

Schülermentoren-Konzept: Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zur Förderung der rauchfreien Schule

BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Ein Leitfaden für Pädagoginnen und Pädagogen



Hotline:
0 18 05 - 31 31 31*
www.rauch-frei.info

rauch **frei!**



Impressum

Herausgeber: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Projektleitung: BZgA, Referat 1-13 Prävention des Substanzmissbrauchs, Suchtprävention

Dr. Daniel Klein

Autor: Gerd Rakete, Rakete Konzept GbR Berlin

im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Beratung: Britta Meyer-Ahrens, Dipl. Sozialpädagogin, Integrierte Gesamtschule Delmenhorst

Jörg Cadsky, Dipl. Sozial- und Erlebnispädagoge, „Update“ – Fachstelle für Suchtprävention – Kinder-, Jugend-, Elternberatung, Bonn

Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ (LoQ) in Nordrhein-Westfalen (ginko – Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW, Mülheim an der Ruhr)

Litho: mediabunt GmbH, Essen

Druck: Rasch, Bramsche

Auflage: 1.5.05.13

Hinweis:

Diese Broschüre ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Diese Schrift ist kostenlos erhältlich bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln,

Bestell-Nr.: 31600003

www.rauch-frei.info

Vorwort

Im Jahre 2007 wurden erstmals Seminare der BZgA zur Unterstützung der Tabakprävention in Schulen für Schülerinnen und Schüler angeboten. Erfreulich war die beachtliche Nachfrage und das große Interesse der Schülerinnen und Schüler an den Themen „Rauchen“ und „Nichtrauchen“ sowie „Rauchfreie Schule“.

Es zeigte sich, dass ein Großteil der Teilnehmerinnen und Teilnehmer – auch aus Haupt- und Realschulen – das Rauchen, insbesondere das Rauchen in der Schule, als unangenehm und schädlich erlebt und bereit ist, sich für das Nichtrauchen einzusetzen. Das wird auch bestätigt durch die Ergebnisse einer repräsentativen Studie (BZgA 2006a): Fünf von sechs Schülerinnen und Schülern (82 %) votierten für die Rauchfreiheit in ihren Schulen.

Dem steht eine eher skeptische Einschätzung von Lehrkräften gegenüber: In einer Befragung von Lehrkräften, die an Fortbildungen der BZgA im Jahre 2007 teilnahmen, gab nur ein Viertel der Befragten an, dass die Rauchverbote in der Schülerschaft auf Akzeptanz stoßen. Demnach scheinen Lehrkräfte den Widerstand gegen die rauchfreie Schule zu überschätzen. Offenbar orientieren sie sich in ihrem Urteil vorwiegend an den rauchenden Schülerinnen und Schülern. Nichtrauchende Jugendliche bleiben mit ihren Interessen und Einstellungen im schulischen Kontext eher unbemerkt.

Vor diesem Hintergrund ist es notwendig, Strategien zu entwickeln, nicht rauchende Schülerinnen und Schüler stärker in die schulische Tabakprävention einzubeziehen. Das Pilotprojekt der BZgA „Schülermentoren zur Förderung des Nichtrauchens“, das im Schuljahr 2008/2009 durchgeführt wurde, zeigte dafür einen Weg auf. Eine Gruppe von nicht rauchenden Schülerinnen und Schülern wurde für tabakpräventive Aufgaben als „Schülermentoren“ qualifiziert und richtete sich mit einer Vielzahl von Aktionen vor allem an Schülerinnen und Schüler im Einstiegsalter.

Befürchtungen von Kolleginnen und Kollegen, Schülerinnen und Schüler könnten hierbei als Kontrolleure missbraucht und dadurch „verheizt“ werden, haben sich nicht bestätigt. Im Gegenteil: Die überwiegende Mehrheit der beteiligten 149 Schülerinnen und Schüler gab in der Abschlussbefragung an, die Projektarbeit habe Spaß gemacht. Nur wenige berichteten über Widerstände in der Schülerschaft oder im Kollegium. Die Tätigkeit der Mentoren wurde in allen Schulen begrüßt und unterstützt. Die meisten Mentoren äußerten die Absicht, im nächsten Schuljahr wieder teilnehmen zu wollen. 85 % sagten, sie würden anderen Schülerinnen und Schülern eine Teilnahme am Projekt empfehlen.

