



SUCHT | SCHWEIZ

Lausanne, Oktober 2015  
Forschungsbericht Nr. 77

# **Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» - Teilstudie 1B**

## **Umsetzung von «cool and clean» bei sportlich aktiven Jugendlichen im Breitensport**

Stephanie Stucki  
Matthias Wicki

*Im Auftrag von Swiss Olympic und in Zusammenarbeit mit Interface Politikstudien  
Finanziert durch den Tabakpräventionsfonds*

PRÄVENTION | HILFE | FORSCHUNG

## Impressum

---

|                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Auskunft:</b>      | Stephanie Stucki, Tel. ++41 (0)21 321 29 11<br><a href="mailto:ssucki@suchtschweiz.ch">sstucki@suchtschweiz.ch</a>  |
| <b>Bearbeitung:</b>   | Stephanie Stucki, Matthias Wicki, Christiane Gmel   |
| <b>Vertrieb:</b>      | Sucht Schweiz, Forschung, Postfach 870, 1001 Lausanne,<br>Tel. ++41 (0)21 321 29 46, Fax ++41 (0)21 321 29 40<br><a href="mailto:ebacher@suchtschweiz.ch">ebacher@suchtschweiz.ch</a>   |
| <b>Bestellnummer:</b> | Forschungsbericht Nr. 77  |
| <b>Grafik/Layout:</b> | Sucht Schweiz   |
| <b>Copyright:</b>     | © Sucht Schweiz Lausanne 2015   |
| <b>ISBN:</b>          | 978-2-88183-170-6   |
| <b>Zitierhinweis:</b> | Stucki, S. & Wicki, M. (2015). <i>Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» Teilstudie 1B - Umsetzung von «cool and clean» bei sportlich aktiven Jugendlichen im Breitensport</i> (Forschungsbericht Nr. 77). Lausanne: Sucht Schweiz. |

---

## Dank

Unser Dank gilt insbesondere allen Teams respektive den Teamleitenden oder Verbandspersonen, die sich bereit erklärt haben, an der Befragung teilzunehmen. Ohne ihre Bereitschaft, Trainingszeit für die Befragung zu investieren, wäre diese Studie nicht möglich gewesen. Herzlich danken wir auch Swiss Olympic für die Finanzierung der Studie und insbesondere Adrian von Allmen für seine Unterstützung. Ebenso bedanken wir uns beim Schweizerischen Tabakpräventionsfonds für die finanzielle Unterstützung von «cool and clean» und damit dieser Studie. Andreas Balthasar möchten wir für die umsichtige Planung der Evaluationsstudien und die angenehme Zusammenarbeit danken. Bei Sucht Schweiz bedanken wir uns bei Lydie Le Mével für die Mithilfe bei der französischsprachigen Durchführung der Gruppengespräche und für die Übersetzungen. Zudem danken wir Edith Bacher und Christiane Gmel für die Unterstützung bei der Erstellung von Tabellen und dem Layout des Berichts. Unser Dank gilt darüber hinaus Sandra Kuntsche, Marie-Louise Ernst und Gerhard Gmel für die Unterstützung bei der Planung der Studie und die Qualitätssicherung.



# Inhaltsverzeichnis

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Zusammenfassung</b> .....  | <b>5</b>  |
| <b>Summary</b> .....  | <b>13</b> |
| <b>1 Hintergrund der Evaluation &amp; Forschungsfragen</b> .....                | <b>21</b> |
| <b>2 Methode</b> .....  | <b>23</b> |
| 2.1 Stichprobe .....  | 23        |
| 2.2 Leitfaden für die Gespräche (Fragebogen).....                               | 26        |
| 2.2.1 Leitfaden für die Gruppengespräche mit den Jugendlichen.....              | 26        |
| 2.2.2 Befragung der Teamleitenden .....   | 26        |
| 2.3 Ablauf der Befragung .....  | 28        |
| 2.4 Analysen .....  | 28        |
| 2.5 Grenzen der Analysen .....  | 28        |
| <b>3 Ergebnisse der Evaluation</b> .....  | <b>30</b> |
| 3.1 Das Programm «cool and clean».....  | 30        |
| 3.2 Commitments .....   | 31        |
| 3.2.1 Bekanntheit der Commitments .....   | 31        |
| 3.2.2 Verständlichkeit der Commitments.....                                     | 32        |
| 3.2.3 Existenz eines eigenes Commitment .....                                   | 33        |
| 3.2.4 Einhaltung der Commitments & diesbezüglicher Handlungsbedarf .....        | 34        |
| 3.3 Interventionen im Rahmen des Programms «cool and clean» .....               | 36        |
| 3.3.1 Spontane Nennungen.....   | 36        |
| 3.3.2 Spielformen.....  | 37        |
| 3.3.3 Informations- & Arbeitsmaterial .....                                     | 39        |
| 3.3.4 Geschichtenkarten („Episoden aus der Geschichte des Sports“) .....        | 40        |
| 3.3.5 Einzel- & Gruppengespräche.....   | 41        |
| 3.3.6 Häufigkeit pro Jahr.....  | 42        |
| 3.3.7 Subjektive Wirkung von «cool and clean» .....                             | 43        |
| 3.4 Identifikation mit «cool and clean» & Teamkohäsion.....                     | 43        |
| 3.4.1 Identifikation mit «cool and clean» .....                                 | 43        |
| 3.4.2 Teamkohäsion .....  | 45        |
| 3.5 Anmeldung bei «cool and clean» & Fluktuation im Team.....                   | 45        |
| 3.6 Wünsche & Ideen.....  | 47        |
| <b>4 Diskussion</b> .....   | <b>50</b> |
| 4.1 Förderliche und hemmende Faktoren im Zusammenhang mit «cool and clean»..... | 50        |
| 4.1.1 Engagement der Teamleitenden & Leistungsorientierung der Teams .....      | 50        |

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| 4.1.2    | Commitments: engagierte Selbstverpflichtung ist als Ziel ziemlich hoch gesteckt.....           | 52        |
| 4.1.3    | Positive Verstärkung & Identifikation mit «cool and clean» .....                               | 53        |
| 4.1.4    | Mögliche Unterschiede nach Alter, Geschlecht und Sprachregion .....                            | 54        |
| 4.1.5    | Erkenntnisse aus der Befragung vier zusätzlicher Teams .....                                   | 55        |
| 4.2      | Weitere, nicht auf die Umsetzung von «cool and clean» bezogene Ergebnisse der Evaluation ..... | 56        |
| 4.2.1    | Ungenauigkeiten im Konzept von «cool and clean».....   | 56        |
| 4.2.2    | Anmeldeprozedere.....  | 57        |
| 4.3      | Mögliche Wirkungsweise von «cool and clean» .....  | 57        |
| 4.4      | Abschliessende Empfehlungen .....  | 58        |
| <b>5</b> | <b>Synthese: Ergebnisse der Teilstudien 1A und 1B.....</b>                                     | <b>61</b> |
| <b>6</b> | <b>Literatur.....</b>  | <b>65</b> |
| <b>7</b> | <b>Anhang.....</b>   | <b>66</b> |
| 7.1      | Stichprobe .....   | 67        |
| 7.2      | Infobrief an die Teamleitenden.....  | 68        |
| 7.3      | Leitfaden für die Gruppengespräche.....  | 69        |
| 7.4      | Schriftlicher Fragebogen für die Teamleitenden .....   | 77        |

## Tabellenverzeichnis

|            |   |    |
|------------|---|----|
| Tabelle 1  | Übersicht der Forschungsfragen .....  | 22 |
| Tabelle 2  | Zielwerte für die qualitativen Gespräche und realisierte Stichprobe .....   | 24 |
| Tabelle 3  | Übersicht der berücksichtigten Themenbereiche bei den Jugendlichen und den Teamleitenden .....  | 27 |
| Tabelle 4  | Eigene Commitments und Übereinstimmung zwischen Teamleitenden und Jugendlichen .....  | 34 |
| Tabelle 5  | Verwendung von Informations- und Arbeitsmaterialien in Trainings der aktuellen Saison (häufigste Nennungen mit Farbe hinterlegt) .....  | 39 |
| Tabelle 6  | Durch die Jugendlichen und Teamleitenden geäußerte Wünsche und Ideen inkl. Grobeinschätzung durch das Evaluationsteam .....   | 48 |
| Tabelle 7  | Grobeinteilung der befragten Teams nach den Aspekten „Leistungsorientierung“ und „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ inkl. fördernde und hemmende Faktoren in Bezug auf die Umsetzung des Programms ..... | 51 |
| Tabelle 8  | Zusammenfassung der Ergebnisse (aus Sicht der Jugendlichen), Übereinstimmung der Teilstudien 1A und 1B und Kommentare des Evaluationsteams.....   | 63 |
| Tabelle A1 | Bei «cool and clean» angemeldete Teams und angestrebte Stichprobe .....   | 67 |

## Abbildungsverzeichnis

|             |  |    |
|-------------|--|----|
| Abbildung 1 | Wahrgenommener Handlungsbedarf durch die Teamleitenden, nach Commitment .....                                    | 35 |
| Abbildung 2 | Durchschnittliche Häufigkeit der Durchführung der Spielformen in den letzten 15 Trainings, nach Commitment ..... | 38 |
| Abbildung 3 | Durchschnittliche Anzahl Gruppen- und Einzelgespräche während der letzten 15 Trainings, nach Commitment .....    | 41 |

# Zusammenfassung

## 1. Hintergrund der Evaluation & Forschungsfragen

In früheren Evaluationsstudien zur Wirksamkeit des Programms «cool and clean» bei Jugendlichen (Annaheim et al., 2007, Wicki et al., 2011) hat sich herausgestellt, dass «cool and clean» wirksam ist. Hingegen war die Umsetzung von «cool and clean» in den jeweiligen Teams unklar. Beispielsweise war nicht bekannt, ob die bei den Spielen vorgesehenen Nachgespräche und Diskussionen wirklich stattfanden beziehungsweise ob die jeweiligen Spielformen in Zusammenhang zu den Commitments gesetzt wurden. Auch ob und wie «cool and clean» an neue Teammitglieder vermittelt wurde, blieb unklar. Darüber hinaus kannte annähernd ein Siebtel der in den vorangegangenen Evaluationen befragten Jugendlichen «cool and clean» nicht. Für die vorliegende Teilstudie 1B stand somit die Frage im Zentrum, wie die Jugendlichen die Umsetzung von «cool and clean» in einzelnen Teams wahrnehmen.

Die zu beantwortenden Forschungsfragen betrafen zum einen das Programm «cool and clean» und die Commitments, andererseits die verschiedenen Interventionen wie beispielsweise die Spielformen oder die Geschichtenkarten, die Identifikation mit dem Programm «cool and clean» und der Umgang mit Neuanmeldungen oder Fluktuationen im Team. Ein besonderer Fokus wurde auf den Einfluss des Programms hinsichtlich jugendlichen Substanzkonsums gelegt.

## 2. Methode

Mithilfe eines halbstrukturierten Fragebogens wurden 19 circa 25-minütige Fokusgruppengespräche mit durchschnittlich zehn Jugendlichen aus an «cool and clean» teilnehmenden Teams durchgeführt. Basierend auf diesen Gesprächen wurden Erkenntnisse zur Umsetzung, Wahrnehmung und Beurteilung des Programms abgeleitet. Auf diese Befragung wird im Ergebnisteil hauptsächlich Bezug genommen. Ergänzend werden die Aussagen der Teamleitenden der jeweiligen Teams, die separat schriftlich erhoben wurden, hinzugefügt. Bei der Auswahl der Teams wurden Merkmale wie verschiedene Sportarten, Sprachregion, Alter, Geschlecht, Einzel- vs. Teamsportarten und in- vs. outdoor Sportarten berücksichtigt. Die Gespräche wurden zwischen Mai 2014 und Juni 2015 geführt. Ergänzend wurden auch noch vier weitere Teams befragt, deren Teamleitende besonders engagiert bei der Umsetzung des Programms «cool and clean» sind, um so einen Einblick in die Umsetzung des Programms bei besonders aktiven Teams zu gewinnen (vgl. Kapitel 3.7).

## 3. Ergebnisse

### 3.1 Das Programm «cool and clean»

«cool and clean» war den Jugendlichen in den meisten Teams bekannt und wurde vor allem mit den Inhalten der Commitments in Verbindung gebracht. Spontan wurde mindestens entweder ein «cool» oder ein «clean» Element erwähnt, in etwas weniger als der Hälfte der Teams sogar beide. Weitere Aspekte von «cool and clean» (z.B. Drogen, Prävention) wurden nur vereinzelt genannt.

Generell gesehen fanden die Jugendlichen das Programm mehrheitlich gut. Allerdings war für sie nicht immer klar, inwiefern sich «cool and clean» von anderen Programmen (z.B. J+S, Angebote an der Schule) unterscheidet und was es für die Jugendlichen und ihr Team konkret bedeutet, bei «cool and clean» dabei zu sein. Auch wurden die Commitments oft als sehr allgemeingültig gesehen, das heisst, die geförderten Verhaltensweisen gehören unabhängig vom Programm «cool and clean» zu einem „guten“ Sport. Neben den Jugendlichen unterstützten auch die Teamleitenden die Ziele des Programms «cool and clean».

### 3.2 Die Commitments

Die Commitments oder zumindest Teile davon waren inhaltlich den meisten bekannt und die Formulierung der Commitments war weitgehend klar. Mehrheitlich wurde über die Commitments eher wie von selbstverständlichen Regeln gesprochen und nicht wie von einer engagierten Selbstverpflichtung im Rahmen des Programms «cool and clean». Zudem hat sich der Begriff „Commitment“ nicht überall etablieren können und wurde manchmal durch andere, ähnliche Begriffe (z.B. Regeln, Kampagne) ersetzt.

In etwa einem Drittel der Teams gab es gemäss den Teamleitenden ein eigenes Commitment, die Jugendlichen konnten sich aber nicht immer an dessen Vorhandensein beziehungsweise an den genauen Inhalt erinnern. Hatten die Teams ein eigenes Commitment erarbeitet, betrafen die Themenbereiche Teamwork, Fairplay, Zielerreichung, Substanzkonsum und Ernährung. In einem Team hatte jedes Teammitglied ein persönliches Commitment formuliert.

Die Commitments wurden oft nach Anmeldung unterschrieben oder besprochen, die Unterschrift wurde aber zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr wiederholt. Dies erklärt möglicherweise, warum die Commitments den Jugendlichen nicht immer bekannt waren. Zusammen mit der relativ seltenen expliziten Erwähnung von «cool and clean» hat dies möglicherweise dazu beigetragen, dass einzelne Aspekte von «cool and clean» in den befragten Teams noch nicht ausreichend bekannt waren.

Die Einhaltung der Commitments stellte für die Mehrheit der Jugendlichen kein Problem dar. Einerseits hatten viele Teammitglieder das Mindestalter für den Erwerb von Tabak oder Alkohol noch nicht erreicht (mehr Informationen bezüglich Rauchen und Substanzkonsum, siehe folgendes Kapitel), zudem wirkte nach Aussagen in einigen Teams Sport treiben dezidiert präventiv. Auch wenn Doping im Trainingsalltag wenig relevant war, interessierten sich manche Jugendliche für Medikamente oder andere Substanzen, die als Doping gelten könnten.

Gemäss den Teamleitenden war der Handlungsbedarf in Bezug auf die Commitments eher gering. Der grösste Handlungsbedarf wurde bezüglich der Zielerreichung ausgemacht (dieses Commitment war unter den Jugendlichen auch am wenigsten bekannt). Gemäss den Jugendlichen würden sie von den Teamleitenden im Einzel- oder Gruppengespräch angesprochen, wenn die Commitments nicht eingehalten würden (z.B. bei Alkohol- oder Tabakkonsum). Diese Aussage wurde durch die Teamleitenden bestätigt. Andere Konsequenzen wurden nur vereinzelt in Betracht gezogen (z.B. Ausschluss aus dem Team).

### 3.3 Rauchen und Substanzkonsum

In Bezug auf den Konsum von Alkohol und Tabak wurde das durch das Programm «cool and clean» vermittelte Wissen sowohl durch die Teamleitenden als auch die Jugendlichen geschätzt, auch wenn insbesondere bei jüngeren Jugendlichen Substanzkonsum noch keine grosse Bedeutung hat. Hinsichtlich des Tabakgebrauchs waren die Jugendlichen befragter Teams ziemlich sensibilisiert. So wurden beispielsweise rauchfreie Sportstätten begrüsst, insbesondere weil rauchen generell nicht zum Sport passe. Die Neuformulierung des Alkohol-Commitments und insbesondere auch die Altersunterteilung war für die Teamleitenden und die Jugendlichen verständlich, auch wenn bezüglich „ohne mir und anderen zu schaden“ in Einzelfällen noch Klärungsbedarf vorhanden war.

Generell schienen in Bezug auf Substanzkonsum indiziert-präventive Massnahmen gegenüber universal-präventiven Massnahmen und der Primärprävention vorgezogen zu werden (z.B. solange niemand raucht oder Alkohol konsumiert, erscheinen Aktivitäten zu diesen Themen nicht sinnvoll). Wahrscheinlich wird die Wichtigkeit (universal)-präventiver Massnahmen beziehungsweise der Primärprävention insbesondere im Bereich Substanzkonsum noch unterschätzt.

### 3.4 Interventionen im Rahmen des Programms

Spontan konnten sich nur vereinzelte Jugendliche an Interventionen im Rahmen von «cool and clean» erinnern. Diese Erinnerungen waren zudem nur unspezifisch, das heisst, diese gemäss dem Präventionskonzept von «cool and clean» sehr zentralen Elemente waren den Jugendlichen spontan nur wenig präsent. Eine Erklärung hierfür liegt möglicherweise darin, dass die Teamleitenden bei der Durchführung einzelner Interventionen das Programm «cool and clean» selten explizit erwähnten beziehungsweise selten den direkten Bezug zu den Commitments aufzeigten.

Die **Spielformen** wurden vergleichsweise selten eingesetzt. Selbst wenn die Spielformen laut Teamleitenden umgesetzt wurden, konnte sich die Mehrzahl der Jugendlichen nicht daran erinnern. Einige Teamleitende liessen sich offenbar durch die Spielformen inspirieren und zumindest einzelne Elemente flossen ins Training ein, jedoch nicht unter dem Namen «cool and clean». Häufigste Begründungen: Die Inhalte werden lieber auf eine andere Weise vermittelt und die Spielformen sind nicht geeignet für die Sportart.

Die Nützlichkeit der **Informations- und Arbeitsmaterialien** wurde unterschiedlich wahrgenommen. Nach Aussage der Teamleitenden wurden vor allem die Informationsbroschüre zu «cool and clean» (der sogenannte Commitment-Folder), die Flyer zu Tabak- oder Alkoholkonsum oder die SMART-Broschüre in der aktuellen Saison in den Teams verteilt und zum Teil sogar besprochen (für eine Übersicht, siehe Tabelle I unten). Die Jugendlichen konnten sich jedoch nur vereinzelt an diese Materialien erinnern und es entstand der Eindruck, dass sie in kaum einem Team so eingesetzt wurden, wie es von «cool and clean» vorgesehen ist.

Weder gemäss den Jugendlichen noch gemäss den Teamleitenden kamen die **Geschichtenkarten** zur Anwendung.

**Gruppen- und Einzelgespräche** wurden eher punktuell eingesetzt. In der Mehrzahl der Fälle dürfte es sich bei den von den Teamleitenden berichteten Gesprächen eher um Ermahnungen oder Erklärungen gehandelt haben als um die vom Programm «cool and clean» vorgesehenen Gespräche.

Bezüglich der Frage, ob besser regelmässig etwas zu «cool and clean» gemacht werden sollte oder ob die Jugendlichen einige intensivere Themenblöcke vorziehen würden, waren sich die Jugendlichen innerhalb des jeweiligen Teams zumeist einig, über die verschiedenen Teams hinweg lässt sich jedoch keine allgemeine Regel ableiten: Einige Teams bevorzugten die punktuelle, andere Teams die regelmässige Variante.

Es fällt auf, dass manche Angebote eher genutzt wurden als andere. Obwohl die Zustimmung zu «cool and clean» ziemlich gross war, entstand der Eindruck, dass die Inhalte von «cool and clean» tendenziell als eine Art Angebot verstanden werden, aus welchem ausgewählt wird, was den Teamleitenden gefällt beziehungsweise diesen für ihr Team sinnvoll erscheint. Die wichtigsten Gründe für eine seltene Umsetzung waren fehlende Zeit beziehungsweise bereits volle Trainingseinheiten und fehlende Umsetzbarkeit in der Sportart.

Tabelle I Verwendung von Informations- und Arbeitsmaterialien in Trainings der aktuellen Saison (häufigste Nennungen mit Farbe hinterlegt)

| Im Themenbereich von ....  | Verwendung  |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
|  | nicht verwendet   | für mich gelesen/ angeschaut   | an das Team verteilt  | mit dem Team besprochen   |
| Ziele erreichen (SMART-Booklet, sich „spezifische, messbare, ausführbar, relevant und terminierte Ziele“ setzen) |   |  |   |   |
| Fairplay (Infolyer)  |   |       |   |   |
| Doping (Infolyer)  |   |       |   |   |
| Tabak (Infolyer)   |     |       |    |    |
| Snus (Infolyer)  |     |  |   |   |
| Alkohol (Infolyer)   |     |  |   |    |
| Programm «cool and clean» (Informationsbroschüre) <sup>1</sup>   |   |  |   |    |
| «cool and clean»-Gesellschaftsspiele (z.B. «rote Karte Spiel», «Twins»)  |     |  |   |   |
| Geschichtenkarten  |     |  |   |   |
| E-Learning-Module  |   |  |   |   |
| «cool and clean»-DVD   |   |   |   |   |

Anmerkungen: Mehrfachnennungen möglich.  
 (Stichprobe): n<sub>tot</sub>=19;  (Stichprobe + vier zusätzlich befragte Teams): n<sub>tot+4</sub>=23; **grau**: die Antwortkategorie „an das Team verteilt“ stand wegen erschwelter beziehungsweise nicht möglicher Umsetzungsmöglichkeit in den Teams für die letzten drei Materialien nicht zur Verfügung.  
<sup>1</sup> Commitment-Folder.

### 3.5 Identifizierung mit «cool and clean»

Die Jugendlichen gaben an, die T-Shirts im Rahmen des Sports oder als Pyjama durchaus zu tragen beziehungsweise die Nylon-Säcke zu gebrauchen. Beide Elemente wurden aber im Alltag, das heisst über den Sport hinaus, nicht häufig verwendet. Auch gaben einige Jugendliche an, sich mit den Eltern und mit Kolleginnen und Kollegen über «cool and clean» auszutauschen, wobei insbesondere der Austausch mit den Eltern vermehrt auf deren Initiative erfolgte. Andere Teams oder andere Jugendliche, die bei «cool and clean» dabei sind, waren den Teammitgliedern nur selten bekannt. Folglich gibt es keine Hinweise darauf, dass «cool and clean» in der Identität der Jugendlichen teilnehmender Teams eine nennenswerte Rolle spielt. Dieses Ergebnis wird dadurch unterstrichen, dass nur in einem Viertel der Teams «cool and clean» explizit eine besondere Wichtigkeit beigemessen wurde. Vor dem Hintergrund der Kenntnis der Jugendlichen über «cool and clean» erstaunt dieser Befund nicht. Den Jugendlichen müsste das Programm hinreichend bekannt und vertraut sein, um für die Identifizierung mit den Inhalten von «cool and clean» relevant zu sein. Basierend auf den Aussagen der Teamleitenden und Teams scheint dies jedoch nicht der Fall zu sein.

Die Stimmung im Team war fast durchwegs gut und die Jugendlichen trafen sich in Kleingruppen auch ausserhalb der Trainings. Mit einer guten Teamkohäsion ist eine der Bedingungen erfüllt, die gemäss dem «cool and clean» Konzept zu positiven Effekten beitragen soll. Aus den Antworten war jedoch nicht ersichtlich, ob «cool and clean» zu einer Verbesserung der Stimmung im Team beigetragen hat.

### **3.6 Anmeldung bei «cool and clean» & Fluktuationen im Team**

Bezüglich der Anmeldung des Teams ging die Initiative ausschliesslich von den Teamleitenden aus. Wurden Jugendliche neu in das Team aufgenommen, wurden diese nicht aktiv mit dem Programm vertraut gemacht, sondern erfuhren wegen der seltenen Erwähnung von «cool and clean» und der eher punktuellen Umsetzung des Programms erst „im Laufe der Zeit“ von ihrer Teilnahme. Darüber hinaus war den Jugendlichen weder klar, wann ihr Team zu «cool and clean» gestossen ist, noch seit wann genau die Teamleitenden bei «cool and clean» eingeschrieben waren.

### **3.7 Ergebnisse bezüglich der zusätzlich befragten Teams**

Die Befragung von Teams mit besonders engagierten Teamleitenden hat bedeutsame Unterschiede zu den anderen Teams ergeben. In diesen Teams war «cool and clean» insgesamt besser bekannt, es wurden mehr Elemente angewandt (z.B. Unterschrift der Commitments, eigenes Commitment), das Programm wurde insgesamt positiver bewertet, die Wichtigkeit von «cool and clean» wurde als ziemlich hoch eingestuft, die Einführung erfolgte systematisch und es wurden häufiger «cool and clean» Interventionen durchgeführt. Daraus kann geschlossen werden, dass engagierte Teamleitende dazu beitragen, dass das Programm eher im Sinne von «cool and clean» umgesetzt wird. Jedoch machen die Ergebnisse deutlich, dass es auch in diesen Teams noch Verbesserungspotenzial gibt. Darüber hinaus müssen diese Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden, da die Anzahl der befragten Teams gering war.

### **3.8 Ergebnisse bezüglich möglicher Unterschiede nach Sprachregion, Geschlecht und Alter**

Das Alter scheint bei der Umsetzung von «cool and clean» eine nicht unbedeutende Rolle zu spielen. Wurde der Sinn präventiver Massnahmen für eher jüngere Jugendliche weder durch die Jugendlichen noch die Teamleitenden erkannt (beziehungsweise wurde der Handlungsbedarf in dieser Altersgruppe von den Teamleitenden als gering eingestuft), wurde bei älteren Jugendlichen der Bedarf bezüglich derartiger Massnahmen offensichtlich, obwohl direkte Probleme im Zusammenhang mit dem Substanzkonsum nur punktuell aufzutreten schienen.

Der Frage nach einer unterschiedlichen Umsetzung in Mädchen- beziehungsweise Jungenteams konnte dagegen nicht nachgegangen werden. Die Anzahl reiner Jungen- oder Mädchenteams war zu gering; gemischte Teams waren in der Mehrheit und sind als solche häufig auch bei Wettkämpfen zugelassen. Ausserdem wurden für die Trainings geschlechterspezifische Equipen oft gemischt. Darüber hinaus entstand der Eindruck, dass sich Mädchen und Jungen innerhalb eines Teams ähnlicher waren als beispielsweise Jungen, die Fussball spielen und diejenigen, die Judo machen. Es erscheint uns wichtig, den Genderaspekt generell zu berücksichtigen, vor dem Hintergrund der Situation in den einzelnen Teams erscheint die genderspezifische Gestaltung der Materialien jedoch nicht vordringlich. Eine deutlich zentralere Rolle spielt eine gute Teamkohäsion und die Akzeptanz, dass Jugendliche mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Stärken Teil des Teams sind.

Anhand der Ergebnisse aus verschiedenen Studien kann davon ausgegangen werden, dass sowohl das Programm «cool and clean» als auch die Commitments bei Teilnehmenden der deutschsprachigen Schweiz etwas bekannter sind als in der französischsprachigen Schweiz (vgl. Wicki et al., 2011; Wicki et al., 2015). Dies bestätigte sich in den geführten Gesprächen. Die Umsetzung des Programms war in der französischsprachigen Schweiz etwas weniger weit fortgeschritten als in der deutschsprachigen Schweiz. Aufgrund der relativ geringen Anzahl befragter Teams und der nicht repräsentativen Stichprobe lassen sich jedoch nur schwer exakte Rückschlüsse ziehen.

## 4. Diskussion & Empfehlungen

Die Ergebnisse dieser Teilevaluation bestätigen, dass bezüglich der Umsetzung von «cool and clean» noch Potenzial für Verbesserungen vorhanden ist.

Anhand der beiden Kategorien „Leistungsorientierung“ im Sport und „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ wurde versucht, die Teams grob einzuteilen. Während Teams mit hoher Leistungsorientierung von den Inhalten des Programms «cool and clean» profitierten und diese vermehrt im Trainingsalltag einsetzten, wurden «cool and clean» Elemente in Teams mit tiefer oder mittlerer Leistungsorientierung zwar sporadisch eingesetzt, wobei jedoch nicht von einer systematischen und regelmässigen Umsetzung ausgegangen werden kann.

Auch haben Überlegungen bezüglich der Wirkungsweise von «cool and clean» ergeben, dass bisherige positive Effekte möglicherweise auf das „train the trainer“ Konzept (Zink, Schmidt & Bäuerle, 1997) zurückgeführt werden können. Demnach würde «cool and clean» nicht die Zielgruppe direkt erreichen, also die Jugendlichen, sondern würde vermittelt über die Teamleitenden wirken. Mit diesem Konzept können nicht nur die positiven Ergebnisse quantitativer Studien (Annaheim et al., 2007, Wicki et al., 2011, Wicki et al., 2015) erklärt werden, sondern er dient zudem der Einordnung der im Rahmen dieser Teilevaluation gewonnenen Erkenntnisse bezüglich der Wichtigkeit der Rolle der Teamleitenden. So hat sich basierend auf den Gesprächen (inkl. der Befragung der vier zusätzlichen Teams) herausgestellt, dass das persönliche Engagement der Teamleitenden für die Umsetzung des Programms eine zentrale Rolle spielt. Vereinfacht gesagt: Je grösser das Engagement der Teamleitenden, desto umfassender die Umsetzung in den Teams. Während in Teams mit umfassender Umsetzung eine Konsolidierung des bisher Erreichten sowie punktuelle Adaptionen ausreichen dürften, sollte in Teams mit punktueller Umsetzung das Engagement der Teamleitenden beziehungsweise die Umsetzung des Programms innerhalb des Teams noch weiter gefördert werden.

### *Empfehlung 1*

Wir empfehlen, **die Teamleitenden** bei der Umsetzung von «cool and clean» beispielsweise durch eine bessere Vernetzung mit anderen Teamleitenden, einen stärker personalisierten Kontakt und das Gewähren von Hilfestellungen **noch stärker zu unterstützen**, um den Anteil der engagierten Teamleitenden weiter zu erhöhen.

Aus Sicht der Universalprävention beziehungsweise der Primärprävention, das heisst dem Vermeiden oder Hinauszögern des Einstiegs in den Substanzkonsum, wäre es wünschenswert, bereits früh mit Interventionen in Bezug auf den Substanzkonsum zu beginnen, das heisst bevor ein solcher Konsum stattgefunden hat. Die Teamleitenden scheinen jedoch vor allem auf indiziert-präventive Elemente des Programms «cool and clean» sensibilisiert zu sein. Teamleitende intervenieren beispielsweise, wenn jemand raucht und sie suchen als Folge davon im Team oder mit der betroffenen Person das Gespräch. Das heisst, sie reagieren zwar auf einen Regelverstoss, handeln aber nicht proaktiv um ein solch regelwidriges Verhalten zu verhindern. Die Wichtigkeit universal-präventiver Massnahmen scheint somit noch nicht ausreichend bekannt zu sein.

#### *Empfehlung 2*

Bei den Teamleitenden sollte das Verständnis gestärkt werden, dass «cool and clean» mehr ist als nur ein Programm zur Wissensvermittlung, das zudem Tipps gibt, wie die Teamleitenden bei Fehlverhalten reagieren können. Deswegen sollten vermehrt universal-präventive statt indiziert-präventive Massnahmen angestrebt werden: Über Tabak und Alkohol sollte bereits im Team diskutiert werden, bevor diese ein Problem darstellen. Dazu sollten dezidiert die **Kenntnisse der Teamleitenden bezüglich präventiver und gesundheitsförderlicher Grundsätze gefördert werden**.

