdote: ein Informatikfirmen-Netzwerk hatte mit mir Kontakt aufgenommen. Ihr erstes Angebot bestand in der Organisation eines Treffens mit Vertretern aus den verschiedenen Firmen dieses Netzwerkes. Das Treffen - ein Nachmittag - hätte dem Projekt mehr als SFr. 90'000.-- gekostet. Ausgeschlossen war selbstverständlich die Reise der Teilnehmer/innen mit dem Zug (1. Klasse, aber mit dem SBB-Halbtaxi) und Übernachtungen in Hotels. Diese Kosten hätte ebenso das Projekt übernehmen müssen. Ich erzähle diese Anekdote gerne. Sie zeigt, dass die Berufsbranche im Informatikbereich damals teilweise den Bezug zur Realität verloren hatte.

Diese Phase war für das Projekt sehr riskant: hätte man einer Informatikfirma einen Auftrag von SFr. 100'000 gegeben, um eine „jugendgerechte“ „Zusammenarbeit-Website“ zu programmieren, um so die Jugendlichen im Entwicklungsprozess des „ok-Programms“ zu beteiligen, wäre dieses Geld definitiv verloren gegangen und die ganze Implementierung der Intervention nach dem Jahr 2002 wäre in Frage gestellt gewesen, weil wir kaum mehr Mittel gehabt hätten, um das Programm nach der Entwicklung zu lancieren. Aus der heutigen Perspektive gesehen, scheint es plausibel, dass man im Jahr 2000 keine SFr. 100'000.-- investiert hat, um die „Zusammenarbeit-Website“ zu entwickeln. Aber damals war diese Entscheidung nicht selbstverständlich. Der Druck, grosse Mittel in eine Informatikfirma für eine jugendgerechte „Zusammenarbeit-Website“ zu investieren, war damals ziemlich gross - auch Teamintern. Und auf Projektleitungsebene musste man einen gewissen Widerstand leisten, um diesen Fehler zu vermeiden.

Am Ende fanden wir eine Informatikfirma, die wie alle Anderen überzeugend gut war - mindestens während dem Bewerbungsgespräch - und bereit war für rund SFr. 40'000.-- eine jugendgerechte „Zusammenarbeit-Website“ (mit eher minimalen Funktionen) zu kreieren. Diese „Zusammenarbeit-Website“ hätte man dann im Jahr 2001 so erweitert, dass die Jugendlichen durch die gleiche Webadresse Zugang zur echten Intervention vom „ok-Programm“ gehabt hätten, nämlich das Rauch-, Stress- und Selbstvertrauenprogramm. Und das war genau das Problem: wenn schon die „Zusammenarbeit-Website“ zu teuer gewesen wäre, wie hätte man dann die Entwicklung, Evaluation und Implementierung der drei Interventionsprogramme finanziert?

Die Zusammenarbeit mit dieser Informatikfirma lief nicht sehr gut. Die erste Version der „Zusammenarbeit-Website“ sah langweilig aus, - obwohl die Designer dieser Firma sie als jugendgerecht bezeichneten -, beinhaltete Programmierungsfehler und die Entwicklungszeit dauerte viel länger als was man geplant hatte. Erst nach mehreren Diskussionen und zahlreichen E-Mails wurde die Website so angepasst, dass man sie für unsere Zwecke verwenden konnte (siehe Abb. 5).



Abb. 5: die erste Website vom ok-Programm (feelok-Site), die Ende 2000 veröffentlicht wurde. Sie hatte eine Reihe von Funktionen: als „Zusammenarbeit-Website“ versuchte man die Jugendlichen im Entwicklungsprozess vom zukünftigen feelok-Interventionsprogramm zu integrieren. Zudem versuchte man mit Spielen und anderen „Fun“-Elementen, die Jugendlichen dazu zu bringen, die Website zu besuchen. Diese Website war wenig erfolgreich und wurde nach wenigen Monaten mit einem neuen Konzept ersetzt.

Entwicklung eines internetbasierten Interventionsprogramms mit externen Partnern für die technische Realisierung: warum es nicht klappen konnte

Ein allgemeiner Kommentar zum Geschehen: warum war die Zusammenarbeit mit einer Informatikfirma bei komplexen Projekten keine Selbstverständlichkeit? Weil sich die Interessen widersprechen. Eine Informatikfirma muss verdienen. Auftraggeber, die bereit sind, hohe Beträge zu investieren, haben die Priorität. Bei den anderen möchte die Firma so schnell wie möglich zu einem definitiven Produkt kommen. Jede zusätzliche Änderung oder Kundenunzufriedenheit verursacht zusätzliche Kosten. Und die Firmen sind nicht unbedingt bereit, diese Kosten zu übernehmen. Auf der anderen Seite möchte dagegen der Auftraggeber ein solides und gutes Produkt haben, aber er weiss am Anfang noch nicht genau, wie dieses Produkt aussehen muss und welche Bedürfnisse in Zukunft entstehen werden. Der Auftraggeber braucht Zeit und die Möglichkeit, Produkte zu sehen, zu testen und zu ändern. Ohne Zusatzfinanzierungen ist aber eine Informatikfirma nicht bereit, diesen Prozess zu begleiten.

Mir war relativ bald klar, dass dies einer der gefährlichsten Stolpersteine für das ganze Projekt war: wir beabsichtigten eine innovative inhaltlich komplexe Intervention zu den Themen „Rauchen“, „Stress“ und „Selbstvertrauen“ zu entwickeln, aber wir konnten am Anfang noch nicht sagen, wie sie wirklich ausgesehen hätte. Wir mussten eine erste Version programmieren, unsere Ideen im Feld testen, Fehler machen, daraus lernen und unser Interventionsprogramm jedes Mal entsprechend anpassen. Fazit: wir konnten unmöglich das Projekt mit der Unterstützung einer externen Firma realisieren, wir waren einfach nicht in der Lage Standardlöhne von rund SFr. 1'500.-- pro Tag für die externen Experten zu bezahlen. Wir mussten den Programmierer und den Designer direkt im Hause haben und nur für spezielle Aufgaben, externe Firmen oder Personen beauftragen.

Die ganze Entwicklungsarbeit wurde zudem durch die Tatsache erschwert, dass das Internet am Anfang des neuen Millenniums kein voraussehbares Medium war: es gab ständig Neuheiten und die modernen Technologien waren manchmal in wenigen Monaten schon veraltet oder wurden von den Browsern nicht mehr breit unterstützt. Jede Website, die wir im Jahr 2000 entwickelt hätten, wäre womöglich schon in einem Jahr veraltet gewesen, d.h. wir wären gezwungen gewesen, unsere Intervention nach kurzer Zeit mit neuen Technologien zu programmieren. Deswegen mussten wir sparen, so gut wie es ging, um eventuelle Veränderungen finanzieren zu können. Und vergessen konnten wir auch nicht, dass für die Implementierung des Programms ab Jahr 2002 noch keine Mittel versprochen wurden. Die Arbeit im Hause zu übernehmen und nicht extern zu delegieren, war die einzige Lösung mit Perspektiven...

Das Erbe der externen Informatikfirma: der Name

Hatte sich die „Zusammenarbeit-Website“ dieser externen Firma überhaupt gelohnt? Konnten wir von der Zielgruppe auf diese Weise Inputs, Inhalte, Empfehlungen, Materialien usw. sammeln, die uns erlaubt hätten, das echte Interventionsprogramm zu den Themen „Rauchen“, „Stress“ und „Selbstvertrauen“ zu gestalten? Eher nein.

Was in der definitiven Version von feelok geblieben ist, sind die Bilder dieser „Zusammenarbeit-Website“ und noch wichtiger ... der Name. Die Informatikfirma fand für unser Programm eine neue Bezeichnung. Der Name „ok“ war belastet: erstens hatte die Tabakindustrie eine Kampagne mit dem ok-Logo verwendet und zweitens gab es schon damals eine Porno-Website mit einer ähnlichen Adresse. „ok“ wurde so „feelok“. Das war schlussendlich das wichtigste Erbe dieser Zusammenarbeit: der Name. Ob SFr. 40'000.-- dafür angemessen sind, kann der Leser selber beurteilen...

Und: Diese „Zusammenarbeit-Website“ hat kaum zur aktiven Beteiligung der Zielgruppe geführt. Ganz wenige Jugendliche haben das Interesse für eine Zusammenarbeit angekündigt und die Beiträge der teilnehmenden jungen Menschen waren nicht immer qualitativ genügend gut. Es ist leider nicht so, dass wenn Jugendliche etwas tun, alle anderen Jugendlichen das „cool“ finden. Einzelne junge Menschen können auch Produkte entwickeln, die die Anderen – nett ausgedrückt – als unbefriedigend beurteilen.

Wie die Jugendlichen und die Fachpersonen im Entwicklungsprozess von feelok effektiv beteiligt wurden

Es wurde die Entscheidung getroffen, dass die Jugendlichen weiterhin am Entwicklungsprozess beteiligt werden, aber in einer anderen Form: a) sie wurden direkt in Schulen angesprochen und b) sie bekamen konkrete Aufgaben. Als Folge davon fand im Kanton Zürich eine Umfrage mit 300 Schülern/innen zu den Themen „Rauchen“ und „Stress“ statt (auch „qualitative Umfrage“ genannt). Speziell bei dieser Umfrage war, dass a) fast alle Fragen keine vorgegebenen Antworten auflisteten und b) dass die Fragen „projektiv“ gestellt wurden. Es wurde z.B. nicht gefragt: „wenn du aufhören willst zu rauchen, wie kannst du es schaffen?“, sondern „Tobias, ein Freund von dir, möchte nicht mehr rauchen. Was würdest du ihm empfehlen?“

Mit dieser Methode versuchten wir einen gewissen psychologischen Abstand zwischen dem Problemverhalten (z.B. das Rauchen) und dem befragten Individuum (z.B. der Raucher) zu etablieren, um somit Widerstände zu reduzieren und zu neuen Lösungsansätzen zu kommen. Zwar gab es Jugendliche, die uns mitgeteilt haben, dass sie keinen „Tobias“ kennen. Trotzdem hat sich diese Methode zum Teil bewährt. Neben vielen nicht wirklich brauchbaren Antworten (z.B. weil sie sehr ähnlich waren oder nur schon bekannte plausible Fakten mitteilten), gab es auch bemerkenswerte Rückmeldungen, die für die inhaltliche Entwicklung des Programms wichtig waren. Diesbezüglich möchte ich ein grosses Dankeschön an Vigeli Venzin von der „Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich“ und an Walter Kern

der „Pädagogischen Hochschule Zürich“ (damals „Pestalozzianum“) richten, da sie uns den Zugang zu den Schulen ermöglicht haben.

Die Befunde der qualitativen Umfrage und die Literaturrecherche bildeten die Grundlage der Inhalte von „feelok - Version Alpha“ (damals noch „ok-Programm“ genannt). Die von studentischen Hilfskräften geschriebenen Texte wurden von Beratern/innen gegen gelesen, kritisch anhand eines kurzen Fragebogens kommentiert und beurteilt und dienten zur Optimierung der Inhalte. Ein grosser Dank geht an allen Berater/innen, die diese Texte gegen gelesen haben. Ohne etwas dafür zu verlangen, auch nicht, dass ihre Institution im Programm erwähnt wird, haben sie sich bereit erklärt, diese Inhalte zu überprüfen. Das war keine Selbstverständlichkeit und ich bin nicht sicher, dass - wegen den grossen finanziellen Problemen und dem steigenden Druck auf die Institutionen - heute eine so reibungslose und kostenlose Zusammenarbeit in dieser Form noch immer möglich wäre.

Bei diesen Beratern/innen handelte es sich um Herr Bühlmann (Stiftung für Gesundheitsförderung und Suchtfragen), Herr Schwendimann und Frau Leutert (Kantonale Fachstelle "Zürich Rauchfrei"), Herr Bezjak (kabel - Zürich), Frau Stadelmann (kabel-Winterthur), Frau Winnewisser (Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich), Frau Enderli (Mobile Jugendberatung Limmattal), Frau Meier (Condomeria), Herr Kaufmann (Jugendberatung Zürich-Nord), Frau Brunner (Samowar Meilen) und Frau Brändler (Schlupfhuus Zürich).

Schnell wie ein internationaler Zug

Ende 2000 hatten wir neben der „Zusammenarbeit-Website“ von feelok, die von einer externen Firma entwickelt wurde, auch schon das Stress-, Selbstvertrauen- sowie erste Module des Rauchprogramms bereit. Wir waren ausserordentlich schnell und kostengünstig,

- weil wir auf einer Seite eine grosse Arbeitsautonomie hatten (die Institutsleitung liess uns ohne Hindernisse arbeiten),
- weil wir in der Lage waren, fast alle Aufgaben – auch die Programmierung - ohne externe Hilfe wahrzunehmen (lange Diskussionen und Missverständnisse konnten somit vermieden werden) und
- weil die studentischen Hilfskräfte, die einen Teil unseres Teams ausmachten, besonders preiswert waren.