Wichtigste Voraussetzung für diesen positiven Verlauf war es, dass den Aufgaben der Mentoren realistische Einschätzungen ihrer Handlungsmöglichkeiten zugrunde gelegt wurden. Von den Mentoren wurde nicht erwartet, Mitschülerinnen und Mitschüler zu „verpetzen“ oder zum Nichtrauchen „zu bekehren“. Vielmehr gelang es ihnen, durch interessante Aktionen im Schulalltag für das Nichtrauchen zu werben und das Nichtrauchen in der Schule als Norm zu stärken.

Auch die beteiligten Pädagoginnen und Pädagogen beurteilten den Projektverlauf positiv. Zwar schätzten sie den persönlichen Aufwand für das Projekt als relativ hoch ein. Dies wurde jedoch durch den persönlichen „Gewinn“ offenbar mehr als wett gemacht: Alle plädierten am Ende der Projektlaufzeit für eine Fortführung des Projekts im nächsten Schuljahr und gaben an, sich daran selbst wieder beteiligen zu wollen. Einer der wichtigsten Gründe hierfür scheint der Kompetenzgewinn der Schülermentoren zu sein. So wurde am Ende der Projektlaufzeit u. a. ein Zuwachs an „sozialen Kompetenzen“, an „Teamfähigkeit“ (100 %) und an „Fähigkeiten, ein Thema zu präsentieren“ (97,4 %) bei den beteiligten Schülerinnen und Schülern festgestellt.

Das Engagement nicht rauchender Schülerinnen und Schüler im Rahmen eines Peer-Projekts kann einen nachhaltigen Beitrag zur schulischen Tabakprävention leisten. Das vorliegende Manual gibt Ihnen eine praxisnahe Anleitung, wie Sie ein solches Projekt in ihrer Schule entwickeln und zielgerichtet umsetzen können. Wir freuen uns, wenn Sie mit Hilfe dieses Leitfadens auf dem Weg zur Rauchfreiheit in Ihrer Schule vorankommen und wünschen Ihnen dabei viel Erfolg.

Köln, April 2013

Hinweis: Der im Leitfaden gebrauchte Begriff „Schülermentoren“ schließt selbstverständlich Schülerinnen und Schüler mit ein.

Inhalt

| | Seite |
|--|--------------|
| Wie Sie diesen Leitfaden nutzen können | 6 |
| Teil 1: Einführung | 7 |
| 1.1 Peer Education | 7 |
| 1.1.1 Nutzen von Peer Education | 7 |
| 1.1.2 Formen der Peer Education | 7 |
| 1.1.3 Peer-Projekte in der Suchtprävention | 8 |
| 1.1.4 Standards für Schülermentoren-Projekte | 9 |
| | |
| Teil 2: Leitfaden für die Projektentwicklung und -durchführung | 11 |
| 2.1 Klärungs- und Planungsphase | 13 |
| 2.1.1 Bestandsaufnahme | 13 |
| 2.1.2 Festlegung der Projektziele | 13 |
| 2.1.3 Vorstellung der Projektidee bei der Schulleitung und in den schulischen Gremien | 14 |
| 2.1.4 Entwickeln eines Zeit-Maßnahmen-Plans | 17 |
| 2.1.5 Kontaktaufnahme mit außerschulischen Partnern | 18 |
| 2.1.6 Verabschiedung der Konzeption in den schulischen Gremien | 18 |
| 2.2. Vorbereitungsphase | 20 |
| 2.2.1 Beschaffung von Materialien und Medien | 20 |
| 2.2.2 Rekrutierung der Schülermentoren | 20 |
| 2.2.3 Qualifizierung der betreuenden Pädagoginnen und Pädagogen | 21 |
| 2.3 Umsetzungsphase | 22 |
| 2.3.1 Die Schulung der Schülermentoren | 22 |
| 2.3.2 Der Projektstart in der Schule | 55 |
| 2.3.3 Umsetzung von Aktionen und Angeboten im ersten Schulhalbjahr | 58 |
| 2.3.4 Bilanzierung und Neuorientierung | 62 |
| 2.3.5 Umsetzung von Aktionen und Angeboten im zweiten Schulhalbjahr | 62 |
| 2.4. Auswertungs- und Überleitungsphase | 63 |
| 2.4.1 Auswertung des Projektverlaufs | 63 |
| 2.4.2 Überleitung des Projekts in das neue Schuljahr | 63 |