Ferner zeigen die Ergebnisse, dass ein grundlegendes Problem darin besteht, dass «cool and clean» zu selten explizit erwähnt wird und Interventionen insgesamt nur selten stattfinden. Zwar lassen sich die Teamleitenden von den Inhalten der Interventionen inspirieren, von einer konsequenten Umsetzung kann jedoch nicht ausgegangen werden. Dies hat möglicherweise dazu beigetragen, dass das Ziel einer engagierten Selbstverpflichtung der Jugendlichen nicht erreicht wird, da die durchgeführten Interventionen nicht in Zusammenhang mit «cool and clean» gesetzt werden und die Jugendlichen sie entsprechend nicht als Massnahmen des Programms wahrnehmen.

#### *Empfehlungen 3*

Erst wenn die Jugendlichen die Inhalte des Programms «cool and clean» kennen, können sie sich auch damit identifizieren. Die Bekanntheit ist ein notwendiger, aber nicht hinreichender Faktor für die Identifikation mit «cool and clean», da «cool and clean» nicht wie eine Impfung nach einer einmaligen Intervention seine Wirkung entfaltet, sondern wiederholt auf das Programm verwiesen werden muss. Deswegen empfehlen wir, die **explizite und regelmässige Nennung von «cool and clean»** im Rahmen der während der Trainings umgesetzten Massnahmen noch stärker zu fördern.

Die von den Jugendlichen geäußerte Kritik betrifft einerseits die Allgemeingültigkeit der Botschaften, da diese dem „gesunden Menschenverstand“ entsprechen, andererseits die nicht klare Abgrenzung zu anderen Programmen. Dem muss aus Sicht der Prävention entgegengehalten werden, dass der „gesunde Menschenverstand“ allein nicht zwingend zu gesellschaftlich wünschenswertem Verhalten führt; beispielsweise wissen die meisten Rauchenden, dass Rauchen gesundheitsschädigend ist und geben den Konsum aber trotzdem nicht auf.

#### *Empfehlung 4*

Für die Jugendlichen (und die Teamleitenden) sollte Klarheit darüber geschaffen werden, was es für sie bedeutet, wenn ihr Team bei «cool and clean» teilnimmt. Dazu sollte seitens der Programmleitung ein **anschauliches und kurzes Dokument zur Verfügung gestellt werden, welches die Ziele und Stärken von «cool and clean» hervorhebt**. Dieses kann zukünftig auch dazu dienen, die jeweiligen Ziele des Programms im Rahmen einer Evaluation zu überprüfen.

Sowohl bezüglich des Tabak- als auch des Alkoholkonsums sind die Jugendlichen sensibilisiert, denn sie unterstützen rauchfreie Sportstätten; und Substanzkonsum vertragen sich nicht oder nur schlecht mit guten Leistungen. Allerdings zeigen sich bei der Interpretation des Alkohol-Commitments Unterschiede. In Einzelfällen war nicht klar, was mit „ohne mir und anderen zu schaden“ gemeint ist. Möglicherweise ruft dieser Begriff in manchen Fällen ähnliche Konfusion beziehungsweise Klärungsbedarf hervor wie der früher verwandte Begriff „verantwortungsvoll“. Die Aussagen reichten beispielsweise von „gelegentlich ein Glas“ bis „nicht so viel trinken, dass man im Spital landet“. In Teilstudie 1A (Wicki et al., 2015) finden sich weitere Ausführungen bezüglich der Deutung des risikoarmen beziehungsweise des schädlichen Konsums.

#### *Empfehlung 5*

Im Zusammenhang mit dem Alkohol-Commitment besteht **Klärungsbedarf bezüglich der Bedeutung der Formulierung „ohne mir und anderen zu schaden“**. Informationen bezüglich der Definition eines „nicht schädlichen“ Gebrauchs sollten noch stärker verbreitet werden.

# Summary

## 1. Background to the evaluation and research questions

Earlier evaluation studies which had investigated the effectiveness of the «cool and clean» programme (Annaheim et al., 2007, Wicki et al., 2011) had found that the programme is, indeed, effective. However, the implementation of «cool and clean» in the different teams was unclear. For example, it was not known whether the follow-up conversations after the games and the discussions really took place, or whether the «cool and clean» games were assessed in relation to the commitments. Moreover, it was unclear whether «cool and clean» was sufficiently communicated to new team members. Almost one in seven of the young people participating in the previous evaluations had not been aware of «cool and clean». Therefore, the main objective of the present sub-study 1B was to investigate how the young people perceived the implementation of «cool and clean» in the individual teams.

The research questions investigated concerned the «cool and clean» programme and the commitments on one hand, and the different interventions, for example the games and story cards, the identification with the «cool and clean» programme and the handling of newcomers or fluctuations in the team on the other. Special focus was placed on the influence of the programme regarding the young people's substance use.

## 2. Method

By means of a semi-structured questionnaire, discussions in 19 focus groups of about 25 minutes in duration were carried out with an average of ten young people from teams participating in «cool and clean». Based on these interviews, insight was gained with regard to the implementation, perception and assessment of the programme. The interviews were the main basis for the results section of this report. The written information given by the coaches of each team and handed in separately was also added. For the selection of the teams characteristics including the type of sport, linguistic region, age, sex, individual vs. team sport and indoor vs. outdoor sport were considered. The interviews were held between May 2014 and June 2015. In addition, four more teams were interviewed whose coaches were particularly dedicated as regards the implementation of the «cool and clean» programme. This was done to gain insight concerning the implementation of the programme in particularly active teams (see chapter 3.7).

## 3. Results

### 3.1 The «cool and clean» programme

Most of the young people were familiar with «cool and clean» and mainly associated the programme with the contents of the commitments. Instinctively, either a «cool» or a «clean» element was mentioned, and in approximately half of the teams both elements were spoken about. Other aspects of «cool and clean» were only occasionally mentioned.

In general, the young people liked the programme. However, it was not always clear to them how «cool and clean» differs from other programmes (e.g. J+S (youth and sports), school programmes etc.) and what it actually means for their team to be part of the initiative. Also, the commitments were often seen as quite general, and respondents felt that the behaviour promoted by the programme should be part of a „good” sport regardless of the «cool and clean» programme. Along with the young people the coaches also supported the goals of «cool and clean».

### 3.2 The commitments

Most of the young people were at least in part familiar with the contents of the commitments, and the language used in the formulation of the commitments was also largely clear. The young people generally spoke about the commitments as self-evident rules rather than in the sense of a dedicated self-commitment as part of the «cool and clean» framework. Also, the term „commitment” was not established everywhere and was sometimes replaced by other, similar terms (e.g. rules, campaign).

According to the coaches about a third of the teams had formulated their own commitment, although the young people were not always aware of its existence or its exact content. In cases where the teams had worked out their own commitment, it usually referred to the subject of team work, fair play, goal achievement, substance use and nutrition. In one particular team, all members had formulated their own commitments.

Whilst the commitments were often signed and discussed after registering with a team, these signatures were not repeated at any stage after that. This may explain why not all young people were familiar with the commitments. Together with the fact that «cool and clean» was actually rarely mentioned explicitly, this may have contributed to the outcome that some aspects of «cool and clean» were not sufficiently known amongst the members of the teams interviewed.

For the majority of young people compliance with the commitments posed no problem. On one hand many team members were not yet old enough to legally purchase tobacco and alcohol (for more information regarding tobacco and substance use see chapter 3.3), and some teams suggested that doing sports in itself has a decidedly preventive effect. Even if doping was of little relevance in everyday training, some young people were interested in medication or other substances that could be viewed as doping products.

According to the coaches the need for action with respect to the commitments was rather limited. The greatest need for action was seen in terms of goal achievement (also, the young people were least aware of this particular commitment). According to the young people any problems with regard to compliance with the commitments were addressed by the coaches by way of one-on-one or group conversations (e.g. alcohol consumption or tobacco use). This was confirmed by the coaches. Other consequences (e.g. exclusion from the team) were considered only in exceptional cases.

### 3.3 Tobacco and substance use

In terms of alcohol consumption and tobacco use, the information conveyed by the «cool and clean» programme was appreciated by the coaches and by the young people, although substance use was of little relevance especially to the younger age group. With regard to tobacco use, the young interviewees were quite aware of the effects. For example, smoke-free sports facilities were appreciated, especially because, according to the young people, the combination of smoking and sports generally feels wrong. The new wording of the alcohol commitment and especially also its differentiation according to age groups was easy to understand, both for the coaches and the young people, although there was a need for clarification with regard to the phrase „without doing harm to myself or others”.

In respect of substance use, indicated preventive measures were generally preferred to universal preventive measures and primary prevention (e.g. unless people smoke or consume alcohol, activities concerning these topics do not appear to make sense). The importance of (universal) preventive measures or primary prevention is probably underestimated especially in the area of substance use.

### 3.4 Interventions as part of the programme

Off the top of their head, only a small number of young people remembered any of the interventions that were part of «cool and clean». In addition, those memories were not very specific, which meant that these elements, which are, after all, central to the preventive concept of «cool and clean» were not very present in the young people's minds. This might be explained by the fact that coaches rarely mentioned the programme explicitly or made any direct references to the commitments when executing interventions.

The **games** were quite rarely used. Even in those cases where the games were implemented by the coaches, the majority of the young people could not remember them. Some coaches were apparently quite inspired by the games and used at least some of the elements in training, although they did not do this under the heading of «cool and clean». The most frequently cited explanation was that other ways of communicating the contents were preferable and the games did not suit their particular sport.

The perception of the usefulness of the **information and work materials** varied widely. According to the coaches the «cool and clean» information booklet (the so-called commitment folder), the flyers on tobacco use and alcohol consumption and the SMART booklet were mainly handed out and some of the teams even discussed them (for an overview see the Table I below). However, only some of the young people were able to remember the materials and it appears that they were almost never used as intended by «cool and clean».

The **story cards** were not used according to both the young people and the coaches.

**Group and one-on-one conversations** were rather selectively used. In most cases the conversations as reported by the coaches were more like admonitions or explanations rather than the conversations as stipulated by the «cool and clean» programme.

In terms of the question as to whether «cool and clean» activities should be a regular feature or whether the young people would prefer fewer but more intensive modules, the members of each team were generally in agreement, whilst no clear preference was observed across all the teams. Some teams preferred the modular version whilst others would have preferred to have more regular activities.

It is striking that some options of «cool and clean» were used more often than others. Despite the rather high approval rate of «cool and clean» the contents of the programme appeared to be perceived as multiple options from which each coach could select whatever elements suited them or made most sense for their particular team. The most frequently cited reasons for rarely implementing the programme were a lack of time, the fact that training units were already fully loaded and a lack of practicability in their particular sport.

Table I Use of information and work materials in training throughout the current season (the most frequently cited answers are shown in colour)

| In the subject area of ...   | Use   |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
|  | not used  | read by myself/<br>looked at   | handed out to<br>the team   | discussed with<br>the team  |
| <b>Goal achievement</b> (SMART booklet, to aim for specific, measurable, feasible, relevant and scheduled goals) |   |  |   |   |
| <b>Fair play</b> (info flyer)  |   |     |   |   |
| <b>Doping</b> (info flyer)   |   |     |   |   |
| <b>Tobacco</b> (info flyer)  |   |     |    |    |
| <b>Snus</b> (info flyer)   |   |  |   |   |
| <b>Alcohol</b> (info flyer)  |   |  |   |    |
| <b>«Cool and clean» programme</b> (information booklet) <sup>1</sup>   |   |  |   |    |
| «Cool and clean» <b>social games</b> (e.g. «red card game», «twins»)   |   |  |   |   |
| <b>Story cards</b>   |   |  |   |   |
| <b>E-learning module</b>   |   |  |   |   |
| <b>«Cool and clean» DVD</b>  |   |   |   |   |

Remarks: Multiple answers possible.  
 (sample): n<sub>tot</sub>=19;  (sample + four teams additionally interviewed): n<sub>tot+4</sub>=23; : the response category „handed out to the team“ was not available because it would have been difficult or impossible to do so.  
<sup>1</sup> Commitment folder.

### 3.5 Identification with «cool and clean»

The young people stated that they did, in fact, wear the «cool and clean» T-shirts when doing sports or in bed, and that they did use the nylon bags. However, both items were rarely used in everyday life, i.e. outside of sports. Some young people also stated that they had discussed «cool and clean» with parents and peers, although the discussions with the parents had often been initiated by the adults. The interviewees only rarely knew any other teams or young people participating in «cool and clean». Therefore there is no evidence to suggest that «cool and clean» played an important role in building the identities of the young people participating in the programme. This result is underlined by the fact that only one in four teams explicitly attributed special importance to «cool and clean». Considering the lack of familiarity of the young people with «cool and clean», this result comes as no surprise. The programme would need to be sufficiently known by and familiar to the young people in order to have any bearing on their identification with its contents. Based on the statements of the coaches and teams, this does, however, not seem to be the case.

The atmosphere within the teams was almost always good and the young people also met in small groups outside of training. With this good team cohesion one of the conditions that should lead to positive outcomes according to the «cool and clean» concept is fulfilled. However, it was not evident from the answers whether the programme had contributed to an improvement in the atmosphere of the team.

### **3.6 Registration with «cool and clean» & fluctuations in the teams**

The initiative to register their teams came exclusively from the coaches. Young people who joined the teams were not actively introduced to the programme, but due to the rare mention of «cool and clean» and the rather irregular implementation of the programme only learned of their participation after a while. Moreover, the young people did not know when their team had joined «cool and clean», or since when their coach had been registered with the programme.

### **3.7 Results concerning the teams interviewed additionally**

The interviews with members of the teams that had particularly dedicated coaches showed significant differences from the other teams. They were more aware of «cool and clean» overall, more elements of the programme were being used (e.g. signature on the commitments, own commitments), the programme was rated more positively overall, the importance of «cool and clean» was classified as rather high, the introduction had been done systematically and the interventions were more frequent. We may therefore conclude that dedicated coaches contribute to the implementation of the programme as intended by «cool and clean». However, the results clearly show that there is potential for improvement, even in those teams. However, the results must be interpreted with caution since the number of teams interviewed was small.

### **3.8 Results concerning possible differences by linguistic region, sex and age**

Age seems to play quite a significant role in the implementation of «cool and clean». While the reasoning for preventive measures for younger age groups was not recognised by the young people or by the coaches (i.e. the coaches considered the need for action in this age group to be limited), the need for such measures was more evident for the older age groups although concrete problems in relation to substance use seemed to have arisen only in a small number of cases.

In contrast, the question concerning the potential differences in implementing the programme in all-girl or all-boy teams could not be examined since there were not enough all-boy or all-girl teams represented in the sample; the majority of teams were mixed and they were also often allowed to participate in competitions as mixed teams. Also, same-sex teams were often mixed for training. Moreover, girls and boys from the same team seemed to be more similar than boys who, for example, played football compared to those who did judo. Generally, we find the gender aspect important. Given the situation within the teams, however, a gender-specific design of the material does not seem to be a high priority. Team cohesion and the acceptance of young people with different skills and strengths within the team play a much more important role.

Based on the results of different studies it can be assumed that the «cool and clean» programme and the associated commitments are somewhat better known in the German-speaking part of Switzerland than in the French-speaking areas (see Wicki et al., 2011; Wicki et al., 2015). This was also confirmed by the interviews. The implementation of the programme has advanced a little further in the German-speaking part of Switzerland than in the French-speaking areas. However, it is difficult to draw precise conclusions due to the relatively small number of teams interviewed and the non-representative sample.

## 4. Discussion and recommendations

The results of this evaluation confirm that there is some potential for improvement regarding the implementation of «cool and clean».

The teams were classified based on the two categories "achievement orientation" in sports and "implementation as intended by «cool and clean»". While teams with a high achievement orientation benefitted from the contents of the «cool and clean» programme and used these more often in their training routines, the «cool and clean» elements were only occasionally used in teams with low or medium achievement orientation, and a systematic and regular implementation cannot be assumed to have existed in those teams.

Considerations concerning the workings of «cool and clean» showed that the positive results achieved so far may be explained by the „train the trainer” concept (Zink, Schmidt & Bäuerle, 1997). According to this concept, «cool and clean» would not have reached the target group - i.e. the young people - directly, but the effect would have been achieved through the medium of the coaches. This concept not only explains the positive results of several quantitative studies (Annaheim et al., 2007, Wicki et al., 2011, Wicki et al., 2015) but it can also help evaluate the insight gained in this partial evaluation concerning the importance of the role of the coaches.

The interviews (including the interviews with members of the four additional teams) thus showed that the personal commitment of the coaches to the implementation of the programme played a central role. Put more simply: the greater the coaches' commitment, the more comprehensive the implementation of the programme in the teams. A consolidation of what has been accomplished so far and some targeted adaptations should be sufficient for the teams with full programme implementation; on the other hand, the coaches' commitment and the implementation of the programme should be actively promoted in

### *Recommendation 1*

We recommend that **the coaches receive even more support** in implementing «cool and clean», for example by improving the network of coaches, creating more personalised contacts and providing help, in order to further increase the number of committed coaches.

From the point of view of universal prevention, or of primary prevention, i.e. the prevention or delaying of the first incidence of substance use, it would be desirable to start the interventions early, even before such an incidence occurs. However, the coaches seem to be mainly aware of the indicated preventive elements of the «cool and clean» programme. For example, if a young person smokes, the coach will intervene and discuss this within the team or directly with the person concerned. This means that they react to the breaking of the rules but they are not proactive in preventing the smoking behaviour. Therefore the importance of universal preventive measures does not appear to be sufficiently well known at this moment in time.

#### *Recommendation 2*

The coaches should be made more aware of the fact that «cool and clean» is more than just a programme of conveying knowledge with additional tips on how to react in the case of bad behaviour. Universal preventive instead of indicated preventive measures should thus be aimed for more often: tobacco use and alcohol consumption should be discussed within the team even before they present a problem. In addition, the **knowledge of the coaches concerning preventive and health-promoting principles should be expanded.**

Furthermore the results show that there is a fundamental problem with «cool and clean» not being mentioned explicitly and often enough and that interventions too rarely occur overall. In fact, the coaches are inspired by the contents of the interventions without, however, consistently implementing «cool and clean». This may have contributed to the fact that the goal of a dedicated self-commitment on the part of the young people was not achieved because the interventions were not explicitly identified as part of «cool and clean» and the young people therefore did not perceive them as measures associated with the programme.

#### *Recommendation 3*

Only by knowing the contents of the «cool and clean» programme the young people can identify with it. Familiarity with the programme is a necessary, but not sufficient condition to achieve identification with «cool and clean», because the programme does not exert its impact like a vaccination after just one intervention, it must be repeatedly referred to. Therefore we recommend that **the explicit and regular mention of «cool and clean»** is promoted even more as part of the measures implemented during training.

Young people's criticism on one hand concerned the generalised nature of the messages, i.e. they were perceived to be common sense, and on the other the lack of a clear differentiation from other programmes. From the point of view of prevention this must be countered by the argument that common sense alone does not necessarily lead to appropriate behaviour; for example, most smokers know that smoking is harmful but this does not make them stop smoking.

#### *Recommendation 4*

It should be made clear to the young people (and the coaches) what it actually means for their team to participate in the «cool and clean» programme. To this end, the programme leaders should provide **a short and clear document that highlights the goals and strengths of «cool and clean»**. This could also serve as a basis for an evaluation of the goals of the programme.

The young people are aware of the effects of tobacco use and alcohol consumption, since they support smoke-free sports facilities and state that substance use is hardly, if at all, compatible with a good performance. However, there are some differences in the interpretation of the alcohol commitment. In some individual cases the meaning of the phrase „without doing harm to myself or others” was not clear. This phrase may in some cases cause similar confusion or require clarification as did the term „responsible” used previously. The statements concerning non-harmful use for example ranged from „having an occasional drink” to „not drinking enough to end up in hospital”. Additional explanations concerning the interpretation of low-risk or harmful consumption are found in sub-study 1A (Wicki et al., 2015).

#### *Recommendation 5*

In terms of the alcohol commitment, there is **need for clarification regarding the meaning of the phrase „without harming myself or others”**. Information concerning the definition of a „non-harmful” use should be spread even more.

# 1 Hintergrund der Evaluation & Forschungsfragen

«cool and clean» ist ein schweizweites Programm zur Prävention von Substanzmissbrauch und zur Förderung von Leistungsmotivation und Fairplay im Sport. Die Hauptzielgruppe bilden Jugendliche aus dem Breitensport und Schweizer Nachwuchstalente, die sogenannten Talents. Jugendliche, die am Programm teilnehmen, sollen sich zu sechs Vereinbarungen (Commitments) bekennen: „Ich will meine Ziele erreichen!“, „Ich verhalte mich fair!“, „Ich leiste ohne Doping!“, „Ich verzichte auf Tabak!“, „Ich verzichte auf Alkohol!“ (10- bis 15-Jährige) beziehungsweise „Wenn ich Alkohol trinke, dann ohne mir und anderen zu schaden!“ (16- bis 20-Jährige)<sup>1</sup> sowie ein selbst formuliertes Commitment. Neben den Commitments ist die Identifikation mit «cool and clean» ein weiteres Kernstück von «cool and clean».

«cool and clean» war bereits in der Vergangenheit Gegenstand wiederholter, durch verschiedene Institutionen durchgeführter Evaluationen. So wurde auch Sucht Schweiz bereits in den Jahren 2007, 2009 und 2011 von Swiss Olympic beauftragt, das Programm wissenschaftlich zu evaluieren (vgl. Annaheim et al., 2007; Wicki et al., 2011). Die Ergebnisse dieser quantitativen Studien zeigten, dass die Jugendlichen aus Teams, die bei «cool and clean» teilnahmen, insgesamt eine sehr positive Einstellung gegenüber den Commitments hatten und sich weitgehend an die Commitments hielten. Es liessen sich drei Arten von Hinweisen für die Wirksamkeit der im Rahmen von «cool and clean» durchgeführten Intervention finden: a) die Jugendlichen nahmen eine Wirkung wahr; b) in Bezug auf die sport- und substanzbezogenen Ziele waren die Werte bei Jugendlichen aus Teams, die bei «cool and clean» mitmachten, signifikant bessere als bei solchen, die (noch) nicht bei «cool and clean» angemeldet waren; c) die Werte bezüglich sport- und substanzbezogener Zielen waren signifikant bessere bei «cool and clean»-Teams, die das Programm intensiver umsetzten (z.B. Commitments unterschreiben, Einzel- oder Gruppengespräche zu den Inhalten von «cool and clean» führen). Insgesamt waren die Effekte zwar konsistent, deuteten jedoch eher auf geringe, für verhaltenspräventive Programme in der Allgemeinbevölkerung jedoch übliche Effekte hin.

In den Befragungen zeigte sich auch, dass unklar war, wie «cool and clean» in den Teams konkret umgesetzt wurde. In den quantitativen Befragungen beantworteten die Jugendlichen (Wicki et al., 2011) und die Teamleitenden (Gebert et al., 2011) zwar beispielsweise, wie oft sie die «cool and clean»-Spielformen durchführten, unklar blieb aber, ob die bei den Spielen vorgesehenen Nachgespräche und Diskussionen stattfanden und ob die Spielformen immer in einen klaren Zusammenhang zu den Commitments gesetzt wurden. Auch wie die Teamleitenden die Inhalte von «cool and clean» an neue Teammitglieder vermitteln, war bisher unklar. Zudem gaben in der letzten Befragung (Wicki et al., 2011) etwa 15% der teilnehmenden Jugendlichen an, «cool and clean» nicht zu kennen, offen blieb jedoch, warum dies so ist und wo Verbesserungen ansetzen sollten.

Dieser Bericht fasst die Ergebnisse zusammen, die sich aus einer qualitativen Erhebung bezüglich der oben stehenden Fragen ergaben. Bereits in der Befragung von 2007 haben sich die Gruppengespräche mit einer damals jedoch sehr geringen Zahl an Teams als sehr informativ erwiesen. Beispielsweise gab es Hinweise darauf, dass manche Jugendlichen die damalige Form des vierten Commitments nicht oder falsch verstanden haben oder dass Elemente aus dem Projekt «cool and clean» oft implizit ins Training

---

<sup>1</sup> Ab Juni 2014 wurde das ehemals vierte Commitment „Ich verzichte auf Tabak und Cannabis und trinke Alkohol, wenn überhaupt, verantwortungsbewusst!“ in zwei Commitments aufgeteilt. Das Commitment zu Tabak berücksichtigt implizit auch Cannabis, das Commitment zu Alkoholkonsum ist neu nach Altersgruppen (10- bis 15-Jährige vs. 16- bis 20-Jährige) gestaffelt. Während einer Übergangsfrist bis Sommer 2015 konnten die Teamleitenden die alte Version mit fünf oder die neue Version mit sechs Commitments verwenden.

einfließen und den Jugendlichen daher nicht bewusst war, dass diese zu «cool and clean» gehören (Annaheim et al., 2007). Die vorliegende qualitative Studie knüpft an diese positiven Erfahrungen an und erweitert die Aussagekraft durch den Einbezug einer grösseren Anzahl an Teams sowie der Ausweitung auf zwei Sprachregionen. Es wurde angestrebt, basierend auf den Gruppeninterviews einen Einblick in die konkreten Abläufe und Prozesse innerhalb der an «cool and clean» teilnehmenden Teams zu geben und damit Ansatzpunkte und Möglichkeiten zur verbesserten Umsetzung des Programms aufzuzeigen.

Basierend auf den Erkenntnissen aus früheren Studien und dem Evaluationskonzept (Balthasar & von Allmen, 2013) sowie in Absprache mit den Auftraggebern wurden die Forschungsfragen für die leitfadengestützten Gruppeninterviews erstellt (vgl. Tabelle 1).

**Tabelle 1**      *Übersicht der Forschungsfragen*

| Forschungsfragen  | Antworten in Kapitel |
|---|----------------------|
| 1. <i>Das Programm «cool and clean»</i><br>Welche Elemente bringen die Jugendlichen mit dem Programm «cool and clean» in Verbindung?<br>Welche Einstellung haben sie gegenüber «cool and clean»?  | 3.1 & 3.3.1          |
| 2. <i>Die Commitments</i><br>Wie bekannt sind die Commitments? Was halten die Jugendlichen von jedem einzelnen der Commitments? Sind die Commitments schwierig einzuhalten? Was würde den Jugendlichen helfen, die Commitments (noch) besser einzuhalten?   | 3.2.1 & 3.2.4        |
| 3. <i>Rauchen und Substanzkonsum</i><br>Inwiefern unterstützt «cool and clean» die Jugendlichen beim Nichtrauchen oder bei einem Rauchstopp? Welche Bedeutung hat «cool and clean» für den Substanzkonsum?  | 3.2.2                |
| 4. <i>Die Intervention</i><br>Wie beurteilen die Jugendlichen die «cool and clean»-Spielformen und anschliessenden Gruppengespräche? Wie wichtig sind für sie Einzelgespräche? Wie würde für die Jugendlichen eine optimale Intervention aussehen? Welche Verbesserungsvorschläge haben die Jugendlichen? | 3.3.2, 3.3.5 & 3.3.6 |
| 5. <i>Identifizierung mit «cool and clean»</i><br>Wird «cool and clean» als Marke wahrgenommen beziehungsweise hat es eine identitätsstiftende Funktion? Was bedeutet es für die Jugendlichen, bei «cool and clean» dabei zu sein?  | 3.3.7, 3.4.1 & 3.4.2 |
| 6. <i>Anmeldungen bei «cool and clean» &amp; Fluktuation im Team</i><br>Wie nehmen die Jugendlichen den Anmeldeprozess des Teams bei «cool and clean» beziehungsweise den Eintritt in ein bereits bestehendes «cool and clean»-Team wahr?   | 3.5                  |

## 2 Methode

Zur Zielpopulation von «cool and clean» zählen alle 10- bis 20-jährigen Jugendlichen, die in der Schweiz in einem Team Sport treiben, welches durch einen Leitenden mit J+S-Ausbildung trainiert wird. Unter Berücksichtigung der Evaluationsstandards des Bundesamtes für Gesundheit BAG beziehungsweise der Schweizerischen Evaluationsgesellschaft SEVAL (BAG, 1997; Widmer et al. 2000; Flick, 2006) wurden im Rahmen von moderierten Gruppengesprächen einzelne Teams befragt. Darüber hinaus beantworteten die Teamleitenden einen schriftlichen Fragebogen. Die Freiwilligkeit der Befragung und die vertrauliche Behandlung der Daten wurde garantiert (vgl. Deklaration von Helsinki, World Medical Association, 2008).

### 2.1 Stichprobe

Zwischen Mai 2014 und Juni 2015 wurden mit insgesamt 19 Teams Gruppengespräche geführt ( $n_{\text{tot}}=19$ ). Die Teams wurden basierend auf den Adresslisten von Swiss Olympic aus allen an «cool and clean» teilnehmenden Teams ausgewählt. Darüber hinaus wurden auf Wunsch von Swiss Olympic zusätzlich vier Teams befragt, in welchen ihrer Meinung nach «cool and clean» durch engagierte Leitende entsprechend den Programmvorgaben umgesetzt wird, mit dem Ziel, zusätzliche Hinweise auf mögliche Faktoren zu erhalten, die zu einer wünschenswerten Umsetzung beitragen. Dafür wurde uns von Swiss Olympic eine Liste mit acht Teams übermittelt, aus welcher vier Teams für die Befragung ausgewählt wurden. Die Resultate, die sich aus diesen Gespräche ergaben, werden jeweils ergänzend zu den aus den 19 Gesprächen resultierenden Ergebnissen hinzugefügt ( $n_{\text{tot}+4}=23$ ).

Bei der Auswahl der Teams wurde darauf geachtet, ein möglichst breites Spektrum an Teams zu befragen. Sowohl Teams aus Team- und Einzelsportarten als auch unterschiedliche Teilnahmedauern an «cool and clean» wurden berücksichtigt. Ferner wurden die verschiedenen Möglichkeiten, Hilfsmittel und Spielformen von «cool and clean» einzusetzen (z.B. Schwimmen vs. Fussball) sowie saisonale (in- vs. outdoor Training) und geschlechterspezifische Unterschiede berücksichtigt. Tabelle A1 im Anhang gibt einen Überblick darüber, welche Sportarten die bei «cool and clean» angemeldeten Teams ausüben und wie gross der zu erwartende Anteil von Mädchen in den betreffenden Sportarten ist (basierend auf Lamprecht, Fischer & Stamm, 2008). Zudem zeigt die Tabelle die angestrebte Stichprobe unter der Annahme, dass 20 Teams befragt werden. Diese Angaben dienen als Richtwert, um zu vermeiden, dass in den Gruppengesprächen nicht überproportional viele Randsportarten (z.B. Tauchen oder Golf) vertreten sind. Des Weiteren wurden sowohl französisch- als auch deutschsprachige Teams in die Evaluation eingeschlossen, um mögliche Unterschiede der Umsetzung nach Sprachregion zu berücksichtigen. Insbesondere im Hinblick auf die Commitments bezüglich Tabak und Alkohol wurden auch Teams aus unterschiedlichen Altersgruppen berücksichtigt. Als Indikator für die Altersverteilung in den an «cool and clean» teilnehmenden Teams wurde die qualitative Befragung aus dem Jahr 2011 verwendet (Wicki et al., 2011): 10- bis 13-Jährige ca. 45%, 14- bis 15-Jährige ca. 30%, 16- bis 20-Jährige ca. 25%. Bei all diesen Quoten handelt es sich um grobe Richtwerte, da durch die intensive Befragung ganzer Teams die Stichprobe nicht repräsentativ sein kann und die Stichprobe sowohl nach Region als auch nach Sportart zusammengesetzt ist und sich daraus Einschränkungen bezüglich der Auswahl ergeben können.

Die Teamleitenden einer Auswahl von Teams wurden ab April 2014 zunächst durch einen Brief (siehe Anhang Kapitel 7.2) vorinformiert und dann telefonisch um eine Teilnahme an der Befragung gebeten. Durch das mehrstufige Vorgehen konnte eine relativ hohe Mitmachbereitschaft erreicht werden. Obwohl nicht systematisch erhoben, war ein Grossteil der Stichprobenausfälle stichprobenneutral, nur eine Person war explizit nicht zu einer Teilnahme bereit. Stichprobenneutrale Ausfälle betrafen insbesondere

schlechte Witterung (das Gespräch konnte später leider nicht mehr nachgeholt werden), anstehende Prüfungen, gesundheitliche Probleme der Teamleitenden beziehungsweise in den Teams oder Ähnliches.