Nur noch ein Jahr fehlte bis zur Lancierung des Programms und wir mussten schnell sein, um den Zeitplan zu respektieren. Ich hatte immer wieder das Gefühl, dass wir uns wie ein internationaler Zug verhielten: schnell, zielorientiert, aber auch unfähig an einer Station Pause zu machen um zu überlegen, ob wir auf dem besten Gleis fahren. Ein gewisses Unbehagen war manchmal schon da. Waren wir wirklich auf dem besten Weg? Hatten wir etwas vergessen? Wären wir irgendwann entgleist?

feelok („das ok-Programm“) trifft die Jugendlichen und Lehrpersonen (2001)

Schon während der Projektierungsphase hatten 10 Interviews mit Fachpersonen stattgefunden und schon damals war unklar, wo die Grenze zwischen „Meinung“ und „begründeten Fakten“ liegt. Auch im Laufe des Jahres 2000 hatten wir über unser Projekt viele Expertenmeinungen zur Kenntnis genommen. Schade, dass die Expertenmeinungen nicht als „Meinungen“, sondern häufig als „Wahrheiten“ und „Fakten“ verkauft wurden. Und so begegneten wir immer wieder Personen, die wussten, ob wir etwas Falsches oder etwas Richtiges machten oder etwas Anderes besser gewesen wäre... und das war auch teilweise unangenehm, weil wir uns mit diesem Projekt im Neuland bewegten und was richtig oder falsch ist, konnte uns nur die Testphase mit der Zielgruppe im Feld zeigen.

Von diesen Gedanken ausgehend, wollte ich so schnell wie möglich eine erste Version der Intervention entwickeln und sie mit den Jugendlichen testen. Nur so hätte sich gezeigt,

abgesehen von Theorien und Meinungen, ob die Intervention „feelok“ auf dem richtigen Weg war und, was angepasst werden musste.

Die Test-Phase

Februar 2001 waren die „Zusammenarbeit-Website“ (siehe Abb. 6, rechte Seite) und das „ok-Programm“ (linke Seite der Abbildung) für die Testphase bereit. Als Erinnerung: die „Zusammenarbeit-Website“ war eine Plattform, durch die man a) den Jugendlichen angeboten hatte, das „ok-Programm“ mitzugestalten und b) durch die man versucht hatte, die Jugendlichen mit Dienstleistungen wie Spiele und Diskussionsforen zu motivieren, die Webadresse www.ok-website.ch zu öffnen.

Das eigentliche Interventionsprogramm (das „ok-Programm“) bestand aus dem Stress- und Selbstvertrauenprogramm plus die ersten Module des Rauchprogramms. Diese Programme waren durch den Hyperlink auf der linken Seite des Bildschirmes zugänglich.



Abb. 6: die Startseite des ok-Programms, wie sie im Februar 2001 ausgesehen hat. Damals hatte man noch zwei parallele Konzepte: die linke Seite war das Interventionsprogramm mit Zugang zu den Themen „Rauchen“, „Stress“ und „Selbstvertrauen“, die rechte Seite ermöglichte den Zugang zur „Zusammenarbeit-Website“ und zu „Fun“-Elementen. Später wurden die zwei Konzepte integriert.

Mit der erneuten Unterstützung der „Fachstelle für Suchtprävention für Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich“ und des damaligen „Pestalozzianum“ konnten zahlreiche Klassen für diese so genannte formative Evaluation rekrutiert werden und insgesamt konnte man so das „ok-Programm“ mit rund 700 Jugendlichen testen.

Diese Evaluation bildete die Grundlage meiner Dissertation, d.h. ich wurde durch dieses persönliche Ziel zusätzlich motiviert, noch mehr Daten zu erheben und noch besser zu quantifizieren, wie die Jugendlichen mit dem Programm umgehen. Die Vorgehensweise, wie die Jugendlichen im Rahmen der Evaluation mit dem Programm interagieren, war klar vorgegeben: zuerst mussten die Jugendlichen sich registrieren, dann mussten sie viele Fragen (etwa 40) zum Thema Stress unter der Perspektive des Transtheoretischen Modells beantworten, dann konnten sie sich frei im Stress- und Selbstvertrauenprogramm 20-30 Minuten bewegen (Abb. 7) bzw. sie konnten sich mit einigen Spielen zum Thema „Rauchen“ unterhalten. Anschliessend mussten sie am Ende der Evaluation noch einen letzten elektronischen Fragebogen ausfüllen und so ihre Meinung über das „ok-Programm“ mitteilen.

Stress: konkrete Tipps- Evaluation

Schule Familie Arbeit Freizeit Autogenes Training Nein sagen Schlafen Selbstvertrauen Allgemeine Prinzipien Bewegung

Schule & Stress

Stress
mit den MitschülerInnen
mit den LehrerInnen

Im Unterricht mitmachen
Mitmachen
Zuhören können
Aufschreiben
Sich konzentrieren
Vergesslichkeit

Tipps beim Arbeiten
Das Pult
Die Tagesplanung
Viel zu erledigen
Wörter Lernen
Hausaufgaben I
Die Zeit nutzen
Prüfungen
Planen
Hausaufgaben II
Schnell Texte lesen

Bei Schulbeginn stellt sich immer die Frage: "Neben wem werde ich sitzen müssen bzw. dürfen?" Mit dieser Person wird man nämlich in der kommenden Zeit plötzlich engen Kontakt haben und sich irgendwie zurechtfinden müssen. Nicht immer gelingt dies.

Wie steht es mit dir? Bist du ein/e gute/r Banknachbarin? Unter Extras findest du einen kurzen Test zu diesem Thema...

Was tun, wenn aber dein Banknachbar/ deine Banknachbarin gar nicht deinen Wünschen entspricht? Du wirst in einem neuen Schuljahr neben jemanden platziert und merkst nun, dass du diese Person gar nicht magst.

Versuche dir zu überlegen, was dich an ihm/ an ihr stört:

1. Ist es die Art der Person, die dich stört? Die Art einer Person kann man nur akzeptieren und versuchen damit zurecht zu kommen.
2. Oder ist es eher das Verhalten deines Banknachbarn/ deiner Banknachbarin? Hier kannst du ja versuchen, das was dich stört zur Sprache zu bringen. Sage ruhig und bestimmt, was dich nervt. Versuche wenn möglich auch Lösungen aufzuzeigen. Zum Beispiel: "Du kannst deine Bücher ja auch da hinten auf den Fenstersims legen". Vielleicht klappt es dann nicht immer gleich vom ersten Mal an. Aber ein Versuch ist es allemal wert.
3. Oder hat die Meinung, die du sowieso schon über diese Person hattest, damit zu tun? Gebe dir in diesem Falle doch noch mal einen Ruck. Denn du kriegst nun die Chance, diese Person von einer anderen Seite kennenzulernen. Es kann sich ja herausstellen, dass sie wenigstens als Banknachbarin sehr angenehm ist. Na?

[Klicke hier, um mehr über das Thema zu erfahren](#)

Abb. 7: das Stressprogramm vom ok-Programm (Version Alpha), das mit 700 Jugendlichen im Computerraum der jeweiligen Schule getestet wurde. Diese Version wurde Anfang 2001 lanciert und war ebenso wenige Monate zugänglich.

Zwei Wochen später bekamen alle Jugendlichen, die an der Studie teilgenommen hatten, durch ihre Lehrpersonen einen letzten Fragebogen, dieses Mal auf Papier mit Fragen über ihr aktuelles Rauch- und Stressverhalten. Es ging um die Beantwortung der Fragestellung, ob sich bei der Zielgruppe nach der Verwendung des „ok-Programms“ etwas auf Verhaltens- und/oder Motivationsebene in Bezug auf die zwei untersuchten Dimensionen geändert hatte, nämlich ihre Rauchgewohnheiten und ihre Stressprobleme.

Während der formativen Evaluation im Computerraum der jeweiligen Schulen beobachteten ein oder zwei Evaluationsmitglieder des feelok-Teams die Jugendlichen während ihrer Arbeit mit dem ok-Programm, um eventuelle Stolpersteine zu erkennen und sie in einem kurzen Bericht festzuhalten.

Auswirkungen der Test-Phase

Welche Spuren sind von diesem grossen Evaluationsaufwand geblieben?

Die Fragen, die die Jugendlichen beantwortet haben, waren sicher a) von akademischem Interesse, um vorwiegend theoretische/methodologische Fragestellungen zu beantworten und b) sie waren nützlich, um mit Zahlen die Einstellung der Jugendlichen dem „ok-Programm“ gegenüber zu quantifizieren. Die Berichte der Evaluationsmitglieder waren interessant, um die beobachtete Interaktion der Jugendlichen mit dem „ok-Programm“ qualitativ aus einem anderen Blickwinkel wahrzunehmen.

Für die Weiterentwicklung des Programms waren aber weder die akademischen Fragestellungen noch die direkte Beobachtung der Evaluationsmitglieder besonders hilfreich. Besonders hilfreich war die Gelegenheit, die ich hatte, selber im Computerraum und im Hintergrund zu beobachten, wie die Jugendlichen mit dem „ok-Programm“ interagierten. Viele Probleme - manchmal kurze Momentaufnahmen während der Evaluation - wurden von den Evaluationsmitgliedern weder bemerkt noch protokolliert. Und die quantitativ erhobenen Daten - trotz ihrer Wichtigkeit für die wissenschaftliche Forschung - waren nicht in der Lage, wichtige Stolpersteine in der Verwendung des Programms zu erkennen.

Mein Fazit: jede Person, die ein Programm entwickelt, sollte irgendwann im Feld beobachten, welche Wirkung die Intervention auf die anderen Personen hat. Und die kleinsten manchmal kaum wahrnehmbaren Details, können von entscheidender Bedeutung sein, um das Programm zu verbessern.

Diese Evaluation war sehr lehrreich und führte tatsächlich zu einer Reihe an Programmänderungen. Zum Beispiel:

- Die anfängliche Anmeldung - die obligatorisch war, um mit dem „ok-Programm“ zu arbeiten (gefragt wurden systematisch Alter, Geschlecht, besuchte Schule usw.) und dazu noch interessant war, um wissenschaftliche Daten zu erheben - fiel aus (die Anmeldung war für mehrere Schüler/innen ein gewichtiger Stolperstein. Obwohl man nur wenige Angaben über die eigene Person machen musste, brauchten einige Schüler/innen dafür mehrere Minuten, weil sie Mühe hatten, mit der Tastatur umzugehen. Dies wiederum schwächte die Motivation, mit dem „ok-Programm“ zu arbeiten, bei diesen Jugendlichen deutlich ab)
- Die Funktion der Links wurde besser erklärt (es gab Schüler/innen und Lehrpersonen, die nicht wussten, dass man auf einen Link klicken muss, um ein neues Dokument zu öffnen. Als Folge davon wurde überall geschrieben „(Mehr? Klicke hier...)“)
- Für die Verwendung des Programms in den Schulen zeigte sich, dass weitere kostenlosen Unterlagen wie Arbeitsblätter und ein Handbuch für Lehrpersonen wahrscheinlich die Bereitschaft der Lehrer/innen gefördert hätte, mit dem „ok-Programm“ zu arbeiten
- Die Alpha-Version des „ok-Programms“ setzte voraus, dass man zahlreiche Fragen beantwortete, um eine persönliche Rückmeldung zu erhalten. Diese Methode hatte sich aber nicht bewährt. Die Jugendlichen wollten so wenig Fragen wie möglich beantworten und so schnell wie möglich zu einem Ergebnis kommen. Das führte dazu, dass die Tests stark verkürzt und vereinfacht wurden, so dass eine Rückmeldung schon nach wenigen beantworteten Fragen möglich war.
- Zudem - obwohl die Ergebnisse der quantitativen Befragung eigentlich eine gute Einstellung der Jugendlichen für das Design und für die Struktur des „ok-Programms“ ergaben, - zeigte die direkte Beobachtung im Computerraum, dass auch auf diesen zwei Ebenen das Programm verbessert werden konnte.

Wie das „ok-Programm“ „feelok“ wurde

Parallel zur Evaluation startete die Entwicklung des neuen „ok-Programms“, nämlich feelok - Beta Version. Alle Beobachtungen der Alpha-Version konnten direkt benutzt werden, um die nächste Version der Intervention zu kreieren. In der letzten Phase der

formativen Evaluation (Mai 2001) war es schon möglich, einigen Jugendlichen die ersten Module des neuen feelok-Programms, Version Beta zu zeigen, und somit erste Reaktionen zu prüfen. Wie Abb. 8 zeigt, war die Zeit vom „ok-Programm“ definitiv vorbei. Auch die „Zusammenarbeit-Website“, die von der externen Firma entwickelt worden war, verschwand definitiv.

Abb. 8: das Stressprogramm von feelok – Version 1. Es wurde offiziell Anfang 2002 lanciert und ist u.a. das Ergebnis der Rückmeldungen, die im Rahmen der formativen Evaluation gesammelt wurden.

Und, was schon im Jahr 2000 vermutet wurde, geschah: die Alpha-Version der Intervention, das „ok-Programm“, konnte nicht in der damaligen Form behalten werden: von den Fehlern wurde gelernt und feelok wurde verbessert. Gleichzeitig wurden im Programm neue Technologien eingesetzt (Flash 5) und andere Technologien (z.B. die „Layers“), vor allem wegen dem neuen Netscape 6, entfernt, da sie Probleme verursachten. Schon aus Gründen dieser Veränderungen wäre eine weitere Zusammenarbeit mit einer externen Informatikfirma nicht mehr finanzierbar gewesen. Die Tatsache, dass die ganze Arbeit im Rahmen des feelok-Teams stattfand, ermöglichte dagegen einen effizienten und zudem kostengünstigen Einsatz der Ressourcen.