| | Seite |
|---|--------------|
| Teil 3: Informationen, Medien und Materialien | 65 |
| Rechtliche Rahmenbedingungen | 65 |
| Tabakabhängigkeit | 67 |
| Test zur Bestimmung der Nikotinabhängigkeit | 68 |
| Handlungsempfehlungen für eine rauchfreie Schule | 64 |
| Das Rauchfrei-Quiz | 70 |
| Auflösung der Fragen des Rauchfrei-Quiz | 71 |
| Medien und Materialien | 72 |
| Bestellformular | 73 |
| Die „Schadstoff-Zigarette“ | 74 |
| Zertifikat | 83 |
| Einverständniserklärung Eltern | 84 |
| Schülerfragebogen zum Thema „Rauchen in der Schule“ (Erstbefragung) | 85 |
| Schülerfragebogen zum Thema „Rauchen in der Schule“ (Wiederholungsbefragung) | 91 |
| Pädagogenfragebogen (Erstbefragung) | 98 |
| Pädagogenfragebogen (Wiederholungsbefragung) | 102 |
| Mentorenfragebogen (Erstbefragung) | 107 |
| Mentorenfragebogen (Wiederholungsbefragung) | 113 |
| Informationen zur Unterstützung eines Vortrags zum Thema „Schülermentoren“ und „Rauchen“ | 126 |
| Adressen und Ansprechpartner zum Thema Rauchen | 126 |
| Internetadressen | 127 |
| Literaturverzeichnis | 128 |
| | |
| Anhang | 131 |
| 1.1 Der Tabakkonsum Jugendlicher | 131 |
| 1.1.1 Rauchen und Gesundheit | 131 |
| 1.1.2 Tabakabhängigkeit | 131 |
| 1.1.3 Einstieg in das Rauchen | 132 |
| 1.1.4 Ausstieg aus dem Rauchen | 133 |
| 1.1.5 Die Verbreitung des Tabakkonsums unter Jugendlichen | 134 |
| 1.1.6 Rauchen und sozialer Kontext | 134 |
| 1.1.7 Tabakkonsum in Schulen | 135 |
| 1.2 Schulische Tabakprävention | 135 |
| 1.2.1 Verhinderung des Einstiegs | 136 |
| 1.2.2 Förderung des Ausstieg aus dem Tabakkonsum | 137 |
| 1.2.3 Die Umsetzung von Rauchverboten | 138 |
| 1.2.4 Normalisierung des Nichtrauchens | 138 |
| 1.2.5 Förderung der Lehrergesundheit | 139 |

Wie Sie diesen Leitfaden nutzen können

Dieses Manual besteht aus vier Teilen:

1. Das Kapitel „Peer Education“ bietet Ihnen im Teil 1 eine thematische Einführung in die Hintergründe der Arbeit mit Jugendlichen für Jugendliche (Seite 7).
2. Teil 2 beschreibt die Planung und Umsetzung eines Schülermentoren-Projektes (ab Seite 11) und ist für Sie vor allem dann interessant, wenn Sie ein solches Projekt in Ihrer Schule planen und umsetzen wollen. Sie erhalten einen idealtypischen Ablauf mit einer detaillierten Beschreibung von Einzelschritten, die Sie an Ihre schulischen Bedingungen anpassen können.

Der Leitfaden enthält (ab Seite 25) ein detailliertes Programm einer Schülermentoren-Schulung. Es werden viele Übungen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ sowie erlebnispädagogische und gruppendynamische Übungen beschrieben, so dass Sie in der Vorbereitung über eine gute Grundlage verfügen.