Angeschriebene Teamleitende, die telefonisch nicht erreichbar waren und Teams, die ähnliche Kriterien aufwiesen wie bereits befragte Teams (vorsorglich wurde an mehrere Teams einer Region beziehungsweise einer Sportart Informationsbriefe verschickt) wurden mit einem Brief darüber informiert, dass eine Teilnahme ihrerseits nicht mehr nötig sei. Alle Teams, die im Rahmen dieser Befragung kontaktiert wurden, wurden aufgrund der zeitlichen Doppelbelastung und einer möglichen Verfälschung der Daten von den schriftlichen Befragungen im Frühjahr 2015 (Teilstudien 1A und 2) ausgeschlossen.

Tabelle 2 gibt einen Überblick über die Zielwerte für die qualitativen Gespräche und die realisierte Stichprobe. Der vorliegende Bericht basiert auf 19 Gesprächen (12 deutsch, 7 französisch) mit insgesamt 226 Jugendlichen. Die Beschreibung der Stichprobe ebenso wie die grundlegenden Ergebnisse in Kapitel 3 basieren auf diesen Gesprächen. Die Ergebnisse der vier zusätzlich durchgeführten Gespräche werden wo möglich ergänzend hinzugefügt. Darüber hinaus stehen auch noch die Resultate der Befragung der Teamleitenden zur Verfügung.

*Tabelle 2 Zielwerte für die qualitativen Gespräche und realisierte Stichprobe*

|   | <b>Zielwerte</b>   | <b>Stichprobe<sup>1</sup></b>  |
|---|--|--|
| <b>Sprache</b>  | Ca. zwei Drittel der Gespräche werden auf Deutsch, ca. ein Drittel auf Französisch geführt   | 12 (16) deutsch, 7 (7) französisch   |
| <b>Geschlecht</b>                                     | Mädchen- und Jungenteams beziehungsweise gemischte Equipen <sup>2</sup> sind vertreten / Verhältnis Mädchen zu Jungen ca. 45% vs. 55%                | <i>Teams:</i> 3 (3) Mädchenteams, 5 (7) Jungenteams, 11 (13) gemischte Teams<br><i>Jugendliche:</i> 32.7% (28.0%) Mädchen, 67.3% (72.0%) Jungen  |
| <b>Alter</b>  | Die Altersgruppe der 10- bis 20-Jährigen wird berücksichtigt (10- bis 13-Jährige: ca. 45%, 14- bis 15-Jährige: ca. 30%, 16- bis 20-Jährige: ca. 25%) | <i>Teams:</i> 10- bis 13-Jährige: 52.6% (47.8%); 14- bis 15-Jährige: 31.6% (34.8%); 16- bis 20-Jährige: 15.8% (17.4%)<br><i>Jugendliche<sup>3</sup>:</i> 10- bis 13-Jährige: 40.9% (38.8%); 14- bis 15-Jährige: 34.5% (35.8%); 16- bis 20-Jährige: 24.6% (25.4%) |
| <b>Teilnahme am Programm «cool and clean» seit...</b> | Unterschiedlich lange bei «cool and clean» dabei <sup>4</sup>  | bis zu einem Jahr: 7 (7) Teams,<br>1-3 Jahre: 3 (4) Teams,<br>mehr als 3 Jahre: 4 (4) Teams,<br>nicht bekannt: 5 (8) Teams   |
| <b>Sportart</b>                                       | Die Sportarten sollen in etwa die Häufigkeit der Teilnahme an «cool and clean» widerspiegeln (vgl. Tabelle A1 im Anhang) <sup>5</sup>                | 3 Uni-/Land-/Rollhockey<br>je 2 Eishockey, Fussball, Leichtathletik, Turnen/Gymnastik, Kampfsport<br>je 1 Beach-/Volleyball, Handball, Wasserball, Schwimmen, Badminton, Ski   |
| <b>Einzel- beziehungsweise Teamsportarten</b>         | Einzel- sowie Teamsportarten sind vertreten  | 9 (11) Einzelsportarten, 10 (12) Teamsportarten  |
| <b>Trainingsort</b>                                   | Sowohl Teams die indoor, outdoor oder im Wasser trainieren sind vertreten  | 10 (12) indoor, 5 (7) outdoor, 2 (2) indoor/outdoor, 2 (2) Wasser  |

*Anmerkungen:*

<sup>1</sup> In ( ) Anzahl Teams inkl. der vier zusätzlich befragten Teams.

<sup>2</sup> Gemischte Equipen: mind. ein Teammitglied gehört dem anderen Geschlecht an.

<sup>3</sup> Jugendliche unter 10 und über 20 Jahren wurden in dieser Analyse ausgeschlossen, da sich der Zielwert nur auf 10- bis 20-Jährige bezog (Ausschluss von n=8).

<sup>4</sup> Grobeinteilung; aus der Erhebung ging hervor, dass in vielen Fällen nicht klar ist, seit wann ein Team angemeldet ist (vgl. Kapitel 3.5).

<sup>5</sup> Zur Wahrung der Anonymität werden zu den vier zusätzlichen Gesprächen keine Angaben bezüglich der Sportart gemacht.

(n<sub>tot</sub>=19, n<sub>tot+4</sub>=23)

Die meisten der Zielwerte wurden problemlos erreicht. Insgesamt wurden 12 deutsch- und sieben französischsprachige Gespräche durchgeführt. Es wurden acht reine Jungen- oder Mädchenteams und 11 gemischte Teams befragt. In manchen Teams gehörte nur eine Person dem anderen Geschlecht an (z.B. Eishockeyteam, in welchem ein Mädchen mittrainiert und -spielt). Auf Ebene der Jugendlichen waren etwas mehr Jungen (und etwas weniger Mädchen) als angestrebt anwesend. Bezüglich des Alters wurden etwas mehr jüngere Teams berücksichtigt. Dieses Ergebnis wird relativiert wenn die Ebene der anwesenden Jugendlichen betrachtet wird. In diesem Fall werden die Quoten ziemlich genau erfüllt. Dies kann wahrscheinlich dadurch erklärt werden, dass in manchen Teams auch etwas ältere Jugendliche als der Durchschnitt mittrainiert, dieser Fakt über das Teams hinweg gesehen (das heisst im Schnitt) aber nicht relevant wird.

Insgesamt waren sieben Teams zum Zeitpunkt der Befragung höchstens ein Jahr bei «cool and clean» dabei, drei Teams zwischen einem und drei Jahren und vier Teams mehr als drei Jahre. Bei fünf Teams war nicht klar, seit wann sie bei «cool and clean» dabei sind (vgl. Kapitel 3.5). Folgende Sportarten wurden, alphabetisch geordnet, in der Befragung berücksichtigt: Badminton, Beach-/Volleyball, Eishockey, Fussball, Handball, Kampfsport, Leichtathletik, Schwimmen, Skifahren, Turnen/Gymnastik, Uni-/Land-/Rollhockey und Wasserball (9 Einzel- und 10 Teamsportarten). Zehn Teams gehörten zu den Indoor-, fünf zu den Outdoor- und zwei zu gemischten Sportarten. Zwei weitere Teams konnten dem Wassersport zugerechnet werden.

Die befragten Teams umfassten durchschnittlich rund 16 Jugendliche (mindestens 9, höchstens 24), davon waren in der Regel pro Training etwa 13 anwesend. Die Trainings in diesen Teams fanden durchschnittlich zehnmals pro Monat statt (minimal 2, maximal 28 Trainings), wobei bei manchen Teams diesbezüglich saisonale Schwankungen auftreten können. Die Gespräche mit den Jugendlichen dauerten im Schnitt mehrheitlich zwischen 20 oder 25 Minuten (mindestens 10, höchstens 40 Minuten).

Angaben bezüglich der Verteilung der vier zusätzlich befragten Teams können Tabelle 2 entnommen werden. Aus Gründen der Anonymität werden die zusätzlichen vier Gespräche nur zusammenfassend besprochen. Die gelieferte Liste enthielt nur Teams aus der Deutschschweiz. In den befragten Teams trainierten fast ausschliesslich Jungen. Bezüglich des Alters unterschieden sie sich nur unwesentlich von den anderen befragten Teams. Es hat den Anschein, dass in drei der vier Teams eher auf hohem Niveau Sport betrieben wird (insbesondere in zwei Teams besteht grosse Eigenverantwortung der Jugendlichen, da sie oft alleine trainieren; Teilnahme an bedeutenden Wettbewerben) und diese daher nicht repräsentativ für ein durchschnittliches Team aus dem Breitensport sind. Ein Team kann wohl eher dem Breitensport zugerechnet werden.

Abweichungen von den Zielwerten können mehrheitlich auf die bereits oben erwähnten Gründe zurückgeführt werden (nicht repräsentative Stichprobe, Auswahl der Teams nach Region und Sportart). Ausserdem wurde aufgrund der zur Verfügung stehenden Informationen in den Adresslisten eine Einhaltung mancher Zielwerte zusätzlich erschwert. So war das (durchschnittliche) Alter in den Teams beziehungsweise der Jugendlichen vorgängig nicht bekannt und Teams waren manchmal über unterschiedliche Altersgruppen hinweg zusammengesetzt. Ausserdem trainieren manche Teams an einzelnen Tagen gemeinsam oder einmal pro Woche mit dem Team des anderen Geschlechts.

## 2.2 Leitfaden für die Gespräche (Fragebogen)

Ein Vorteil der gleichzeitigen, aber von den Teamleitenden (schriftlicher Fragebogen) unabhängigen Befragung der Jugendlichen (Gespräch), liegt darin, dass in Bezug auf relevante Forschungsfragen Informationen beider Perspektiven vorliegen. Scheinbar widersprüchliche Aussagen sollen dabei nicht als Fehler oder Falschaussagen wahrgenommen werden. Vielmehr können diese Widersprüche aufzeigen, dass beispielsweise eine Einführung zum Programm «cool and clean», ein «cool and clean»-Spiel oder das Unterschreiben der Commitments von den Jugendlichen anders interpretiert wurde oder einen anderen Stellenwert hatte als für die Teamleitenden.

### 2.2.1 Leitfaden für die Gruppengespräche mit den Jugendlichen

Für die Gruppengespräche mit den Jugendlichen wurde ausgehend von den Forschungsfragen und in Absprache mit den Auftraggebenden ein Leitfaden erarbeitet. Der vollständige Interviewleitfaden befindet sich im Anhang, Kapitel 7.3.

### 2.2.2 Befragung der Teamleitenden

Um neben der Sichtweise der Jugendlichen auch diejenige der Teamleitenden zu erfahren, wurden diese gebeten, einen kurzen schriftlichen Fragebogen auszufüllen. Die Fragen betrafen hauptsächlich die Organisation des Teams, die Anwendbarkeit der Spielformen, den Umgang mit Informations- und Arbeitsmaterialien von «cool and clean» und allgemeine Wünsche und Verbesserungsvorschläge zu «cool and clean» (für Details siehe Anhang, Kapitel 7.4). Ziel der Befragung war, dass insbesondere die Fragen 5 „Die Intervention“ und 6 „Anmeldungen bei «cool and clean» und Fluktuation im Team“ aus der Liste der Forschungsfragen auch aus der Perspektive der Teamleitenden beantwortet werden (vgl. Kapitel 1). Ferner konnten vertiefende oder sich spontan ergebende Fragen auch noch in mündlichen Gesprächen mit den Teamleitenden entweder vor oder nach dem Gruppengespräch mit den Jugendlichen oder telefonisch geklärt werden. Der Fragebogen zur Umsetzung der Intervention im Rahmen des Programms «cool and clean» wurde im Frühjahr 2015 als erweitertes Befragungsprotokoll für die quantitative Teilstudie 1A verwendet.

In Tabelle 3 sind die übergeordneten Themenblöcke und die spezifischen Fragestellungen in einer Übersicht dargestellt. Wie aus dieser Tabelle ersichtlich ist, wurden einige Fragen nur an die Jugendlichen, andere nur an die Teamleitenden gerichtet.

**Tabelle 3** Übersicht der berücksichtigten Themenbereiche bei den Jugendlichen und den Teamleitenden

| Themenbereich  |  | J / TL |
|--|--|--------|
| <b>Das Programm «cool and clean»</b>                           |  |        |
| Teilnahme bekannt  | Die Jugendlichen wissen, dass das Team bei «cool and clean» angemeldet ist     | •      |
| spontane Äusserungen   | Spontane Aufzählung der wichtigsten Aspekte von «cool and clean»               | •      |
| <b>Commitments</b>   |  |        |
| Bekanntheit Commitments  | Die Commitments sind bekannt   | •      |
| Commitment: alt vs. neu  | Verwendung des alten oder des neuen Commitments                                | •      |
| Verständlichkeit Commitments                                   | Die Commitments sind ausreichend verständlich formuliert                       | •      |
| Unterschrift Commitments                                       | Die Commitments wurden im Team unterschrieben                                  | • •    |
| eigenes Commitment   | Ein eigenes Commitment wurde im Team etabliert                                 | • •    |
| Einhaltung Commitments   | Die Commitments werden eingehalten   | • •    |
| Reaktion Fehlverhalten   | Reaktion des TL auf Fehlverhalten (TL: Handlungsbedarf)                        | • •    |
| rauchfreie Sportstätten  | Eigene Sportstätte rauchfrei   | •      |
| <b>Spielformen</b>   |  |        |
| Spielformen  | Einsatz der Spielformen im Team  | • •    |
| Spielformen Gründe   | Gründe, warum Spielformen nicht eingesetzt werden                              | •      |
| <b>Informations- und Arbeitsmaterial</b>                       |  |        |
| Material   | Materialien werden verwendet   | • •    |
| <b>Einzel- und Gruppengespräche</b>                            |  |        |
| Gespräche Team   | Gruppengespräche werden geführt  | • •    |
| Gespräche einzeln  | Einzelgespräche werden geführt   | • •    |
| <b>Häufigkeit &amp; Subjektive Wirkung</b>                     |  |        |
| Häufigkeit Interventionen                                      | Punktuelle vs. regelmässige Interventionen                                     | •      |
| Subjektive Wirkung   | Subjektive Wirkung von «cool and clean»  | •      |
| <b>Identifizierung mit «cool and clean» &amp; Teamkohäsion</b> |  |        |
| Theorie der sozialen Identität                                 | Gespräche mit anderen / Verwendung T-Shirt / Interesse für andere Teilnehmende | •      |
| Stimmung   | Stimmung im Team   | •      |
| <b>Anmeldung &amp; Fluktuation</b>                             |  |        |
| Anmeldung Team   | Wie erfolgte Anmeldung (TL: Dauer seit Anmeldung)                              | • •    |
| Fluktuationen  | Umgang mit Wechseln während der Saison   | • •    |
| Einführung   | Einführung zu «cool and clean»   | • •    |

Anmerkungen: J = Jugendliche, TL = Teamleitende

## 2.3 Ablauf der Befragung

Der schriftliche Fragebogen (vgl. Anhang, Kapitel 7.4) wurde den Teamleitenden zusammen mit einem Brief zur Bestätigung des Termins (vgl. Anhang, Kapitel 7.2) zugeschickt. Dieser wurde in der Regel während der Gruppengespräche retourniert (ansonsten per Post in einem vorfrankierten Couvert oder in einem Fall auch per Mail).

Die Gespräche mit den Jugendlichen erfolgten in der Regel im Rahmen des regulären Trainings (in wenigen Fällen wurden die Jugendlichen extra aufgebeten). Falls die Anzahl der Jugendlichen im Team deutlich über zehn lag, wurde eine zufällige Auswahl unter den Anwesenden getroffen. Die Jugendlichen wurden getrennt vom restlichen Team und den Teamleitenden befragt, während letztere wie gewohnt trainieren konnten. Sie wurden zuerst kurz über die Studie und den Ablauf informiert und um ihr Einverständnis für eine Aufnahme des Gesprächs gebeten. Im Anschluss daran wurden anhand des halbstrukturierten Leitfadens die Forschungsfragen diskutiert (vgl. Kapitel 2.2.1). Dabei wurde die Reihenfolge der Fragen dem Gesprächsverlauf angepasst, um besser auf spontane Entwicklungen im Gespräch eingehen zu können. Zur Belohnung wurde den befragten Jugendlichen ein «cool and clean» T-Shirt in Aussicht gestellt. Dafür wurden nach Abschluss der Befragung von interessierten Jugendlichen die Namen und die Grösse des T-Shirts notiert. Der Versand der T-Shirts erfolgte in regelmässigen Abständen.

Die ersten beiden Gespräche dienten dazu, den Ablauf und die Verständlichkeit des Interviewleitfadens sowie des an die Teamleitenden gerichteten schriftlichen Fragebogens zu testen. Da in der Folge nur geringfügige Änderungen im Ablauf und keine substantiellen inhaltlichen Änderungen vorgenommen wurden, wurden diese beiden Gespräche in die Analysen einbezogen.

## 2.4 Analysen

Im Anschluss an die Gespräche wurden alle wichtigen Aussagen summarisch transkribiert. Die aufgezeichneten Gespräche dienten dabei als Interpretationshilfe. Dann wurden über alle Protokolle hinweg Analysen durchgeführt, mit dem Ziel, klare Aussagen bezüglich der Forschungsfragen zu gewinnen. Einerseits wurden alle Antworten zu einer bestimmten Frage betrachtet. Andererseits wurde versucht, einen Gesamteindruck jedes einzelnen Teams zu erhalten um abschätzen zu können, wie die Umsetzung verschiedener «cool and clean» Aspekte im Team erfolgt. Betreffend die Analysen ging es nicht darum, Einzelaussagen hervorzuheben, sondern allgemeine Trends oder Lücken in der Umsetzung zu erkennen und aufzudecken.

## 2.5 Grenzen der Analysen

Mindestens in zwei Teams wurden auf die Terminvereinbarung folgend «cool and clean» Interventionen umgesetzt, die sonst nicht stattgefunden hätten (nach Auskunft der Jugendlichen). Es kann also nicht ausgeschlossen werden, dass die Befragung als Anlass genommen wurde, «cool and clean» ins Training einzubeziehen. Bei der Interpretation der Ergebnisse sollte berücksichtigt werden, dass dieser Umstand die Ergebnisse möglicherweise beeinflusst hat.

Ausserdem verblieb trotz Vorinformation in manchen Fällen die Trainerin, der Trainer in Hörweite (aus Interesse an der Evaluation). Ein Einfluss auf das Gespräch kann nicht in jedem Fall ausgeschlossen werden.

An dieser Stelle soll auch nochmal betont werden, dass bei der Interpretation der Ergebnisse berücksichtigt werden sollte, dass die Stichprobe nicht repräsentativ gezogen wurde. Insbesondere bei den vier zusätzlichen Gesprächen handelte es sich um eine selektive Auswahl, da die von Swiss Olympic

an uns gesandte Liste nur acht Teams umfasste. Aus diesem Grund wurde auf eine detaillierte Beschreibung dieser Teams im Methodenkapitel verzichtet (vgl. Kapitel 2.1). Darüber hinaus war aufgrund der Vielfalt der einbezogenen Sportarten eine detaillierte Analyse diesbezüglich nicht möglich.

Ausser Selbsteinschätzungen sind Aussagen über eine allgemeine Wirkung von «cool and clean» kaum möglich. Diese sind jedoch das Ziel der quantitativen Befragung der Jugendlichen (Wicki et al., 2015).

Schliesslich soll auch noch darauf hingewiesen werden, dass Analysen nur auf Teamebene erfolgen können, da die Gespräche in der Gruppe stattfanden. Jedoch können weder Aussagen für alle (in der Regel haben sich nicht alle zu jeder Frage geäussert) noch für Einzelpersonen (Antworten können nicht Einzelnen zugeordnet werden) getroffen werden. Damit einher geht auch, dass, wie in Gesprächen in der Gruppe üblich, einzelne Jugendliche sich häufiger zu Wort meldeten als andere.

## 3 Ergebnisse der Evaluation

Im Folgenden werden die Ergebnisse nach Themenblöcken dargestellt. Die Reihenfolge orientiert sich hauptsächlich an den Forschungsfragen (vgl. Tabelle 1, Kapitel 1). Dabei werden jeweils zuerst die Befunde aus Sicht der Jugendlichen und danach aus Sicht der Teamleitenden berichtet, ergänzt durch die Ergebnisse der vier zusätzlichen Gruppengespräche. Einige Aussagen werden zudem anhand von Zitaten aus den Gesprächen dokumentiert (in Anführungszeichen; französische Aussagen wurden sinngemäss übersetzt).

### 3.1 Das Programm «cool and clean»

Einleitend wurden die Jugendlichen in den Teams gefragt, was ihnen spontan zu «cool and clean» in den Sinn kommen würde. Mit Ausnahme von zwei Teams wurde in allen anderen Teams mindestens eines der Commitments genannt. Am häufigsten wurde das Tabak-Commitment erwähnt, gefolgt von Nennungen zum Alkohol-Commitment, dann dem Doping- und dem Fairplay-Commitment. Das Commitment zur Zielerreichung wurde in zwei Teams genannt. Gesamthaft gesehen wurden „clean“ Aspekte deutlich häufiger spontan aufgezählt als „cool“ Aspekte, wobei in etwas weniger als der Hälfte der Teams beide Aspekte erwähnt wurden. Hierzu fällt auf, dass in drei der vier zusätzlich befragten Teams beide Aspekte erwähnt wurden.

Neben den Commitments wurden spontan auch weitere Aspekte von «cool and clean» erwähnt. Sehr oft (etwa gleich häufig wie das am häufigsten genannte Commitment zu Tabak) wurden „Drogen“ (oder auch Cannabis) genannt. Weitere vereinzelte spontane Nennungen betrafen sauberen Sport allgemein, Prävention, Gesundheitsförderung, Vorbildfunktion für andere und Ernährung.

Vorausgesetzt, dass «cool and clean» bekannt war, fanden die Jugendlichen das Programm durchwegs „eine gute Sache“ (nur in zwei Teams war «cool and clean» überhaupt nicht bekannt und in zwei weiteren Teams kannte nur eine Person «cool and clean»). Manchmal wurde aber auch hinzugefügt, dass die Botschaften von «cool and clean» allgemeingültig seien. So sei beispielsweise klar, dass Substanzkonsum oder Doping schlecht und Fairplay im Sport wünschenswert sei. Auch würden sich die Informationen betreffend den Substanzkonsum kaum von der Wissensvermittlung im Rahmen von Schulstunden unterscheiden („das haben wir in der Schule auch schon behandelt“). Manche Jugendliche gaben aber an, dass es durchaus sinnvoll sei, sich die Inhalte von «cool and clean» wiederholt ins Gedächtnis zu rufen.

Von den befragten Teamleitenden fanden fast alle, dass «cool and clean» im Allgemeinen ein gutes Programm sei.

#### *Fazit zum Programm «cool and clean»*

«cool and clean» ist den Jugendlichen in den meisten Teams bekannt und wird vor allem mit den Inhalten der Commitments in Verbindung gebracht. In den meisten Teams wird spontan entweder mindestens ein «cool» oder ein «clean» Element erwähnt, in etwas weniger als der Hälfte der Equipen sogar beide. Weitere Aspekte von «cool and clean» werden nur vereinzelt genannt. Die Jugendlichen finden das Programm, generell gesehen, ziemlich gut. Auch die Teamleitenden unterstützen die Ziele des Programms «cool and clean».

## 3.2 Commitments

Da die Commitments einen wichtigen Teil des «cool and clean» Programms ausmachen, wird im Folgenden in separaten Unterkapiteln vertieft auf einzelne Aspekte dazu eingegangen.

### 3.2.1 Bekanntheit der Commitments

Wie bereits im vorhergehenden Kapitel beschrieben (vgl. Kapitel 3.1), nannten die Jugendlichen im Zusammenhang mit «cool and clean» spontan ziemlich oft zumindest einzelne der Commitments, wobei sie „clean“ Aspekte deutlich häufiger erwähnten als „cool“ Aspekte. Generell können in Bezug auf die Commitments drei Stufen von Bekanntheit unterscheiden werden:

- 1) Die Jugendlichen verstehen allgemein gesehen beispielsweise die Wichtigkeit von Fairplay und kennen die Risiken von Doping, Rauchen und Alkohol;
- 2) Die Jugendlichen wissen
- 3) , dass es im Programm «cool and clean» Commitments gibt, die beispielsweise lauten, man solle sich entsprechend dem Fairplay-Prinzip verhalten oder man solle aufs Rauchen verzichten;
- 4) Die Jugendlichen betrachten die Commitments des Programms «cool and clean» als engagierte Selbstverpflichtung, das heisst die Jugendliche halten sich nicht nur im Rahmen des Sportes, sondern auch in anderen Lebensbereichen an die Commitments.

Letzteres wird gemäss dem Programm «cool and clean» angestrebt (vgl. Annaheim et al., 2007; Eidgenössische Sportschule Magglingen, 2004), wurde jedoch wahrscheinlich nur in einem der befragten Teams erreicht (nach Angabe der Jugendlichen kommen darüber hinaus zwei zusätzlich befragte Teams an eine engagierte Selbstverpflichtung heran). Jugendliche aller Teams wussten, dass bestimmte Verhaltensweisen falsch sind und erfüllen somit alle Punkt 1. Darüber hinaus konnten sie sich oft an eins oder sogar mehrere der Commitments erinnern. Das heisst, dass sich die Mehrheit der Teams wohl im mittleren Bereich (unter Punkt 2) finden dürfte. Dies wird auch durch vereinzelte Aussagen der Jugendlichen dokumentiert („wie man die einzelnen Regeln ins Privatleben überträgt, ist jedem Einzelnen überlassen“).

Ausserdem waren die „Commitments“ bisweilen unter anderen Begriffen wie „Regeln“, „Versprechungen“, „Ziele“, „Kampagne“ oder ähnlichem bekannt.

Dadurch dass die Commitments unterschrieben werden, können sie gleichzeitig auch bekannt gemacht werden. Basierend auf den Gesprächen mit den Teams ist der Eindruck entstanden, dass die Mehrheit der Teams bald nach Anmeldung ihre Zugehörigkeit zu «cool and clean» durch eine Unterschrift ausgedrückt hat (etwa ein Viertel hat die Zugehörigkeit sowohl verbal wie auch schriftlich ausgedrückt). Insgesamt wurden die Commitments in etwa drei Vierteln der Teams unterzeichnet. Die Unterschrift lag oft bereits etwas länger zurück und wurde meist nicht wiederholt. Dies hat zur Folge, dass manche Jugendliche, die ziemlich neu im Team waren, deren Team aber bereits etwas länger bei «cool and clean» dabei war, die Commitments nie unterschrieben haben. Jugendliche, die bereits länger dabei waren, erinnerten sich in der Regel alle an die Unterschrift. Was genau unterschrieben wurde, variierte zwischen den Teams erheblich. In manchen Teams wurde ein „Blatt“ oder die SMART-Broschüre unterschrieben, in anderen ein Plakat, Poster oder eine Karte. In einem Team wurde kein «cool and clean» Material unterschrieben, sondern die vereinseigenen Statuten, in welchen die Commitments (sowie die Ethikcharta) integriert waren. In allen zusätzlich befragten Teams wurden die Commitments unterschrieben beziehungsweise die Zugehörigkeit zu «cool and clean» verbal ausgedrückt.

Die Angaben der Teamleitenden und der Jugendlichen stimmen weitgehend überein. Gemäss den Teamleitenden wurden die Commitments in etwa drei Vierteln der Teams besprochen oder unterzeichnet. In weniger als einem Viertel der Teams wurden diesbezüglich keine Aktivitäten unternommen. Und Rituale oder eine bestimmte Zeremonie kamen nur sehr selten zur Anwendung (z.B. Überreichen eines Diploms).

#### *Fazit zur Bekanntheit der Commitments*

Die Commitments oder zumindest Teile davon sind inhaltlich den meisten bekannt. Mehrheitlich wird über die Commitments eher wie von selbstverständlichen Regeln, die unter anderem auch im Programm «cool and clean» Eingang finden, und nicht wie von einer „engagierte Selbstverpflichtung“ der Jugendlichen gesprochen. Zudem hat sich der Begriff „Commitment“ nicht überall etablieren können und wird manchmal durch andere, ähnliche Begriffe ersetzt.

Dass die Commitments mehrheitlich kurz nach Anmeldung unterschrieben oder besprochen werden und die Unterschrift später nicht mehr wiederholt wird, erklärt möglicherweise, warum diese nicht bei allen Jugendlichen bekannt sind.

### 3.2.2 *Verständlichkeit der Commitments*

Die Commitments schienen den Jugendlichen aller Teams relativ gut verständlich zu sein (auch wenn sie diese vorher nicht gekannt haben). In ein paar Fällen gab es Rückfragen ans Evaluationsteam bezüglich des Doping-Commitments. Diese betrafen insbesondere die Zugehörigkeit einzelner Substanzen zur Kategorie „Doping“ (z.B. Energydrinks, einzelne Medikamente, Powerdrinks) beziehungsweise generell die Definition von Doping. Und in einem Team wurde erwähnt, dass ein separates Doping-Commitment überflüssig sei, da Doping unfair sei und somit zum Fairplay-Commitment gehöre.

Ebenso war für die Jugendlichen klar, dass Rauchen und Sport nicht gut miteinander zu vereinbaren sind („wenn man raucht ist man viel schlechter im Sport“, „wenn man in die Nationalmannschaft kommen will, darf man nicht rauchen“) und ein diesbezügliches Commitment schien für sie Sinn zu machen („das Programm kann helfen, nicht mit rauchen anzufangen“), auch wenn die Jugendlichen vieler Teams noch zu jung waren, um legal Zigaretten erwerben zu können<sup>2</sup> und das Tabak-Commitment daher bei Manchen eine eher geringe Rolle zu spielen schien. Diese Tendenz konnte auch dadurch bestätigt werden, indem die Jugendlichen angaben, dass Sportstätten eigentlich rauchfrei sein sollten. Nur bei wenigen Personen stand diesbezüglich eine eher liberale Position im Vordergrund, das heisst dass es unter freiem Himmel den einzelnen Personen überlassen sei, ob sie rauchen würden oder nicht, vorausgesetzt, das Rauchen habe keinen Einfluss auf die Sporttreibenden. Man kann davon ausgehen, dass im Allgemeinen ein Rauchverbot auf allen Sportstätten begrüsst würde.

Dahingehend befragt, ob das neue Alkohol-Commitment verständlich sei (etwa die Hälfte der Teams verwendete gemäss Angaben des Teamleitenden zum Zeitpunkt der Befragung noch das alte

<sup>2</sup> Das Schutzalter ist je nach Kanton unterschiedlich. Keine Regelung gibt es in den Kantonen: AI, GE, OW und SZ. In AG, AR, FR, GL, GR, LU, SG, SO, TG, UR, VS und ZH ist der Verkauf an unter 16-Jährige verboten; in den Kantonen BE, BL, BS, JU, NE, NW, SH, TI, VD und ZG an unter 18-Jährige (Stand: März 2014).

Commitment plus alle zusätzlich befragten Teams), stimmten die Jugendlichen im Allgemeinen zu. Allerdings scheint die Formulierung Interpretationsspielraum zuzulassen („nicht so viel trinken, dass man im Spital landet beziehungsweise wenn man noch Auto fährt überhaupt nicht“, „wenn man sich ab und zu betrinkt, ist das völlig normal; aber dann einfach nicht am Freitag und Samstag das heisst nicht zu oft beziehungsweise nicht vor wichtigen Wettkämpfen oder Trainingsphasen, da man dadurch andere gefährden könnte“). Eine Person der vier zusätzlich befragten Teams gab zu bedenken, es sei nicht ganz klar, was mit „ohne mir und anderen zu schaden“ gemeint sei. „clean“ würde eigentlich heissen, dass man im Sport auf Substanzen weitgehend verzichten soll (wenn auch einmal ein Glas erlaubt sei). Die Grenze sei ziemlich hoch gesetzt, denn wenn die Einhaltung des Commitments erst erfüllt sei, wenn man anderen nicht schade und man ansonsten so viel trinken dürfe, wie man wolle, dann sei dies doch eher nicht wünschenswert. Möglicherweise kann in einzelnen Fällen der Begriff „ohne mir und andere zu schaden“ ähnliche Konfusion beziehungsweise Klärungsbedarf hervorrufen wie der früher verwandte Begriff „verantwortungsvoll“. Die Unterscheidung in Alterskategorien dagegen war allen einleuchtend.