Die Lehrpersonen lernen feelok kennen

Nach den Jugendlichen war es Zeit im September 2001 das feelok-Programm (Version Beta, siehe Abb. 9) - mit den addierten Programmen „Sexualität“, „psychologische Tests“ und „Informationen über Internet“ - den Lehrpersonen zu zeigen und so das Programm

bei den Multiplikatoren zu testen. Radix Luzern organisierte ein Treffen mit zahlreichen Lehrpersonen (ein herzlicher Dank an Frau Barbara Zumstein für die Organisation) und einige davon interessierten sich für unser Internetprogramm. Durch diese Lehrpersonen konnten im Kanton Aargau zwei Workshops stattfinden. Es war das erste Mal, dass Lehrpersonen während zwei Stunden lernten, wie feelok funktioniert, wie man es mit den Klassen einsetzen kann und sie so die Möglichkeit hatten, mit dem Programm zu interagieren. Für die Projektleitung war diese Erfahrung von zentraler Bedeutung. Wenn es sich gezeigt hätte, dass Lehrpersonen mit einem Programm wie feelok Mühe gehabt hätten, dann wäre es nie möglich gewesen - mindestens nicht in der damaligen Form - die Verwendung des Programms in den Schulen zu verbreiten.



Abb. 9: die Startseite von feelok – Version Beta, wie sie im September 2001 ausgesehen hat. Diese Version wurde von 15 Lehrpersonen getestet.

Die Reaktionen der Lehrpersonen im Rahmen des Workshops waren sehr positiv. Vor allem schätzten die Lehrpersonen die Multidimensionalität des Programms, die Benutzerfreundlichkeit, die Kostenlosigkeit, die Arbeitsblätter sowie auch, dass das Programm ein Produkt einer Universität bzw. einer öffentlichen Institution ist.

Die letzten zwei Monate im Jahr 2001 waren nicht mehr besonders spannend. Alle Dokumente mussten überprüft, alle Funktionen mussten definitiv aktiviert (Tests, Einleitungen für Lehrpersonen und Jugendliche, Organigramm...) und die Designelemente mussten ebenso im Programm integriert werden (z.B. Bilder): eine sehr sorgfältige zeitaufwändige Aktivität. Am 31.12.2001 war feelok - Version 1 für die Lancierung bereit (Abb. 10).

Ein grosser Dank geht an alle, die im Jahr 2001 (und teilweise schon im Jahr 2000) einen wichtigen Beitrag zur Entstehung von feelok beigetragen haben. Namentlich sind dies Herr Thomas M. Gehring (Bereichsleiter und Supervisor des Projektes), Frau Annette Müller (unsere junge Journalistin, die viele Texte des Stress- und Sexualitätsprogramms geschrieben hat), Frau Dorothee Alb (Vertreterin der Krebsliga Zürich), Herr Thomas Suter (der Programmierer des Rauchprogramms), Herr Stefan Mousson (unser Zeichner), Frau Katrin Grendelmeier, Frau Ruth Meyerhans, Herr Patrick Camenisch, Herr Alex Baumgartner, Frau Silvia Garcia und Frau Kerstin Bühring (die die Texte von feelok geschrieben haben), Herr Amir Hamid, Frau Verballi Marita und Frau Nathalie Padlina (unsere Evaluationsmitglieder), Herr Silvan Winkler (unser Musiker), Herr Meier (GIBW - Winterthur), Frau Heininger (Berufsschule - Zürich), Herr Funk (Berufsschule - Zürich), Frau Geissler (Berufsschule - Bülach), Herr Gallmann (Berufsschule - Zürich), Herr Lorenz (Schulhaus - Halden) und Frau Christen (Kanton Schule Riesbach), die die Evaluation von feelok (damals „ok-Programm“) mit ihren Schulklassen ermöglicht haben.



Abb. 10: die Startseite von feelok – Version 1, wie sie ausgesehen hat als das Interventionsprogramm Anfang 2002 lanciert wurde.

Die Lancierung, die Erweiterung und das Kämpfen um das Überleben (2002-2004)

Die unmittelbaren Prioritäten von feelok Anfang 2002 waren

- bekannt zu werden und
- neue finanzielle Mittel für die Implementierung und für die Evaluation zu akquirieren.

Strategische Vorgehensweise für feelok

Idealerweise hätte man zuerst eine Wirksamkeitsstudie von feelok durchgeführt und dann in einer zweiten Phase - falls die Befunde positiv gewesen wären - das Programm implementiert. Diese Vorgehensweise wurde aber auf Projektteam-Ebene als zu unsicher beurteilt. Hätte man die Reserven des Projektes aufgebraucht, um finanzielle Mittel für eine Wirksamkeitsstudie zu akquirieren, und wären diese Bemühungen erfolglos gewesen, dann wäre es schwierig geworden, andere Mittel für feelok zu finden, um das Programm nun bekannt zu machen. Stattdessen versuchte man gleichzeitig die Implementierung des Projektes einzuleiten, um seinen Bekanntheitsgrad zu erhöhen, und stellte Gesuche an verschiedene Institutionen, um die notwendige Finanzierung für die Fortsetzung der Implementierung und für die Evaluation der Intervention zu finden.

Die Implementierungsmassnahmen einzuleiten war nicht schwierig. Man informierte direkt und durch die „Pädagogische Hochschule Zürich“ bzw. die „Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich“ via E-Mails und mit Broschüren die Fachstellen und die Schulen über die Existenz von feelok. Zudem hatte man die ersten Workshops angeboten und die ersten Artikel in Schul- und anderen Zeitschriften über feelok wurden veröffentlicht. Nach wenigen Monaten zählte feelok somit etwa 100 bis 200 Besuche pro Tag, Tendenz steigend.

Finanzielle Akquirierung: die schwierige Aufgabe

Anfang 2002 waren wir überzeugt, dass neue Mittel für das Projekt zu akquirieren, ebenso einfach gewesen wäre, wie das Programm - mindestens auf kantonaler Ebene - bekannt zu machen. Die Krebsliga Zürich hatte im Jahr 1999 die mutige und grosszügige Entscheidung getroffen, ein Interventionsprogramm zu finanzieren, das weder existierte noch Evaluationsergebnisse vorweisen konnte. Der neue potentielle Geldgeber konnte feelok sehen, im Programm surfen, die Ergebnisse der Evaluation lesen und sich informieren, wie das Programm in Schulen eingesetzt wird: weil wir diese Informationen liefern konnten, waren wir überzeugt, dass irgendeine Institution das Potential dieser Intervention erkannt und sich bereit erklärt hätte, die Evaluation und/oder die Implementierung von feelok zu unterstützen.

Katja Ceesay, meine neue Mitarbeiterin, bekam damals die Aufgabe, die Institutionen und Stiftungen zu identifizieren, die für die Finanzierung des Projektes in Frage kommen konnten. 66 Institutionen und Stiftungen - dazu Lotteriefonds, andere Krebsligen, Bluewin, Gesundheitsförderung Schweiz, Verwaltungen und das Bundesamt für Gesundheit - wurden im Laufe von 2002 schriftlich und telephonisch kontaktiert.

Um den finanziellen Aufwand für die einzelnen Organisationen auf ein Minimum zu reduzieren, überlegten wir uns, die Kosten des Projektes auf verschiedene Geldgeber zu verteilen. Wir stellten uns vor, dass es für eine Organisation einfacher sei, nur ein kleiner Betrag - anstatt einer grösseren Summe, in feelok zu investieren. Um die Verteilung der Kosten zwischen den angesprochenen Organisationen zu gerechtfertigen, untersuchten wir, wie sich die jugendliche Bevölkerung in den Kantonen verteilt: der angefragte Betrag für die Organisationen, die auf kantonaler Ebene tätig waren, wurde aufgrund der Anzahl Jugendlicher, die im jeweiligen Kanton leben, bestimmt. D.h.: je mehr Jugendliche in einem Kanton leben, desto grösser war der angefragte Betrag.

Die Verteilung der Kosten auf verschiedene Organisationen produzierte aber eine unerwartete Wirkung: die Organisationen warteten auf die Reaktion der anderen

angesprochenen potentiellen Geldgebern. Und da keine grosse kantonale Organisation bereit war, den ersten Schritt zu tun und einen sicheren Betrag zu versprechen, nahm die Wahrscheinlichkeit einer Finanzierung mit der Zeit dramatisch ab. Es war am Ende unmöglich aus diesem Teufelskreis heraus zu kommen.

Das Schlussergebnis war deprimierend: nur zwei Partner zeigten sich bereit, das Projekt zu finanzieren und beide ohne jeglichen Bezug zu den vorgeschlagenen Implementierungsstrategien und dem Evaluationskonzept. Dabei handelte es sich um die Baugartenstiftung, die uns ohne erwartete Gegenleistung SFr. 60'000.-- schenkte und um den Lotteriefonds Appenzell Innerrhoden, der einen Betrag von SFr. 2'226.-- zur Verfügung stellte.

Finanzielle Akquirierung: was haben wir gelernt

Die Erfahrung mit der Akquirierung hat uns in Bezug auf etliche Aspekte des Fundraisings die Augen geöffnet. Die wichtigsten Erlebnisse waren:

- Viele Institutionen kritisierten die Krebsliga Zürich, weil die Krebsliga nicht bereit war, das Projekt weiter zu finanzieren. Nach dem Prinzip: „Kritisieren“ ist einfach, „eine Lösung zu finden“ oder „Teil der Lösung zu sein“ ist deutlich schwieriger, wie die mageren Ergebnisse zeigten...
- Einige Institutionen kritisierten die Tatsache, dass wir im Jahr 1999 keine Folgefinanzierung für das Projekt geplant hatten. Diese Kritik tönt plausibel und korrekt. Eigentlich sollte man das Leben des ganzen Projektes von der Entwicklung bis zur Implementierung und Evaluation planen und entsprechend von Anfang an, die dazu notwendigen Ressourcen akquirieren. Aber so funktioniert es nicht. Es ist schon schwierig eine Institution zu finden, die bereit ist, finanzielle Ressourcen in die Entwicklung eines Produktes zu investieren. Somit kann man sich vorstellen, dass es (fast) unmöglich ist, eine Institution zu finden, die sich noch dazu verpflichtet - für mehrere Jahre -, finanziell die Implementierung eines Projektes mit zu tragen.
- Ein paar Institutionen kritisierten feelok und behaupteten, dass das Programm nicht „jugendgerecht“ sei. Die Evaluationsergebnisse und die externen Expertisen zum Programm spielten diesbezüglich keine Rolle und wurden nicht berücksichtigt. Es ist schade, wenn potentielle Geldgeber eigene - nicht qualifizierte - Meinungen als „Fakten“ verkaufen, nur weil sie über finanzielle Mittel und so über eine gewisse Macht verfügen.
- Von Seite der offiziellen potentiellen Geldgeber, vor allem von einigen Lotteriefonds, gab es teilweise sehr unklare Rückmeldungen, darüber wie man konkret vorgehen musste, um eine Finanzierung zu beauftragen. Die Antwortbriefe waren nicht selten enigmatisch und unverständlich. Nach langen Diskussionen über wenige Zeilen eines Briefes im Rahmen unseres Teams, kamen wir manchmal zur Schlussfolgerung, dass wir keine Ahnung hatten, wie wir weiter vorgehen mussten. Ein bisschen mehr Klarheit von einigen potentiellen Geldgebern über die formalen notwendigen Schritte, um ein Gesuch zu stellen oder weiter zu bearbeiten, wäre damals hilfreich gewesen.
- Dramatisch war, dass sich keine Stiftung/Institution für die Finanzierung einer Evaluation oder für die schon stattgefundenen Evaluationen interessiert hatte. Es zeigte sich damals, wie bedeutungslos - mindestens in der Deutschschweiz - die Rolle der Evaluation ist. Und das ist problematisch, weil wir aufgrund dieser Einstellung nicht wissen, welche Auswirkungen zahlreiche Interventionen haben, die jeden Tag auf dem Territorium implementiert werden. Vor allem wegen mangelnder Ressourcen ist es umso wichtiger, dass Ressourcen in die Evaluation investiert werden, um gute Produkte zu verbessern und die ineffektiven Interventionen bei Seite zu lassen. Unsere Akquirierungsbemühungen zeigten uns

aber, dass die Evaluation von fast allen potentiellen Geldgebern kaum etwas bedeutete. Bis heute (Stand: 2005) konnten wir nie sinnvolle finanzielle Ressourcen exklusiv für eine Evaluation von feelok finden, sondern mussten unsere Studien nebenbei durchführen oder sie in einem umfangreicheren Konzept als Nebenprodukt einplanen. Auch im Rahmen anderer Projekte zeigt meine Erfahrung in diesem Bereich wie schwierig und immer schwieriger es wird, dass ein Budget für eine Evaluation genehmigt wird.

- Grosse Hoffnungen für die Finanzierung von feelok lagen bei Gesundheitsförderung Schweiz. Das Projekt hätte die Voraussetzungen für eine Finanzierung erfüllt. Die Tatsache, dass Dr. Somaini feelok initialisiert hatte und seit zwei Jahren der Direktor dieser Stiftung war, verstärkte unsere Hoffnung, dass eine Partnerschaft zwischen den zwei Institutionen (Stiftung und ISPM) möglich gewesen wäre. Eine Finanzierung wurde abgelehnt, weil Gesundheitsförderung Schweiz schon www.tschau.ch unterstützte, ein anderes internetbasiertes Jugendprojekt. Dass die zwei Programme unterschiedliche Methodologien verwendeten, um die Jugendlichen anzusprechen und somit als komplementär zu betrachten waren, wurde nicht wahrgenommen oder als nicht relevant beurteilt. Gesundheitsförderung Schweiz unterstützte ideell die Zusammenarbeit zwischen tschau und feelok. Dies wiederum führte dazu, dass im Kanton Zürich tschau und feelok einmal gemeinsame Implementierungsmassnahmen teilten und noch wichtiger, dass die Maske von Tschau, durch die die Jugendlichen Fragen an Experten stellen können, auch in feelok integriert wurde.

