

Rauchfrei jetzt!

Ein Leitfaden für die Kurzintervention bei rauchenden Schülern

Kurzdarstellung

Eine Tabakabhängigkeit entwickelt sich nach dem Einstieg in den Konsum relativ rasch (DiFranza et al. 2007). Schülerinnen und Schüler, die mit dem Rauchen begonnen haben, unterschätzen häufig das Suchtpotential des Tabakkonsums.

Die meisten Lehrpersonen und schulischen Sozialarbeiter/-innen sind sehr besorgt, wenn Sie wahrnehmen, dass ihre Schüler/-innen mit dem Rauchen beginnen. Viele würden gerne etwas tun, um die Entwicklung einer Sucht zu verhindern und um gesundheitlichen Schaden von den Jugendlichen abzuwenden (vgl. Morgenstern, Herrmann, Hanewinkel 2009). Meist beschränkt sich die Intervention jedoch auf moralischen Druck, der in der Regel für rauchende Jugendliche wenig hilfreich ist.

Es ist davon auszugehen, dass die Bereitschaft zur Intervention und deren Effizienz deutlich wachsen würden, wenn Lehrkräften und Schulsozialarbeitern/-arbeiterinnen im Einzelfall wirksame und gleichzeitig vom Aufwand überschaubare Methoden der Gesprächsführung zur Verfügung stünden. Ein Ansatz stellt die in anderen Handlungsbereichen erfolgreich umgesetzte Methode der Minimal Intervention dar (Glynn & Manley 1989, Fiore et al. 2000, West et al. 2000, Silagy 2000, Schmidt 2001, John et al. 2002).

Das Programm „Rauchfrei jetzt!“ orientiert sich an diesem Konzept. Es befähigt Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter/-innen, einzelne Raucher/-innen zum Ausstieg zu motivieren und beschreibt detailliert Wege, wie der Rauchstopp-Versuch des Schülers/der Schülerin unterstützt werden kann.

In der deutschsprachigen Schweiz wurde diese Maßnahme im Jahre 2013 Gegenstand an 150 Schülern und Schülerinnen aus 14 Schulen erprobt. Diese Studie zeigte folgende Ergebnisse:

- 1. Das Programm „Rauchfrei jetzt!“ erfährt von den durchführenden Personen und von den teilnehmenden Schülern und Schülerinnen eine hohe Akzeptanz.*
- 2. Die Inanspruchnahme unter den Rauchern und Raucherinnen ebenso wie die Haltequote sind hoch, d.h. es gibt kaum Abbrecher.*
- 3. Teilnehmenden Schüler/-innen ebenso wie durchführende Pädagogen und Pädagoginnen schätzen den erforderlichen Aufwand als gering ein.*
- 4. Es werden erwünschte Einstellungsänderungen bei den teilnehmenden Schülern und Schülerinnen erzielt.*
- 5. Die durchschnittliche Anzahl der gerauchten Zigaretten nach der Intervention sinkt bei den teilnehmenden Schülern und Schülerinnen deutlich. Ein hoher Prozentsatz hört mit dem Konsum gänzlich auf.*
- 6. An den meisten durchführenden Schulen wird das Programm strukturell verankert.*

Die Ergebnisse der Studie zeigen also insgesamt die Machbarkeit, Praktikabilität und Effizienz dieser Intervention im schulischen Kontext.

Das Interventionskonzept

Die Intervention besteht aus ein bis drei Gesprächen zwischen einer Lehrperson/ einem Schulsozialarbeiter und einem Schüler/einer Schülerin. Eine Maßnahme im Gruppensetting kann durchgeführt werden, wenn z.B. ein Schüler/eine Schülerin seine Freunde/Freundinnen zum gemeinsamen Ausstieg motiviert.

Das Programm sieht folgende Interventionsschritte vor:

1. Klärung des Konsumstatus und Empfehlung
2. Rauchstopp-Intervention (Ausstiegshilfe) oder
3. Reflexionsangebot

Schülern und Schülerinnen, die mit dem Rauchen aufhören wollen, wird im Klärungsgespräch auf der Grundlage einer Fragebogenerhebung die Teilnahme an der Ausstiegsintervention empfohlen. Ist der Schüler/die Schülerin hierzu bereit, erfolgt eine Ausstiegsintervention. Das Reflexionsangebot wird durchgeführt, wenn sich im Klärungsgespräch herausstellt, dass die Bereitschaft des rauchenden Schülers/der Schülerin noch nicht für einen Ausstiegsversuch ausreicht.

Diejenigen, die in Eigenregie aufhören wollen, erhalten im Klärungsgespräch geeignete Manuale sowie Hinweise auf interaktive Internetprogramme, die den Ausstieg unterstützen.

Die einzelnen Schritte der Intervention sind im Leitfaden „Rauchfrei jetzt!“ detailliert dargelegt. Der Leitfaden besteht aus einer Anleitung für Lehrpersonen und Schulsozialarbeiter/-innen sowie einem Begleitheft für Schüler/-innen, die die Maßnahme in Anspruch nehmen. Das Begleitheft enthält Fragebögen, Übungen und anderes Material, das von den teilnehmenden Schülern und Schülerinnen im Verlaufe der Intervention bearbeitet wird.

Die maximal drei Gespräche sind so konzipiert, dass sie jeweils höchstens 25 Minuten beanspruchen. Eine Änderung der Gesprächstechniken der durchführenden Lehrkräfte/Sozialarbeiter ist nicht erforderlich. Dies trägt wesentlich zur hohen Akzeptanz des Programms „Rauchfrei jetzt!“ unter den durchführenden Pädagogen und Pädagoginnen bei. Sie werden ermutigt, ihre bisherige (authentische) Form der Gesprächsführung beizubehalten und können sich ganz auf den inhaltlichen Ablauf konzentrieren.

Eine Fortbildung im Umfang von einem halben Tag bei Initiierung des Programms ist zu empfehlen.

G. Rakete, 29. Juli 2014