#### *Fazit zur Verständlichkeit der Commitments*

Die Commitments sind gut verständlich. Tabakkonsum und Sport wird generell verurteilt, das heisst es kann von einer ziemlich hohen Sensibilisierung der Jugendlichen gegenüber Tabakgebrauch ausgegangen werden. Auch die neue Version des Alkohol-Commitments inkl. der Altersunterteilung wird gesamthaft gesehen begrüsst. Dass übermässiger Alkoholkonsum ungesund ist und sich nicht mit Sport vereinbaren lässt, ist den Jugendlichen ebenfalls klar. Wie viel konsumiert werden kann, ohne sich und andere dabei zu schaden, wird von den Jugendlichen teilweise falsch eingeschätzt.

### *3.2.3 Existenz eines eigenes Commitment*

Sowohl gemäss den Jugendlichen als auch gemäss den Teamleitenden gab es in etwa einem Drittel der Teams ein eigenes Commitment. Die Übereinstimmung ist aber nur vordergründig ziemlich hoch. Eine genauere Analyse zeigte, dass sich die Jugendlichen von zwei Teams an ein eigenes Commitment zu erinnern glaubten, die Teamleitenden aber kein solches angaben. Dagegen gaben drei Teamleitende an, ein eigenes Commitment zu haben, die Jugendlichen dieser Teams konnten sich jedoch nicht an ein solches erinnern. In einem Fall hat sich herausgestellt, dass jeder Jugendliche ein eigenes Commitment aufgeschrieben hatte und die Trainerin, der Trainer bei der Verneinung der Frage bezüglich des eigenen Commitments wohl implizit von einem gemeinsamen Commitment ausgegangen war. In zwei der vier zusätzlichen Gespräche gab es ein eigenes Commitment.

Die genannten eigenen Commitments betrafen vor allem Teamwork beziehungsweise Zusammenhalt, Fairplay, Zielerreichung und in einem Fall Substanzkonsum. In den vier zusätzlichen Gesprächen betraf das eigene Commitment in einem Fall auch die Ernährung. Tabelle 4 listet die durch die Teamleitenden genannten Commitments auf.

Tabelle 4 Eigene Commitments und Übereinstimmung zwischen Teamleitenden und Jugendlichen

| Gemäss dem Teamleitenden lautet das eigene Commitment...   | Übereinstimmung |
|--|-----------------|
| Keine Drogen, kein Alkohol und nicht rauchen, Fairness gegenüber allen.  | ●               |
| Wir gehen fair miteinander um und nach einer Niederlage trainieren wir umso härter, damit wir das nächste Mal gewinnen. Wir helfen einander. Teamwork! | ●               |
| Own the moment.  | ●               |
| Was wir alleine nicht schaffen, das schaffen wir dann zusammen!  | ●               |
| Auf dem höchsten Niveau individuell und gemeinsam vor dem Hintergrund der «cool and clean» Commitments erfolgreich sein.                               | ●               |
| Sicher und selbstbewusst auftreten.  | ○               |
| Wir sind ein Team, jeder gehört dazu!  | ●               |
| Wir unterstützen uns gegenseitig wo immer möglich.   | ○               |
| Wir ernähren uns an Trainings- und Spieltagen sportgerecht.  | ●               |
| (In einem Team hat jedes Teammitglied für sich ein eigenes Commitment erarbeitet.)   | ○               |

Anmerkungen:  $n_{tot+4}=23$ .  
 ● auch die Jugendlichen können sich ans Commitment erinnern; ○ Die Jugendlichen können sich zwar erinnern, ein eigenes Commitment zu haben, können es aber nicht benennen; ● Die Jugendlichen können sich nicht erinnern, ein eigenes Commitment zu haben.

### Fazit zur Existenz eines eigenen Commitments

Bei etwa einem Drittel der Teams gibt es gemäss den Teamleitenden ein eigenes Commitment, die Jugendlichen können sich aber nicht immer an dessen Vorhandensein beziehungsweise an den genauen Inhalt erinnern. Hatten die Teams ein eigenes Commitment erarbeitet, betrafen die Themenbereiche Teamwork, Fairplay, Zielerreichung, Substanzkonsum und Ernährung. In einem Team hatte jedes Teammitglied ein persönliches Commitment formuliert.

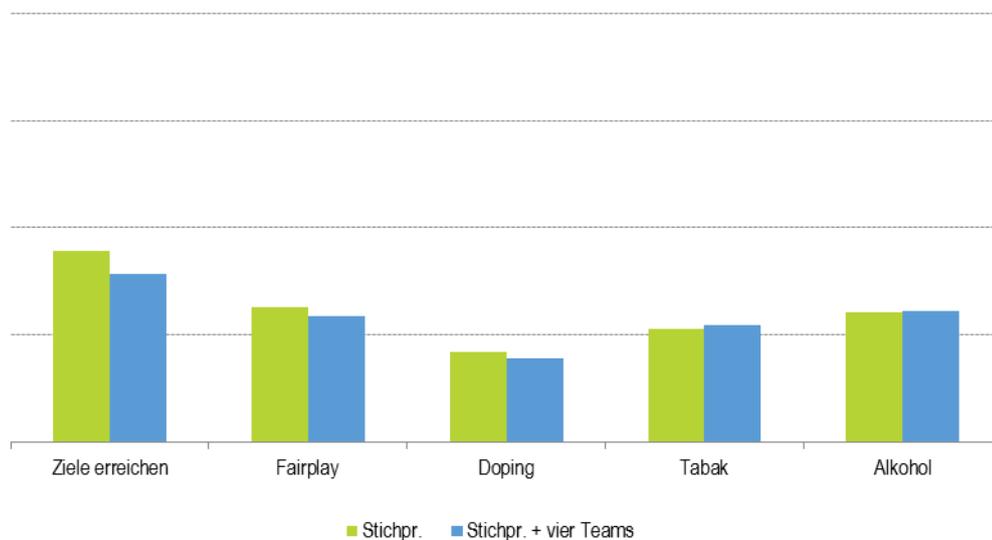
### 3.2.4 Einhaltung der Commitments & diesbezüglicher Handlungsbedarf

Unter den Jugendlichen herrscht die Meinung vor, dass Verhalten, wie es in den Commitments umschrieben wird, eine wichtige Voraussetzung für Sport sei und deswegen auch ohne das Programm «cool and clean» Gültigkeit besitze (vgl. auch Kapitel 3.1). Insgesamt gesehen seien die Commitments aber nicht schwer einzuhalten. In diesem Zusammenhang wurde gelegentlich auch die Eigenverantwortung jedes einzelnen Sportlers, jeder einzelnen Sportlerin hervorgehoben beziehungsweise der durch Fehlverhalten entstehende Schaden erwähnt.

Zum Handlungsbedarf im Zusammenhang mit den Commitments wurde den Teamleitenden eine konkrete Frage gestellt (5-stufige Likert-Skala von „ist gering“ bis „ist gross“). Wie Abbildung 1 zeigt, wurde der Handlungsbedarf, gesamthaft gesehen, als eher gering bis mittel eingestuft. Die Verteilung in den vier zusätzlich befragten Teams unterscheidet sich nur geringfügig von den anderen Teams.

Obwohl der Handlungsbedarf im Vergleich einzelner Commitments ziemlich ähnlich eingeschätzt wird, können dennoch geringfügige Unterschiede festgestellt werden. Der Handlungsbedarf scheint beim Commitment „Ziele erreichen“ etwas höher zu sein als bei den anderen Commitments. Im Zusammenhang mit Substanzkonsum scheint bezüglich des Handlungsbedarfs unter anderem das Alter der Jugendlichen im Team eine wichtige Rolle zu spielen. Sowohl einige Jugendliche wie auch einzelne Teamleitende erwähnten, dass in jüngerem Alter die Commitments zu Substanzkonsum (noch) kein Thema seien und teilweise deswegen diesbezügliche «cool and clean» Inhalte vonseiten der Teamleitenden (noch) nicht ins Training integriert wurden. Von einem Teamleitenden wurde beispielsweise erwähnt, dass das Team aktuell ziemlich brav sei, Substanzkonsum bei manchen aber im kommenden Jahr, wenn die Jugendlichen 15 Jahre alt würden, eine Rolle spielen dürfte und er deswegen damit rechne, künftig mit diesem Thema konfrontiert zu werden. In einem anderen Team wurde erwähnt, dass das Alkohol- und auch das Tabak-Commitment für sie überflüssig sei, da sie sowieso keine Substanzen konsumieren würden, für ältere sei es aber sinnvoll. Obwohl einige wenige Teamleitende bezüglich der Substanzkonsum-Commitments einen (eher) grossen Handlungsbedarf angaben, ist nicht klar, worauf diese Einschätzung zurückgeführt werden kann. So gibt es in diesen Teams weder bezüglich des Alters der Jugendlichen noch bezüglich des Geschlechts Unterschiede im Handlungsbedarf (und auch kein Stadt-Land Unterschied oder ähnliches).

Abbildung 1 Wahrgenommener Handlungsbedarf durch die Teamleitenden, nach Commitment



Anmerkungen: Stichprobe:  $n_{\text{tot}}=19$ , Stichprobe inkl. vier zusätzlich befragte Teams:  $n_{\text{tot}+4}=23$ .  
5-stufige Likert-Skala: von 1=ist gering bis 5=ist gross

Betreffend das Doping-Commitment wird der Handlungsbedarf geringer als für die anderen Commitments eingestuft. Dies liegt möglicherweise daran, dass die Bedeutung von Doping in den befragten Teams eher gering war. Während der Gebrauch von Substanzen, die unter Doping fallen, kategorisch ausgeschlossen wurde, waren Jugendliche einiger Teams an mehr Informationen dazu interessiert und beim manchen Jugendlichen wurde Doping im Trainingsalltag bereits thematisiert (indem gewisse Medikamente in der Behandlung nicht erlaubt sind).

In vielen Teams gingen die Jugendlichen davon aus, dass die Teamleitenden bei Fehlverhalten bezüglich der Commitments intervenieren würden. Wahrscheinlich würde in einem Gespräch (vornehmlich mit den Betroffenen, bei wenigen auch im Team) das Verhalten angesprochen und die Konsequenzen aufgezeigt.

So würde in Bezug auf Substanzkonsum auf die Gefahren und Risiken des Rauchens beziehungsweise des Alkoholkonsums aufmerksam gemacht. Weitere Konsequenzen wie beispielsweise Benachrichtigung der Eltern oder Ausschluss aus dem Training (oder sogar aus dem Team) wurden nur vereinzelt genannt. In keinem der Teams berichteten die Jugendlichen einen konkreten, sie persönlich betreffenden Vorfall (jedoch gab es vereinzelt Hinweise von den Teamleitenden auf einzelne Jugendliche, die entgegen der legalen oder vereinsinternen Regelungen bereits geraucht oder (zu viel) Alkohol zu sich genommen haben). In zwei Teams (mit eher ältere Jugendlichen) wurde erwähnt, dass man selber schuld sei, wenn man sich bei Fehlverhalten erwischen lasse, es gebe genug Strategien, ein solches Verhalten zu verheimlichen („man muss es halt nur schlau anstellen, so dass die Teamleitenden nichts merken“, „wenn man geschickt ist, wird der Trainer nicht merken, wenn die Commitments nicht eingehalten werden“).

#### *Fazit zur Einhaltung der Commitments & Handlungsbedarf*

Die Einhaltung der Commitments ist für die Mehrheit der Jugendlichen kein Problem. Einerseits hatten viele Teammitglieder das Mindestalter für den Erwerb von Tabak oder Alkohol noch nicht erreicht, zudem wirke nach Aussagen in einigen Teams Sport treiben dezidiert präventiv. Auch wenn Doping im Trainingsalltag wenig relevant ist, interessieren sich manche Jugendliche für Medikamente oder andere Substanzen, die als Doping gelten könnten.

Gemäss den Teamleitenden ist der Handlungsbedarf in Bezug auf die Commitments gering bis mittel. Gemäss den Jugendlichen würden sie von den Teamleitenden im Einzel- oder Gruppengespräch angesprochen, wenn sie die Commitments nicht einhalten würden (z.B. bei Alkohol- oder Tabakkonsum). Weitere Konsequenzen werden nur vereinzelt in Betracht gezogen und konkrete Situationen scheinen nur sehr selten vorzukommen. Indiziert-präventive Massnahmen scheinen gegenüber universal-präventiven Massnahmen und der Primärprävention vorgezogen zu werden (z.B. solange niemand raucht oder Alkohol konsumiert, erscheinen Aktivitäten zu diesen Themen nicht sinnvoll). Möglicherweise wird die Wichtigkeit (universal)-präventiver Massnahmen beziehungsweise der Primärprävention insbesondere im Bereich Substanzkonsum unterschätzt.

### **3.3 Interventionen im Rahmen des Programms «cool and clean»**

Um mehr darüber zu erfahren, was in den einzelnen Teams in Bezug auf «cool and clean» gemacht wurde, wurde den Jugendlichen dazu eine offene Frage gestellt (vgl. Kapitel 3.3.1). Falls sie von sich aus beispielsweise über Spielformen oder Arbeits- und Informationsmaterialien sprachen, wurde das betreffende Thema vertieft. Erwähnten die Jugendlichen einzelne Interventionen nicht von sich aus, wurden diese seitens des Evaluationsteams benannt und dann besprochen (vgl. Kapitel 3.3.2 ff).

#### *3.3.1 Spontane Nennungen*

Spontan nannten die Jugendlichen einzelne der im Rahmen von «cool and clean» zur Verfügung gestellten Materialien beziehungsweise Interventionen. Beispielsweise mussten die Jugendlichen eines Teams regelmässig die Commitments aufsagen. In einem anderen Team haben die Jugendlichen ein T-Shirt erhalten und auch mal eine DVD geschaut. Ausserdem haben sie etwas zu Emotionen gemacht und gelernt, wer Swiss Olympic ist.

Im Zusammenhang mit den Materialien wurden wiederholt auch «cool and clean» Utensilien erwähnt (Trinkflaschen, T-Shirt, Badetuch etc.). Es hat den Anschein, als würden solche „Materialien“ einen nachhaltigen Eindruck bei den Jugendlichen hinterlassen. So wurden die meisten dieser Gadgets durchaus als brauchbar empfunden (mehr zu den T-Shirts, vgl. Kapitel 3.4.1) und einige wünschten sich noch mehr davon.

In den Gesprächen mit den Teamleitenden zeigte sich, dass diese das Programm «cool and clean» nicht immer explizit erwähnten, wenn sie versuchten, den Jugendlichen die Inhalte des Programms «cool and clean» zu vermitteln. Explizit genannt wurde «cool and clean» relativ oft beim Verteilen der Informations- und Arbeitsmaterialien, der Nylon-Säcke und T-Shirts oder dem Unterschreiben der Commitments. Da diese Aktivitäten aber oft einmalig blieben oder «cool and clean» bei Wiederholungen nicht mehr explizit genannt wurde, fiel der Name «cool and clean» dennoch nicht sehr häufig.

#### *Fazit zu den spontanen Nennungen*

Spontan konnten sich nur vereinzelte Jugendliche an Interventionen im Rahmen von «cool and clean» erinnern. Diese Erinnerungen waren zudem nur unspezifisch, das heisst, diese gemäss dem Präventionskonzept von «cool and clean» sehr zentralen Elemente waren den Jugendlichen spontan nur wenig präsent. Eine Erklärung hierfür liegt möglicherweise darin, dass die Teamleitenden bei der Durchführung einzelner Interventionen «cool and clean» zu selten explizit erwähnen beziehungsweise selten den direkten Bezug zu den Commitments aufzeigen.

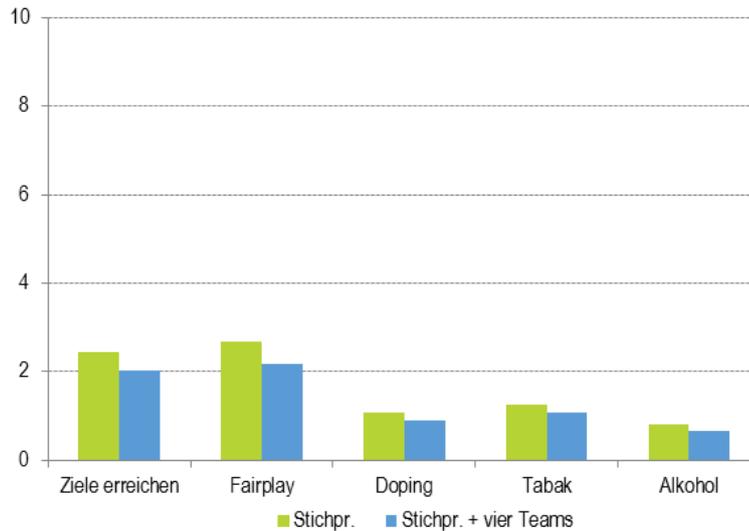
### 3.3.2 Spielformen

In vier Teams konnten sich die Jugendlichen daran erinnern, mindestens einmal ein «cool and clean»-Spiel gemacht zu haben. Die Jugendlichen der restlichen Teams konnten sich häufig auch dann nicht an die Spielformen erinnern, nachdem sie ihnen erklärt und ein Beispiel vorgestellt wurde (da die Jugendlichen die Spielformen kaum kannten, wurde ihnen ab dem vierten Gruppengespräch bei Bedarf zusätzlich der Kurzfilm „Die gedopte Nummernstafette“ der «cool and clean»-DVD gezeigt). Einige Jugendliche aus vier Teams gaben an, solche beziehungsweise ähnliche Spiele aus der Schule zu kennen.

In zehn Teams war durchaus Interesse vorhanden, «cool and clean»-Spiele in den Trainings durchzuführen („es würde helfen zu entspannen“, „während dem Aufwärmen würde es für Abwechslung sorgen“). In fünf Equipen sprachen sich die Jugendlichen eher dagegen aus („jeder weiss, dass man nicht schummeln soll“, „wir wollen lieber trainieren, um unsere Leistung zu verbessern, statt Spiele machen“, „es nützt nichts zu lernen, was man schon gelernt hat“). Viermal wurde darüber hinaus ergänzt, Spiele seien eher etwas für Jüngere, Ältere würden eher zusammen über bestimmte Themen diskutieren.

Die Angaben der Jugendlichen bezüglich des Einsatzes der Spielformen stimmen nur teilweise mit jenen der Teamleitenden überein. Gemäss Auskunft der Teamleitenden wurden die Spielformen während der letzten 15 Trainings in der Hälfte der Equipen nicht integriert. Immerhin in etwa der Hälfte der Teams dagegen wurden sie berücksichtigt, wobei die Spielformen zur Zielerreichung und zu Fairplay etwas häufiger zur Anwendung kamen (durchschnittlich zwei- oder fast dreimal in dieser Zeitspanne) als diejenigen zu den anderen drei Commitments (durchschnittlich etwa einmal; vgl. Abbildung 2). Die Unterschiede in der Wahrnehmung zwischen den Jugendlichen und den Teamleitenden rühren möglicherweise daher, dass «cool and clean» im Zusammenhang mit den Spielformen noch zu wenig erwähnt wurde.

Abbildung 2 Durchschnittliche Häufigkeit der Durchführung der Spielformen in den letzten 15 Trainings, nach Commitment



Anmerkungen: Stichprobe:  $n_{\text{tot}}=19$ , Stichprobe inkl. vier zusätzlich befragte Teams:  $n_{\text{tot}+4}=23$ .

Insbesondere zwei Gründe spielen für die eher seltene Umsetzung der Spielformen eine Rolle. Erstens wurden die Inhalte der Commitments teilweise auf andere Art und Weise vermittelt (8 Nennungen). Zweitens wurde als Grund auch die erschwerte Umsetzbarkeit in der Sportart erwähnt (6 Nennungen). Tatsächlich wünschten nicht wenige Teamleitende auch im Gespräch Spiele, die noch besser auf ihre Sportart zugeschnitten sind. „Kein Interesse“ (3 Nennungen), „nicht lehrreich“ (1 Nennung) und „nicht interessant“ (2 Nennungen) wurden dagegen kaum angegeben. Weitere Gründe, die genannt wurden: „Trainings bereits mit (anderen) Inhalten gefüllt“ (3 Nennungen), „Zeit knapp“ (2 Nennungen), „trainieren statt Spiele machen“, „die Spielformen sind eher für jüngere (10- bis 13-Jährige) als für ältere Jugendliche (14-Jährige oder ältere) angemessen“. Darüber hinaus wurden auch im Zusammenhang mit den Spielformen «cool and clean» beziehungsweise die Commitments noch zu wenig oft erwähnt. Bezüglich der Gründe ist die Übereinstimmung der Teamleitenden mit den Jugendlichen ziemlich gross.

In drei der vier zusätzlich befragten Teams wurden die Spielformen gemäss Auskunft der Jugendlichen eingesetzt (in zwei Teams je einmal, nur in einem Team mehrmals). Gemäss den Teamleitenden wurden sie in den letzten 15 Trainings nie angewandt (möglicherweise wurden sie vereinzelt zu früheren Zeitpunkten berücksichtigt), wobei hauptsächlich dieselben zwei Gründe wie in den anderen befragten Teams ausschlaggebend waren.

### Fazit zu den Spielformen

Die Spielformen werden vergleichsweise selten, das heisst weniger oft als von «cool and clean» empfohlen (einmal pro Monat) eingesetzt. Selbst wenn die Spielformen laut Teamleitenden umgesetzt wurden, konnte sich die Mehrzahl der Jugendlichen nicht daran erinnern. Einige Teamleitenden lassen sich offenbar durch die Spielformen inspirieren und zumindest einzelne Elemente fliessen ins Training ein, jedoch nicht unter dem Namen «cool and clean». Häufigste Begründungen seitens der Teamleitenden für die relativ seltene Umsetzung der Spielformen: Die Inhalte werden lieber auf eine andere Weise vermittelt und die Spielformen seien nicht geeignet für die Sportart.

### 3.3.3 Informations- & Arbeitsmaterial

Was sich bereits in anderen Bereichen abgezeichnet hat, wiederholt sich auch in Bezug auf die Informations- und Arbeitsmaterialien. Sowohl basierend auf den Angaben der Jugendlichen als auch gemäss den Auskünften der Teamleitenden picken sich Letztere das heraus, was anspricht oder von besonderem Interesse ist. Von einem systematischen Gebrauch der Materialien kann nicht ausgegangen werden. Eine Übersicht der Antworten der Teamleitenden bezüglich der einzelnen Informations- und Arbeitsmaterialien findet sich in Tabelle 5.

**Tabelle 5** Verwendung von Informations- und Arbeitsmaterialien in Trainings der aktuellen Saison (häufigste Nennungen mit Farbe hinterlegt)

| Im Themenbereich von ....   | Verwendung  |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|   | nicht verwendet   | für mich gelesen/ angeschaut  | an das Team verteilt  | mit dem Team besprochen   |
| <b>Ziele erreichen</b> (SMART-Booklet, sich „spezifische, messbare, ausführbar, relevant und terminierte Ziele“ setzen) |   |   |       |   |
| <b>Fairplay</b> (Infolyer)  |   |       |   |   |
| <b>Doping</b> (Infolyer)  |   |       |   |   |
| <b>Tabak</b> (Infolyer)   |     |     |   |   |
| <b>Snus</b> (Infolyer)  |   |   |   |   |
| <b>Alkohol</b> (Infolyer)   |   |   |   |    |
| <b>Programm «cool and clean»</b> (Informationsbroschüre) <sup>1</sup>   |   |   |   |    |
| «cool and clean»- <b>Gesellschaftsspiele</b> (z.B. «rote Karte Spiel», «Twins»)   |   |   |   |   |
| <b>Geschichtenkarten</b>  |   |   |   |   |
| <b>E-Learning-Module</b>  |   |   |   |   |
| <b>«cool and clean»-DVD</b>   |   |   |   |   |

Anmerkungen:

Mehrfachnennungen möglich.

 (Stichprobe):  $n_{\text{tot}}=19$ ;  (Stichprobe + vier zusätzlich befragte Teams):  $n_{\text{tot}+4}=23$ ; : die Antwortkategorie „an das Team verteilt“ stand wegen erschwelter beziehungsweise nicht möglicher Umsetzungsmöglichkeit in den Teams für die letzten drei Materialien nicht zur Verfügung.

<sup>1</sup> Commitment-Folder

Während die Infolyer zu Fairplay, Doping, Alkohol und Snus in der aktuellen Saison oft nicht an die Teams weitergereicht wurden, sind die Ergebnisse bezüglich des Tabaks gemischt. In einer jeweils gleich grosse Anzahl an Teams wurde dieser Flyer nicht angeschaut beziehungsweise für sich gelesen beziehungsweise das Team einbezogen. Dies kann wahrscheinlich darauf zurückgeführt werden, dass in einigen Teams Tabak bisher keine Rolle spielte (u.a. weil die Jugendlichen noch zu jung sind beziehungsweise weil Tabakkonsum im Team allgemein keine Rolle spielt). Die SMART-Broschüre wie auch die Informationsbroschüre zum Programm «cool and clean» (der sogenannte Commitment-Folder) wurden relativ häufig ans Team verteilt, während weder Gesellschaftsspiele, Geschichtenkarten, die E-Learning-Module noch die «cool and clean»-DVD bis ins Team gelangten. Offenbar wurden die Infolyer zu Tabak und Alkohol und die «cool and clean» Informationsbroschüre in den zusätzlich befragten Teams eher besprochen als in den anderen Teams.

Wurden die Jugendlichen nach den einzelnen Materialien befragt, war das Feedback ziemlich dürftig. Einige konnten sich an einzelne davon genau erinnern (einzelne Flyer, die SMART-Broschüre etc.). In der Regel kam es ihnen so vor, als hätten sie das eine oder andere im Rahmen eines Trainingswochenendes oder -lagers schon gesehen, ohne sich jedoch genau erinnern zu können, worum es sich gehandelt hat. Es entstand der Eindruck, dass die Materialien nach Abgabe von den Teamleitenden nicht mehr erwähnt wurden und auch die Jugendlichen keinen weiteren Blick darauf warfen. Und in keinem Team wurde die SMART-Broschüre als Arbeitsinstrument verwendet (das heisst eine Verwendung über das Verteilen hinaus). Möglicherweise lag das Verteilen beziehungsweise Besprechen der Materialien auch etwas länger zurück, so dass infolgedessen Details nicht mehr genau erinnert werden konnten.

#### *Fazit zu den Informations- & Arbeitsmaterialien*

Die Nützlichkeit der Informations- und Arbeitsmaterialien wird unterschiedlich wahrgenommen. Vor allem die Informationsbroschüre zu «cool and clean», die Flyer zu Tabak- oder Alkoholkonsum oder die SMART-Broschüre wurden in der aktuellen Saison in den Teams verteilt oder sogar besprochen. Die Jugendlichen erinnern sich jedoch nur vereinzelt an die Materialien, offenbar werden sie nach einmaliger Abgabe nicht wieder ins Training einbezogen. Es entstand der Eindruck, dass in kaum einem Team die Arbeitsmaterialien so eingesetzt werden, wie es von «cool and clean» vorgesehen ist.

#### *3.3.4 Geschichtenkarten („Episoden aus der Geschichte des Sports“)*

Jede Geschichte nimmt anhand eindrücklicher Situationen von Spitzensportlerinnen und Spitzensportlern an Olympischen Spielen oder anderen grossen Wettkämpfen Bezug auf eines der «cool and clean»-Commitments. In einem der Teams konnten sich die Jugendlichen an Geschichtenkarten erinnern. Die Antworten der Jugendlichen stimmen mit denjenigen der Teamleitenden überein, denn auch gemäss den Angaben Letzterer fanden die Geschichtenkarten in der letzten Saison keinen Eingang in die Trainings und wurden, wenn überhaupt, von den Teamleitenden nur angeschaut (vgl. Kapitel 3.3.3).

In drei der vier zusätzlich befragten Teams konnten sich Jugendliche jedoch an die Geschichtenkarten erinnern. Allerdings fanden die Geschichtenkarten gemäss den Angaben der Teamleitenden nicht während der aktuellen Saison Eingang ins Training.

#### *Fazit zu den Geschichtenkarten*

Weder gemäss den Jugendlichen noch gemäss den Teamleitenden kamen die Geschichtenkarten zur Anwendung. In drei der vier zusätzlich befragten Teams jedoch können sich die Jugendliche daran erinnern, in der Vergangenheit diese Karten gesehen zu haben.

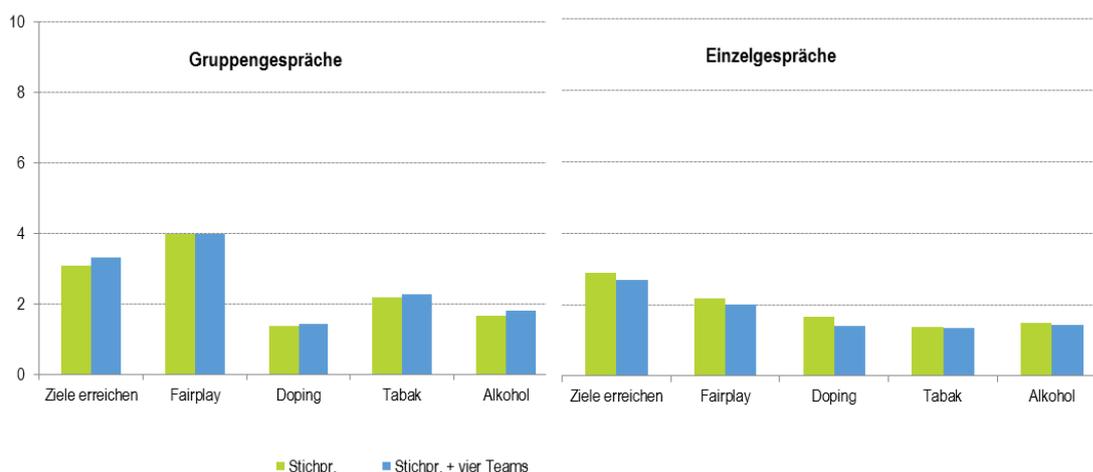
### 3.3.5 Einzel- & Gruppengespräche

In Bezug auf Einzel- und Gruppengespräche sollte zwischen eigentlichen Gesprächen (das heisst einem gegenseitigen Austausch zwischen den Jugendlichen und den Teamleitenden) und Ermahnungen oder Vorträgen (das heisst insbesondere einseitige Kommunikation oder Wissensvermittlung der Teamleitenden an die Jugendlichen) unterschieden werden. Für das Programm «cool and clean» sind Gespräche von besonderer Bedeutung, da dadurch die Eigenaktivität und Kommunikations-, Problemlöse- und Handlungsfähigkeit gefördert werden kann (vgl. Annaheim et al., 2007; Eidgenössische Sportschule Magglingen, 2004).

Nach Auskunft der Jugendlichen waren Einzel- und Gruppengespräche etwa gleich verbreitet. So wurden in jeweils etwa einem Drittel der Teams Einzel- und Gruppengespräche geführt (nur in wenigen Teams wurden beide Gesprächsformen eingesetzt). Aber auch in Teams, in welchen Gespräche vorkamen, wurden diese nicht regelmässig eingesetzt. Einzelgespräche scheinen insbesondere auch dazu zu dienen, auf Fehlverhalten einzelner Jugendlicher persönlich einzugehen (siehe auch Kapitel 3.2.4 für Details bezüglich der Reaktion der Teamleitenden auf Fehlverhalten). Ausserdem wurde von den Jugendlichen erwähnt, «cool and clean» sei im Zusammenhang mit Gesprächen oft nicht genannt worden. Daraus kann nicht klar abgeleitet werden, ob Gespräche im Rahmen von «cool and clean» stattgefunden haben und der Teamleitende vergessen hat, bei dieser Gelegenheit «cool and clean» zu erwähnen oder ob generell Gespräche geführt wurden, die auch stattgefunden hätten, wäre das Team bei «cool and clean» nicht dabei. Bei etwa einem Fünftel der Teams entstand der Eindruck, dass Gespräche so stattgefunden haben, wie es von der Programmleitung angestrebt wird.