Neue Strategie: feelok einer anderen Institution übergeben

Für die Entwicklung und Evaluation von feelok war das ISPM und die Abteilung „Gesundheits- und Interventionsforschung“ wegen der operativen Autonomie, wegen der inhaltlichen Freiheit (das ISPM beschäftigt sich mit „Gesundheitsförderung“ im Allgemeinen, aber nicht exklusiv mit einer spezifischen Verhaltensdimension) und wegen der wissenschaftlichen Ausrichtung die ideale Institution. Die grosse Schwierigkeit finanzielle Mittel zu finden, zeigte mir aber, dass das ISPM, was die Umsetzung des Projektes anbelangt, nicht mehr das richtige Institut für feelok war. Eine Abteilung, in der fast alle Mitarbeiter/innen projektbezogen angestellt sind, konnte dem Projekt nicht die notwendige Stabilität geben, um seine Implementierungsaufgaben mit Sicherheit während mehreren Jahren wahrnehmen zu können. Eine vom ganzen Team genehmigte Lösung war die Übergabe von feelok an eine andere Institution. Ein/e Mitarbeiter/in dieser neuen Institution hätte dann die Aufgabe übernommen, feelok weiter zu implementieren und zu aktualisieren. Diesbezüglich wurden verschiedene Institutionen kontaktiert und nach der Machbarkeit dieser Idee gefragt. Diese Anstrengung führte aber wiederum zu keinem Ergebnis. Keine Institution wollte eine Aufgabe wahrnehmen, die neue Kosten generiert hätte. feelok musste also am ISPM bleiben.

Das Ende des Projektes wurde ein erstes Mal geplant

Mit der Finanzierung der Baugartenstiftung konnte das Projekt mindestens noch bis Ende 2003 sichergestellt werden. Ende 2002 hörten wir auf, nach Sponsoren zu suchen. Wir vermuteten, dass das Interventionsprogramm in einem Jahr keine Koordination mehr gehabt hätte. Das Programm „feelok“ wäre weiterhin während einigen Jahren gelaufen: wir hätten mit den letzten Reserven des Projektes ein Konto eröffnet, mit dem wir den Provider und so den Server bezahlt hätten.

Diese Lösung war sehr unbefriedigend. So viel Zeit und Ressourcen wurden ins Programm investiert und diese ganze Erfahrung riskierte im Nichts zu verschwinden. Und vielleicht hätte - irgendwo in der Schweiz - eine andere Institution die Aufgabe übernommen, ein vergleichbares Programm zu gestalten. Wie gesagt: eine unbefriedigende Lösung, aber eine bessere hatten wir damals nicht.

feelok - Version 2: das Cannabisprogramm

Die Suche einer geeigneten Finanzierung für feelok war nur eine der Aufgaben dieser langen Periode (2002 - 2004). Schon im Jahr 2002 zeigte sich das Bedürfnis - trotz Schwierigkeiten und Unsicherheiten - die Plattform „feelok“ mit neuen Inhalten zu erweitern und die Kenntnisse rund um diese Intervention mit geeigneten Evaluationsstudien zu steigern.

Mitte 2002 präsentierte sich die Gelegenheit zusammen mit der Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich, feelok mit einem neuen Programm zu erweitern. Die Entwicklung von feelok - Version 2 mit dem neuen Cannabisprogramm konnte somit beginnen. Die Wichtigkeit des Cannabisprogramms bestand nicht nur in der Relevanz des Themas, unter anderem auch aus politischen Gründen (damals wurde diskutiert, ob der Cannabiskonsum entkriminalisiert werden musste), sondern auch in der Tatsache, dass diese Intervention in Partnerschaft mit einer anderen Institution entwickelt wurde, und das war ein neues Konzept. Was nicht neu war, war die Beteiligung im Entwicklungsprozess verschiedener Experten - unter anderem jene der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol und andere Drogenprobleme (SFA) - und der Jugendlichen. Nach einem Jahr intensiver Arbeit und langen Diskussionen konnte das Cannabisprogramm Mitte 2003 lanciert werden (Abb. 11).



The screenshot displays the 'feelok' web application interface. The top navigation bar includes a logo with a flame and the text 'feelok' and 'Alles über Cannabis'. A sidebar on the left contains a menu with various topics, including 'Mögliche Gefahren', 'Was mich am Kiffen reizt', 'Wo ich am Kiffen Nachteile sehe', 'Wie gestalte ich mein Leben?', 'Ich und meine Mitmenschen', 'Wie soll ich mich entscheiden?', 'Fazit: Kiffen ja oder nein?', 'Safer-Use-Regeln', 'Konsum-Check', and 'Beratungsstellen'. The main content area is titled 'Safer-Use Tipps' and features a text introduction, a list of tips, and a 'Zurück zur Startseite' button at the bottom. A small flame icon is visible on the right side of the main content area.

Safer-Use Tipps Optionen

Es gibt keinen Drogenkonsum ohne Risiko. Willst du die Risiken gänzlich vermeiden, nimm keine Drogen. Wenn du dich trotzdem entscheidest, Drogen zu konsumieren, beachte die Safer-Use-Regeln, um Schädigungen an Körper, Geist und Seele zu vermeiden.

Wenn du Tipps für den Notfall suchst, findest du diese, indem du unter «Optionen» auf «Themen und Test» klickst und das Thema «Was tun im Notfall» wählst.

-  Kiffe nur, wenn du wirklich willst und nur, wenn du «gut drauf» bist (->)
-  Beachte, in welcher Umgebung und mit welchen Leuten du kiffst (->)
-  Vorsicht bei der Dosierung ([Mehr? Klicke hier...](#))
-  Drogen-Mischkonsum ist immer unberechenbar ([Mehr? Klicke hier...](#))
-  Tiefe Inhalation belastet die Lungen ([Mehr? Klicke hier...](#))
-  Schwangere und stillende Frauen sollten auf Cannabis verzichten (->)
-  Nicht bekiffte Velo, Mofa oder Auto fahren ([Mehr? Klicke hier...](#))
-  Kein Cannabiskonsum in der Schule oder am Arbeitsplatz ([Details](#))
-  Genusskonsum bedingt Pausen. Ohne Verzicht kein Genuss! (->)

[Zurück zur Startseite](#)

Abb. 11: das allgemeine Modul des Cannabisprogramms (Version 2) , das Mitte 2003 lanciert wurde.

Die Entwicklung des Cannabisprogramms lief in einem spannenden und nicht gerade einfachen Umfeld, wegen der gesellschaftlichen Relevanz und widersprüchlichen Meinungen dieser Substanz gegenüber. Grundsätzlich wollte man mit dem Cannabisprogramm die Jugendlichen und die Lehrpersonen informieren, inwiefern und unter welchen Bedingungen der Cannabiskonsum schädlich ist. Der Fokus lag bei einer korrekten und sachlichen Information.

Auf gesellschaftlicher Ebene - vereinfacht erzählt - zeigten sich aber zwei Grundhaltungen, die unsere Arbeit erheblich erschwerten: die Gegner und die Befürworter für den Konsum.

Für die Gegner ist der Konsum unter allen Bedingungen aus welchen Gründen auch immer - ethisch, gesundheitlich, gesetzlich - abzulehnen und womöglich zu bestrafen. Die Tatsache, dass der gelegentliche Konsum in risikoarmen Situationen nicht unbedingt - unter der gesundheitlichen Perspektive - bemerkenswerte schädliche Einflüsse hat und dass wir diese Botschaft im Cannabisprogramm mitgeteilt haben, wurde von den Konsumgegnern als eine nicht akzeptable Information und als einen Freipass für den Konsum beurteilt.

Für die Befürworter des Konsums - und dabei handelte es sich häufig um Kiffende - löste jeder Satz, praktisch jedes Wort gegen die beliebte Pflanze Irritation aus und führte manchmal zu nicht gerade angenehmen Reaktionen. Dass der häufige regelmässige Konsum und der Konsum in risikoreichen Situationen für die individuelle Weiterentwicklung der betroffenen Person eine effektive Gefahr - manchmal mit dramatischen Konsequenzen - darstellt, ist eine Tatsache, die mitgeteilt werden musste: und das hörten die regelmässigen Kiffenden sowie alle, die eine sehr liberale Haltung dem Konsum gegenüber hatten, sehr ungern. Die Tatsache - zudem-, dass im Jahr 2003 in feelok ein Programm zum Thema „Alkohol“ fehlte, bestätigte die Meinung der Konsumbefürworter, dass das Cannabisprogramm ein „unfares“ Produkt war: für diese Personen hatten wir das Thema „Cannabis“ gewählt, weil diese Substanz vorwiegend von Jugendlichen konsumiert wurde. Alkohol - dagegen - wird häufig auch von Erwachsenen getrunken. Und deswegen hätten wir uns mit einem Alkoholprogramm nicht exponieren wollen. Diese absurden Bemerkungen kamen nicht nur von Jugendlichen, sondern sogar von Eltern. Im Jahr 2005 wurde das Alkoholprogramm veröffentlicht und somit die definitive Bestätigung, dass die damaligen Überlegungen falsch waren. Sie erklären aber teilweise in welchem Umfeld sich das Cannabisprogramm bewegen musste - und wir mit ihm.

Besonders schwierig war auch, dass der Cannabiskonsum - heute wie damals illegal - war. Da der Konsum „illegal“ ist, könnte man grundsätzlich nur schreiben, dass der Konsum verboten ist und deswegen nicht gekifft werden kann. Präventionsleute wissen aber, dass diese Art zu argumentieren, nicht gerade für eine positive Verhaltensänderung bei Kiffenden fördernd ist.

Fazit: Die Entwicklung des Cannabisprogramms war inhaltlich wahrscheinlich die komplexeste Tätigkeit, die wir im Rahmen von feelok geleistet haben. Da über die Wirkungen des Cannabiskonsums damals die grösste Verwirrung und Unsicherheit herrschte, betrachten wir dieses Programm als eine der wichtigsten Produkte und Dienstleistungen, die wir im Rahmen von feelok anzubieten haben.

Die erste Wirksamkeitsstudie

Ein weiterer wichtiger Beitrag der Fachstelle „Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung“ des Kantons Zürich (SMBZh) bestand im ausgedrückten Interesse für eine Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms im schulischen Setting.

Schon im Jahr 2002 hatten wir ein Wirksamkeitsstudienkonzept für das ganze feelok Programm geschrieben und somit ein Gesuch an verschiedene Institutionen gestellt, um die dafür notwendige Finanzierung zu finden. Für diese Evaluation hatte ich im Jahr 2002 Kosten von rund SFr. 150'000.-- geplant. Da keine Institution dafür Interesse hatte und eine Finanzierung unmöglich war, mussten wir die Studie vergessen.

Die Fachstelle „Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung“ des Kantons Zürich beauftragte im Jahr 2003 die SFA (=Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme), ein Konzept für eine Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms im schulischen Setting zu schreiben. Gemäss SFA war die Studie mit SFr. 21'000.--

durchführbar. Zwischen meiner im Jahr 2002 als notwendig beurteilten SFr. 150'000.-- für eine Wirksamkeitsstudie und der Offerte der SFA von SFr. 21'000.-- lag ein grosser Unterschied (aus der finanziellen Perspektive betrachtet). Auf der anderen Seite hatte ich noch keine Wirksamkeitsstudie durchgeführt und mein Konzept basierte womöglich auf zu pessimistischen Annahmen. Die SFA hatte Erfahrung in diesem Bereich. SFr. 21'000.-- konnten wir finanzieren: 1/3 feelok, 1/3 die Fachstelle „Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung“ und 1/3 die „Krebsliga Zürich“ (als definitiv letzter Beitrag für das feelok-Projekt).

Die Wirksamkeitsstudie konnte also beginnen...

Und sie war eine spannende Erfahrung. Die operative Phase der Studie begann im August 2003 und endete schon in Oktober 2003. Der Bericht der SFA lag in Januar 2004 vor. 60 Klassen in 5 Schulen konnten für die Studie rekrutiert werden. Nach Zufallsprinzip wurden die Klassen in zwei Gruppen geteilt: eine Experimentalgruppe (EG) und eine Kontrollgruppe (KG). Beide Gruppen füllten ein erstes Formular mit Fragen zum Thema „Cannabis“ aus (Baseline). Selbstverständlich wurden auch die soziodemographischen Daten erfasst. Zwei Wochen später arbeitete die EG 2 bis 3 Stunden mit dem Cannabisprogramm. Am Ende der Studie mussten sowohl die EG wie auch die KG erneut den Baseline-Fragebogen ausfüllen: ein typisches Design für eine Wirksamkeitsstudie (mehr Informationen findet man im Bericht unter www.feelok.ch).

