

# Be smart - don't start

Der Wettbewerb für rauchfreie Schulklassen  
Stufe 3: Effektivität nachgewiesen

## Programminformationen

---

### Ziel

Das Thema „Nichtrauchen“ in die Schulen zu bringen und attraktiv für Schülerinnen und Schüler zu machen. Schülern soll ein Anreiz gegeben werden, gar nicht erst mit dem Rauchen anzufangen:

- Verzögerung bzw. Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen;
- Motivierung zur Reduktion und Einstellung des Konsums bei Schülern, die bereits mit dem Rauchen experimentieren;
- Durchführung begleitender gesundheitsfördernder Maßnahmen.

### Zielgruppe

Klassen der Klassenstufen sechs bis acht, in denen noch nicht geraucht wird oder nur wenige Schüler rauchen. Der Wettbewerb kann auch bereits in der fünften Klasse durchgeführt werden, wenn Rauchen schon ein Thema in der Klasse ist, ältere Klassen können teilnehmen, wenn sie keine oder nur wenige rauchende Schülerinnen oder Schüler haben. Wenn in der Klasse bereits mehr als 10% der Schülerinnen und Schüler regelmäßig rauchen, ist von einer Teilnahme abzuraten.

### Methode

Unmittelbar nach den Sommerferien werden Informationsmaterialien zu **Be Smart** (u.a. ein Faltblatt für Lehrkräfte mit angehängter Postkarte für die Anmeldung) in alle Bundesländer versandt. Klassen, die am Wettbewerb teilnehmen möchten, müssen von ihrer Lehrkraft bei der Wettbewerbszentrale angemeldet werden. Die Schülerinnen und Schüler der Klasse entscheiden selbst, ob sie an dem Wettbewerb teilnehmen möchten. In anonymer oder offener Abstimmung müssen sich mindestens 90% der Schülerinnen und Schüler dafür aussprechen. Nach Anmeldung der Klasse durch eine Lehrkraft werden die notwendigen Materialien zur Durchführung des Wettbewerbs zugeschickt.

Die Schüler unterschreiben einen Vertrag, in dem sie sich verpflichten, in der Zeit vom November bis April des laufenden Schuljahres nicht zu rauchen. Sie geben einmal wöchentlich an, ob sie geraucht haben oder nicht. Wenn mehr als 10% der Schülerinnen und Schüler einer Klasse rauchen, scheidet die Klasse aus dem Wettbewerb aus. Am Ende jedes Monats sendet die Klasse eine Postkarte an die Wettbewerbsleitung oder meldet sich online zurück, um zu bestätigen, dass sie noch im Rennen ist. Eine regelmäßige Rückmeldung der Klassen ist Voraussetzung für die Teilnahme an den Gewinnziehungen am Ende des Wettbewerbs.

Alle Klassen, die während der gesamten Wettbewerbsdauer rauchfrei sind, erhalten für die erfolgreiche Teilnahme ein Klassenzertifikat. Als Hauptpreis des Wettbewerbs wird eine Klassenreise vergeben. Darüber hinaus vergeben einzelne Bundesländer Geld- und Sachpreise. In vielen Bundesländern gibt es außerdem Sonderpreise für Klassen, die eine besonders kreative Aktion durchgeführt haben. Unter Schulklassen, die sich zum wiederholten Male zum Wettbewerb anmelden, werden zusätzliche Preise ausgelost.

### Material / Instrumente

Faltblatt für Lehrkräfte mit angehängter Postkarte für die Anmeldung,  
Aktionsmappe für die Klasse,  
Informationsmaterial für die Eltern.

### Programmbeschreibung

[www.besmart.info](http://www.besmart.info)

### Ansprechpartner

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gGmbH (IFT-Nord)  
Sabine Jastrob, Dr. Barbara Isensee, Prof. Dr. Reiner Hanewinkel  
Harmsstraße 2, 24114 Kiel  
Tel.: (0431) 5 70 29 70, Fax: (0431) 5 70 29 29  
E-Mail: [besmart@ift-nord.de](mailto:besmart@ift-nord.de)

### Evaluation

Isensee, B., Morgenstern, M., Stoolmiller, M., Maruska, K., Sargent, J.D., Hanewinkel, R. (2012) Effects of Smokefree Class Competition 1 year after the end of intervention: a cluster randomized controlled trial. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 66: 334 - 341.

Isensee, B., Hanewinkel, R., (2012) Meta-Analysis on the Effects of the Smoke-Free Class Competition on Smoking Prevention in Adolescents. *European Addiction Research*, 18: 110 - 115.

Das Programm wurde am 09.03.2012 in die Datenbank eingestellt und zuletzt am 08.05.2014 geändert.

**Kommentar der Programm-Verantwortlichen (2012-03-19)**

Änderungsvorschläge zur Beschreibung der Ziele, der Zielgruppe und der Methode eingefügt,

Literaturangaben ergänzt.

## Umsetzung und Evaluation

---

### Evaluation

veröffentlicht

**Evaluationsmethode und Ergebnisse**

Experimentelles Design mit Prä-, Post- und 2 Follow-up-Messungen (5 und 12 Monate nach dem Wettbewerb) an 84 Schulen in Sachsen-Anhalt mit 3440 (baseline) bzw 2159 (alle vier Messungen) Schülern.

Schüler der Interventionsgruppe, die bei der baseline-Messung nur gelegentlichen Tabakkonsum angaben, rauchten nach der Teilnahme an dem Wettbewerb seltener als nicht-teilnehmende Schüler. Die Teilnehmer entwickelten sich auch seltener von "probierend" zu "regelmäßig" rauchend.

**Konzeptqualität**

Kriterien sind erfüllt

**Evaluationsergebnisse**

überwiegend positiv

**Evaluationsniveau und Beweiskraft**

5 Sterne, starke Beweiskraft

**Aufwand**

mit (€) gekennzeichnete Posten erfordern finanzielle Leistungen an Externe

geringfügig (Betreuung des Wettbewerbs in der Klasse durch die Lehrkräfte)

**erforderliche Kooperationspartner**

IFT-Nord in Kiel, Lehrkräfte, Schüler

**Zeit bis zu erwartbaren Auswirkungen auf Risiko- bzw. Schutzfaktoren**

kurzfristig (bis 1 Jahr)

## Erfahrungen mit dem Programm

---

**Programm probiert in**

Europaweit, in Deutschland seit dem Schuljahr 1997 / 98

**Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.**

Die Initiative

Xchange Prevention Registry

## Suchzugänge

---

### Problemverhalten

Alkohol- und Drogenmissbrauch

### Risikofaktoren

#### Kinder / Jugendliche

Umgang mit Freunden mit Problemverhalten: Alkohol- und Drogenkonsum

Anerkennung von Peers für Problemverhalten

früher Beginn des Problemverhaltens: Alkohol- und Drogenkonsum

zustimmende Haltungen zum Problemverhalten: Alkohol- und Drogenkonsum

### Schutzfaktoren

#### Kinder / Jugendliche

Interaktion mit pro-sozialen Peers

#### Schule

Gelegenheiten zur pro-sozialen Mitwirkung

Anerkennung für die pro-soziale Mitwirkung

### Programmtyp

universell

### Institutionen

Schule

### Geschlecht

beide

### Alter der Zielgruppe

11

12

13

14