Auch gemäss den Antworten im Fragebogen an die Teamleitenden finden Gruppen- und Einzelgespräche Eingang in die Trainings (vgl. Abbildung 3).

Abbildung 3 Durchschnittliche Anzahl Gruppen- und Einzelgespräche während der letzten 15 Trainings, nach Commitment



Anmerkungen: Stichprobe:  $n_{\text{tot}}=19$ , Stichprobe inkl. vier zusätzlich befragte Teams:  $n_{\text{tot}+4}=23$ .

Insgesamt wurden *Einzelgespräche* in je einem Sechstel der Teams in den letzten 15 Trainings nie oder einmal eingesetzt, in den restlichen Teams mehr als einmal. *Gruppengespräche* wurden in fast allen Teams eingesetzt, in einem Drittel der Teams einmal und in fast zwei Dritteln mehrmals. Bezüglich der Inhalte wurden durchschnittlich etwa drei- oder viermal die Commitments zur Zielerreichung und zum

Fairplay besprochen und etwa zweimal die Commitments zum Substanzgebrauch und zum Doping. Während Einzel- und Gruppengespräche im Zusammenhang mit Zielerreichung, Doping und Alkohol etwa gleich häufig vorkamen, waren Gruppengespräche in Bezug auf Fairplay und Tabak etwas häufiger als Einzelgespräche. Werden die einzelnen Häufigkeitsverteilungen im Detail betrachtet, so zeigt sich, dass *Gruppengespräche* in einigen Teams punktuell eingesetzt wurden, während *Einzelgespräche* in einigen wenigen Teams ziemlich häufig zur Anwendung kamen (mindestens fünfmal). Möglicherweise wurden Einzelpersonen mehrmals in Einzelgesprächen auf Fehlverhalten angesprochen. Aus den Erläuterungen der Teamleitenden ging auch hervor, dass es sich bei manchen Gesprächen wohl eher um Ermahnungen oder Erklärungen als um tatsächliche Gespräche gehandelt hat beziehungsweise dass in manchen Fällen auch nicht unbedingt «cool and clean» Gegenstand der Gespräche war (wie es ähnlich auch von den Jugendlichen berichtet wurde).

In den vier zusätzlich befragten Teams spielten Gruppengespräche im Gegensatz zu Einzelgesprächen eine etwas grössere Rolle (sowohl gemäss den Jugendlichen als auch den Teamleitenden). Offenbar war in diesen Teams die Diskussion in der Gruppe ein probates Mittel, um auf einzelne Inhalte einzugehen.

#### *Fazit zu den Einzel- und Gruppengesprächen*

Gruppen- und Einzelgespräche, in denen die Jugendliche und Teamleitenden gemeinsam über die Commitments oder andere Inhalte von «cool and clean» diskutieren, werden eher punktuell eingesetzt. In der Mehrzahl der Fälle dürfte es sich bei den von den Teamleitenden berichteten Gesprächen eher um Ermahnungen oder Erklärungen handeln als um die vom Programm «cool and clean» vorgesehenen Gespräche.

### 3.3.6 Häufigkeit pro Jahr

Auch wenn manche Jugendlichen gerne etwas mehr zu «cool and clean» machen würden, gehen die Meinungen bei der Häufigkeit pro Jahr auseinander. So wünscht etwa die Hälfte der Teams eine regelmässige Umsetzung, die andere Hälfte wäre mit punktuellen Interventionen zufrieden. Die Meinungen innerhalb einzelner Teams schienen, mit einer Ausnahme, ziemlich homogen zu sein, wobei es in manchen Teams auch Jugendliche gab, denen die Häufigkeit ziemlich egal war. Fanden die Interventionen in der Vergangenheit eher punktuell statt, so geschah dies meist im Rahmen von Intensiv-Trainingswochenenden oder Sportlagern.

#### *Zusammenfassung: Häufigkeit pro Jahr*

Bezüglich der Frage, ob besser regelmässig etwas zu «cool and clean» gemacht werden sollte oder ob die Jugendlichen einige intensivere Themenblöcke vorziehen würden, des jeweiligen Teams zumeist einig, über die verschiedenen Teams hinweg lässt sich jedoch keine allgemeine Regel ableiten: Einige Teams bevorzugen die punktuelle, andere Teams die regelmässige Variante.

### 3.3.7 Subjektive Wirkung von «cool and clean»

Die Antworten der Jugendlichen auf die Frage, ob ihr Verhalten durch «cool and clean» beeinflusst werde, variieren ziemlich stark. Von etwa einem Viertel der Teams wurde der Nutzen eher angezweifelt, insbesondere weil „ein wünschenswertes Verhalten auch ohne «cool and clean» offensichtlich sei“ beziehungsweise „zur Grundhaltung gehöre“ beziehungsweise „aus anderen Kontexten wie der Schule bekannt sei“ und „weil Sport machen an sich bereits präventiv wirke“. In etwa einem Drittel der Teams können «cool and clean» durchaus positive Aspekte abgewonnen werden, so würden „die Inhalte im Hinterkopf bleiben“ beziehungsweise „einem immer wieder in der Sinn kommen“ beziehungsweise „man nehme sich die Sachen zu Herzen“ beziehungsweise „es lenke die Jugendlichen noch ein bisschen mehr in die richtige Richtung“ beziehungsweise „man wisse, warum man sich korrekt verhalte“ beziehungsweise „man erhalte hilfreiche Informationen“ und „ohne würde es im Sport nicht gehen“. In zwei Teams waren die Meinungen geteilt: Während die einen eher keine Wirkung wahrgenommen haben, konnten die anderen durchaus eine feststellen. In einem weiteren Drittel der Teams schliesslich wurde diese Frage nicht explizit beantwortet.

In den vier zusätzlich befragten Teams überwog die Einstellung, dass «cool and clean» das Verhalten positiv beeinflusst.

#### *Fazit zur subjektiven Wirkung von «cool and clean»*

In etwa einem Viertel der Teams wird ein spezifischer Effekt von «cool and clean» aufgrund redundanter Inhalte (keine klare Abgrenzung von ähnlichen Programmen an der Schule) und Allgemeingültigkeit der Botschaften eher angezweifelt. In rund einem Drittel der Teams kann «cool and clean» durchaus etwas abgewonnen werden. Möglicherweise haben einige Jugendliche auch nicht vollständig verstanden, worum es bei «cool and clean» genau geht, was dann zu den oben genannten Einschätzungen führen kann.

Nur wenn das Programm «cool and clean» so umgesetzt wird, dass es die Jugendlichen auch kennen, können sie ihm überhaupt eine Wirkung zuschreiben. In den Teams, in welchen die Intervention nicht explizit im Rahmen von «cool and clean» stattfindet, fällt es dementsprechend schwer, einen direkten Zusammenhang zwischen dem Verhalten oder den Einstellung und dem Programm «cool and clean» zu sehen.

## 3.4 Identifikation mit «cool and clean» & Teamkohäsion

### 3.4.1 Identifikation mit «cool and clean»

Um zu untersuchen, ob sich die Jugendlichen mit «cool and clean» identifizieren, wurde eine indirekte Fragestrategie gewählt. In Anlehnung an die Theorie der sozialen Identität (Tajfel & Turner, 1986) wurde angenommen, dass (a) Jugendliche, die «cool and clean» als wichtigen Aspekt ihrer Identität betrachten, mit andern Personen (beispielsweise mit Freundinnen und Freunden oder der Familie) über «cool and clean» sprechen, (b) sie die T-Shirts und Nylon-Säcke mit dem «cool and clean»-Logo gerne tragen und damit ihre Zugehörigkeit zu «cool and clean» ausdrücken und (c) sie sich zudem dafür interessieren, ob beispielsweise die anderen Teams im Wettkampf ebenfalls bei «cool and clean» mitmachen.

In etwas mehr als einem Drittel der Teams gaben Jugendliche an, sich mit Anderen über «cool and clean» auszutauschen (z.B. generell über «cool and clean», über die Commitments oder auch über mit

leistungsorientiertem Sport verbundene Einschränkungen). Während in manchen Fällen die Initiative nicht von den Jugendlichen selber, sondern von anderen Personen ausging (Nachfrage der Eltern oder Ähnliches), fand in anderen ein reger Austausch mit Personen ähnlicher Interessen statt (das heisst anderen Sporttreibenden oder Kolleginnen und Kollegen).

Vorausgesetzt, die Jugendlichen hatten bereits ein T-Shirt (oder auch Nylon-Säcke) erhalten, benützten sie es auch regelmässig und fanden es ziemlich praktisch. Allerdings wurden die T-Shirts eher im Rahmen des Sports (z.B. während der Trainings oder zum Einlaufen) benutzt oder als Schlaf-T-Shirt getragen. Jugendliche aus etwa einem Viertel der Teams verbanden mit dem Logo auch eine Art Zugehörigkeit zu «cool and clean». Bei den Anderen war es, zusammenfassend gesagt, eher ein Werbe-T-Shirt unter anderen. Nur in einem Team schienen die Jugendlichen das T-Shirt eher doof zu finden.

In knapp einem Viertel der Teams waren andere Teams oder Jugendliche bekannt, die auch bei «cool and clean» dabei sind. Die Jugendlichen der anderen Teams kannten keine solchen und schienen sich teilweise auch nicht dafür zu interessieren.

Für etwa ein Viertel der Teams scheint die Teilnahme an «cool and clean» durchaus wichtig zu sein („fühlen sich einer Familie zugehörig“, „sportspezifisch macht es Sinn, persönlich eher nicht“, „mit der Teilnahme wollen wir insbesondere die Idee unterstützen“, „wir mögen die Geschenke“).

In den drei leistungsorientierten der vier zusätzlich befragten Teams wurde gelegentlich mit den Eltern über «cool and clean» gesprochen, teilweise auch mit Kolleginnen und Kollegen. Und in drei Teams wurde «cool and clean» eine hohe Wichtigkeit beigemessen. Ansonsten unterschieden sich die zusätzlich befragten Teams nicht von den anderen Teams, das heisst weder hatte das T-Shirt eine spezielle, mit «cool and clean» verbundene Bedeutung noch waren andere bekannt, die auch bei «cool and clean» dabei sind.

#### *Fazit zur Identifikation mit «cool and clean»*

In Bezug auf die Identifikation mit «cool and clean» gibt es noch Spielraum für Verbesserungen, denn es entstand der Eindruck, dass «cool and clean» ausserhalb der Trainings kaum eine Rolle spielt. Die T-Shirts werden im Rahmen des Sports oder als Pyjama durchaus gerne getragen beziehungsweise werden die Nylon-Säcke gebraucht. Sie werden aber im Alltag, das heisst über den Sport hinaus eher selten verwendet. Auch tauschen sich manche mit den Eltern und mit Kolleginnen und Kollegen aus, wobei insbesondere der Austausch mit den Eltern eher auf deren Initiative erfolgt. Andere Teams oder andere Jugendliche, die bei «cool and clean» dabei sind, sind nur selten bekannt. Folglich gibt es keine deutlichen Hinweise darauf, dass «cool and clean» in der Identität der Jugendlichen teilnehmender Teams eine nennenswerte Rolle spielt. Dieses Ergebnis wird dadurch unterstrichen, dass nur in einem Viertel der Teams «cool and clean» explizit eine besondere Wichtigkeit beigemessen wird.

Vor dem Hintergrund der Kenntnis der Jugendlichen über «cool and clean» erstaunt dieser Befund nicht. Den Jugendlichen müsste das Programm hinreichend bekannt und vertraut sein, um für die Identifizierung mit den Inhalten von «cool and clean» relevant zu sein. Basierend auf den Aussagen der Teamleitenden und Teams scheint dies jedoch nicht der Fall zu sein.

### 3.4.2 Teamkohäsion

Die Stimmung im Team und gemeinsam unternommene Aktivitäten können ein Indikator für die Teamkohäsion sein. Aus Sicht der Jugendlichen ist die Stimmung im Team fast ausnahmslos gut („super“, „(sehr) gut“, „famos“, „cool“, „top“). In zwei oder drei Teams wurde das Team von den Jugendlichen resp. den Teamleitenden sogar als „grosse Familie“ bezeichnet. Die meisten Jugendlichen sehen sich auch ausserhalb der Trainings. Einerseits ist dies offenbar dadurch bedingt, dass sie teilweise zusammen zur Schule gehen, in denselben Nachbarschaften wohnen, andere gemeinsame Aktivitäten haben oder auch nur Freundinnen beziehungsweise Freunde sind. Allerdings scheinen regelmässige Aktivitäten eher auf kleine Gruppen oder sogar Dyaden beschränkt zu sein, ganze Teams sehen sich ausserhalb der Trainings eher an punktuellen Anlässen wie jährlichen Ausflügen oder Ähnlichem. In zwei Teams waren die Aktivitäten ausserhalb der Trainings durch eine sehr hohe Trainingsfrequenz, das heisst aufgrund fehlender Zeit, eingeschränkt. Auch in diesen Teams scheint die Stimmung ausserordentlich gut zu sein und manchmal treffen auch sie sich zu punktuellen Aktivitäten (z.B. Besuch im Europapark). Obwohl die Beziehung zu den Teamleitenden gut ist, kommt es eher selten vor, dass diese bei den Aktivitäten ausserhalb der Trainings dabei sind (ausser an alljährlich stattfindenden Anlässen). In einigen wenigen Equipen essen alle zusammen manchmal nach dem Training oder dem Wettkampf beispielsweise noch ein Eis oder eine Pizza.

#### *Fazit zur Teamkohäsion*

Die Stimmung im Team ist fast durchwegs gut. Aktivitäten ausserhalb des Trainings finden eher in Kleingruppen statt, auch wenn Teamausflüge und Ähnliches punktuell gang und gäbe sind.

Mit einer guten Teamkohäsion wäre also eine der Bedingungen erfüllt, die gemäss dem «cool and clean» Konzept zu positiven Effekten führen soll.. Aus den Antworten ist jedoch nicht ersichtlich, ob «cool and clean» dazu beigetragen hat, dass die Stimmung im Team besser wird. Jedenfalls wird die Freizeit kaum als Rahmen genutzt, in welchem man sich zusätzlich über «cool and clean» austauscht (vgl. Kapitel 3.4.1) und nur wenige Jugendliche erwähnen, dass «cool and clean» über den Sport hinaus eine positive Wirkung hat (vgl. Kapitel 0).

## 3.5 Anmeldung bei «cool and clean» & Fluktuation im Team

Die Initiative für die Anmeldung bei «cool and clean» ging generell von den Teamleitenden oder den Vereins- und Verbandsleitenden beziehungsweise -funktionären aus (meist ohne Rücksprache mit den Jugendlichen). Oft schienen die Jugendlichen bei Anmeldung beziehungsweise bei Einführung ins Programm nicht genau zu wissen, was es eigentlich bedeutet, bei «cool and clean» dabei zu sein. Einzelne kannten «cool and clean» jedoch bereits vor Eintritt ins aktuelle, an «cool and clean» teilnehmende Team.

Basierend auf den Gesprächen mit den Jugendlichen war es ziemlich schwierig zu verstehen, was in den Teams nach Anmeldung oder bei Fluktuationen im Team geschieht. Bei etwa der Hälfte der Teams entstand der Eindruck, dass zeitnahe zur Anmeldung auch noch eine Einführung zu «cool and clean» erfolgte, seither aber nicht mehr viel umgesetzt wurde. In etwa drei Teams dagegen schienen regelmässig Aktivitäten zu «cool and clean» stattzufinden. In etwa der Hälfte der Teams erfolgte eine Einführung zu «cool and clean» anhand der Commitments. Waren die Teams bereits etwas länger bei «cool and clean» dabei, konnten sich einige nicht an die Anmeldung erinnern, da diese vor ihrer Zeit im Team erfolgte. Insgesamt entstand der Eindruck, dass dann auf eine Einführung verzichtet wurde, wenn in den Teams regelmässig Interventionen durchgeführt wurde und die Jugendlichen so bei Gelegenheit

davon erfahren haben. Darüber hinaus wurde in manchen Teams auf eine Einführung verzichtet, da das Team bereits seit längerem bestand und diese nicht mehr notwendig waren. In wenigen Teams hatte es den Anschein, dass aus Desinteresse beziehungsweise einem abnehmendem Engagement über die Zeit auf Einführungen verzichtet wurde. „Bei der nächsten Gelegenheit“ fasst wohl am ehesten zusammen, wie Jugendliche von der Teilnahme an «cool and clean» erfahren haben.

In der Vergangenheit wurde die Vermutung geäußert, «cool and clean» sei wegen hoher Fluktuationen in den Teams zu wenig bekannt. Diese Hypothese kann nur teilweise gestützt werden. Die Fluktuation war eher moderat, denn gemäss Auskunft der Teamleitenden kommen während der Saison keine oder nur wenige Jugendliche neu ins Team (mehrheitlich bis zu vier Personen). Die Fluktuation kann aber insofern eine Rolle spielen, wenn berücksichtigt wird, dass nur in drei Teams während der Saison mehrmals auf «cool and clean» eingegangen wird (gemäss den Teamleitenden war in etwa der Hälfte der Teams zu Beginn der Saison keine spezifische Einführung nötig und in drei Teams erfolgte sie einmal zu Beginn der Saison). Dieses Ergebnis wird auch dadurch gestützt, dass «cool and clean» oft nicht explizit erwähnt wird (vgl. Kapitel 3.3) und die Unterschrift oft auch nur einmalig geleistet wird (vgl. Kapitel 3.4.1). So ist es durchaus möglich, dass Neuankömmlinge erst nach einer gewissen Zeit von «cool and clean» erfahren. Dieses Ergebnis wird dadurch ergänzt, dass betreffend die Neumitglieder die Informationen bezüglich «cool and clean» in etwa einem Drittel der Teams von anderen Teammitgliedern kamen und nur in einem Drittel wurde «cool and clean» durch die Teamleitenden (mehrmals) erklärt (in einem Drittel der Teams kamen keine neuen Jugendlichen dazu).

Gemäss den Jugendlichen zusätzlich befragter Teams hat es den Anschein, als ob die Einführung bei diesen etwas systematischer und auch früher erfolgte (z.B. erhielten die Jugendlichen eines Teams bei Eintritt ein «cool and clean» T-Shirt, bei dieser Gelegenheit wurde auch auf «cool and clean» eingegangen). Darüber hinaus ergriffen in einem dieser Teams die Jugendlichen die Initiative für die Anmeldung („Ich habe mal jemanden mit einem «cool and clean» T-Shirt gesehen. Da dachte ich mir, ich bin auch cool und ich bin auch clean, da sollte ich auch dabei sein. Als nächstes haben wir an einer Generalversammlung darüber diskutiert und haben uns entschieden, mitzumachen.“). In zwei der vier zusätzlich befragten Teams wurde auch ziemlich regelmässig etwas zu «cool and clean» gemacht. Auch gemäss den Teamleitenden wurde «cool and clean» zumindest zu Beginn der Saison erneut eingeführt (3 Teams) und Neumitglieder erhalten spezifische Erklärungen zum Programm (2 Teams).

Bezüglich des Zeitpunkts der Anmeldung der Teams konnte auch die vorliegende Befragung nicht mehr Klarheit bringen, obwohl im Fragebogen an die Teamleitenden diesbezüglich spezifische Fragen eingeschlossen waren. So war bei acht von 23 Teams nicht klar, seit wann sie bei «cool and clean» dabei sind; sieben Teams waren zum Zeitpunkt der Befragung kürzer als ein Jahr dabei, vier Teams zwischen einem und drei Jahren und weitere vier Teams mehr als drei Jahre. Ausserdem unterschieden sich die Angaben zwischen den befragten Teamleitenden und den Listen von Swiss Olympic in manchen Fällen erheblich, die Gründe dafür waren nicht immer klar. So sind Aussagen zur Dauer, seit welcher ein Team bereits bei «cool and clean» dabei ist und auch zum Zeitpunkt, wann ein Teamleiter zu «cool and clean» gestossen ist, weiterhin kaum zu treffen.

Ausserdem gab es während der telefonischen Gespräche zur Vereinbarung eines Termins Hinweise darauf, dass die Anmeldung nicht immer so erfolgt, wie dies von der Programmleitung beabsichtigt ist. Auch wenn diesbezüglich keine systematische Erhebung durchgeführt wurde, wurden wir in zahlreichen Fällen an andere Personen als die in den Listen geführten verwiesen. In einem Team beispielsweise war eine Person gleich für mehrere Teams eingetragen, obwohl sie diese nicht alle selber trainiert, in einem anderen war eine Person eingetragen, die zwar früher das Team trainiert hat und heute auch noch operativ tätig ist, die Trainings aber nicht mehr selber leitet. Zudem gab es auch Fälle, bei denen inzwischen jemand anderes das Team trainiert und die eingetragene Person nicht mehr bei «cool and clean» dabei ist. Dies ist in den Fällen problemlos, in welchen die entsprechenden Informationen

betreffend «cool and clean» konsequent weitergereicht werden. Dies scheint aber nicht immer der Fall zu sein. Folglich könnte über Änderungen oder vielmehr Anpassungen der Anmeldeprozedur nachgedacht werden. Dabei sollte aber beachtet werden, dass die persönliche Motivation für die Umsetzung von «cool and clean» eine wichtige Rolle spielt. Auch wenn eine eingeschriebene Person das Team nicht selber trainiert, motiviert sie möglicherweise andere Personen, «cool and clean» umzusetzen.

#### *Fazit zur Anmeldung bei «cool and clean» & Fluktuation im Team*

Klarheit besteht zumindest diesbezüglich, dass die Initiative für eine Anmeldung bei «cool and clean» ausschliesslich von den Teamleitenden ausgeht. Darüber hinaus ist den Jugendlichen weder klar, wann ein Team zu «cool and clean» gestossen ist noch seit wann genau die Teamleitenden bei «cool and clean» eingeschrieben sind. Obwohl Fluktuationen nicht häufig sind, erfahren Neuankommlinge wohl erst von «cool and clean», wenn irgendwann Inhalte des Programms für alle angesprochen werden. Eine spezifische Einführung für einzelne Jugendliche ist eher die Ausnahme. Zusammen mit der Tatsache, dass «cool and clean» oft nicht explizit erwähnt wird, ist dies ein weiterer Hinweis darauf, warum «cool and clean» bei den Jugendlichen im Detail noch nicht oder zu wenig bekannt ist. Wahrscheinlich wäre es angeraten, die Teamleitenden darüber zu informieren, weshalb es wichtig ist, «cool and clean» den Jugendlichen regelmässig in Erinnerung zu rufen.

### **3.6 Wünsche & Ideen**

Am Ende des Gesprächs wurden die Jugendlichen gefragt, ob sie gerne vermehrt durch «cool and clean» beziehungsweise Swiss Olympic kontaktiert werden möchten. Die Antworten hierzu fielen sehr unterschiedlich aus. Während in manchen Teams eine Kontaktnahme eher abgelehnt wurde („es reicht, wenn wir die Unterlagen/Infos via die Teamleitenden erhalten“), stiess der Vorschlag bei anderen auf Zustimmung. E-Mail und Briefpost wird mit wenigen Ausnahmen von allen nicht gewünscht, da veraltet und umständlich. Genannt wurden vereinzelt aber Apps, Facebook, Instagram und ähnliches (wobei die Jugendlichen wahrscheinlich nicht unbedingt über die bereits bestehenden Angebote von «cool and clean» Bescheid wussten). Verschiedentlich wurde darauf hingewiesen, dass die Informationen entsprechend aufbereitet werden müssten, die Meinungen dazu, wie das zu geschehen hätte, gingen aber auseinander.

Mehrheitlich fanden die Jugendlichen eigentlich auch ganz okay, wenn die «cool and clean» Aktivitäten direkt über die Teamleitenden laufen und durch diese koordiniert werden.

Nicht nur im Rahmen einer spezifischen Frage, sondern auch im Verlauf der Gespräche mit den Jugendlichen und den Teamleitenden wurden diverse Ideen und Vorschläge geäussert. In Tabelle 6 werden diese aufgelistet und durch eine kurze (subjektive) Einschätzung des Evaluationsteams bezüglich der Umsetzbarkeit und der Priorität sowie des Potenzials ergänzt. Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass manche Angebote bereits teilweise vorhanden sind und von den Teamleitenden beziehungsweise den Jugendlichen aufgrund fehlender Informationen noch nicht bekannt sind. So könnte möglicherweise bereits ein Fortschritt erzielt werden, wenn insbesondere die Teamleitenden noch besser auf bestehende Angebote aufmerksam gemacht würden beziehungsweise gewisse Angebote noch etwas anwenderfreundlicher gestaltet würden.

Tabelle 6 Durch die Jugendlichen und Teamleitenden geäusserte Wünsche und Ideen inkl. Grobeinschätzung durch das Evaluationsteam

| Ideen, Wünsche, Verbesserungsvorschläge  | Kommentar   | Potenzial |
|--|---|-----------|
| <b>Arbeits- und Informationsmaterialien</b>  |   |           |
| Mehr Informationen zu den Konsequenzen von Substanzkonsum. Auch über Cannabis und andere illegale Drogen sprechen.   | Weitere Informationen beziehungsweise Infolyer dazu könnten in Betracht gezogen werden. TL auf Bestehendes aufmerksam machen.   | **        |
| Weitere Informationen und weitere Materialien (z.B. grosse Poster, Mützen, Shorts); mehr Geschenke   | Die Idee ist vor dem Hintergrund, dass die Jugendlichen die Gadgets besonders gut erinnern, möglicherweise weiter zu verfolgen (vgl. auch Kapitel 3.3.3).   | ***       |
| Rezepte (im Zusammenhang mit dem Thema Ernährung)  | Als Idee für einen Newsletter oder ähnliches überlegenswert.  | **        |
| Spezifische Übungen  | Weitere Aktivitäten in diesem Bereich anstreben.  | ***       |
| <b>Anmeldung / Fluktuation / Organisation</b>  |   |           |
| Den Teamleitenden Tipps geben, wie sie den Überblick behalten können, welche Jugendlichen welche Lerninhalte bereits diskutiert haben und wie sie die verschiedenen anwesenden Altersgruppen berücksichtigen können.   | Abläufe könnten für die Teamleitenden möglicherweise noch optimiert werden.   | **        |
| Die Anmeldung der Teams bei «cool and clean» ist recht mühsam. Praktischer wäre es, wenn die Jugendlichen gleichzeitig bei J+S und bei «cool and clean» angemeldet werden könnten und die Formulare nicht doppelt ausgefüllt werden müssten.   | Abklärung der Umsetzbarkeit durch die Programmleitung. Vereinfachung der Einschreibung wäre wünschenswert.  | **        |
| Für Teamleitende, die neu zu «cool and clean» hinzukommen, wäre eine Einführungsveranstaltung von grossem Nutzen. Ausserdem wären für junge Teamleitende Informationen zur Prävention von Risiken und anderem wichtig.   | Da die meisten Teamleitenden keinen pädagogischen Hintergrund haben oder allgemeine Prinzipien der Prävention und Gesundheitsförderung nicht bekannt sind, wären Aktivitäten in diese Richtung interessant. | **        |
| <b>Erschliessung neuer Zielgruppen</b>   |   |           |
| Jugendliche vermehrt ins Programm einbeziehen; Jugendliche ohne sportliche Aktivitäten vermehrt einbeziehen.   | Vor dem Hintergrund einer Verbesserung der Umsetzung überlegenswert, spezifische Aktivitäten müssten entwickelt werden (das heisst relativ grosser Aufwand).  | **        |
| Es sollten auch Schulklassen an «cool and clean» teilnehmen können (insbesondere für Jugendliche aus Oberstufenklassen). Fächerübergreifend könnte beispielsweise im Sportunterricht der Schwerpunkt auf Spielformen und sportrelevante Ziele gesetzt werden, während im Biologieunterricht oder in der Klassenstunde substanzbezogene Ziele erörtert werden könnten. Vorteile: Die Lehrpersonen haben pädagogische Vorausbildung, es werden vermehrt auch ältere Jugendliche erreicht, das Wissen bezüglich „Ziele erreichen“ ist nicht nur im Kontext des Sports relevant. | Wünschenswert, aber Umsetzung (inkl. Finanzierung) wahrscheinlich schwierig.  | *         |
| <b>Erhöhung der Sichtbarkeit</b>   |   |           |
| Verstärkte Präsenz der «cool and clean»-Botschafterinnen/-Botschafter oder anderer Vertreter/Vertreterinnen von «cool and clean» (z.B. Besuch während des Trainings).  | Zur besseren Verbreitung der «cool and clean» Inhalte gute Idee, die weiterverfolgt werden sollte.  | ***       |
| «cool and clean» könnte einen Wettbewerb veranstalten und nach neuen Spielformen suchen. Die Teams könnten sich neue Spielformen ausdenken.  | Die Idee eines Wettbewerbs ist vor dem Hintergrund, dass die Jugendlichen die Gadgets besonders gut erinnern, weiter zu verfolgen (vgl. auch Kapitel 3.3.3).  | ***       |
| Mehr Werbung während der Wettkämpfe; mehr Werbung in der Nähe von Sportstätten oder in Städten.  | Werbung evtl. inhaltlich vertiefen (vergleichbar rauchfreie Sportanlagen oder alkoholfreie Getränke bei Sportanlässen).   | **        |

|  |   |     |
|--|---|-----|
| Sponsoring durch «cool and clean»; erhöhte Sichtbarkeit  | Der Wunsch nach finanzieller Unterstützung durch «cool and clean» wird mehrfach geäussert, die Umsetzbarkeit ist fraglich.  | *   |
| Treffen mit anderen Teams, die auch bei «cool and clean» dabei sind.   | Idee, die weiter verfolgt werden könnte. Insbesondere der Vorschlag, andere Teams als Beispiel heranzuziehen, scheint vielversprechend. Möglichkeit, einzelne Teams im Newsletter oder anderswo zu dokumentieren? | *** |
| Videos zu Fairplay oder negativen Konsequenzen von Substanzkonsum (evtl. für YouTube).   | Partiell umgesetzt, Potenzial für Erweiterung.  | *   |
| <b>Verbreitung von Informationen</b>   |   |     |
| Nicht nur die Teamleitenden, sondern auch die Jugendlichen sollten per E-Mail einen Newsletter von «cool and clean» erhalten                                       | Vor dem Hintergrund, dass nur ein Teil der Jugendlichen überhaupt wünscht, durch «cool and clean» kontaktiert zu werden, nicht prioritär. Als Möglichkeit für Interessierte in Betracht ziehen.                   | *   |
| Die Newsletter von Swiss Olympic, «cool and clean» und J+S könnten besser koordiniert werden, damit die Informationsflut für die Teamleitenden nicht so gross ist. | Abklärung der Umsetzbarkeit durch die Programmleitung. Die Informationsflut ist im Zusammenhang mit der zur Verfügung stehenden Zeit der Teamleitenden wichtig, die Umsetzbarkeit jedoch fraglich.                | *   |
| Erreichbarkeit erhöhen: Aktivitäten über Facebook, Instagram, YouTube, Einrichtung einer App (wird mehrmals erwähnt).  | Bereits bestehende Angebote besser bekannt machen, neue erschliessen.   | **  |
| Nachrichten von Swiss Olympic, Resultate von anderen Sportlerinnen und Sportlern (auch von jungen Leuten aus der eigenen Disziplin).                               | Möglichkeit, solche Texte und ähnliches z.B. im Newsletter einzubauen.  | **  |
| <i>Anmerkungen:</i> Potenzial aus Sicht des Evaluationsteams: * nicht vordringlich, ** überlegenswert, *** wünschenswert.  |   |     |

## 4 Diskussion

In früheren Studien (Gebert, Lamprecht, Meuli, Wiegand & Stamm, 2011; Lamprecht, Studer, Fischer & Stamm, 2007) zeigte sich, dass die Teamleitenden von «cool and clean»-Teams von dem Programm überzeugt sind und dessen Ziele unterstützen. Da die Teamleitenden freiwillig am Programm teilnehmen und daher einen möglichen Mehraufwand in Kauf nehmen, ist eine wichtige Voraussetzung für die Umsetzung des Programms bereits erfüllt. Zudem konnte bereits in der Vergangenheit und in der aktuellen Studie gezeigt werden, dass das Programm, so wie es zurzeit umgesetzt wird, effektiv ist (Annaheim et al., 2007; Wicki et al., 2011; Wicki et al., 2015). Dennoch scheint es im Programm «cool and clean» noch Potenzial zu geben, das bisher nicht vollumfänglich ausgeschöpft wird. Anhand der beiden Kategorien „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ und „Leistungsorientierung“ wird in Kapitel 4.1 ein Versuch unternommen, die Teams grob einzuteilen. Darüber hinaus werden in diesem Kapitel weitere Ergebnisse der Evaluation diskutiert. Kapitel 4.2 fokussiert auf Ergebnisse, die sozusagen als Nebenprodukt der Evaluation zur Umsetzung angefallen sind und in Kapitel 4.3 wird eine mögliche Erklärung für die aktuelle Wirkungsweise beziehungsweise die bisher gefundenen positiven Ergebnisse im Zusammenhang mit dem Programm «cool and clean» diskutiert. In Kapitel 4.4 schliesslich werden basierend auf den Ergebnissen Empfehlungen abgegeben.