Stolpersteine der Wirksamkeitsstudie

Das wichtigste Ziel einer Wirksamkeitsstudie ist die Festlegung der effektiven Wirksamkeit einer Intervention. Und dieses Ziel hatten wir nicht erreicht. Was aber die Erfahrung trotzdem so spannend machte - trotz unerreichten Zielen - war die Möglichkeit direkt zu erleben, was in einer solchen Studie schief gehen und welche Stolpersteine die Aussagekraft der Daten relativieren kann. Einige Erlebnisse dazu:

- SFr. 21'000.--, für die Realisierung dieser Studie, waren ein eher zu optimistischer Betrag.
Das hat dazu geführt, dass sich auch die SFA indirekt durch Personalkosten an der Finanzierung der Wirksamkeitsstudie beteiligen musste. Besonders wichtig waren zudem die anderen versteckten Personalkosten: jene der SMBZh und jene des feelok-Teams. So umgerechnet hat die Studie nicht SFr. 21'000.--, sondern schätzungsweise mehr als SFr. 60'000.-- gekostet.
- Da die Finanzierung so knapp war, war das ganze Team (SMBZh, SFA und feelok) unter grossem Druck, um so schnell wie möglich zu einem Ergebnis zu kommen. Eine Wirksamkeitsstudie ist aber eine komplexe Tätigkeit. Man muss genau überlegen, was man erfassen möchte und wie man das am besten tut. Diese Überlegungen brauchen Zeit und mehrere Treffen. Wir haben uns hingegen nur ein Mal während drei Stunden getroffen. Diese Tatsache hatte Auswirkungen auf die ganze Durchführung der Studie.
- Wir haben uns zu wenig überlegt, was das wichtigste Ziel des Cannabisprogramms ist. Dass die Jugendlichen nicht kiffen, ist das optimale Ziel, aber es ist nicht unbedingt realistisch und unter der gesundheitlichen-wirtschaftlichen Perspektive lohnt es sich nicht unbedingt, Ressourcen zu investieren, so dass alle Jugendlichen vom Cannabiskonsum abgehalten werden.

Das primäre Ziel des Cannabisprogramms war dagegen die Jugendlichen zu motivieren und dazu zu bringen, den risikoreichen Konsum zu vermeiden. Zum Glück betrifft die Problematik des risikoreichen Cannabiskonsums nur einen kleinen Teil der Jugendbevölkerung. Diese Tatsache ist aber wissenschaftlich problematisch. Wenn man eine Studie im schulischen Setting mit 60 Klassen durchführt, erreicht man anzahlmässig zu wenige „problematisch Kiffende“, um Veränderungen auf motivationaler und Verhaltensebene nach der Verwendung des Programms untersuchen zu können. Mit diesem Design konnte man eigentlich die

Hauptfragestellung über die Wirksamkeit des Programms bei der zentralen Zielgruppe der problematisch Kiffenden gar nicht beantworten. Wenn wir mehr Zeit und mehr Ruhe gehabt hätten, hätten wir wahrscheinlich diese Tatsache rechtzeitig erkannt und wir hätten uns ein ganz anderes Design überlegen müssen.

- Eine weitere konzeptionelle Schwierigkeit lag in der Tatsache, dass eine Intervention, die aufgrund des Transtheoretischen Modells (TTM) entwickelt wird, nicht ein, sondern mehrere Ziele hat. Gemäss TTM werden die Personen in verschiedene Stufen eingeteilt. Eine Stufe besteht z.B. aus Jugendlichen, die regelmässig kiffen und nicht aufhören möchten (Stufe 3 im Cannabisprogramm) und eine andere Stufe besteht aus jenen, die regelmässig kiffen und bereit sind, den Konsum ganz oder teilweise zu reduzieren (Stufe 4 im Cannabisprogramm). Für jede Stufe wird eine andere Intervention angeboten und jede Intervention hat ein anderes Ziel (z.B. für Stufe 3 ist das Ziel, die Motivation zu steigern, mit dem Konsum aufzuhören und für Stufe 4 ist das Ziel, die Instrumente, also konkrete Strategien zu vermitteln, die die Chance eines Konsumstopps erheblich steigern).

Für alle Variablen wurden die Werte der EG und der KG getrennt gezeigt, jedoch ohne weitere Stratifizierung nach den Stufen. Diese Problematik mag für einige Leser/innen eine rein akademische Bedeutung haben: aber sie hatte grosse Auswirkungen. Man konnte somit keine Unterschiede mehr feststellen, weil sich die Ergebnisse für die verschiedenen Stufen gegenseitig ausgeglichen haben.

Alle Daten wurden nachfolgend differentiell nach Stufen analysiert und es wurde nach Mustern gesucht, die auf einer Seite Hinweise über die Wirksamkeit oder Nicht-Wirksamkeit des Cannabisprogramms und auf der anderen Seite wertvolle Informationen über den Zusammenhang zwischen den Stufen und den anderen Konstrukten des TTM vermittelten. Dabei handelte es sich um eine mühsame und aufwändige Arbeit. Im August 2004 konnte somit ein neuer Bericht, diesmal vom ISPMZ, über die durchgeführte Wirksamkeitsstudie veröffentlicht werden.

Externe delegierte Wirksamkeitsstudien haben grundsätzlich einen höheren Stellenwert als Studien, die von den Projektleitern selbst durchgeführt werden. Man erwartet eben, dass diese externen Studien objektiver sind. Diese Bemerkung ist sicher ernst zu nehmen. Aber: die Institution, die eine Studie durchführt, muss sich viel Zeit nehmen, um das theoretische Modell und die Ziele einer Intervention eingehend zu verstehen und um so ein geeignetes Design und eine Datenanalyse vorzuschlagen. Dies wiederum hat relevante Auswirkungen auf das Budget der Studie: was problematisch werden kann, wenn der Auftraggeber nicht mehr in der Lage ist, das Budget zu finanzieren oder nach einem günstigeren Auftragnehmer für die Wirksamkeitsstudie sucht. Auf der anderen Seite - wenn Aufgaben und Kosten in keinem angemessenen Gleichgewicht zueinander stehen - bezahlt man in einer späteren Phase einen deutlich höheren Preis für die anfänglich gesparten Kosten. Im Fall der Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms war der Preis für das feelok-Projektteam eine lang andauernde Zusatzaufgabe, die nicht geplant war, um die Daten neu zu analysieren und um den neuen Bericht zu schreiben.

- Die wissenschaftliche und die nicht-wissenschaftliche Welt haben Mühe zu kommunizieren und sich zu verstehen.

Von der Seite der SFA, d.h. der wissenschaftliche Partner, gab es den - legitimen - Anspruch, dass das Design der Wirksamkeitsstudie respektiert wird. Jede Abweichung vom ursprünglichen Design führt tendenziell zu einer Verschlechterung der Aussagekraft der erhobenen Daten.

Die nicht-wissenschaftliche Welt - in unserem Fall die Lehrpersonen und die Jugendlichen - verstehen die rigide Vorgehensweise der wissenschaftlichen Methode zum grossen Teil nicht. Z.B. verstehen sie nicht, warum der gleiche Fragebogen mehrmals beantwortet werden muss oder sie verstehen nicht, warum

die Verwendung des Cannabisprogramms im Rahmen der Studie nach einer bestimmten Vorgehensweise strukturiert werden muss. Und wenn man etwas nicht versteht, ist man weniger bereit, die Anweisungen zu befolgen. Tatsache ist, z.B. dass 1/3 der KG mit dem Cannabisprogramm gearbeitet hat und 1/5 der EG nie in Berührung mit dem Cannabisprogramm gekommen ist. Mit anderen Worten: ein Teil der EG und ein Teil der KG sind vergleichbar in Bezug auf die Verwendung der Intervention. Entsprechend kleiner werden die Unterschiede zwischen den zwei Gruppen.

Weitere Details zu diesem Thema findet der Leser/die Leserin im entsprechenden Bericht, den man unter www.feelok.ch herunterladen kann.

Mein Fazit über die Wirksamkeitsstudie

Meine wichtigste Schlussfolgerung in Bezug auf diese Erfahrung war, dass es wichtig ist, sich Zeit zu nehmen und die eigenen Ideen - sei es was das Design einer Wirksamkeitsstudie oder die Entwicklung einer neuen Intervention betrifft - mit Ruhe und mehrmals auch mit anderen Fachpersonen zu diskutieren.

Noch einmal sei aber das Wort „Zeit“ betont. Wenn man die Geschichte der Wirksamkeitsstudie unter der Lupe nimmt, kann man sich mehrmals die Frage stellen, warum wir damals bestimmte Probleme nicht frühzeitig erkannt haben. Wenn man einen gewissen Abstand vom Projekt hat, hat man das Gefühl alles klarer zu verstehen und dass man bestimmte Fehler nicht gemacht hätte. Wenn man aber am Projektprozess beteiligt ist und alles sehr schnell abläuft, verliert man eben diese Klarheit und man macht Fehler, die man dann später bedauert - und nicht wirklich nachvollziehen kann.

Zeit bedeutet eben „Abstand nehmen“ und über Dinge mehrmals überlegen zu können - so ist es einfacher „Widersprüche“ und „Inkonsistenzen“ zu entdecken.

Die weiterreichende Implementierung von feelok

Immer noch mit dem Interesse und Unterstützung - und eigentlich teilweise direkter Ausführung - der Fachstelle „Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung“ konnte man die grösste Implementierungsaktion starten, die im Rahmen von feelok stattgefunden hatte.

Dies wiederum zeigt auch ein weiterer Vorteil der Zusammenarbeit mit anderen Institutionen, wenn es darum geht, ein gemeinsames Programm zu entwickeln: diese Institutionen sind dann bereit, das eigene feelok-Programm zu implementieren und bekannt zu machen. Diese Grundüberlegung und Erfahrung ist so wichtig, dass sie im 2005 zu einer Neuorganisation des Projektes führen wird.

So starteten im Februar 2004 (bis Ende Mai 2004) eine Reihe von Aktionen, um feelok und das Cannabisprogramm bekannt zu machen: durch Kontaktlehrpersonen wurden 40'000 Flyers an Schüler/innen und 6'000 Flyers an Lehrpersonen weitergeleitet. Gleichzeitig wurde eine neue Initiative gestartet: Pisspoint und Toilettenpapier, um feelok in den Toiletten der Schulen bekannt zu machen.

Pisspoint besteht aus Klebern (siehe Abb. 12). Den ersten Satz dieser Kleber (wie z.B. „Triffst du mich?“) kann man immer lesen. Wenn man drauf uriniert, erscheint der ganze Text wie z.B. „Treffende Informationen findest du unter feelok“. Insgesamt haben 38 Schulen im Kanton Zürich die Pisspoint-Kleber eingesetzt



Abb. 12: „Pisspoint“-„Toilettenpapier“. Mit dieser Massnahme konnten wir die Jugendlichen in origineller und innovativer Weise direkt über die Existenz von feelok informieren.

Die Kontaktperson von der Seite der Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung, Ute Herrmann war von dieser Idee begeistert. Ich war am Anfang dagegen - mild ausgedrückt. Die Vorstellung, dass man auf ein Programm, das so viel Arbeit gekostet hat, urinieren kann, war irgendwie erniedrigend. Am Ende entschied ich mich meinen Selbstwert beiseite zu lassen und Pisspoint zu unterstützen, unter der Bedingung, dass diese Massnahme im Rahmen einer begleitenden Evaluation getestet wird.

Immer noch zwischen Februar und Mai 2004 wurden Artikel in Zeitschriften über feelok veröffentlicht, Lehrpersonen wurden in der Verwendung von feelok weitergebildet, Links zu feelok wurden auf schulischen Websites veröffentlicht usw.

Die daraus folgende begleitende Evaluation der Implementierungsstrategien hatte keinen hohen wissenschaftlichen Anspruch. Es ging mehr um die Frage, die man mit einer einfachen Methode beantworten wollte (wir hatten sonst keine Mittel dafür), welche Massnahme in den Schulen zu einem höheren Bekanntheitsgrad von feelok geführt hatte und wie Pisspoint für die Knaben und das Toilettenpapier für die Mädchen von den Jugendlichen wahrgenommen wurden.

Grundsätzlich zeigte sich, dass von allen eingesetzten Massnahmen die Mehrzahl der Jugendlichen feelok wegen Pisspoint und wegen den Lehrpersonen kannte. Weniger wichtig waren die Flyer/Broschüren und alle anderen Massnahmen haben fast keinen zusätzlichen Beitrag zur Bekanntmachung des Programms geleistet. Es zeigte sich also, dass Pisspoint und Lehrpersonen von allen Massnahmen die zwei wichtigsten Strategien für die Unterstützung der Umsetzung von feelok waren.

Der Bericht kann unter www.feelok.ch heruntergeladen werden

Über Pisspoint kann man noch einige Anekdoten erzählen:

- Fast alle angefragten Berufs- und Mittelschulen im Kanton Zürich haben die Pisspoint-Massnahme genehmigt und eingesetzt (38 von 42). Das ist ein Erfolg für sich.
- Besonders gute Alliierte waren die Hausmeister dieser Schulen. Sie behaupten, dass durch Pisspoint die Toiletten sauberer bleiben, weil die Knaben motivierter sind, die Kleber zu treffen.
- Neutrale Reaktionen Pisspoint gegenüber gibt es kaum. Entweder reagieren die Leute enthusiastisch (häufig) oder sie haben eine negative Reaktion (selten). Fast alle Jugendlichen finden diese Aktion lustig.
- In der Zwischenzeit ist Pisspoint eine gezielte Massnahme geworden, um die Aufmerksamkeit der Leute zu reaktivieren: wenn im Rahmen eines Vortrages die Leute einschlafen, kann man mit Pisspoint ihre Aufmerksamkeit wieder wecken.
- Pisspoint ist eine neue Strategie und sie löst auch im Ausland grosses Interesse aus. Fast immer ist Bewunderung zu spüren, weil wir gewagt haben, eine solche Massnahme zu bewilligen und einzusetzen. Häufig kommt aber noch die Rückmeldung dazu, dass diese Aktion im Ausland nicht möglich wäre... aus kulturellen politischen Gründen... (was das auch immer bedeutet).
- Für die Mädchen gibt es längere Sprüche auf Toilettenpapier, weil sie mehr Zeit zum lesen haben. Es ist wirklich so, aber das finden die Leute im Rahmen von Vorträgen trotzdem lustig...