3. Im letzten Teil dieses Manuals (ab Seite 65) finden Sie eine Zusammenstellung von Informationen, Medien und Materialien, die bei der Durchführung eines Schülermentoren-Projekts nützlich sind. Diese Materialien sind vor allem für die Schülermentoren-Schulung hilfreich.

4. Im Anhang (ab Seite 131) finden Sie unter „Tabakkonsum Jugendlicher“ und „Schulische Tabakprävention“ grundlegende Erkenntnisse zum Rauchverhalten von Jugendlichen, zur Tabakprävention und zur Bedeutung des Peer-Ansatzes in der schulischen Tabakprävention.

Der Aufbau des Manuals ermöglicht es Ihnen „selektiv“ zu lesen. Sie können sich zunächst auf den Teil konzentrieren, der aktuell für Sie bedeutsam ist und die anderen Abschnitte später bearbeiten.

Als Ergänzung empfehlen wir Ihnen die Internetseiten der BZgA www.rauch-frei.info (zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ für Jugendliche), www.drugcom.de (zum Thema „Sucht und Drogen“ für Jugendliche) und www.rauchfrei-info.de (zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ für Erwachsene) sowie www.bzga.de (zu allen Bereichen der Suchtprävention).



Teil 1: Einführung

1.1 Peer Education

Eine „Peergroup“ ist der mehr oder weniger organisierte Zusammenschluss von etwa gleichaltrigen Personen, die sich gegenseitig beeinflussen und einen ähnlichen sozialen Status besitzen. Als „Peer Education“ bezeichnet man die Erziehung, bei der eine Gruppe von Gleichartigen sich gegenseitig, unter kompetenter Anleitung, Fähigkeiten und Werte vermittelt (vgl. Nörber 2003). Peer Education grenzt sich ab von einer Erziehung, die von Personen durchgeführt bzw. gelenkt wird, die einen deutlich anderen sozialen Status besitzen als die „Erzogenen“.

1.1.1 Nutzen von „Peer Education“

Kennzeichnend für die Pubertät sind das Ende der Kindheit und der damit verbundene Ablösungsprozess vom Elternhaus. Dies äußert sich durch einen starken Drang zur Unabhängigkeit und einem Bedürfnis nach Selbstverwirklichung.

Jugendliche praktizieren in dieser Lebensphase zum Teil riskantes und auf den Konflikt mit Erwachsenen angelegtes Verhalten. In dieser Lebensphase dominiert oftmals der Wunsch nach spontaner Bedürfnisbefriedigung, Stressbewältigung, Belastungskompensation sowie sozialer Integration. Dem entsprechend ist der Drogenkonsum eines der Hauptrisiken in der Jugendzeit (Engel und Hurrelmann, 1993, Franzkowiak 1994).

In der Pubertät stehen Jugendliche Erwachsenen sehr kritisch gegenüber und tun sich oft schwer damit, von diesen Ratschläge anzunehmen. Bei Problemen wird eher Rat in der Peergroup gesucht. Dies betrifft insbesondere die Bereiche Sexualität, Freizeitgestaltung und auch den Alkohol- und Tabakkonsum. Pädagoginnen und Pädagogen, die in diesen Themenbereichen versuchen, Einfluss auf Jugendliche zu nehmen, stoßen damit häufig auf Widerstand. Das gilt auch für die Warnungen Erwachsener vor dem Zigarettenrauchen, wenn gleichzeitig in der Gruppe der Gleichaltrigen das Rauchen hoch angesehen ist.

Die Peergroup bietet den Jugendlichen Halt und Sicherheit. Die Mitglieder der Gruppe üben aufeinander einen stark prägenden Einfluss aus. Um Verhaltens- oder Einstellungsänderungen in den genannten Bereichen zu erreichen, ist es Erfolg versprechend, mit Schülerinnen und Schülern zusammenzuarbeiten, die bereit sind, sich mit einem bestimmten Thema auseinanderzusetzen und meinungsbildend in ihrer Peergroup aktiv zu werden. Günstig ist es, wenn mehrere dieser Personen einer Peergroup mitwirken und auf diese Weise einen spürbarer Einfluss auf die Gesamtgruppe ermöglicht wird.