### 4.1 Förderliche und hemmende Faktoren im Zusammenhang mit «cool and clean»

#### 4.1.1 *Engagement der Teamleitenden & Leistungsorientierung der Teams*

Generell ist «cool and clean» nicht wenigen Jugendlichen bekannt, das Programm wird auch als sinnvoll bewertet und die Jugendlichen und Teamleitenden identifizieren sich mit den Zielen. Trotzdem entstand in der Vergangenheit der Eindruck (und wurde im Allgemeinen in der vorliegenden Evaluation bestätigt), dass es bezüglich der Umsetzung in den Teams noch Verbesserungspotenzial gibt und sie trotz allgemeiner Zustimmung zum Programm unterschiedlich weit fortgeschritten ist. Grob können die befragten Teams in drei Kategorien eingeteilt werden:

- 1) Die Jugendlichen kennen «cool and clean» spontan gar nicht oder kaum und können sich erst im Verlauf des Gesprächs vereinzelt an gewisse Aspekte des Programms erinnern. Die Teamleitenden scheinen «cool and clean» zwar ganz gut zu finden, die Umsetzung scheitert aber in der Regel an Mangel an Zeit beziehungsweise wegen ausgefüllter Trainings, an mangelndem Interesse seitens der Teamleitenden oder ähnlichen Programmen, die bereits vor «cool and clean» im Vereinsleben integriert waren.
- 2) Die Jugendlichen haben schon von «cool and clean» gehört und können auch ein paar Aspekte des Programms benennen. Die Teamleitenden wählen ihnen passend erscheinende Angebote aus und setzen diese im Training punktuell um, «cool and clean» wird dabei aber nicht immer explizit erwähnt. Die Auswahl der berücksichtigten Interventionen geschieht nicht nach einheitlichen Kriterien.
- 3) Die Jugendlichen kennen «cool and clean» gut, auch wenn sie nicht jeden Aspekt des Programms benennen können. Ausserdem sind sie gegenüber «cool and clean» positiv eingestellt. Die Teamleitenden finden das Programm sehr gut und sind oft stark engagiert beziehungsweise motiviert, weite Teile davon ins Training zu integrieren. Auch in dieser Kategorie wird eine Auswahl unter den zur Verfügung stehenden Interventionen getroffen, doch

wird in der Regel mehr und öfter etwas von «cool and clean» in den Trainingsalltag integriert als unter Punkt 2.

Auf die drei Kategorien entfällt jeweils etwa ein Drittel der Teams. Die zusätzlich befragten Teams können zur Hälfte Punkt 2 und zur Hälfte Punkt 3 zugeordnet werden. Selbstverständlich gibt es bei detaillierter Betrachtung der Teams in etwa so viele Modelle der Umsetzung wie befragte Equipen; bei der obigen Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung.

Bezüglich der Umsetzung scheint die Leistungsorientierung der einzelnen Teams eine bedeutsame Rolle zu spielen. Während in einigen Equipen sportliche Aktivität zusammen mit Spass im Vordergrund steht und sportlicher Erfolg ein Ziel unter anderen ist, spielt der sportliche Erfolg (der eigene oder jener des Teams) in anderen Teams eine wichtigere Rolle und die Eigenverantwortung der einzelnen Teammitglieder scheint in der Regel höher zu sein. Diese Unterschiede können sich auch in der Trainingsfrequenz widerspiegeln. Während Erstere in manchen Fällen nur einmal die Woche trainieren, kann die Frequenz bei Letzteren deutlich höher liegen, bis hin zu fast täglichen Trainings plus Wettkämpfen an den Wochenenden. Letztere sind manchmal auch Nachwuchsmannschaften von Teams, die in höheren schweizerischen Ligen spielen. Während Erstere alle dem Breitensport zugerechnet werden können (Leistungsorientierung gering bis mittel), ist die Situation bei Letzteren weniger klar. So finden sich darunter neben Teams des Breitensports auch welche mit ziemlich professionellen Strukturen (insgesamt ziemlich hohe Leistungsorientierung).

In Tabelle 7 wird versucht, die einzelnen Teams gemäss den beiden Aspekten „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ und „Leistungsorientierung“ grob einzuteilen.

*Tabelle 7 Grobeinteilung der befragten Teams nach den Aspekten „Leistungsorientierung“ und „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ inkl. fördernde und hemmende Faktoren in Bezug auf die Umsetzung des Programms*

|   |                      | Leistungsorientierung   |   |
|---|----------------------|---|---|
|   |                      | eher gering bis mittel  | hoch bis sehr hoch  |
| Umsetzung im Sinne von «cool and clean» | eher tief bis mittel | ca. 10 (10) Teams   | ca. 5 (6) Teams   |
|   |                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ nicht anwendbar in Sportart</li> <li>➤ Trainings zu voll / keine Zeit</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ nicht anwendbar in Sportart</li> <li>➤ Trainings zu (wert-) voll / keine Zeit</li> <li>➤ eigene (Präventions-) Programme</li> </ul>  |
|   | hoch                 | ca. 1 (2) Teams   | ca. 3 (5) Teams   |
|   |                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ relativ starke Identifikation mit den Zielen</li> <li>➤ relativ grosser Zeitaufwand</li> <li>➤ hohe Motivation / Engagement<br/>beziehungsweise hoher subjektiv<br/>wahrgenommener Nutzen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ relativ starke Identifikation mit den Zielen</li> <li>➤ relativ grosser Zeitaufwand</li> <li>➤ hohe Motivation / Engagement<br/>beziehungsweise hoher subjektiv<br/>wahrgenommener Nutzen</li> </ul> |

Anmerkungen: n<sub>tot</sub>=19 (in Klammern inkl. der zusätzlich befragten Teams, n<sub>tot+4</sub>=23).

Es entstand der Eindruck, dass in leistungsorientierten Teams «cool and clean» Inhalte öfter und gezielter umgesetzt werden und die Inhalte von «cool and clean» generell ziemlich gelegen kommen. Die Umsetzung scheint weniger konsequent zu sein (und zwar unabhängig von der Leistungsorientierung), wenn bereits ähnliche (Präventions-) Programme bestehen, die Trainingszeit zu wertvoll ist beziehungsweise der Zeitaufwand für die Umsetzung der «cool and clean» Inhalte als zu gross

wahrgenommen wird oder die Umsetzbarkeit in der Sportart bezweifelt wird. Inwiefern beispielsweise die Strukturen leistungsorientierter Teams, das heisst die (bessere) Bezahlung der Teamleitenden oder ähnliches, dazu beigetragen haben, eine Umsetzung im Sinne von «cool and clean» zu begünstigen, kann im Rahmen dieser Evaluation nicht beantwortet werden.

In diesem Zusammenhang darf auch nicht vergessen gehen, dass sich die Teamleitenden oft freiwillig in den Teams beziehungsweise im Verein engagieren. Vor diesem Hintergrund wird möglicherweise besser verständlich, warum der Faktor „Zeit“ eine wichtige Rolle spielt, wenn neben Familie und Job im Training auch noch etablierte Trainingsabläufe gemäss den Vorgaben von «cool and clean» verändert oder routinierte Abläufe aufgebrochen werden sollen. Ausserdem handelt es sich bei den Teamleitenden in der Regel nicht um Personen, die in Prävention und Gesundheitsförderung besonders geschult sind (z.B. Verstärkung positiver Verhaltensweisen). Folglich mag die Sinnhaftigkeit mancher «cool and clean» Inhalte und deren regelmässige Repetition auf den ersten Blick vielleicht nicht allen gleich ersichtlich sein. So konnte in einzelnen Teams beziehungsweise bei einzelnen Teamleitenden auch eine Art „Ermüdungseffekt“ festgestellt werden. Wurde bei Beitritt zu «cool and clean» durchaus noch regelmässig etwas dazu gemacht, nahm die Motivation über die Zeit ab.

Wie in den Ausführungen oben angedeutet wurde, scheint im Zusammenhang mit der Umsetzung durch die Teamleitenden der subjektiv wahrgenommene Nutzen eine wichtige Rolle zu spielen. So geschieht die Umsetzung meist selektiv und es werden offenbar hauptsächlich Elemente integriert, die sinnvoll erscheinen und im Trainingsalltag integriert werden können. Generell entstand der Eindruck, dass die Teamleitenden die Angebote von Swiss Olympic oft als eine Art Sammelsurium verstehen, wovon Teile, wenn sie nützlich erscheinen, herausgepickt und umgesetzt werden können, andere aber aussen vor gelassen werden. Die Auswahl, welche Elemente berücksichtigt werden, erfolgt wohl aufgrund der individuellen Präferenzen der Teamleitenden und also auch deren Einschätzung bezüglich des Nutzens und bestehender Barrieren wie der verfügbaren Zeit und der wahrgenommenen Umsetzbarkeit. Darüber hinaus hat sich bestätigt, dass zwar Elemente, die im Rahmen von «cool and clean» angeboten werden, ins Trainings einbezogen werden, jedoch oft ohne explizite Nennung von «cool and clean».

Abschliessend kann anhand der oben stehenden Einteilung auch festgelegt werden, wie das Ausmass der vorzunehmenden Veränderungen ausfallen könnte. Während in Teams mit fortgeschrittener Umsetzung eine Konsolidierung des bisher Erreichten sowie punktuelle Adaptationen ausreichen dürften, sollte in anderen Teams das Engagement der Teamleitenden sowie die Umsetzung einzelner Interventionen und die explizite Nennung von «cool and clean» noch weiter gefördert werden.

#### *4.1.2 Commitments: engagierte Selbstverpflichtung ist als Ziel ziemlich hoch gesteckt*

Auch wenn die Commitments mehrheitlich nicht vollständig erinnert werden, sind Teile davon fast in allen Teams bekannt und die Botschaften derselben scheinen sinnvoll und verständlich zu sein. Auch die neu eingeführte Unterteilung nach Altersgruppen sowie die Reformulierung des Alkohol-Commitments wird generell begrüsst. Unklarheiten scheinen punktuell bezüglich der Interpretation von „ohne mir und anderen zu schaden“ vorzukommen. Auch scheint die Sensibilisierung in Bezug auf den Gebrauch von Tabakwaren ziemlich gross zu sein (Unterstützung des Tabak-Commitments und rauchfreier Sportanlagen).

Gemäss Swiss Olympic handelt es sich bei einem Commitment um „eine persönliche Stellungnahme, eine Absichtserklärung, einen individuellen Vorsatz, ein Versprechen, kurz: eine engagierte Selbstverpflichtung“ (Eidgenössische Sportschule Magglingen, 2004). Diese engagierte Selbstverpflichtung soll über den sportlichen Alltag hinaus Gültigkeit besitzen, das heisst dass sich die Jugendliche auch in anderen Lebensbereichen an die Commitments halten. Aus Sicht des

Präventionskonzepts von «cool and clean» (vgl. Annaheim et al., 2007) könnte die Effektivität des Programms «cool and clean» dadurch gesteigert werden, indem die Commitments von den Jugendlichen als eine persönliche, engagierte Selbstverpflichtung verstanden werden. Dazu sollten die Jugendlichen diese Ziele oder Grundsätze benennen können und auch explizit ausdrücken, dass sie diese einhalten oder zumindest anstreben möchten. Das heisst, es sollte sich nicht nur um abstrakte Ziele handeln, sondern die Jugendlichen sollten sich mit den Commitments identifizieren und bestrebt sein, deren Botschaft auch umzusetzen. Wie die Evaluation nun gezeigt hat, wird das Ziel einer engagierten Selbstverpflichtung meistens verfehlt. Auch wenn die Jugendlichen die Inhalte von «cool and clean» durchaus erstrebenswert und die Botschaften klar finden, so beschreiben die einen die Botschaften als allgemeingültig (also von «cool and clean» unabhängig) beziehungsweise redundant (ähnliche Programme wie sie bereits beispielsweise aus der Schule bekannt sind oder auch Inhalte, die bereits durch J+S abgedeckt sind) und die anderen als sportspezifisch (also nicht über das Training hinaus gültig). Dieser Umstand könnte dazu beitragen, dass «cool and clean» spezifische Inhalte nicht gut erinnert werden, da sie sich zu wenig von ähnlichen Programmen oder Verhaltensweisen „wie es der gesunde Menschenverstand“ nahelegen würde, unterscheiden. Allerdings soll an dieser Stelle nicht verschwiegen werden, dass der „gesunde Menschenverstand“ nicht unbedingt zu wünschenswertem Verhalten führt, denn beispielsweise wissen die meisten Rauchenden, dass Rauchen gesundheitsschädigend ist und hören trotzdem nicht auf. Hier liegt ein möglicher Ansatzpunkt für «cool and clean», da sich im Rahmen des Programms noch weitere Tipps und Hilfsmittel bezüglich gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen gut vermittelt lassen.

Indem die Commitments unterschrieben werden oder ein eigenes Commitment erarbeitet wird, kann dazu beigetragen werden, dass diese besser erinnert werden. Oft wird die Unterschrift jedoch, wenn überhaupt, nur einmalig geleistet und sie liegt häufig bereits etwas länger zurück. Zusammen mit der nicht expliziten Nennung von «cool and clean» kann dies dazu beitragen, dass die Commitments beziehungsweise das Programm in manchen Teams deswegen nicht oder nicht vollständig erinnert wird. Möglicherweise hat die zu seltene Erwähnung von «cool and clean» auch dazu beigetragen, dass Interventionen im Zusammenhang mit dem Commitment zur Zielerreichung oft nicht in Bezug zu «cool and clean» gesetzt werden (obwohl bezüglich der Zielerreichung gemäss den Teamleitenden der grösste Handlungsbedarf ausgemacht wird). Darüber hinaus sind die Commitments in manchen Teams unter einem anderen Namen bekannt, was möglicherweise auch dazu beigetragen hat, dass die Verbindung zwischen «cool and clean» Inhalten und dem Programm noch zu wenig gemacht werden.

#### 4.1.3 Positive Verstärkung & Identifikation mit «cool and clean»

Bei den im Rahmen des Programms «cool and clean» verteilten Utensilien und der durchgeführten Wettbewerbe handelt es sich um klassische Ansätze, um die Jugendlichen zu erreichen. Während direkte Kontaktnahmen durch «cool and clean» nur bei einigen Jugendlichen auf Begeisterung stossen, hat sich gezeigt, dass insbesondere die mit dem «cool and clean»-Logo bedruckten Gadgets erinnert und mit «cool and clean» in Verbindung gebracht werden. So werden die T-Shirts, Trinkflaschen, Duschmittel und ähnliches geschätzt. Ansätze, die auf positiver Verstärkung (das heisst Anreizen) beruhen, scheinen weiterhin eine erfolgsversprechende Alternative zu sein und könnten noch ausgebaut werden (wenngleich auch einschränkend hinzugefügt werden muss, dass nicht klar ist, wie nachhaltig diese Geschenke sind).

In Bezug auf die Identifikation mit «cool and clean» gibt es noch Spielraum für Verbesserungen. Die T-Shirts werden im Rahmen des Sports oder als Pyjama durchaus gerne getragen beziehungsweise werden die Nylon-Säcke verwendet. Sie finden aber über den Sport hinaus nur in wenigen Fällen Verwendung. Auch tauschen sich manche Jugendlichen mit den Eltern und mit Kolleginnen und Kollegen aus, wobei insbesondere der Austausch mit den Eltern eher auf deren Initiative erfolgt. Andere Teams

oder andere Jugendliche, die bei «cool and clean» dabei sind, sind nur selten bekannt. Folglich gibt es keine deutlichen Hinweise darauf, dass sich die Jugendlichen teilnehmender Teams stark mit «cool and clean» identifizieren, auch wenn sie ein solches Programm durchaus sinnvoll und auch wichtig finden. Im Hinblick auf das Wissen der Jugendlichen über «cool and clean» ist dieser Befund nicht erstaunlich. Damit sich die Jugendlichen mit «cool and clean» identifizieren können, müsste das Programm zumindest hinreichend bekannt und vertraut sein, was jedoch gesamthaft gesehen nicht der Fall zu sein scheint.

#### 4.1.4 Mögliche Unterschiede nach Alter, Geschlecht und Sprachregion

An dieser Stelle sollen die einzelnen Teams für einmal nicht anhand inhaltlicher (das heisst «cool and clean»-spezifischer) Fragen einander gegenübergestellt werden, sondern es soll kurz auf soziodemographische Punkte eingegangen werden, die möglicherweise Unterschiede in der Umsetzung in den Teams erklären können.

Wie im Ergebnisteil verschiedentlich angesprochen, scheint das Alter bei der Umsetzung von «cool and clean» eine nicht unbedeutende Rolle zu spielen. Wird der Sinn präventiver Massnahmen für eher jüngere Jugendliche noch nicht erkannt (beziehungsweise der Handlungsbedarf als gering eingestuft), wird bei etwas älteren Jugendlichen ein Bedarf diesbezüglich für die Teamleitenden (und auch für die Jugendlichen) durchaus offensichtlich. Generell nimmt Substanzkonsum gemäss schweizweiten Umfragen mit dem Alter zu<sup>3</sup>, und offenbar trifft dies auch auf Sport treibenden Jugendlichen zu (vgl. Wicki et al., 2015). Aus Sicht der Universalprävention beziehungsweise der Primärprävention, das heisst dem Vermeiden oder Hinauszögern des Einstiegs in den Substanzkonsum, wäre es wünschenswert, bereits früh mit Interventionen in Bezug auf den Substanzkonsum zu beginnen, das heisst noch bevor ein solcher Konsum stattgefunden hat. Stattdessen scheinen die Teamleitenden vor allem auf indiziert-präventive Elemente des Programms «cool and clean» sensibilisiert zu sein, das heisst, dass sie zwar auf einen Regelverstoss reagieren, aber nicht proaktiv handeln bevor ein bestimmtes Verhalten eintritt. So intervenieren die Teamleitenden beispielsweise, wenn jemand im Team raucht und suchen als Folge davon im Team oder mit der betroffenen Person das Gespräch. Die Wichtigkeit universal-präventiver Massnahmen aber scheint insgesamt noch nicht ausreichend bekannt zu sein.

Der Frage nach einer unterschiedlichen Umsetzung in Mädchen- beziehungsweise Jungenteams konnte dagegen nicht nachgegangen werden. Die Anzahl reiner Jungen- oder Mädchenteams war zu gering; gemischte Teams waren in der Mehrheit und sind als solche häufig auch bei Wettkämpfen zugelassen. Ausserdem wurden für die Trainings geschlechterspezifische Equipen oft gemischt. Darüber hinaus entstand der Eindruck, dass sich Mädchen und Jungen innerhalb eines Teams ähnlicher waren, als beispielsweise Jungen, die Fussball spielen und diejenigen, die Judo machen. Es erscheint uns wichtig, den Genderaspekt generell zu berücksichtigen, vor dem Hintergrund der Situation in den einzelnen Teams erscheint die genderspezifische Gestaltung der Materialien nicht vordringlich. Eine deutlich

---

<sup>3</sup> Gemäss der Schülerbefragung HBSC 2014 lag der mindestens wöchentliche Konsum von Alkohol für die 11-Jährigen bei 1.5% (Jungen) beziehungsweise 0.2% (Mädchen), für die 13-Jährigen bei 3.2% (Jungen) beziehungsweise 1.0% (Mädchen) und für die 15-Jährigen bei 9.8% (Jungen) und 5.7% (Mädchen); der tägliche Zigarettenkonsum lag für die 11-Jährigen bei 0.1% (Jungen) beziehungsweise 0.0% (Mädchen), für die 13-Jährigen bei 1.1% (Jungen) beziehungsweise 0.5% (Mädchen) und für die 15-Jährigen bei 6.6% (Jungen) und 6.4% (Mädchen). Gemäss der Bevölkerungsbefragung CoRoLAR 2014 (Suchtmonitoring) lag bei den 15- bis 19-Jährigen der Anteil mit mindestens wöchentlichem Alkoholkonsum bei 26.5% und der Anteil täglich Rauchender bei 13.6%. Weitere Prävalenzraten können der Webseite [www.suchtmonitoring.ch](http://www.suchtmonitoring.ch) oder den entsprechenden Berichten (HBSC: Marmet et al., 2015; CoRoLAR: Gmel et al., 2015) entnommen werden.

zentralere Rolle spielt eine gute Teamkohäsion und die Akzeptanz, dass Jugendliche mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Stärken Teil des Teams sind.

Anhand der Ergebnisse aus verschiedenen Studien kann geschlossen werden, dass sowohl das Programm «cool and clean» als auch die Commitments bei Teilnehmenden der deutschsprachigen Schweiz etwas bekannter sind als in der französischsprachigen Schweiz (Wicki et al., 2011; Wicki et al., 2015). Dies bestätigte sich in den geführten Gesprächen. Die Umsetzung des Programms ist in der französischsprachigen Schweiz etwas weniger weit fortgeschritten als in der deutschsprachigen Schweiz. Aufgrund der relativ geringen Anzahl befragter Teams und der nicht repräsentativen Stichprobe lassen sich jedoch nur schwer exakte Rückschlüsse ziehen. Besser als nach Sprachregion lassen sich die Teams basierend auf der weiter oben erwähnten Leistungsorientierung beziehungsweise des Ausmasses der Umsetzung unterscheiden (vgl. Kapitel 4.1).

Generell gilt bezüglich der Ergebnisse einschränkend auch, dass die Jugendlichen, die in einem bestimmten Team zusammen trainieren, oft keine homogene Gruppe sind. In manchen Teams trainierten Jugendliche mehrere Altersklassen (z.B. U13, U15 und U17) oder auch Leistungsklassen (z.B. Breitensport vs. Auswahl, B- vs. C-Gruppe) gemeinsam. Ausserdem variierte auch die Trainingsfrequenz. Manchmal wurden täglich Trainings angeboten, an welchen teilnehmen konnte, wer wollte, manchmal scheint der Trainingsplan strikter war. In dieser Konstellation ist es schwierig, «cool and clean» in einem einzelnen „Team“, wie es in der «cool and clean»-Adressliste genannt wird, umzusetzen und auf die vielfältigen Altersgruppen, Wissensstände und Bedürfnisse der Jugendlichen einzugehen. So scheint manchmal auch für die Teamleitenden nicht klar zu sein, wer wann welche Info erhalten hat.

#### *4.1.5 Erkenntnisse aus der Befragung vier zusätzlicher Teams*

Was hat nun die Befragung vier zusätzlicher Teams gebracht? Lassen sich basierend auf diesen Teams Rückschlüsse für eine bessere Umsetzung (das heisst im Sinne von «cool and clean») ziehen? Erstmals muss vorausgeschickt werden, dass es sich bei drei der vier zusätzlich befragten Teams um ziemlich professionelle Teams handelt, deren Mitglieder auf hohem Niveau Sport treiben. Insbesondere in zwei Teams übernehmen die Jugendlichen auch sehr viel Eigenverantwortung.

Betreffend die Umsetzung hat sich gezeigt, dass sich die Jugendlichen der drei professionellen Teams ziemlich gut mit «cool and clean» auskannten, sei dies bezüglich spontaner Nennungen oder auch in Bezug auf spezifische Fragen. Im zusätzlich befragten Team des Breitensports war das Programm «cool and clean» als solches kaum bekannt und wurde hauptsächlich mit einem verbandsintern erarbeiteten Präventionskonzept in Verbindung gebracht.

Zusammenfassend können in den vier zusätzlich befragten Teams folgende Unterschiede gegenüber den anderen Teams festgestellt werden: die spontane und gleichzeitige Nennung von „cool“ und „clean“ Aspekten war häufiger; in allen vier Teams wurden die Commitments unterschrieben; sie haben häufiger ein eigenes Commitment; Teamleitende und Jugendliche stimmten bezüglich des eigenen Commitments überein, das heisst die Jugendlichen war gut informiert bezüglich des eigenen Commitments; die Spielformen wurden eher angewandt; die Infolyer zu Tabak und Alkohol und die Informationsbroschüre (Commitment-Folder) zu «cool and clean» wurden eher besprochen; die Geschichtenkarten wurden bereits verwendet (wenn auch nicht in der aktuellen Saison); «cool and clean» wurde durchwegs als positiv bewertet und die Wichtigkeit des Programms wurde hoch eingestuft; Gespräche mit anderen fanden häufiger statt; in einem Team haben die Jugendlichen die Initiative für die Anmeldung übernommen; die Einführung ins Programm erfolgte früher und systematischer; es wird häufiger etwas zu «cool and clean» gemacht; es wurde zu Beginn jeder Saison etwas zu «cool and clean» gemacht und Neumitglieder erhalten spezifische Erklärungen. Bezüglich des wahrgenommenen Handlungsbedarfs

durch die Teamleitenden, die Anzahl der Einzel- und Gruppengespräche, die Nutzung der T-Shirts und die Kenntnis Anderer, die auch bei «cool and clean» dabei sind, scheinen kaum Unterschiede zu bestehen. In keinem der untersuchten Bereiche schnitten die zusätzlich befragten Teams schlechter ab als die anderen Teams.

Nun sollten aufgrund des Studiendesigns und der Anzahl befragter Teams diese Unterschiede nicht zu stark gewichtet werden. Trotzdem kann geschlossen werden, dass engagierte Teamleitende dazu beitragen, dass das Programm eher im Sinne von «cool and clean» umgesetzt wird. Dies hat auch zur Einschätzung geführt, dass zwei Teams möglicherweise sogar das Ziel der engagierten Selbstverpflichtung erfüllen (vgl. Kapitel 4.1.2). Es muss an dieser Stelle aber darauf verwiesen werden, dass es auch in diesen Teams noch Potenzial für Verbesserungen gibt. So wurden in diesen Teams zwar mehr Elemente von «cool and clean» umgesetzt, doch selektierten die Teamleitenden auch in diesen Teams Inhalte nach eigenen Interessen.

## **4.2 Weitere, nicht auf die Umsetzung von «cool and clean» bezogene Ergebnisse der Evaluation**

### *4.2.1 Ungenauigkeiten im Konzept von «cool and clean»*

Obwohl sich die Evaluation auf die Umsetzung des Programms konzentrierte, ergaben sich aus den Gesprächen auch weitere «cool and clean» betreffende Ergebnisse. So scheint es bezüglich gewisser Begriffe Klärungsbedarf zu geben und ausserdem scheint die Definition der Zielgruppe gewisse Unschärfe aufzuweisen.

Wie von einer mündigen Person bemerkt wurde, fühle sie sich nicht mehr der Kategorie „Jugendliche“ zugehörig. Diesem Hinweis sollte Beachtung geschenkt werden. Tatsächlich umfasst die Zielgruppe 10- bis 20-Jährige (wobei offenbar manchmal auch jüngere oder ältere Jugendliche eingeschrieben sind) und deckt somit eine Zeitspanne ab, die den Übergang vom Kindes- zum frühen Erwachsenenalter kennzeichnet. Darüber hinaus erreicht man in der Schweiz mit 18 Jahren die Volljährigkeit und hat ab diesem Alter gewisse Rechte und Pflichten. So erscheint es zumindest ungenau, generell von „Jugendlichen“ zu sprechen.

Betreffend das Alkohol-Commitment scheint manchen Jugendlichen und Teamleitenden nicht klar zu sein, was mit dem Term „ohne mir und anderen zu schaden“ genau gemeint ist. Obwohl nicht systematisch erhoben, variierte die Mengen, die damit in Verbindung gebracht werden, von „gelegentlich ein Glas“ bis „ich kann noch alleine nach Hause gehen“ beziehungsweise „ich lande nicht in der Notaufnahme“. Letzteres dürfte wohl kaum im Interesse der Programmleitung liegen noch bei der Formulierung beabsichtigt gewesen sein. Eine Person hat diesbezüglich angemerkt, dass man eigentlich meistens auf Tabak und Alkohol verzichten solle, und daher die Grenze ziemlich hoch gesetzt sei, wenn das Commitment erst erfüllt sei, wenn man anderen oder sich selber nicht schade. So ruft der Begriff „ohne mir und anderen zu schaden“ möglicherweise in einzelnen Fällen ähnliche Konfusion beziehungsweise Klärungsbedarf hervor wie der früher verwandte Begriff „verantwortungsbewusst“. An dieser Stelle soll noch darauf verwiesen werden, dass das neu formulierte Alkohol-Commitment generell gut verstanden wurde und insbesondere auch die Altersunterteilung begrüsst wurde.

#### 4.2.2 Anmeldeprozedere

In manchen Teams ist die in den Anmelde Listen von «cool and clean» aufgeführte Person nicht gleich der Person, welche die Trainings leitet. Die Teamleitenden spielen eine zentrale Rolle, um Informationen und Wissen aus dem Programm «cool and clean» an die Jugendlichen zu vermitteln. Es kann davon ausgegangen werden, dass mit direktem Informationsfluss von der eingeschriebenen Person bis zu den Jugendlichen auch die Erreichbarkeit beziehungsweise die Umsetzung gemäss dem Konzept von «cool and clean» steigt. Es stellt sich nun die Frage, ob es sinnvoll ist, wenn Personen als Kontaktperson eingetragen sind (z.B. Verbandsleitende), welche keinen direkten Kontakt zu den Jugendlichen haben beziehungsweise sich nicht persönlich um die Umsetzung des Programms kümmern. Auf der anderen Seite figurieren manche Personen gleich für mehrere Teams in den Anmelde Listen. Daher kann möglicherweise eine grössere Erreichbarkeit sichergestellt werden, als wenn pro Team eine Person eingeschrieben ist. Ausserdem finden auch auf Ebene der Teamleitenden Wechsel statt, oft ist nicht garantiert, dass die nachfolgende Person «cool and clean» auch weiterführt. Darüber hinaus scheinen Teams aus den Listen von Swiss Olympic vorübergehend zu verschwinden, was einerseits für die Ermittlung der Anzahl Teilnehmender problematisch sein kann als auch für die Stichprobenziehung. Bezüglich der Anmeldung (beziehungsweise der Bestätigung der Teilnahme an «cool and clean») und dem Führen der Listen sind bestimmt noch Verbesserungen möglich.

Vonseiten der Teamleitenden wurde ausserdem punktuell festgehalten, Doppelspurigkeiten zwischen J+S und «cool and clean» seine zu vermeiden. Ausserdem fühlten sich einige wenige von der Anmeldeprozedur überfordert oder fanden sich nicht zurecht.

Darüber hinaus war manchen Jugendlichen nicht klar, dass sie mit der Anmeldung des Teams selber eigentlich auch zu «cool and clean» gehören („mein Team ist dabei, ich bin aber nicht dabei“). Diesbezüglich könnte möglicherweise etwas mehr Klarheit geschafft werden.

### 4.3 Mögliche Wirkungsweise von «cool and clean»

Im Hinblick auf die Antworten der befragten Teams und der Teamleitenden in der Teilstudie 1B stellte sich auch die Frage bezüglich der Wirkungsweise von «cool and clean». Anders als im Präventionskonzept von «cool and clean» (Annaheim et al., 2007) sind Elemente wie das Unterschreiben der Commitments, die «cool and clean»-Spielformen, die Förderung der Lebenskompetenzen (z.B. Eigeninitiative, Selbsteffizienz, Problemlösefähigkeit), eine Identifizierung mit «cool and clean» etc. bisher kaum die ausschlaggebenden Faktoren, da diese gemäss dieser Evaluation in vielen Teams nicht systematisch angewandt werden. Bei der Umsetzung dieser Aspekte des Programms besteht vielmehr noch Verbesserungspotenzial. Aber bereits in verschiedenen Evaluationsstudien mit einem quasi-experimentellen Untersuchungsdesign fanden sich drei Arten von Hinweisen für die Wirksamkeit, der im Rahmen von «cool and clean» durchgeführten Intervention bei Jugendlichen im Breitensport (Annaheim et al., 2007, Wicki et al., 2011, Wicki et al., 2015): a) die Jugendlichen nahmen eine Wirkung wahr; b) in Bezug auf die sport- und substanzbezogenen Ziele wurden signifikant bessere Werte bei Jugendlichen aus Teams erzielt, die bei «cool and clean» mitmachten, als bei solchen, die (noch) nicht bei «cool and clean» angemeldet waren; c) signifikant bessere Werte bezüglich der sport- und substanzbezogenen Ziele wurden bei «cool and clean»-Teams erreicht, welche das Programm konsequenter implementierten (z.B. Commitments unterschreiben, Einzel- oder Gruppengespräche zu den Inhalten von «cool and clean» führen).