Diese Implementierungsmassnahmen zeigten ihre Wirkung. Die Anzahl Besuche steigerte und stabilisierte sich auf etwa 600-800 pro Tag. Eine Analyse auf Schulebene zeigte zudem, dass gegen Ende 2004 alle Mittelschulen und Berufsschulen des Kantons Zürich feelok kannten, dass rund die Hälfte das Programm verwendet hatte und von diesen mehr als die Hälfte das Programm als nützlich beurteilte (siehe Abb. 13).

Die Volksschule wird nicht direkt von der Fachstelle „Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich“ (FSMB) bedient, sondern arbeitet mit der Pädagogischen Hochschule Zürich (PHZH) zusammen. Auch die PHZH hatte Implementierungsmassnahmen für feelok eingesetzt, aber nicht so systematisch wie die FSMB. Etwa 1/3 der Volksschulen im Kanton ZH kannte feelok, von diesen hatten 2/3 das Programm verwendet und von diesen beurteilten mehr als 70% die Intervention als nützlich.

Fazit: die Implementierungsstrategien führten zu einer erheblichen Steigerung der Bekanntmachung eines Programms und häufig kann man die Schulen motivieren, das Interventionsprogramm zu verwenden, wenn man auf der eigenen Seite glaubwürdige und engagierte Partner hat.

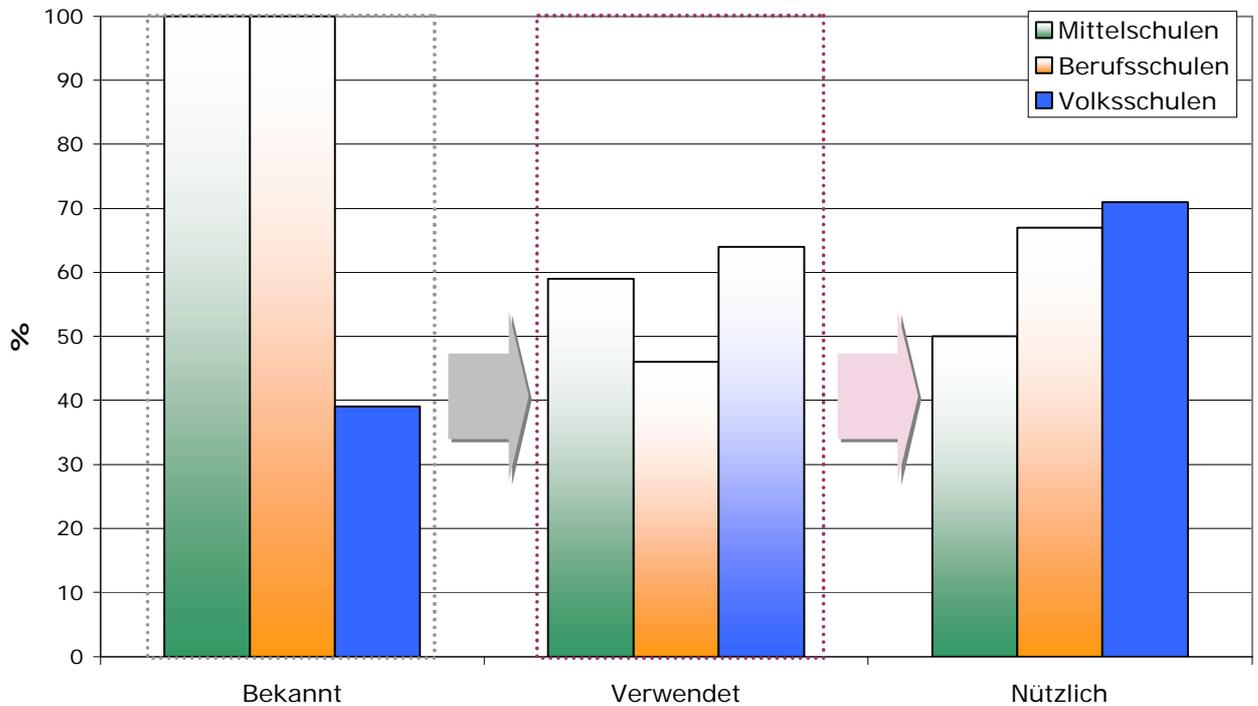


Abb. 13: Bekanntheitsgrad, Verwendung und erlebte Nützlichkeit von feelok in den Mittel-, Berufs- und Volksschulen des Kantons Zürich. Als Beispiel: alle Berufsschulen im Kanton Zürich sind über die Existenz von feelok informiert. Davon haben fast 60% das Programm verwendet und von diesen beurteilt die Hälfte, dass feelok ein nützliches Instrument ist (Ende 2004).

Danke an Ute Herrmann

Eine Person möchte ich an dieser Stelle explizit nennen und mich bei ihr bedanken: Ute Herrmann. Ohne sie und ohne ihre Arbeit hätte das Programm nicht so viel erreicht und wäre nicht so bekannt, wie das Ende 2004 der Fall war. Sie war eine entscheidende Persönlichkeit in verschiedenen Phasen des Projektes. Sie war die Projektleiterin im Rahmen der Entwicklung des Cannabisprogramms und hat zusammen mit Vigeli Venzin die Realisierung der ersten Erweiterung von feelok - Version 2 ermöglicht, sie hat die Wirksamkeitsstudie des Cannabisprogramms gefördert und die Kontakte mit den Schulen gepflegt, so dass wir schliesslich für die Studie 60 Schulen rekrutieren konnten. Sie hat weiter mit Energie und mit ihrem kraftvollen Temperament die Implementierung des Programms im Kanton Zürich gefördert. Für das und für alles, was noch in Zukunft kommen wird, wollte ich die Gelegenheit benutzen, Danke zu sagen.

Das Benutzerverhalten: wie wird feelok verwendet?

Wie wird feelok verwendet? Welche Programme werden besucht? Wie lange dauert ein Besuch? Bis Mitte 2003 wussten wir nichts darüber, bis der Provider von feelok, Interway, mit dem wir nur gute Erfahrungen gemacht haben, uns ein neues Statistiktool zur Verfügung stellte (Abb. 14). Und dann zeigte sich - mit Erschrecken - dass rund die Hälfte der Besuche von feelok - gemäss dieses Tools - weniger als 30 Sekunden dauert. Hatten wir also viele Besuche, aber sie dauerten einfach kurz? War das Programm zu schlecht, um die Leute dazu zu bringen, in feelok zu bleiben?

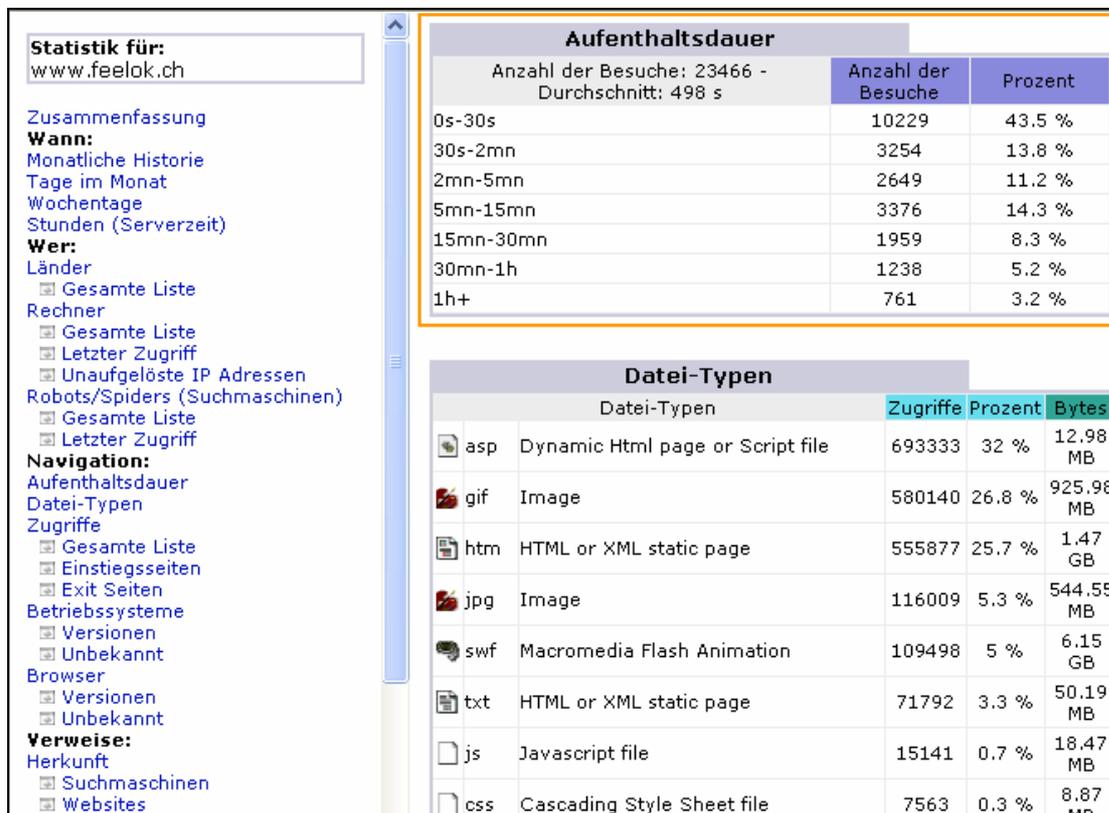


Abb. 14: das im September 2003 lancierte neue Statistiktool von Interway, das die Besuche von feelok protokolliert. Es ist z.B. ersichtlich, dass 43.5% der Besuche (N=10'229) weniger als 30 Sekunden gedauert hat. Das Ergebnis könnte als enttäuschend beurteilt werden. In Wahrheit – verglichen mit anderen Websites – können diese Befunde als positiv beurteilt werden.

Dieses Statistiktool wird auch von anderen Websites verwendet, was ein Vergleich ermöglicht. Grundsätzlich zeigte es sich schon Mitte 2003, dass es in Bezug auf die Dauer der Besuche allen schlecht geht - oder allen gleich gut, positiv formuliert. Bei fast allen untersuchten Websites, bei denen ich Daten sammeln konnte, dauern 50% bis 80% der Besuche weniger als 30 Sekunden. Diesbezüglich konnte feelok noch gute Werte vorweisen.

Aber trotzdem: es zeigte sich die Notwendigkeit, mehr über diese Besuche zu erfahren. Die Informationen des Providertools waren zu wenig detailliert, um die für uns interessanten Fragestellungen zu beantworten. Deswegen entschieden wir uns eine Statistiksoftware zu entwickeln und während einem Jahr im Hintergrund des Programms laufen zu lassen. Diese Software hatte die Aufgabe das Verhalten der Besucher/innen zu protokollieren: von den Besuchern/innen gewählte Programme, Dauer der Besuche pro Programm und Modul, Sequenz der gewählten Programme usw. Um die echten von den unechten Besuchern/innen zu unterscheiden, wählten wir eine Zeitgrenze von drei Minuten. Nur wenn jemand ein feelok-Programm während mindestens drei Minuten besucht, gilt diese Person für dieses Programm als ein echter Besucher/in. Die anderen Besuche, jene, die kürzer als 3 Minuten dauern, wurden ebenso protokolliert, aber sie wurden für die weitere Datenanalyse nicht berücksichtigt.

Im September 2004 standen die Ergebnisse der Statistiksoftware zur Verfügung. So entdeckten wir, dass das Programm „Liebe und Sexualität“ 1675 Mal pro Monat, die Fun-Seite 1566, die Test-Site 1323, das Rauchprogramm 839, das Cannabisprogramm 829, das Stressprogramm 465, das Selbstvertrauenprogramm 364 und das Internetprogramm für Anfänger/innen 62 Mal pro Monat mindestens 3 Minuten max. 4 Stunden besucht wurde (Tab. 1).

Tab. 1: Details über das Benutzerverhalten der feelok-Besucher/innen differenziert nach Programm für die Periode September 2003 - September 2004 (feelok - Version 2). Der vollständige Bericht kann unter www.feelok.ch herunter geladen werden. Für mehr Informationen betreffend Abkürzungen siehe die Fussnote³

Programm	N. B./J.	N. B./Mt.	% B./Mt.	Min./ B.	% B. (3+)	Median	SA	Tage	% B./Alle	% B. / Alle 3+
Liebe & Sex	20104	1675	24	17	45	9.6	21.3	233.4	11.1	43.9
Fun	18793	1566	22	25	45	12.8	32.9	331.3	10.4	41.0
Test	15873	1323	19	19	62	12.1	22.4	205.0	8.8	34.6
Rauchen	10074	839	12	20	52	11.3	24.6	138.0	5.6	22.0
Cannabis	9946	829	12	23	59	13.7	26.2	161.2	5.5	21.7
Stress	5580	465	7	20	40	10.6	26.2	75.8	3.1	12.2
Selbstvertrauen	4367	364	5	20	44	10.3	27.9	60.4	2.4	9.5
Internet	749	62	1	20	38	10.7	26.6	10.1	0.4	1.6
Summe	85486	7124	100					1215.3	47.2	

In einem Satz zusammengefasst konnten wir Folgendes feststellen:
feelok hat zwischen 8. September 2003 und 7. September 2004 eine Intervention von insgesamt 874 Tagen (1 Tag = 24 Stunden) geleistet. In dieser Berechnung wurden nur die Programme berücksichtigt, die einen direkten Bezug zur Gesundheitsförderung oder Prävention haben, nämlich das Programm „Liebe & Sexualität“, die psychologischen Tests, das Cannabis-, das Rauch- und das Stress- sowie das Selbstvertrauenprogramm. Zudem wurden in dieser Berechnung nur die Besuche berücksichtigt, die pro Programm mehr als drei Minuten und weniger als 4 Stunden dauerten.
 Zu allen diesen Daten gibt es unter www.feelok.ch einen Bericht dazu.