Gerade das Rauchen wird von Jugendlichen oft als „Privatsache“ wahrgenommen. Es liegt daher nahe, bei der Förderung des Nichtrauchens die Zusammenarbeit mit Peers zu suchen und im Rahmen von Projekten eine Mitgestaltung von Schülerinnen und Schülern der Zielgruppen an der Prävention anzustreben.

1.1.2 Formen der Peer Education

Unter dem Begriff „Peer Education“ wird ein Spektrum unterschiedlicher Formen der Arbeit mit Jugendlichen zusammengefasst (siehe Kaestner, 2003):

Peer-Mediation:

Peer-Mediatoren werden vor allem zur gewaltfreien Konfliktlösung unter Gleichaltrigen eingesetzt. Die Mediatoren, auch als Streitschlichter benannt, erarbeiten im Gespräch zusammen mit den Streitparteien Lösungen des Konflikts. Jugendlichen wird so die Möglichkeit gegeben, ihre Probleme untereinander zu lösen. Die Mediatoren werden vor allem in ihrer Kommunikationsfähigkeit qualifiziert. Das Ergebnis der Streitschlichtung wird als Vereinbarung niedergeschrieben und von allen Beteiligten unterzeichnet.

Peer Counseling:

Jugendliche nehmen gegenüber Gleichaltrigen eine beratende Funktion wahr. Dies bezieht sich auf Bereiche wie Gesundheits-, Drogen- und Sexualprävention. Ziele sind neben der Wissensvermittlung die Unterstützung bei Entscheidungen und das Aufzeigen von Handlungsalternativen. Auch in diesem Handlungsfeld sind hohe Kommunikationsfertigkeiten der beratenden Peers eine wichtige Voraussetzung. Dadurch muss gesichert werden, dass sich den beratenen Jugendlichen nicht das Gefühl vermittelt, der Berater stünde „über“ ihnen. Die Gleichrangigkeit stellt eine Grundlage auch im Counseling-Ansatz dar.

Peer Education:

Peer Education wird einerseits als Überbegriff für verschiedene Formen von Peer-Ansätzen verwendet. Im engeren Sinne ist Peer Education ein Modell der Wissensvermittlung unter Gleichaltrigen. Jugendliche werden hierbei geschult, ihre Freundinnen und Freunde oder Mitschülerinnen und Mitschüler zu bestimmten Themen zu informieren. Ausgewählten Jugendlichen wird vor Beginn des Projekts im Rahmen von Schulungen fundiertes Wissen in einem Fachgebiet vermittelt. Dabei werden die Jugendlichen selbst von Anfang an in Planung und Gestaltung der Inhalte einbezogen. Erwachsene nehmen die beratende Rolle im Hintergrund ein. Neben der reinen Wissensvermittlung sind Ziele die Entwicklung sozialer Kompetenzen und die Änderung von Verhalten.

Peer-Projekte:

Peer-Projekte nutzen meist den Ansatz der Peer Education im engeren Sinne d. h. sie bestehen oftmals aus Veranstaltungen, in denen die Peers ihre Mitschülerinnen und Mitschüler oder Freundinnen und Freunde zu bestimmten Themen informieren. Dies kann in Form von Ausstellungen, Theaterstücken, Informationsbroschüren oder Projekttagen erfolgen. Ziel ist die Sensibilisierung für bestimmte Problembereiche.

Schülermentoren-Projekte

„Schülermentoren“ im Sinne des vorliegenden Konzepts setzen sich in der Schule für ein definiertes Ziel ein und haben vor allem informierende und motivierende aber auch beratende Aufgaben. Insofern entsprechen „Schülermentoren in der Tabakprävention“ weitgehend dem obigen Ansatz von „Peer-Projekten“. Allerdings spielt auch das „Peer Counseling“ eine gewisse Rolle, während die „Peer Mediation“ kaum zum Tragen kommt.