Ein möglicher Erklärungsansatz für die nachgewiesene Wirksamkeit des Programms «cool and clean» bei teilnehmenden Jugendlichen im Breitensport könnte sein, dass die Teamleitenden dank dem Programm «cool and clean» Hilfsmittel erhalten, um in ihren Teams bei Bedarf zu reagieren. Gemäss

diesem Erklärungsansatz wäre die nachgewiesene Wirkung von «cool and clean» zu einem grossen Teil dem „train the trainer“ Konzept (Zink, Schmidt & Bäuerle, 1997) zuzuschreiben. Das Präventionsprogramm erreicht nicht die betroffenen Personen oder die Zielgruppe selber, sondern die „trainer“ (in diesem Fall die Teamleitenden). Das „train the trainer“ Konzept umschreibt die Ergebnisse der vorliegenden Studie, insbesondere die herausragende Relevanz des Engagements der Teamleitenden, relativ gut. So könnte eine erhöhte Wirksamkeit möglicherweise dadurch erzielt werden, dass die Beziehung von «cool and clean» zu den Teamleitenden noch gestärkt wird, ohne alternative Ansätze auszuschliessen (z.B. vermehrter Einbezug der Jugendlichen, andere Zielgruppen). In der Unterstützung und Stärkung des Engagements der Teamleitenden sehen wir ein Kernelement für künftige Aktivitäten im Rahmen von «cool and clean».

Basierend auf den Ergebnissen sollte sich die Programmleitung auch die Frage stellen, wie sie mit dem Umstand umgehen möchte, dass offenbar die Selektion einiger weniger «cool and clean» Elemente die Regel zu sein scheint und von einer umfassenden (das heisst verschiedene Elemente umfassenden) Umsetzung nicht ausgegangen werden kann. Dazu sollte aber auch festgehalten werden, dass im Rahmen der Evaluation der Eindruck entstand, dass die meisten Teamleitenden mit der aktuellen Handhabung zufrieden sind. Die Angebote von «cool and clean» werden offenbar häufig als eine Art Sammelsurium verstanden, aus dem diejenigen Angebote ausgewählt werden können, die passend erscheinen (vgl. Kapitel 4.1). Möglicherweise verstehen nicht alle Teamleitenden die durch die Programmleitung beabsichtigte Funktionsweise beziehungsweise, wie weiter oben erwähnt, den tieferen Sinn bezüglich Prävention. So wird beispielsweise dem Kennen und Unterschreiben der Commitments, den «cool and clean»-Spielformen, dem Erzählen von „Episoden aus der Geschichte des Sports“ (vgl. Geschichtenkarten), dem Erlernen und Üben der SMART-Strategie, dem Einbezug der Jugendlichen beim Ausformulieren des eigenen Commitments, dem expliziten Erwähnen von «cool and clean» etc. von den Teamleitenden noch zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Auch gab es kaum Hinweise auf einen gegenseitigen Austausch statt Vermittlung von den Teamleitenden an die Jugendlichen. Gerade dies wäre aber aus Sicht des Programms «cool and clean» anzustreben, um so beispielsweise Lebenskompetenzen zu erwerben. Insgesamt könnte eine Stärkung der Beziehung zu den Teamleitenden möglicherweise auch diesbezüglich Verbesserungen bringen.

#### 4.4 Abschliessende Empfehlungen

Zusammenfassend empfehlen wir basierend auf den unter Kapitel 3 beschriebenen Ergebnissen dieser Teilevaluation und der Diskussion (Kapitel 4.1 bis 4.3), das Programm «cool and clean» weiterzuführen. Neben zahlreichen Hinweisen auf Anpassungen, die bereits weiter oben beschrieben wurden, möchten wir im Folgenden ein paar grundlegende Empfehlungen abgeben.

Anhand der beiden Kategorien „Leistungsorientierung“ und „Umsetzung im Sinne von «cool and clean»“ wurde versucht, die Teams grob einzuteilen. Während in Teams mit hoher Leistungsorientierung «cool and clean» Inhalte ziemlich gelegen kommen und vermehrt eingesetzt werden, so werden in Teams mit tiefer oder mittlerer Leistungsorientierung Interventionen zwar sporadisch eingesetzt, allerdings kann von einer systematischen und regelmässigen Umsetzung nicht ausgegangen werden. Darüber hinaus hat sich basierend auf den Gesprächen (inkl. der Befragung der vier zusätzlichen Teams) herausgestellt, dass das persönliche Engagement der Teamleitenden für die Umsetzung eine sehr wichtige Rolle spielt. Vereinfacht gesagt: Je grösser das Engagement, desto umfassender die Umsetzung in den Teams. Während in Teams mit fortgeschrittener Umsetzung eine Konsolidierung des bisher Erreichten sowie punktuelle Adaptionen ausreichen dürften, sollte in anderen Teams das Engagement der Teamleitenden beziehungsweise die Umsetzung noch weiter gefördert werden.

Insgesamt hat sich also das persönlichen Engagement beziehungsweise die Motivation der Teamleitenden als zentrales Element für die Umsetzung des Programms herausgestellt, das heisst die Rolle der Teamleitenden ist bei der Vermittlung der «cool and clean» Inhalte elementar.

#### *Empfehlung 1*

Wir empfehlen, **die Teamleitenden** bei der Umsetzung von «cool and clean» beispielsweise durch eine bessere Vernetzung mit anderen Teamleitenden, einen stärker personalisierten Kontakt und das Gewähren von Hilfestellungen **noch stärker zu unterstützen**, um den Anteil der engagierten Teamleitenden weiter zu erhöhen.

Aus Sicht der Universalprävention beziehungsweise der Primärprävention, das heisst dem Vermeiden oder Hinauszögern des Einstiegs in den Substanzkonsum, wäre es wünschenswert, bereits früh mit Interventionen in Bezug auf den Substanzkonsum zu beginnen, das heisst bevor ein solcher Konsum stattgefunden hat. Die Teamleitenden scheinen jedoch vor allem auf indiziert-präventive Elemente des Programms «cool and clean» sensibilisiert zu sein. Teamleitende intervenieren beispielsweise, wenn jemand raucht und sie suchen als Folge davon im Team oder mit der betroffenen Person das Gespräch. Das heisst, sie reagieren zwar auf einen Regelverstoss, handeln aber nicht proaktiv um ein solch regelwidriges Verhalten zu verhindern. Die Wichtigkeit universal-präventiver Massnahmen scheint somit noch nicht ausreichend bekannt zu sein.

#### *Empfehlung 2*

Bei den Teamleitenden sollte das Verständnis gestärkt werden, dass «cool and clean» mehr ist als nur ein Programm zur Wissensvermittlung, das zudem Tipps gibt, wie die Teamleitenden bei Fehlverhalten reagieren können. Deswegen sollten vermehrt universal-präventive statt indiziert-präventive Massnahmen angestrebt werden: Über Tabak und Alkohol sollte bereits im Team diskutiert werden, bevor diese ein Problem darstellen. Dazu sollten dezidiert die **Kenntnisse der Teamleitenden bezüglich präventiver und gesundheitsförderlicher Grundsätze gefördert werden**.

Ferner zeigen die Ergebnisse, dass ein grundlegendes Problem darin besteht, dass «cool and clean» zu selten explizit erwähnt wird und Interventionen insgesamt nur selten stattfinden. Zwar lassen sich die Teamleitenden von den Inhalten der Interventionen inspirieren, von einer konsequenten Umsetzung kann jedoch nicht ausgegangen werden. Dies hat möglicherweise dazu beigetragen, dass das Ziel einer engagierten Selbstverpflichtung der Jugendlichen nicht erreicht wird, da die durchgeführten Interventionen nicht in Zusammenhang mit «cool and clean» gesetzt werden und die Jugendlichen sie entsprechend nicht als Massnahmen des Programms wahrnehmen.

#### *Empfehlungen 3*

Erst wenn die Jugendlichen die Inhalte des Programms «cool and clean» kennen, können sie sich auch damit identifizieren. Die Bekanntheit ist ein notwendiger, aber nicht hinreichender Faktor für die Identifikation mit «cool and clean», da «cool and clean» nicht wie eine Impfung nach einer einmaligen Intervention seine Wirkung entfaltet, sondern wiederholt auf das Programm verwiesen werden muss. Deswegen empfehlen wir, die **explizite und regelmässige Nennung von «cool and clean»** im Rahmen der während der Trainings umgesetzten Massnahmen noch stärker zu fördern.

Die von den Jugendlichen geäusserte Kritik betrifft einerseits die Allgemeingültigkeit der Botschaften, da diese dem „gesunden Menschenverstand“ entsprechen, andererseits die nicht klare Abgrenzung zu anderen Programmen. Dem muss aus Sicht der Prävention entgegengehalten werden, dass der „gesunde Menschenverstand“ allein nicht zwingend zu gesellschaftlich wünschenswertem Verhalten führt; beispielsweise wissen die meisten Rauchenden, dass Rauchen gesundheitsschädigend ist und

geben den Konsum aber trotzdem nicht auf. Hier liegt ein möglicher Ansatzpunkt für «cool and clean», da sich im Rahmen des Programms noch weitere Tipps und Hilfsmittel bezüglich gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen gut vermittelt lassen.

#### *Empfehlung 4*

Für die Jugendlichen (und die Teamleitenden) sollte Klarheit darüber geschaffen werden, was es für sie bedeutet, wenn ihr Team bei «cool and clean» teilnimmt. Dazu sollte seitens der Programmleitung ein **anschauliches und kurzes Dokument zur Verfügung gestellt werden, welches die Ziele und Stärken von «cool and clean»** hervorhebt. Dieses kann zukünftig auch dazu dienen, die jeweiligen Ziele des Programms im Rahmen einer Evaluation zu überprüfen.

Sowohl bezüglich des Tabak- als auch des Alkoholkonsums sind die Jugendlichen sensibilisiert, denn sie unterstützen rauchfreie Sportstätten; und Substanzkonsum vertrage sich nicht oder nur schlecht mit guten Leistungen. Allerdings zeigen sich bei der Interpretation des Alkohol-Commitments Unterschiede. In Einzelfällen war nicht klar, was mit „ohne mir und anderen zu schaden“ gemeint ist. Möglicherweise ruft dieser Begriff in manchen Fällen ähnliche Konfusion beziehungsweise Klärungsbedarf hervor wie der früher verwandte Begriff „verantwortungsvoll“. Die Aussagen reichten beispielsweise von „gelegentlich ein Glas“ bis „nicht so viel trinken, dass man im Spital landet“. In Teilstudie 1A (Wicki et al., 2015) finden sich weitere Ausführungen bezüglich der Deutung des risikoarmen beziehungsweise des schädlichen Konsums.

#### *Empfehlung 5*

Im Zusammenhang mit dem Alkohol-Commitment besteht **Klärungsbedarf bezüglich der Bedeutung der Formulierung „ohne mir und anderen zu schaden“**. Informationen bezüglich der Definition eines „nicht schädlichen“ Gebrauchs sollten noch stärker verbreitet werden.

## 5 Synthese: Ergebnisse der Teilstudien 1A und 1B

Da uns einerseits die Ergebnisse aus Teilstudie 1A zur Verfügung stehen (Wicki et al., 2015), andererseits diejenigen aus dem vorliegenden Bericht, können die Schlussfolgerungen basierend auf der Befragung der Jugendlichen und der Teamleitenden zueinander in Beziehung gesetzt werden. Durch diese Vorgehensweise erwarten wir einen aus verschiedenen Aspekten zusammengesetzten Gesamtüberblick zur Umsetzung von «cool and clean» in den Teams. Tabelle 1 gibt eine Übersicht der in den einzelnen Studien gefundenen wichtigsten Ergebnisse, auch wenn beachtet werden sollte, dass die Ergebnisse oft nicht direkt vergleichbar sind und sie nur vorsichtig interpretiert werden sollten.



**Tabelle 8 Zusammenfassung der Ergebnisse (aus Sicht der Jugendlichen), Übereinstimmung der Teilstudien 1A und 1B und Kommentare des Evaluationsteams**

|  | Teilstudie 1A  | Teilstudie 1B   | Kommentar  |
|--|--|---|--|
| <b>Das Programm</b>                        |  |   |  |
| Bekanntheit                                | 63% der Jugendlichen haben von «cool and clean» gehört und kennen die Commitments. ✗   | Das Programm ist zumindest dem Namen nach in fast allen Teams bei einigen Jugendlichen bekannt. Einzelne Aspekte von «cool and clean» können spontan benannt werden.  | Die Bekanntheit ist eine notwendige, aber nicht hinreichende Voraussetzung für die Identifikation mit «cool and clean» und die Internalisierung der Commitments.<br>● Die Zahl ist seit 2009 rückläufig.                             |
| Verbreitung                                | Aktuell sind 53'615 Jugendliche aus dem Breitensport bei «cool and clean» eingeschrieben. ✓  | ---   | Die Zahl ist seit 2009 rückläufig.   |
| Wirksamkeit                                | Die Jugendlichen nehmen eine Wirkung wahr. ✓<br>In Bezug auf die sport- und substanzbezogenen Zieldimensionen werden signifikant bessere Werte bei Jugendlichen aus Teams erzielt, die (a) bei «cool and clean» mitmachen, als bei solchen, die (noch) nicht angemeldet sind; (b) das Programm umfassender implementieren. ✓ | In etwa der Hälfte der Teams wird zumindest teilweise eine Wirkung wahrgenommen.  | Wie bereits 2007, 2009 und 2011 gibt es deutliche Hinweise für eine Wirksamkeit des Programms bei Jugendlichen. Die Effekte sind nicht sehr gross, aber mit anderen Programmen im Bereich der Universalprävention vergleichbar.<br>○ |
| Einführung                                 | Während der laufenden Saison wurde bei etwa der Hälfte der Jugendlichen eine Einführung zum Programm «cool and clean» gemacht, bei weiteren 10% gab es sogar mehrmals eine Einführung. Bei gut einem Drittel der Jugendlichen gab es keine Einführung.   | Es entstand der Eindruck, dass dann auf die Einführung verzichtet wurde, wenn (a) eh regelmässig Interventionen durchgeführt wurden, (b) Inhalte bereits bekannt waren, (c) bei Desinteresse beziehungsweise abnehmendem Engagement über die Zeit.            | Die wiederholte Nennung von «cool and clean» führt dazu, dass die Inhalte bekannter sind und so positive Effekte wahrscheinlicher werden.<br>○   |
| Zusammenhänge zwischen den Zieldimensionen | Je kritischer die Einstellung zu Substanzkonsum und Doping, je grösser die Leistungsmotivation, je häufiger sich die Jugendlichen fair verhalten, je stärker die Teamkohäsion je stärker die Identifikation mit «cool and clean», desto geringer ist der Substanzkonsum (Tabak, Alkohol, Cannabis). ✓                        | ---   | Gemäss den Befunden können die kritische Einstellung, die Leistungsmotivation, Fairplay etc. zu geringerem Substanzkonsum führen. Bisher fehlt die theoretische Grundlage hierfür im Wirkungskonzept von «cool and clean».           |
| <b>Die Commitments</b>                     |  |   |  |
| Bekanntheit                                | 79% der Jugendlichen der Experimentalgruppe kennen die Commitments. ✗  | Zumindest einzelne der Commitments können in 16 von 19 Teams spontan benannt werden. Commitments sind manchmal unter einem anderen Begriff bekannt.   | Die Commitments als zentrales Element von «cool and clean» sind nicht ausreichend bekannt.<br>●  |
| Einstellung                                | Deutlich mehr als 90% der Jugendlichen haben eine positive Einstellung zu den Commitments. Insbesondere bei männlichen 16- bis 19-Jährigen ist die Zustimmung zum Tabak- und Alkohol-Commitment etwas tiefer. ✓  | Generell ziemlich positive Einstellung gegenüber «cool and clean» und den Commitments. Abgrenzung gegenüber anderen Programmen oder Allgemeingültigkeit der Botschaften wird bemängelt.   | Die positive Einstellung gegenüber «cool and clean» ist eine wertvolle Grundlage und steht im Zusammenhang mit dem Engagement der Teamleitenden.<br>●  |
| Verständnis/Funktion                       | ---  | Nur vereinzelte wird das Ziel einer engagierten Selbstverpflichtung erreicht.   | Das Verständnis für eine umfassende Umsetzung von «cool and clean» scheint zu fehlen.  |
| Verständlichkeit                           | Die Verständlichkeit wurde nicht systematisch geprüft. Was „Alkoholkonsum ohne mir und anderen zu schaden“ bedeutet, ist klärungsbedürftig. Etwa ein Viertel der 16- bis 20-Jährigen, die berichten, so viel zu konsumieren, dass sie sich und anderen nicht schaden, hat einen risikoreichen Konsum.                        | Die Commitments sind insgesamt verständlich. Die Altersunterteilung beim Alkohol-Commitment macht Sinn. Bezüglich „ohne mir und anderen zu schaden“ gibt es vereinzelt Klärungsbedarf (z.B. scheint es eine grosse Bandbreite von Interpretationen zu geben). | Die Definition des Alkohol-Commitments ist nicht klar (Klärung der Begriffe „risikoarm“, „risikoreich“ und „ohne mir und anderen zu schaden“).<br>●  |
| Zustimmung                                 | Etwa die Hälfte der Jugendlichen berichteten, die Commitments unterschrieben zu haben.   | Die Commitments wurden in fast drei Vierteln der Teams meist einmalig unterschrieben. Neumitglieder haben die Unterschrift oft (noch) nicht geleistet.  | Die Unterschrift trägt dazu bei, die Commitments selber und deren Inhalte bekannt zu machen.<br>○  |
| Zustimmung (TL)                            | Etwa die Hälfte der Jugendlichen hat den Commitments schriftlich und   | In etwa einem Drittel der Teams wurden die Commitments  | ○  |

|                                    |   |   |  |
|------------------------------------|---|---|--|
|                                    | etwa 30% mündlich zugestimmt.   | unterschrieben, etwa ein Viertel hat mündlich zugestimmt.   |  |
| Tabak-Commitment                   | Weniger als 1% der Jugendlichen, die „immer“ auf Tabak verzichten, haben mindestens wöchentlich geraucht, regelmässig Snus oder Schnupftabak konsumiert oder $\geq 1-2$ Mal/Jahr Cannabis konsumiert.                             | Sensibilisierung bezüglich Unverträglichkeit von Sport und Tabakgebrauch scheint ziemlich hoch zu sein (auch bezüglich rauchfreien Sportanlagen).   | * Das Tabak-Commitment trägt dazu bei, dass ein Einstieg verhindert oder hinausgezögert werden kann beziehungsweise ein Ausstieg ermöglicht wird.  |
| Eigenes Commitment (inkl. TL)      | 40% der Jugendlichen trainieren in einem Team, das ein eigenes Commitment formuliert hat (gemäss Angaben der TL), dieses ist jedoch nur bei 15% der Jugendlichen bekannt.   | In etwa einem Drittel der Teams gibt es ein eigenes Commitment (TL), die Jugendlichen können sich aber nicht immer an dessen Vorhandensein beziehungsweise an den genauen Inhalt erinnern.  | Die Formulierung eines eigenen Commitments kann die <ul style="list-style-type: none"> <li>Eigenaktivität, Handlungskompetenz und Eigenverantwortung der Jugendlichen fördern.</li> </ul>  |
| Einhaltung                         | 90% der Jugendlichen berichten, sich an die vom Programm vorgegebenen Commitments zu halten. ✓<br>Ausnahmen zeigen sich bei 16- bis 19-Jährigen bzgl. Tabak und Alkohol (Jungen) bzw. bezüglich Alkohol und Fairplay (Mädchen). ✗ | Einhaltung nicht schwierig, die Vorgaben seien aber allgemeingültig, das heisst von «cool and clean» unabhängig.  | Die Commitments zum Substanzkonsum können dazu beitragen, dass ein Einstieg verhindert oder hinausgezögert beziehungsweise ein Ausstieg ermöglicht wird. <ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul>  |
| Handlungsbedarf (TL)               | ---   | Insgesamt gering bis mittel (am höchsten für Zielerreichung, am tiefsten für Doping). Klärungsbedarf bei Jugendl. bezüglich Doping.   | Berücksichtigung der Wichtigkeit einzelner Themenbereiche bei der Kreation neuer Materialien/Interventionen.   |
| <b>Interventionen</b>              |   |   |  |
| Spielformen                        | ---   | Nur in einem Fünftel der Teams wurden die Spielformen ins Trainings integriert. In etwa der Hälfte der Teams wäre Interesse vorhanden, solche Spielformen durchzuführen.  | Bisher fehlt die theoretische Grundlage für die Anwendung von Spielformen im Wirkungskonzept von «cool and clean». Falls sie als pädagogisches Konzept der Wissensvermittlung betrachtet werden, sollte dies den Teamleitenden vermittelt werden (insbesondere, weshalb die Spielformen bezüglich Substanzkonsum bereits bei Jüngeren angewendet werden sollen). |
| Spielformen (TL)                   | In ca. einem Viertel der Teams wurden die Spielformen nie integriert.   | In ca. einem Drittel der Teams wurden die Spielformen nie integriert.   | ○  |
| Gründe für seltene Umsetzung (TL)  | Am häufigsten genannt wurden: „Inhalte werden anders vermittelt“ (51%) und „Umsetzbarkeit in Sportart schwierig“ (32%).   | Am häufigsten genannt wurden: „Inhalte werden anders vermittelt“ und „Umsetzbarkeit in Sportart schwierig“.   | ●  |
| Informations- und Arbeitsmaterial  | ---   | Häufig werden diese Materialien nicht verwendet beziehungsweise von den Teamleitenden kurz überflogen. Bis ins Teams gelangte am häufigsten: SMART-Booklet, Infolyer zum Tabak-Commitment, Informationsbroschüre zu «cool and clean». | Informationsmaterialien können zur Verbreitung von Wissen beitragen und Einzel- oder Gruppendiskussionen fördern.  |
| Geschichtenkarten                  | ---   | Nur in einem Team konnten sich Jugendliche an Geschichtenkarten erinnern.   | Den Teamleitenden sollten die Geschichtenkarten und deren Nutzen besser bekannt gemacht werden.  |
| Einzel- und Gruppengespräche       | Gruppe: mehrmals (43%), einmal (31%), nie (24%)<br>einzel: mehrmals (30%), einmal (22%), nie (49%)  | In etwa einem Drittel der Teams wurden Einzel- oder Gruppengespräche geführt, «cool and clean» wurde dabei oft nicht genannt.   | * Es dürfte sich eher um Ermahnungen oder Erklärungen als um tatsächliche Gespräche, in welchen man sich mit «cool and clean» Inhalten auseinandersetzt, handeln. Spezifische Gespräche über «cool and clean» sollen dazu führen, dass die Inhalte besser gespeichert werden.  |
| Einzel- und Gruppengespräche (TL)  | Gruppe: mehrmals (24%), einmal (67%), nie (9%)<br>einzel: mehrmals (12%), einmal (57%), nie (31%)   | Gruppe: fast zwei Drittel mehrmals, ein Drittel einmal, eins nie<br>einzel: zwei Drittel mehrmals, je ein Sechstel einmal od. nie   | *  |
| Häufigkeit pro Jahr                | ---   | Die Hälfte der Teams würde gerne regelmässig etwas zu «cool and clean» machen, die anderen punktuell. Die Übereinstimmung innerhalb der Teams ist ziemlich gross.   | Positive Effekte dürften grösser sei, wenn regelmässig etwas zu «cool and clean» gemacht wird.   |
| <b>Identifikation</b>              |   |   |  |
| Identifikation                     | Für mehr als drei Viertel der Jugendlichen steht «cool and clean» für ein wichtiges Anliegen, für deutlich mehr als die Hälfte ist es wichtig, bei «cool and clean» dabei zu sein. ✓  | Identifikation mit «cool and clean» ist nicht sehr stark.   | ○ Die Jugendlichen finden «cool and clean» eine „gute Sache“, was eine Voraussetzung ist, damit sie sich damit identifizieren können.  |
| <b>Anmeldung &amp; Fluktuation</b> |   |   |  |
| Anmeldung                          | ---   | Die Anmeldung ging in allen Teams von den Teamleitenden beziehungsweise den Verbandsfunktionären aus.   | Die Rolle der Teamleitenden ist gemäss dem „train the trainer“ Konzept wichtig.  |
| Fluktuation                        | ---   | Oft punktuelle Aktivitäten zu «cool and clean», deswegen erfahren Neumitglieder erst nach einer gewissen Zeit von «cool and clean».   | Frühzeitig Information von Neumitgliedern .  |

Anmerkungen: Übereinstimmung zwischen den Studien: ● ziemlich gross, ○ eher gross, ◌ eher klein, ● keine, \* nicht direkt vergleichbar. (TL) = durch die Teamleitenden beantwortete Fragen. ✓/✗ Hypothese bestätigt / nicht bestätigt.

## 6 Literatur

- Annaheim, B., Wicki, M., Schmid, H. & Gmel, G. (2007). *Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» bei Jugendlichen – Breitensport und Talents* (Forschungsbericht Nr. 43). Lausanne: Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme.
- Balthasar, A. & von Allmen, A. (2013). *Evaluationskonzept von «cool and clean» für die Jahre 2013 bis 2016*. Luzern/Bern: Interface Politikstudien/Swiss Olympic. (unveröffentlicht)
- Bundesamt für Gesundheit (1997). *Leitfaden für die Planung von Projekt- und Programmevaluation*. Bern: Bundesamt für Gesundheit (BAG).
- Eidgenössische Sportschule Magglingen. (2004). *Leiterpersönlichkeit - Commitments*. Magglingen: Bundesamt für Sport.
- Flick, U. (Hrsg.) (2006). *Qualitative Evaluationsforschung*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Taschenbuch-Verlag.
- Gebert, A., Lamprecht, M., Meuli, D., Wiegand, D. & Stamm, H. (2011). *Auswirkung von «cool and clean» auf Trainer, Lehrer und Leiter*. Zürich: Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung.
- Gmel G., Kuendig H., Notari L., Gmel C. (2015). *Suchtmonitoring Schweiz - Konsum von Alkohol, Tabak und illegalen Drogen in der Schweiz im Jahr 2014*. Sucht Schweiz, Lausanne, Schweiz.
- Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H. (2008) *Sport Schweiz 2008 - Kinder- und Jugendbericht*. Magglingen: Bundesamt für Sport (BASPO).
- Lamprecht, M., Studer, M., Fischer, A. & Stamm, H. (2007). *Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» - Auswirkungen von «cool and clean» auf Trainer, Lehrer und Leiter*. Zürich: Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung.
- Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B., & Delgrande Jordan, M. (2015). *Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1986 - Resultate der Studie "Health Behaviour in School-aged Children" (HBSC)* (Forschungsbericht Nr. 75). Lausanne: Sucht Schweiz.
- Solèr, M., Zumbrunn, A. & Schmid, H. (2015). *Theoriegestützte Weiterentwicklung des Präventionskonzepts von «cool and clean»*. Olten: Fachhochschule Nordwestschweiz, Hochschule für Soziale Arbeit.
- Tajfel, H. & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In: S. Worchel & W.G. Austin (Hrsg.). *Psychology of intergroup relations* (S. 7-24). Chicago: Nelson-Hall.
- Wicki, M., Rohrbach, W., Stucki, S. & Annaheim, B. (2011). *Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» bei Jugendlichen – Breitensport und Talents* (Forschungsbericht Nr. 60). Lausanne: Sucht Info Schweiz.
- Wicki, M., Stucki, S. & Marmet, S. (2015). *Evaluation des Präventionsprogramms «cool and clean» Teilstudie 1A - Wirkung von «cool and clean» bei sportlich aktiven Jugendlichen im Breitensport* (Forschungsbericht Nr. 76). Lausanne: Sucht Schweiz.
- Widmer, T., Landert, C. & Bachmann, N. (2000). *Evaluations-Standards der Schweizerischen Evaluationsgesellschaft (SEVAL-Standards)*. Abgerufen am 4. Februar 2013: [http://www.seval.ch/de/documents/seval\\_Standards\\_2001\\_dt.pdf](http://www.seval.ch/de/documents/seval_Standards_2001_dt.pdf) .
- World Medical Association (2008). *World Medical Association declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects* (amended by the 59<sup>th</sup> WMA General Assembly, Seoul, October 2008). Ferney-Voltaire: WMA World Medical Association (WMA).
- Zink, K. J., Schmidt, A., Bäuerle & Bäuerle, T. (1997). *Train-the-Trainer-Konzepte: Arbeitsmaterialien zur Vermittlung von Qualitätswissen*. Berlin: Springer.

## 7 Anhang

## 7.1 Stichprobe

Tabelle A1 Bei «cool and clean» angemeldete Teams und angestrebte Stichprobe

| Sportart                           | Anzahl Teams bei<br>«cool and clean» | Anteil Mädchen (in %) |                    | angestrebte<br>Stichprobe |
|------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------|
|                                    |                                      | 10- bis 14-Jährige    | 15- bis 19-Jährige |                           |
| Badminton                          | 34                                   | 55                    | 61                 | 0.4                       |
| Basketball, Streetball             | 46                                   | 25                    | 23                 | 0.5                       |
| Eishockey                          | 245                                  | 7                     | 3                  | 2.6                       |
| Eislaufen                          | 11                                   | 49                    | 80                 | 0.1                       |
| Fitnessstraining, Aerobics         | 7                                    | 80                    | 54                 | 0.1                       |
| Fussball, Streetsoccer             | 317                                  | 30                    | 20                 | 3.4                       |
| Golf                               | 1                                    | ---                   | 10                 | 0.0                       |
| Handball                           | 71                                   | 33                    | 34                 | 0.8                       |
| Inline-Skating, Rollschuhlaufen    | 5                                    | 66                    | 70                 | 0.1                       |
| Jogging, Laufen, Waldlauf          | 12                                   | 55                    | 60                 | 0.1                       |
| Kampfsportarten/Selbstverteidigung | 73                                   | 39                    | 38                 | 0.8                       |
| Kanu, Wildwasserfahren             | 3                                    | ---                   | ---                | 0.0                       |
| Klettern, Bergsteigen              | 8                                    | 45                    | 32                 | 0.1                       |
| Leichtathletik                     | 88                                   | 53                    | 50                 | 0.9                       |
| Radfahren, Mountainbike            | 69                                   | 47                    | 49                 | 0.7                       |
| Reiten, Pferdesport                | 9                                    | 94                    | 90                 | 0.1                       |
| Rudern                             | 7                                    | ---                   | ---                | 0.1                       |
| Schiessen                          | 51                                   | 24                    | 5                  | 0.5                       |
| Schwimmen                          | 62                                   | 52                    | 61                 | 0.7                       |
| Segeln                             | 6                                    | ---                   | ---                | 0.1                       |
| Skifahren (Pisten), Carven         | 34                                   | 49                    | 40                 | 0.4                       |
| Skilanglauf                        | 4                                    | 47                    | 22                 | 0.0                       |
| Snowboard                          | 4                                    | 40                    | 54                 | 0.0                       |
| Squash                             | 9                                    | ---                   | 8                  | 0.1                       |
| Tanzen, Jazztanz                   | 4                                    | 90                    | 89                 | 0.0                       |
| Tauchen                            | 1                                    | ---                   | ---                | 0.0                       |
| Tennis                             | 24                                   | 32                    | 42                 | 0.3                       |
| Tischtennis                        | 18                                   | 20                    | 3                  | 0.2                       |
| Turnen, Gymnastik                  | 269                                  | 69                    | 60                 | 2.9                       |
| Unihockey, Landhockey, Rollhockey  | 169                                  | 19                    | 24                 | 1.8                       |
| Volleyball, Beachvolleyball        | 99                                   | 73                    | 60                 | 1.1                       |
| andere Team- und Spielsportarten   | 48                                   | 42                    | 23                 | 0.5                       |
| andere Ausdauersportarten          | 5                                    | 50                    | 60                 | 0.1                       |
| andere Erlebnissportarten          | 4                                    | 55                    | 38                 | 0.0                       |
| sonstige Sportarten                | 64                                   | 40                    | 26                 | 0.7                       |
| <b>Total</b>                       | <b>1'881</b>                         |                       |                    | <b>20</b>                 |

Anmerkungen: Anzahl Teams bei «cool and clean» = Stand 21. November 2013; Anteil Mädchen = Anteil Mädchen/Frauen in Prozent (Lamprecht, Fischer & Stamm, 2008); --- = der Mädchenanteil wird im Bericht von Lamprecht et al. (2008) aufgrund der Stichprobengrösse nicht berichtet; angestrebte Stichprobe = Anzahl zu befragender Teams (unter der Annahme, dass 20 Teams befragt werden).