Für die punktuelle wissenschaftliche Unterstützung möchte ich an dieser Stelle dem Leiter der Abteilung „Gesundheits- und Interventionsforschung“ (Abteilung IV des ISPMZ), Georg Bauer für seine Empfehlungen und Verbesserungsvorschläge danken.

Das Netzwerk Schweiz „bildung+gesundheit“: finanzielle Unterstützung und neue Perspektiven

Die Tatsache, dass die Arbeit im Jahr 2004 fortgesetzt wurde, ist ein Beweis dafür, dass nach dem Jahr 2003 irgendwie noch eine Finanzierungsquelle für das Projekt gefunden wurde. Die finanzielle Unterstützung kam Ende 2003 ohne administrative Schwierigkeiten und ohne kompliziert zu bewilligende Konzepte vom Bundesamt für Gesundheit.

3

N. B. /J. = Nummer (Anzahl) Besuche pro Jahr (mind. 3 Min., max. 4 Stunden)

N. B. /Mt. = Durchschnittliche Nummer (Anzahl) Besuche pro Monat

% B. / Mt. = Prozentsatz Besuche pro Monat oder Jahr (verglichen mit den anderen Programmen oder Modulen der Tabelle)

Min. / B. = Durchschnittliche Dauer in Minuten pro Besuch (Besuche unter 3 Minuten und über 4 Stunden ausgeschlossen)

% B. (3+) = % der Besuche, die sich mit dem entsprechenden Programm oder Modul länger als 3 Minuten beschäftigt haben

Median = Zeigt, wie sich die Dauer (in Minuten) der Besuche verteilt („10“ bedeutet z.B. dass 50% der Besuche länger als drei und kürzer als 10 Minuten dauerte. Die Dauer der anderen Besuche verteilt sich zwischen 10 Minuten und vier Stunden)

SA = Standardabweichung in Minuten

Tage = Anzahl Tage (von 24 Stunden) geleisteter Intervention zwischen dem 8. September 03 und dem 7. September 04 (Besuche unter 3 Minuten und über 4 Stunden ausgeschlossen)

% B./Alle = Prozentsatz der Besuche, die sich mit diesem Programm (oder Modul) mindestens 3 Minuten beschäftigt haben, verglichen mit allen Besuchen von feelok unabhängig von ihrer Dauer

% B./Alle 3+ = Prozentsatz der Besuche, die sich mit diesem Programm (oder Modul) mindestens 3 Minuten beschäftigt haben, verglichen mit allen Besuchen von feelok, die mindestens 3 Minuten dauerten.

Das Bundesamt für Gesundheit war schon damals für das Netzwerk Schweiz „bildung+gesundheit“ (b+g) verantwortlich. b+g besteht aus so genannten Kompetenzzentren. Dabei handelt es sich um wichtige Institutionen, wie die SFA, die Fachhochschule Aargau, die SGE (Schweizerische Gesellschaft für Ernährung) usw., die einen wichtigen Beitrag im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung leisten (Details dazu unter www.bildungundgesundheit.ch). In diesem Netzwerk wurde auch feelok aufgenommen, aber nicht als Kompetenzzentrum, sondern als Leistungsanbieter. Die im Jahr 2003 erhaltenen SFr. 70'000 ermöglichten die Fortsetzung unserer Arbeit für das Jahr 2004. Für seine wichtige Unterstützung möchte ich an dieser Stelle dem Leiter des Netzwerkes Beat Hess herzlich danken. Ohne seine Unterstützung hätte feelok sehr wahrscheinlich schon Ende 2003 aufgehört zu existieren.

Die Wichtigkeit von b+g im Jahr 2004 reichte aber über die reine finanzielle Unterstützung des Projektes hinaus. feelok kam mit nationalen Institutionen eng in Kontakt. Einige Themen, die in feelok schon behandelt wurden, waren ebenso Anliegen einiger Partner dieses Netzwerkes (Stress, Selbstvertrauen, Sexualität). Andere gesundheitsrelevanten Themen, wie Alkohol, Ernährung oder Bewegung fehlten noch.

Die Einbettung in einem multiinstitutionellen Netzwerk wird im Jahr 2005 und 2006 grosse Auswirkungen auf die Weiterentwicklung des Projekts haben. Eine erste unmittelbare Konsequenz war der Entwicklungsbeginn des Alkoholprogramms in Partnerschaft mit der SFA und mit Jacqueline Sidler als engagierte Kontaktperson und Verantwortliche für den Inhalt.

Das Bewegungs- und Ernährungsprogramm: wie es begann

Ebenfalls relevant für feelok (und selbstverständlich für meine persönliche Entwicklung) war meine doppelte Anstellung, die im Oktober 2002 begann. Bis dahin war ich fast 100% nur für feelok zuständig. Ab Oktober 2002 konnte ich mein Pensum im Rahmen von feelok auf 40% reduzieren und eine neue Herausforderung am Bundesamt für Sport (BASPO) annehmen (60%). Dank dieser neuen Anstellung begann schon Anfang 2004 die Entwicklung des Bewegungsprogramms von feelok, das wenige Monate später konzeptionell mit der Ernährungsdimension erweitert wurde.

Anders als bei der Entwicklung der Programme der Version 1 und 2 gab es dieses Mal keinen grossen Zeitdruck, so dass es nicht notwendig war, alle Entscheidungen betreffend Programmentwicklung blitzschnell treffen zu müssen. So konnte ich das Bewegungsprogramm aufgrund der vorherigen Erfahrungen und mit der Unterstützung von Experten sowohl auf BASPO-, wie auch auf ISPM-Seite entwickeln, ohne gegen die Zeit rennen zu müssen. Das war genau, was ich gelernt hatte. „Sich Zeit“ nehmen um ein besseres Programm zu gestalten.

Für die Möglichkeit am Bundesamt für Sport zu arbeiten und unter anderem auch das Bewegungsprogramm zu entwickeln, möchte ich dem Leiter des Ressorts „Bewegung und Gesundheit“ Brian Martin und meiner geschätzten Kollegin Eva Martin danken. Für die Entwicklung des Bewegungsprogramms möchte ich zudem ganz herzlich Gerda Jimmy danken, die mit ihrer Fachkompetenz meine Arbeit bei dieser Herausforderung massgeblich unterstützt hat.

Der erste internationale Kontakt

Eines Tages - Anfang 2004 - nahm Frau Doris Kuhness von Styria Vitalis aus Österreich Kontakt mit mir auf. Sie hatte im Internet nach Internetprogrammen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention recherchiert und so zufälligerweise feelok entdeckt. Sie war vom Programm so positiv beeindruckt, dass sie nach Zürich kam, um eine mögliche Zusammenarbeit zu diskutieren.

Beim ersten Treffen war mir noch unklar, wie man ein schweizerisches Programm wie www.feelok.ch so umwandeln konnte, dass seine Inhalte auch für ein österreichisches Zielpublikum relevant würden. Wir entschieden uns damals, dass die Verbreitung der schweizerischen Version von feelok in Österreich vielleicht nicht die optimale Variante gewesen wäre, aber dass eine umfassende Anpassung auf österreichische Verhältnisse der Inhalte - aus ökonomischen Überlegungen - ebenso nicht realisierbar war. Viel besser war es für Doris Kuhness und für die Fachstelle Styria Vitalis die vorhandenen finanziellen Mittel in die Implementierung und Bekanntmachung des Programms in Österreich zu investieren, anstatt ein neues feelok für Österreich zu entwickeln, was sehr teuer gewesen wäre.

In einem ersten Schritt wurden zwei neue Adressen lanciert: www.feelok.at und www.feelok.de. Die Inhalte dieser zwei Adressen waren 100% vergleichbar mit jenen von www.feelok.ch. Das war schon alles für das Jahr 2004. Die technischen Möglichkeiten von feelok im Jahr 2005 wurden dann so massiv erweitert, dass eine Anpassung der Informationen aufgrund der gewählten Internetadresse möglich wurde. Mehr dazu auf den nächsten Seiten.

Das Ende des Projektes wurde das dritte Mal geplant

Viel war los, viel wurde geplant. Aber nach wie vor war auch Anfang 2004 unklar, wie es finanziell mit dem Projekt nach dem Jahr 2005 weiterlaufen würde.

Starke Partner und Institutionen, die in der Lage waren oder willig gewesen wären, Mittel zu investieren, hatte feelok nicht.

Gesundheitsförderung Schweiz hatte weiterhin die Absicht, was die Gesundheitsförderung bei Jugendlichen via Internet betrifft, finanzielle Ressourcen nur in tschau.ch zu investieren, was ihr Recht war. Dazu hatte Gesundheitsförderung Schweiz versucht - mit partiellem Erfolg - das Bundesamt für Gesundheit ebenso zu überzeugen, nach dem Jahr 2004 keine Mittel mehr in feelok zu investieren, sondern nur tschau.ch zu unterstützen, was teilweise gelang.

Tatsache war, dass die weitere Existenz von feelok klar bedroht war. Nicht nur verfügte das Projekt über immer weniger Mittel, sondern das Programm selbst wurde auch immer älter - technisch und inhaltlich. Fast alle feelok-Programme waren schon 3 Jahre alt. In den letzten drei Jahren (2002-2004) hatte die Informatik eine rasante Entwicklung erlebt: die Internetverbindungen wurden immer schneller und die Computer auch im schulischen Setting immer leistungsfähiger. feelok blieb aber immer gleich und wir hatten keine Mittel neue Technologien einzusetzen, um das Programm zu modernisieren. Auch inhaltlich begegneten uns die ersten Probleme. Es gab neue Methoden, z.B. im Verhütungsbereich, neue epidemiologische Daten und neue Gesetze. Es war unmöglich für eine einzelne Person und eine einzelne Institution, die inhaltliche Komplexität eines solchen Programms zu bewältigen.

Offiziell wurde somit entschieden, dass feelok im Jahr 2005 ohne neue Mittel, keine Projektleitung mehr gehabt hätte und dass man nach wenigen Jahren auch den Webauftritt aufgehoben hätte. Diese Entscheidung war schwierig mit der Tatsache zu vereinbaren, dass gleichzeitig das Alkohol-, Bewegungs- und Ernährungsprogramm in Entwicklung waren -und dass eine transnationale Zusammenarbeit mit Österreich in der Aufbauphase war.

Das Parlament in Bern hatte im Jahr 2002 oder 2003 eine Stiftung mit jährlichen SFr. 18'000'000.-- bewilligt, den so genannten Tabakpräventionsfond. Da ich am Bundesamt für Sport angestellt war, konnte ich immer wieder nachfragen, wann man Gesuche zu diesem Fond stellen konnte. Hartnäckig bin ich dabei geblieben, bis ich erfahren hatte, dass die Stiftung bereit war, Gesuche zu erhalten.

In 6 Tagen - Juli 2004 - habe ich das Konzept geschrieben und zwei Monate später - Ende August 2004 - bekam ich das schönste E-Mail des Jahres: der TPF hatte das Gesuch bewilligt und ermöglichte somit einen starken finanziellen Schub für das Projekt.

Und so wussten wir - Mitte 2004 - dass das Projekt noch einmal kurz vor dem Ende wieder gerettet wurde. Es war eine einmalige Möglichkeit, die wachsenden Probleme des Projektes wahrzunehmen und nach neuen innovativen Lösungen zu suchen.

Die neue Perspektive (ab 2005)

Das neue multi-institutionelle Konzept

Im Rahmen von feelok hatte ich Einiges erkannt: ein solches Monsterprojekt kann nicht mehr von einer Person geleitet werden. feelok brauchte ein Netzwerk von Partnern, die bereit sind, ihr Wissen durch das Programm zu vermitteln und bereit sind, sich mit dem Projekt zu identifizieren.

Um dieses Netzwerk zu verwirklichen, musste aber feelok in einem ersten Schritt technisch erweitert werden. Ausgehend vom Rauchprogramm wurde eine neue Datenbank mit einem Content Management System (CMS) entwickelt. Ein solches CMS ermöglicht die Aktualisierung der Inhalte via Browser: mit anderen Worten können potentielle Partner eigene Inhalte direkt via Explorer oder Firefox aktualisieren, ohne über Programmierkenntnisse zu verfügen.

Als klar wurde, dass das CMS realisiert werden konnte, starteten schon Anfang 2005 erste Diskussionen; zuerst im Rahmen von b+g - später auch ausserhalb dieses Netzwerkes - mit potentiellen Partnern, um das Interesse für die Verwaltungsaufgabe eines feelok-Programms zu erkunden. Die Reaktionen der Partner waren durchaus positiv. Ende 2005 konnte mit 6 Partnern eine Vereinbarung unterschrieben werden, in der Pflichten und Rechte vom ISPMZ und von den Partnern in Bezug auf die Verwaltung der feelok-Programme schriftlich geregelt wurden (Abb. 15).