## 7.2 Infobrief an die Teamleitenden



Lausanne, im November 2014

*Sehr geehrte/r Frau/Herr NN*

Seit einiger Zeit nehmen Sie mit Ihrem Sportteam "**HIER NAME DES TEAMS EINFÜGEN**" am Programm «cool and clean» teil. Die Forschungsabteilung von Sucht Schweiz hat von Swiss Olympic den Auftrag bekommen, zu untersuchen, wie «cool and clean» in den verschiedenen Teams umgesetzt wird und was die Jugendlichen vom Programm halten. Das Ziel ist es, herauszufinden, inwiefern «cool and clean» für die Jugendlichen und für Sie als Trainer bzw. als Trainerin nützlich ist und wo Verbesserungsmöglichkeiten bestehen.

Im Rahmen dieser Studie würden wir gerne mit den Jugendlichen Ihres «cool and clean»-Teams ein Gruppengespräch führen. Dieses Gespräch dauert etwa 30 bis 40 Minuten und ist streng vertraulich (das heisst, dass nur das Evaluations-Team von Sucht Schweiz Zugang zu den detaillierten Antworten hat und im Forschungsbericht weder Rückschlüsse auf einzelne Personen noch auf ein bestimmtes Team möglich sind). Zu diesem Zweck werden wir uns in den nächsten Tagen telefonisch bei Ihnen melden und Ihnen das weitere Vorgehen erklären. Ihre Adresse wurde per Zufallsverfahren aus einer von Swiss Olympic zur Verfügung gestellten Liste mit allen an «cool and clean» teilnehmenden Teams ausgewählt. Ihre Teilnahme ist sehr wichtig, damit wir ein möglichst vollständiges Bild über die Umsetzung von «cool and clean» in den Teams machen können und somit repräsentative Aussagen zur Verfügung haben.

Ausserdem bekommen alle Jugendliche, die an der Befragung teilnehmen, ein «cool and clean» T-Shirt!

*Wir bedanken uns im Voraus herzlich für Ihre Mitarbeit !!!*

Für weitere Auskünfte steht Ihnen Sucht Schweiz gerne zur Verfügung (☎ 021 321 29 61/66).



Irene Abderhalden  
Direktorin Sucht Schweiz



Matthias Wicki  
Projektleiter Evaluation «cool and clean»

## 7.3 Leitfaden für die Gruppengespräche

### Leitfaden für Gruppengespräche

rot: Ergänzungen, die nach den ersten fünf Gesprächen hinzugefügt wurden.

#### 1. EINLEITUNG

5 min

→ *Wer sind wir / Ziel der Studie / Vorgehen / Auswahl der Jugendlichen / OK für Aufnahme*

*Zuerst ist das ganze Team inkl. Teamleitende anwesend, danach nur noch eine Teilgruppe (ca. 10-12 Jugendliche)*

Vorstellung der Mitarbeitenden von Sucht Schweiz

Sucht Schweiz ist eine Stiftung, die sich für Prävention im Bereich des Substanzkonsums einsetzt und wir haben auch eine Forschungsabteilung.

Ziel der Studie

Im Auftrag von Swiss Olympic besuchen wir einige Teams, die bei «cool and clean» mitmachen. Während eines 30- bis 40-minütigen Gesprächs versuchen wir herauszufinden, welche Bedeutung «cool and clean» im Team hat.

Es geht bei diesem Gespräch nicht darum, euer Wissen zu testen oder wie in einer Prüfung zu schauen, ob ihr die richtigen Antworten kennt. Wir möchten vielmehr erfahren, was ihr über «cool and clean» denkt und was «cool and clean» in eurem Team für eine Rolle spielt.

Uns interessiert v.a. wie ihr das Programm «cool and clean» in eurem Team einsetzt.

Eure Angaben werden wir selbstverständlich nicht einzeln betrachten, das heisst eure Namen werden in den Auswertungen nicht auftauchen. Auch euer Team bleibt anonym.

Als Dank fürs Mitmachen erhält jeder/jede von euch ein «cool and clean»-T-Shirt.

Für die späteren Auswertungen und da wir keine Zeit haben, eure Antworten jetzt schriftlich festzuhalten, werden wir die Gespräche aufnehmen. Ist das OK für euch? / Ist es für euch in OK, wenn ich das Gespräch aufnehmen? Während ich mit euch spreche kann ich nicht gut gleichzeitig eure Antworten notieren.

#### 2. EINSTIEG: DAS PROGRAMM «cool and clean»

3 min

→ *Bekanntheit von «cool and clean», freie Assoziationen, allgemeine Einstellung (noch bevor über Details des Programms und dessen Umsetzung diskutiert wird)*

Kennt ihr alle «cool and clean»?

Was kommt euch in den Sinn, wenn ihr «cool and clean» hört?

→ *Was sind aus eurer Sicht die Ziele von «cool and clean»?*

→ *Um was geht es aus eurer Sicht bei «cool and clean»? [zentrale Elemente]*

Was haltet ihr von «cool and clean»?

**3. INTERVENTION** **7 min**

→ *Einstellung und Wahrnehmung der Umsetzung von «cool and clean» d.h. bei welchen Gelegenheiten kommen die Jugendlichen mit «cool and clean» in Kontakt. Falls die Commitments bereits hier erwähnt werden, sollen die Jugendlichen darauf aufmerksam gemacht werden, dass man später auf dieses Thema zurückkommen wird. An dieser Stelle sollen zuerst die verschiedenen Interventionen diskutiert werden.*

Einstieg

Wenn möglich keine der unten stehenden Themenbereiche erwähnen.

Falls die Themenbereiche von den Jugendlichen nicht angesprochen werden: nachfragen.

Euer Team ist ja bei «cool and clean» dabei. Könnt ihr uns sagen, was ihr in eurem Team im Rahmen von «cool and clean» macht?

1) **Commitments**

Auf die Commitments kommen wir dann später nochmals zurück. Gibt es noch andere Sachen, die euer Team im Rahmen von «cool and clean» gemacht hat?

2) **Spielformen** (falls nicht spontan erwähnt)

Habt ihr im Team auch schon die «cool and clean» Spielformen / «cool and clean»-Spiele durchgeführt?

*falls „NEIN“: ein Beispiel zeigen*

*"Gedopte Nummerstafette" («cool and clean» DVD)*

Könnt ihr euch daran erinnern, solche Spiele zu den Commitments gemacht zu haben?

*falls „NEIN“*

Würde es euch interessieren, solche Spielformen im Training zu machen?

*falls „JA“*

Wie häufig habt ihr solche Spiele gemacht?

Was haltet ihr von diesen Spielen?

→ Machen die Spiele Spass?

→ Findet ihr sie nützlich?

Könnt ihr euch erinnern, zu welchen Commitments ihr Spiele gemacht habt?

Und nachdem ihr die Spiele gemacht habt, habt ihr zusammen diskutiert was das Spiel bedeutet?

Was könnte man an diesen Spielen verbessern? Sind sie in eurer Sportart überhaupt anwendbar?

3) **Infomaterial** (falls nicht spontan)

Von «cool and clean» gibt es zudem auch verschiedene Informations- und Arbeitsmaterialien. Habt ihr die schon einmal gesehen oder angeschaut?

Welche Infomaterialien kennt ihr, die von «cool and clean» zur Verfügung gestellt werden?

Wie findet ihr XX... / diese Informationsmaterialien?

**Infolyer** («Aggressivität», «Alkohol mit Mass», «Antidoping – KEINE AUSREDEN!», «Die hässliche Seite des Snuskonsums», «Doping ist nicht nur EPO», «Doping, schleichende Gefahr», «Drink with Respect», «Regeln», «Snus: Hände weg», «Tabak», «Vorbild sein»)

**Informationsbroschüre** über «cool and clean» für Leitende und Jugendliche.

**Plakat Jugendsport**

**Didaktisches Material** "SMART-Booklet" zum 1. Commitment (spezifisch, messbar, akzeptiert, realistisch, terminiert)

**Unterschriftenplakat Jugendsport**

**Unterschriftenkarten**

**Internetseite / Facebook**

4) **Geschichtenkarten** (falls nicht spontan)

Kennt ihr die «cool and clean»-Geschichtenkarten?

falls unbekannt:  
Geschichtenkarten kurz erklären.

Was haltet ihr von den Geschichtenkarten zu den Commitments?

Die Sportgeschichten schildern eindruckliche Situationen von Spitzensportlern an Olympischen Spielen oder anderen grossen Wettkämpfen. Jede Geschichte nimmt Bezug auf eines der «cool and clean»-Commitments.

5) **Einzel- / Gruppengespräche**

Besprecht ihr manchmal gemeinsam die Commitments oder andere Themen im Zusammenhang mit «cool and clean»?

Hat der Teamleitende mit Einzelnen von euch über «cool and clean» gesprochen? Bei welchen Gelegenheiten war dies der Fall?

Am Ende dieses Frageblocks:

**Häufigkeit pro Jahr** Wie wir gesehen haben, gibt es verschiedene «cool and clean»-Aktivitäten, so wie zum Beispiel Gruppendiskussionen zu den verschiedenen Commitments.  
Es gibt Teams, die regelmässig etwas zu «cool and clean» machen und andere, die ein paar Mal pro Saison intensivere Themenblöcke zu «cool and clean» machen. Welche Variante zieht ihr vor?  
> Warum?

**Subjektive Wirkung von «cool and clean»** Habt ihr das Gefühl, dass «cool and clean» euer Verhalten beeinflusst?  
> Wie? Wieso?  
Viele Sportstätten unter freiem Himmel, z.B. Fussballplätze oder Fussballstadien, sind inzwischen rauchfrei geworden. Hat das einen Einfluss auf euer Verhalten?

**4. NEUANMELDUNGEN, EINFÜHRUNG UND FLUKTUATION 5 min**

→ Weshalb machen die Teams bei «cool and clean» mit? Wer hat die Entscheidung getroffen, dass das Team bei «cool and clean» mitmachen soll? Wie verlief die Einführung zu «cool and clean»? Gibt es im Team während der Saison Fluktuation? Falls ja: Wie werden die neuen Teammitglieder über «cool and clean» informiert?

Als ihr neu in dieses Team gekommen seid, ist da das Team schon bei «cool and clean» dabei gewesen?

NEIN → Neuanmeldung  
JA → Fluktuation

**Neuanmeldung** Wie ist es dazu gekommen, dass euer Team bei «cool and clean» mitmacht?  
> Wer hat das entschieden?

→ selber oder als Team entschieden Wieso wolltet ihr bei «cool and clean» mitmachen?:

→ von Trainerin, Trainer Was denkt ihr, weshalb wollte eure Trainerin, euer Trainer, dass ihr bei «cool and clean» mitmacht? Hat sich eure Trainerin, euer Trainer dafür interessiert, dass das Team bei «cool and clean» mitmacht?  
Und nach der Anmeldung, was habt ihr da gemacht?  
> Gab es eine Einführung zu «cool and clean»?

**Fluktuation** Wie habt ihr erfahren, dass ihr bzw. euer ganzes Team bei «cool and

clean» mitmacht?

Wie ist das, wenn neue Jugendliche ins Team kommen: Macht der, die Leitende eine Einführung für alle? Oder nur für diese Jugendlichen?

Für diejenigen, die neu ins Team gekommen sind, war für euch von Anfang an klar, dass dies ein «cool and clean»-Team ist? Wie lange hat das gedauert? Woran habt ihr es gemerkt?

**Habt ihr nachträglich die «cool and clean» Commitments unterschrieben?**

Seid ihr schon vorher einmal in einem anderen «cool and clean»-Team dabei gewesen?

#### 5. «cool and clean» ALS IDENTITÄT

4 min

→ Wird «cool and clean» als Marke wahrgenommen bzw. hat es eine identitätsstiftende Funktion? Was bedeutet es für die Jugendlichen, bei «cool and clean» dabei zu sein?

Kommt es vor, dass ihr mit anderen - zum Beispiel mit Kolleginnen, Kollegen oder mit der Familie über «cool and clean» sprecht?

Kennt ihr andere Teams in der Schweiz oder in eurer Region, die bei «cool and clean» dabei sind?

Einige der Jugendlichen haben bereits eine «cool and clean»-Nylon-Bag/Rucksäckli oder ein T-Shirt. Spätestens als Dank für die Teilnahme am Gruppengespräch werden sie ein «cool and clean»-T-Shirt erhalten.

Wahrscheinlich habt ihr bereits einen «cool and clean»-Nylon-Bag (kleiner Rucksack) erhalten und als Dank fürs Mitmachen an diesem Gespräch werdet ihr ein «cool and clean» T-Shirt erhalten. Braucht ihr den Nylon-Bag gerne? Zieht ihr gerne das «cool and clean»-T-Shirt an?

**Seid ihr stolz das T-Shirt/den Nylon-Bag mit dem «cool and clean» Logo zu zeigen?**

Wie wichtig ist es für euch, bei «cool and clean» dabei zu sein?

→ Seid ihr gerne dabei?

**6. TEAMKOHÄSION** **3 min**

→ ein zentraler protektiver Faktor

Jetzt eine Frage zu eurem Team. Es gibt Teams, in welchen sich die Mitglieder eigentlich nur während dem Training oder Match sehen. Ander verbringen auch sonst noch Freizeit zusammen, z.B. gehen sie zusammen eins trinken oder haben sonst noch gemeinsame Hobbies. Wie sieht es bei euch persönlich aus?

Kommt es vor, dass der, die Teamleitende manchmal bei Aktivitäten ausserhalb des Trainings auch dabei ist?

Wie gut ist die Stimmung im Team?

**7. COMMITMENTS** **5 min**

→ Bedeutung, Interpretation, Einstellung, Einhaltung

Wie bekannt sind die Commitments? Was halten die Jugendlichen von jedem einzelnen der Commitments? Sind die Commitments schwierig einzuhalten? Was würde den Jugendlichen helfen, die Commitments (noch) besser einzuhalten?

Wie wir bereits vorher kurz angesprochen haben, sind die Commitments ein wichtiger Teil von «cool and clean». Welche Commitments kommen euch ganz spontan in den Sinn?

Commitments, die nicht genannt werden, kurz erwähnen / alle Commitments in ausgedruckter Form präsentieren

Was haltet ihr von diesen Commitments?

Wurden die Commitments im Rahmen des Trainings thematisiert?  
 > Wenn ja: wie häufig?  
 > In welchem Kontext? (Spielform, Einführung, Übung, Flyer, Arbeitsblätter, ...)

Habt ihr die Commitments unterschrieben?  
 > Oder wie habt ihr ausgedrückt, dass ihr die Commitments einhalten möchtet?

Zu den Commitments betreffend Tabak und Alkohol die folgenden Vertiefungsfragen stellen (ausser wenn die Frage schon vorher beantwortet wurde):

Ist es für euch klar, was mit dem Commitment gemeint ist, welche Ziele es beinhaltet?

Was haltet ihr von diesem Commitment?

Ist es für euch schwierig, dieses Commitment einzuhalten? *Wenn ja:*  
Warum? Was würde die Einhaltung erleichtern?

|   |  |
|---|--|
| <b>Tabak:</b>   | Inwiefern unterstützt euch «cool and clean» beim Nichtrauchen oder bei einem Rauchstopp?   |
| <b>Alkohol:</b>   | Und wie ist es bei Abstinenz bzw. „verantwortungsvollem“ Konsum von Alkohol?<br>> Ist es klar was mit "verantwortungsvoll" gemeint ist?                                      |
|   | Wenn ihr euch nicht an die Commitments haltet, erfährt dies der, die Teamleitende? Spricht er, sie euch darauf an? Erwähnt er, sie dabei die (unterschriebenen) Commitments? |
| Am Anfang Teamleitende fragen, ob neue Commitments verwendet werden. Falls Ja:<br>d.h. keine Nulltoleranz sondern sorgfältiger Umgang | Findet ihr die Commitments zu den Suchtmitteln (nun besser) verständlich?  |
| <b>Zum 5. bzw.6. Commitment</b>   | Habt ihr ein eigenes Commitment formuliert?  |
| Wenn Ja:  | Wie kam es zustande?   |
| Wenn Nein:  | Wieso kam es nicht zustande?   |

## 8. ENDE

3 min

→ Kontaktangaben für Rückfragen, T-Shirt-Bestellung, Dank

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Abschlussfrage           | Welche Verbesserungsvorschläge oder Wünsche habt ihr an die Adresse von Swiss Olympic bzw. das Programm «cool and clean»?   |
| <b>Kontakt</b>           | <b>Bisher werden die Jugendlichen nicht direkt von «cool and clean» kontaktiert, alle Kontakte erfolgen über den, die Teamleitende. Würden die Jugendlichen wünschen, von «cool and clean» kontaktiert zu werden?</b><br>→ Falls JA:<br>a) Wie? z.B. E-Mail, Applikation, Post, SMS, tweet ??? <i>(nicht vorlesen, aber evtl. nachfragen, falls keine Antwort kommt)</i><br>b) Über welche Inhalte? z.B. Informationen zu den Commitments, kurze Anekdoten (wie auf den Geschichtenkarten), Wettbewerb, ... <i>(nicht vorlesen, aber evtl. nachfragen, falls keine Antwort kommt)</i> |
| Alter auf Liste notieren |   |
| Dank / T-Shirt           |   |

### Befragung der Teamleitenden

#### FRAGEBOGEN

5-10 min

→ Der schriftliche Fragebogen wird zusammen mit einem Info-Brief (bzw. Bestätigung des Termins der Gruppengespräche) an die Teamleitenden verschickt. Die Teamleitenden können ihn aber auch während des Gruppengesprächs oder im Anschluss daran ausfüllen.

*Darüber hinaus: Fragen während des Besuchs / Telefongesprächs*

Anwendbarkeit der Spielformen

Haben Sie die «cool and clean» Spielformen bereits verwendet? Wie finden Sie sie? Wie gut sind sie für ihr Team bzw. ihre Sportart anwendbar? Wünsche/Verbesserungsvorschläge?

Falls die Spielformen nicht oft verwendet werden:

> *Wie vermitteln die Teamleitenden die Inhalte von «cool and clean» an die Jugendlichen?*

> *Welches sind die Gründe, dass die Spielformen nicht häufiger umgesetzt werden?*

> *Welches sind die Gründe, dass «cool and clean» nicht häufiger explizit erwähnt wird?*

> *Welches sind die Gründe, dass nicht häufiger Einzel-/Gruppengespräche geführt werden?*

Informations- und Arbeitsmaterial

Wie finden Sie die Informations- und Arbeitsmaterialien von «cool and clean»? Sind sie nützlich? Sind sie für Ihr Team bzw. Ihre Sportart relevant? Wünsche/Verbesserungsvorschläge?

Programm «cool and clean»

Wünsche/Verbesserungsvorschläge?

## 7.4 Schriftlicher Fragebogen für die Teamleitenden

# Liebe Sport-Leitende

Besten Dank, dass Sie sich bereit erklärt haben, mit ihrem Team an einer wissenschaftlichen Studie zum Gesundheitsverhalten von Sport treibenden Jugendlichen teilzunehmen. Wir möchten die Gelegenheit nutzen, auch Ihnen ein paar Fragen zum Team und zur Umsetzung von «cool and clean» zu stellen. Das Ausfüllen des Fragebogens sollte nicht mehr als 5-10 Minuten beanspruchen.

**Die Befragung ist streng vertraulich.** Nur das Evaluations-Team von Sucht Schweiz hat Zugang zu Ihren Antworten - weder Ihr Team noch Swiss Olympic werden Ihre Antworten sehen.

Bei der Befragung geht es nicht um richtige oder falsche Antworten oder darum, Sie als Trainerin/ als Trainer zu bewerten. Vielmehr möchten wir erfahren, wie das Programm «cool and clean» in ihrem Team umgesetzt wird.

Überlegen Sie nicht lange und kreuzen die Antwort an, die am besten auf Sie zutrifft. Wenn Sie eine Frage nicht beantworten möchten, können Sie sie überspringen.

Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!

**BITTE DENKEN SIE BEI DER BEANTWORTUNG DER FOLGENDEN FRAGEN AN DAS TEAM, DAS AN DER GRUPPENDISKUSSION TEILNIMMT.**

**1. Wie viele Jugendliche im Alter von 10-20 Jahren gehören insgesamt zum Team, das an der Gruppendiskussion teilnimmt?**

zum Team gehören ..... Sportlerinnen ..... Sportler

**2. Wie viele von diesen Jugendlichen sind normalerweise bei einem Training anwesend?**

anwesend sind normalerweise ..... Sportlerinnen ..... Sportler

**3. Wie häufig trainieren Sie mit diesem Team?**

..... Mal pro Monat

**4. Seit wann ist dieses Team bei «cool and clean» angemeldet?**

Monat ..... Jahr .....

**DENKEN SIE BITTE BEI DEN FOLGENDEN FRAGEN AN DIE LETZTEN 15 MAL, AN DENEN SIE MIT IHREM TEAM, DAS AM GRUPPENGESPRÄCH TEILNIMMT, TRAINIERT HABEN.**

**5. Wie oft haben Sie während der letzten 15 Trainings die «cool and clean»-Spielformen eingesetzt?**

| Spielformen<br>zum Themenbereich .... | Ein Kreuz pro Zeile      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                       | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        |
|                                       | nie                      | 1 Mal                    | 2 Mal                    | 3 Mal                    | 4 Mal                    | 5-6<br>Mal               | 7-9<br>Mal               | 10-15<br>Mal             |
| <sup>z1</sup> Ziele erreichen .....   | <input type="checkbox"/> |
| <sup>z2</sup> Fair-Play .....         | <input type="checkbox"/> |
| <sup>z3</sup> Doping .....            | <input type="checkbox"/> |
| <sup>z4</sup> Tabak/Cannabis.....     | <input type="checkbox"/> |
| <sup>z5</sup> Alkohol.....            | <input type="checkbox"/> |

**6. Falls Sie die Spielformen nicht regelmässig eingesetzt haben, welches sind die Gründe dafür? (Mehrere Kreuze möglich)**

- z1  Die Jugendlichen interessieren sich nicht dafür
- z2  Ich vermittele die Inhalte der Commitments lieber auf eine andere Weise
- z3  Die Spielformen lassen sich in unserer Sportart nicht gut anwenden
- z4  Ich denke, dass die Spielformen für die Jugendlichen nicht sehr lehrreich sind
- z5  Ich finde die vorgeschlagenen Spielformen nicht interessant
- z6  anderes: .....

**7. Während der letzten 15 Trainings: Abgesehen von den Spielformen, wie oft haben Sie mit dem Team über die Themenbereiche der «cool and clean» Commitments gesprochen? (z.B. offene Diskussionen, Informations-Broschüren, «cool and clean»-Geschichtenkarten, etc.)**

|                        |                       | Ein Kreuz pro Zeile      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                        |                       | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        |
| Zum Themenbereich .... |                       | nie                      | 1 Mal                    | 2 Mal                    | 3 Mal                    | 4 Mal                    | 5-6 Mal                  | 7-9 Mal                  | 10-15 Mal                |
| z1                     | Ziele erreichen ..... | <input type="checkbox"/> |
| z2                     | Fair-Play.....        | <input type="checkbox"/> |
| z3                     | Doping.....           | <input type="checkbox"/> |
| z4                     | Tabak/Cannabis .....  | <input type="checkbox"/> |
| z5                     | Alkohol .....         | <input type="checkbox"/> |

**8. Während der letzten 15 Trainings: Wie oft haben Sie gezielt mit einzelnen Jugendlichen über die Themenbereiche der «cool and clean» Commitments gesprochen? z.B. wegen einer Frage oder nach einem Vorfall**

| Zum Themenbereich ....   | Ein Kreuz pro Zeile      |                          |                          |                          |                          |                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                          | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | 6                        | 7                        | 8                        |
|                          | nie                      | 1 Mal                    | 2 Mal                    | 3 Mal                    | 4 Mal                    | 5-6 Mal                  | 7-9 Mal                  | 10-15 Mal                |
| z1 Ziele erreichen ..... | <input type="checkbox"/> |
| z2 Fair-Play .....       | <input type="checkbox"/> |
| z3 Doping .....          | <input type="checkbox"/> |
| z4 Tabak/Cannabis.....   | <input type="checkbox"/> |
| z5 Alkohol.....          | <input type="checkbox"/> |

**AUCH BEI DEN FOLGENDEN FRAGEN GEHT ES UM DAS TEAM, DAS AM GRUPPENGESPRÄCH TEILNIMMT.**

**9. Jedes Team hat ganz unterschiedliche Stärken und Schwächen. Während einige Commitments bereits sehr gut verstanden und eingehalten werden, besteht bei anderen Commitments noch Handlungsbedarf**

**Wie gross schätzen Sie den Handlungsbedarf bei dem Team ein, das an den Gruppengesprächen teilnimmt?**

| Der Handlungsbedarf im Themenbereich ... | Ein Kreuz pro Zeile      |                          |                          |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|  | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        |
|  | ist gering               |                          |                          |                          | ist gross                |
| z1 Ziele erreichen .....                 | <input type="checkbox"/> |
| z2 Fair-Play .....                       | <input type="checkbox"/> |
| z3 Doping .....                          | <input type="checkbox"/> |
| z4 Tabak/Cannabis.....                   | <input type="checkbox"/> |
| z5 Alkohol.....                          | <input type="checkbox"/> |

**10. Um die Themenbereiche von «cool and clean» zu vertiefen, gibt es verschiedenen Informations- und Arbeitsmaterialien.**

**Haben Sie diese in der aktuellen Saison verwendet?**

| Mehrere Kreuze möglich |                                    |                            |                               |
|------------------------|------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| A                      | B                                  | C                          | D                             |
| nein                   | für mich<br>gelesen/<br>angeschaut | an das<br>Team<br>verteilt | mit dem<br>Team<br>besprochen |

Im Themenbereich von ...

- z1 **Ziele erreichen** (das SMART-Booklet, sich "spezifische, messbare, ausführbar, relevant und trennierte Ziele" setzen).....  .....  .....  .....  .....
- z2 **Fairplay** (Infolyer) .....  .....  .....  .....  .....
- z3 **Doping** (Infolyer).....  .....  .....  .....  .....
- z4 **Tabak** (Infolyer).....  .....  .....  .....  .....
- z5 **Snus** (Infolyer) .....  .....  .....  .....  .....
- z6 **Alkohol** (Infolyer) .....  .....  .....  .....  .....
- z7 **Programm «cool and clean»** (Informationsbroschüre) .....  .....  .....  .....  .....
- z8 «cool and clean»-**Gesellschaftsspiele** (z.B. «Rote Karte Spiel», «Twins») .....  .....  .....  .....  .....
- z9 **Geschichtenkarten** .....  .....  .....  .....  .....
- z10 **E-Learning-Module**.....  .....  .....  .....  .....
- z11 **«cool and clean»-DVD**.....  .....  .....  .....  .....

**11. Die Commitments sind ein wichtiger Aspekt von «cool and clean». Wie drücken die Jugendlichen in dem Team aus, dass sie die Commitments einhalten wollen? (Mehrere Kreuze möglich)**

- z1  Es gibt diesbezüglich keine besonderen Aktivitäten.
- z2  Die Jugendlichen sagen, dass sie mit den Commitments einverstanden sind.
- z3  Die Jugendlichen unterschreiben die Unterschriftenkarte/Poster.
- z4  Wir veranstalten eine kleine Zeremonie ("Taufe").
- z5  anderes: .....  
..... 

**12. Im Juni 2014 wurde das Commitment zum Substanzkonsum überarbeitet und in zwei Commitments aufgeteilt. Während der Übergangsfrist bis Sommer 2015 werden alle Teams auf die überarbeitete Version mit sechs statt fünf Commitments umstellen.**

**Welche Version verwenden Sie zurzeit in Ihrem Team?**

**Version mit fünf Commitments**

1. Ich will meine Ziele erreichen!
2. Ich verhalte mich fair!
3. Ich leiste ohne Doping!
4. **Ich verzichte auf Tabak und Cannabis und trinke Alkohol, wenn überhaupt, verantwortungsbewusst!**
5. Ich ...! / Wir ...! (*eigenes Commitment*)

**Version mit sechs Commitments**

1. Ich will meine Ziele erreichen!
2. Ich verhalte mich fair!
3. Ich leiste ohne Doping!
4. **Ich verzichte auf Tabak!**
5. **Ich verzichte auf Alkohol! (*für <16-Jährige*); Wenn ich Alkohol trinke, dann ohne mir und anderen zu schaden! (*für ≥16-Jährige*)**
6. Ich ...! / Wir ...! (*eigenes Commitment*)

<sup>1</sup>  Ich verwende die Version mit fünf Commitments.

<sup>2</sup>  Ich verwende die überarbeitete Version mit sechs Commitments.

**13. Hat das Team ein eigenes, selbst-formuliertes Commitment?**

- <sup>1</sup>  nein
- <sup>2</sup>  ja, es lautet: .....
- ..... 

**14. Im Verlauf der Zeit verändert sich die Zusammensetzung eines Team. Wie viele Jugendliche kommen während der Spielsaison neu ins Team?**

- <sup>1</sup>  niemand, das Team wird jeweils anfangs Saison neu zusammengestellt
- <sup>2</sup>  1 bis 4 Jugendliche
- <sup>3</sup>  5 bis 8 Jugendliche
- <sup>4</sup>  9 oder mehr Jugendliche
- <sup>z5</sup>  anderes: .....
- ..... 

**15. Die Einführung zum Programm «cool and clean» wird in verschiedenen Teams unterschiedlich gestaltet. Welche der folgenden Beschreibung trifft am besten auf die Situation in Ihrem Team zu:**

- 1  Das Team ist schon lange bei «cool and clean» dabei, Anfang der Saison brauchte das Team keine Einführung.
- 2  Anfang der Saison gab es eine Einführung und das Programm «cool and clean» wurde erklärt.
- 3  Das Programm «cool and clean» wurde im Verlauf der Saison eingeführt und mehrmals erklärt.
- 4  anderes: .....

**16. Welche der folgenden Aussagen beschreibt am besten Ihr Vorgehen, wenn Jugendliche während der Saison ins Team kommen.**

- 1  Während der Saison kommen keine Jugendlichen neu dazu.
- 2  Die Jugendlichen brauchen keine spezielle Einführung zu «cool and clean», was das Programm bedeutet, lernen sie von den anderen Teammitglieder.
- 3  Den Jugendlichen, die neu ins Team kommen, wird das Programm «cool and clean» erklärt.
- 4  Das Programm «cool and clean» wird sowieso mehrmals pro Saison erklärt. Wenn Jugendliche neu hinzukommen, brauchen sie keine spezielle Einführung.
- 5  anderes: .....

**DIE LETZE FRAGE BEZIEHT SICH ALLGEMEIN AUF IHRE TÄTIGKEIT ALS TRAINERIN BZW. ALS TRAINER.**

**17. Wann hatten Sie zum ersten Mal ein Team bei «cool and clean» angemeldet?**

Monat ..... Jahr .....

**So, jetzt wäre es geschafft!**

Haben Sie Bemerkungen zu dieser Befragung?

.....

.....

.....

.....

*Wir danken Ihnen sehr  
für die Teilnahme an unserer Studie!*