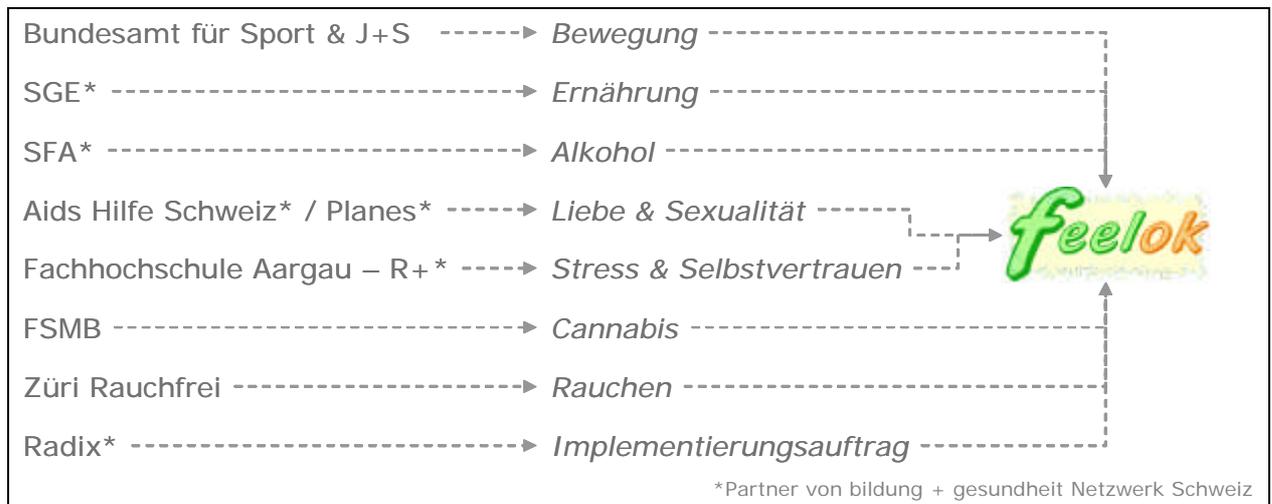


Abb. 15: Das Netzwerk von feelok gemäss multi-institutionellem Konzept (die Abkürzungen: J+S = Jugend und Sport, SGE = Schweizerische Gesellschaft für Ernährung, SFA = Schweizerische Fachstelle für Alkohol und andere Drogenprobleme, R+ = Ressourcen Plus, FSMB = Fachstelle für Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung des Kantons Zürich)

Durch die neue Verwaltungsorganisation von feelok beabsichtigte man Folgendes zu erreichen:

- Sicherstellen, dass die Inhalte von feelok korrekt, aktuell und für Jugendliche angemessen sind.
- Den Schulen für die Verwendung im Unterricht möglichst eine einzige internetbasierte Anwendung zur Verfügung stellen, in welcher die Themen aktuell und in vertrauter Form dargestellt sind.
- Die Implementierungsarbeit dank gegenseitiger Synergien fördern: die einzelnen Institutionen sollen gemäss ihren Ressourcen und Prioritäten die von ihnen selber

erstellten oder verwalteten Programme bekannt machen. Von dieser Implementierungsarbeit (z.B. Beiträge in Newsletters, Zitierung des eigenen feelok-Programms in neuen Flyers/Broschüren, Link zum eigenen feelok-Programm in der Institutionswebsite, Vorstellung des eigenen feelok-Programms in Weiterbildungscurricula usw.) profitieren synergetisch alle Programme von feelok.

- Sicherstellung des Programms, auch wenn in Zukunft die Ressourcen fehlen würden, um die Projektleitung zu finanzieren

Das neue CMS erleichterte zudem auch die transnationale Zusammenarbeit. Mit dem neuen System war es möglich die Inhalte von bestimmten Rubriken freizugeben. Die österreichischen Partner haben so heute die Möglichkeit, die Inhalte von www.feelok.at selbst zu aktualisieren und den Bedürfnissen der eigenen nationalen Zielgruppe anzupassen.

Die neuen Programme

Ebenso im Jahr 2005 konnten schliesslich das neue Rauchprogramm (siehe die Abb. 16 für die Version 1 und die Abb. 17 für die Version 2.1), das Alkoholprogramm, sowie die erste Version des Bewegungs- und Ernährungsprogramms veröffentlicht werden.

Die Aktualisierung der Inhalte der alten Programme (Sexualität, Stress und Selbstvertrauen) begann ebenso im Jahr 2005 und sie sollte bis Ende 2006 abgeschlossen sein.



Abb. 16: Version 1 des Rauchprogramms von feelok (2002-2004)



Abb. 17: Version 2.1 des Rauchprogramms von feelok (ab 13.4.2005) mit einer neuen Navigationsleiste, mit einem neuen Design, mit einer verbesserten Benutzerfreundlichkeit und mit einem neuen „Content Management System“.

Die Evaluation

Auch die Evaluationsaufgaben wurden fortgesetzt. Aufgrund der strukturellen Änderung des Rauchprogramms von Version 1 bis zur Version 2.1 bestand die Möglichkeit zu untersuchen, welche Auswirkungen die Restrukturierung eines Internetprogramms auf das Besucherverhalten hat. Die spannenden Ergebnisse werden wahrscheinlich in einer Publikation veröffentlicht, die ebenso unter www.feelok.ch im Laufe des Jahres 2006 herunterzuladen sein wird.

Gleichzeitig - nach zwei Jahren Überlegungen - konnte unsere erste internetbasierte Wirksamkeitsstudie eingeleitet werden. Die vollständigen Ergebnisse sind aber nicht vor Ende 2007 zu erwarten, weil die Untersuchung inklusiv Follow-up zwei Jahre in Anspruch nimmt.

Immer mehr Besucher/innen

feelok wurde immer häufiger besucht. Die ursprünglichen täglichen 100-200 Besuchen im Jahr 2002 verdoppelten sich schon 1 ½ Jahren später und stiegen weiter bis zu den 1'000 täglichen Besuchern/innen im Jahr 2006 (Abb. 18).

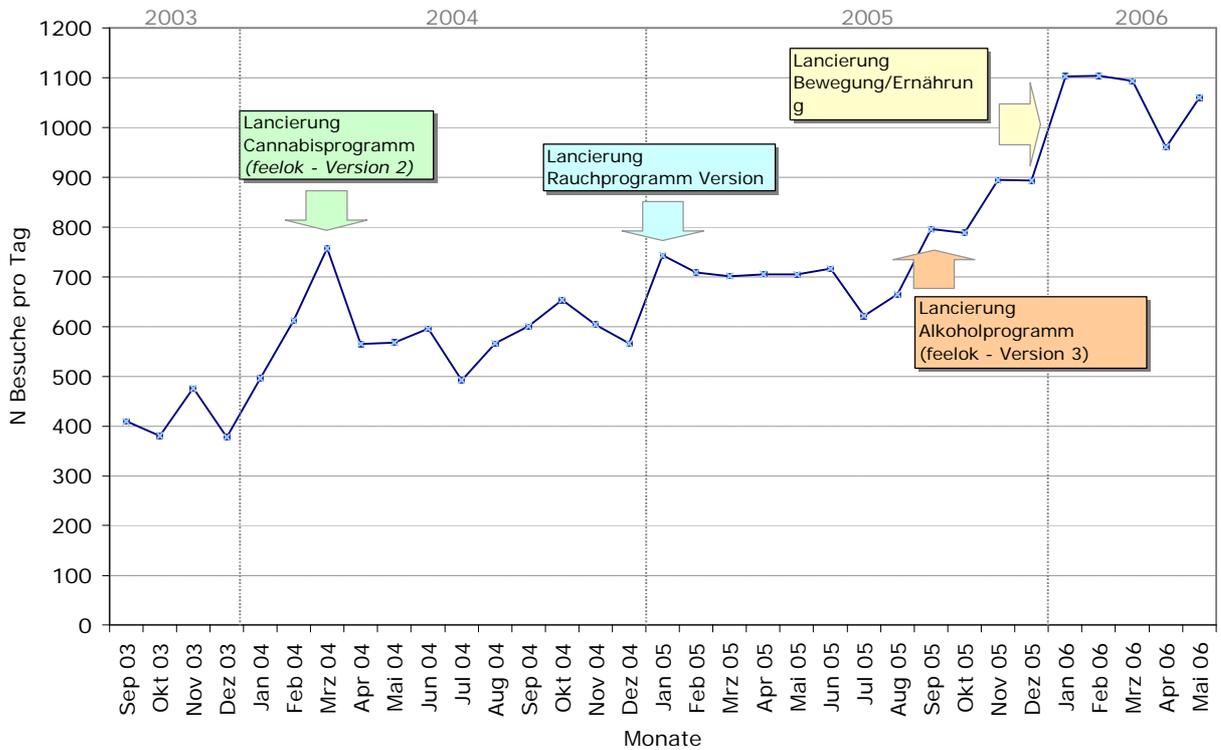


Abb. 18: Tägliche Anzahl Besuche zwischen September 2003 und Mai 2006

Auch die Verbreitung von feelok in Österreich und Deutschland bekam im Jahr 2006 ein interessantes Ausmass wie Abb. 19 zeigt.

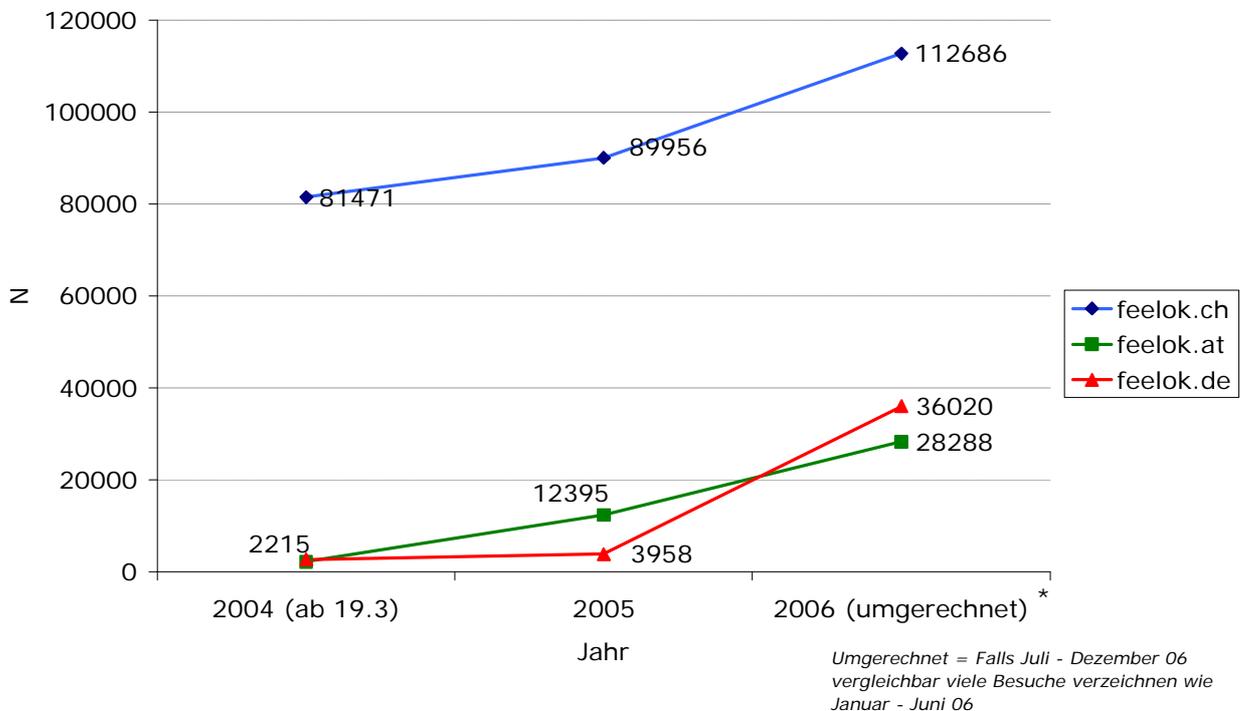


Abb. 19: Jährliche Anzahl Besuche, die die Adresse www.feelok.ch, www.feelok.de und www.feelok.ch wählen. Die Werte für Jahr 2006 wurden umgerechnet und basieren auf die Annahme, dass die Anzahl Besuche der 2. Jahreshälfte vergleichbar ist, wie diese der ersten 6 Monate.

Schlusswort

Wenn ich an die letzten 6 Jahre denke, mit den normalen alternierenden guten und schlechten Zeiten, bin ich überzeugt, dass sich diese Erfahrung und die in diesem Projekt investierte Zeit gelohnt haben. Nicht nur hat feelok von meiner Arbeit sicher profitiert, aber das Projekt hat mir ebenso viel zurückgegeben - Erfahrungswert, menschliche Kontakte, eine Gelegenheit, etwas für die anderen zu tun.

Ich hätte es Schade gefunden, wenn diese Erfahrungen verloren gegangen wären, so bald ich nicht mehr im Projekt mit dabei gewesen wäre. Ich stelle mir vor, dass das Geschehene auch für andere Personen von Interesse sein könnte, um vielleicht am Anfang ihrer Karriere als Projektleiter/innen durch einen Erfahrungsbericht mitzuerleben, wie sich jenseits Theorien und Konzepte, ein Projekt in der Welt entwickeln kann. Das war mein Beitrag dazu...

Oliver Padlina, 20.7.2006