1.1.3 Peer-Projekte in der Suchtprävention

Vor allem in den Bereichen Sport und Freizeit hat die Peer Education eine lange Tradition. In Sportvereinen, kirchlichen Jugendgruppen, Feuerwehr, DLRG und vielen anderen Bereichen werden seit Jahrzehnten erfolgreich Jugendliche durch Jugendliche ausgebildet.

Mit „Schülermentoren“ oder „Schülermultiplikatoren“ wurden insbesondere auch im schulischen Bereich positive Erfahrungen gesammelt. So wurde Schülerinnen und Schülern Verantwortung übertragen, u. a. bei der Gestaltung von Sportaktivitäten, bei der „Streitschlichtung“ im Rahmen von Projekten zur Gewaltprävention oder im Rahmen von Projekten zum Natur- und Umweltschutz. Oftmals übernehmen Schülerinnen und Schüler auch die Aufgabe, jüngeren Schülerinnen und Schülern bei der Integration in die Schule zu helfen, ihnen als Ansprechpartner zur Verfügung zu stehen und Einführungswochen zu gestalten. Auch im Bereich der Gesundheitsförderung sind in den letzten Jahren verschiedene Projekte entwickelt worden, in denen Jugendliche sich in ihrer Peergroup für eine gesunde Lebensweise einsetzen. Dazu gehört auch die Vermeidung von Substanzmissbrauch.

Peer-Projekte im außerschulischen Handlungsbereich der Suchtprävention haben meist zum Ziel, junge Menschen über die gesundheitlichen Risiken des Substanzkonsums zu informieren, sie in einem risikoreichen Konsum zu stärken oder ihnen Wege zum Ausstieg oder zur Konsumreduktion aufzuzeigen. Handlungsfelder sind beispielsweise Sportvereine, Jugendarbeit, Musik- oder Jugendveranstaltungen.

So besteht ein Hauptbestandteil der Kampagnen „Kenn Dein Limit!“ und „NA TOLLI!“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung aus Peer-Aktionen. Speziell geschulte Peers diskutieren mit Jugendlichen, um sie so zum Nachdenken über ihren Umgang mit Alkohol anzuregen. Die Peer-Einsätze finden nicht im schulischen Kontext sondern im Freizeitbereich überwiegend in Innenstädten, bei Musik-Festivals, Sport-Events sowie in Jugendherbergen und Freibädern statt.

Im schulischen Bereich wurde vor einigen Jahren in Baden-Württemberg das Projekt „Aktive Teens“ gestartet. Jugendliche in Haupt- und Realschulen der Klassenstufen 7 und 8 werden über die Suchtproblematik und die Mechanismen der Suchtentwicklung in mehrtägigen Seminaren informiert. Anschließend sollen sie in ihren Schulen Aktionen zum Themenkomplex „Suchtprävention“ – u. a. mit dem Schwerpunkt Rauchen – durchführen (www.aktive-teens.de).

In Brandenburg wurde das Schülermentorenprojekt des OPUS-Netzwerks für Gesundheitsförderung, Verkehrs- und Mobilitätserziehung installiert. Ziel ist es, die Schule für Gesundheitsthemen und ein gesundes Schulklima fit zu machen. Dafür werden pro Schule jeweils zwei Schülerinnen und Schüler und eine Lehrkraft ausgebildet, die Projekte zur Gesundheitsförderung in der eigenen Schule erarbeiten. Suchtprävention ist eines der Themen, in denen Schülermentoren qualifiziert werden (<http://spf.chillout-pdm.de/>).

Das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ steht bei keinem der Projekte im Vordergrund – meist beziehen sich die Projekte auf den Handlungsgegenstand „Sucht“. Bei einigen Projekten wird die Förderung des Nichtrauchs im Rahmen des Peer-Projekts als Teilaspekt des übergreifenden Themas „Sucht“ behandelt.

Evidenzbasierung

Untersuchungen haben nachgewiesen, dass Peer-Projekte im Bereich der schulischen Suchtprävention wirksam sind (BZgA 2006b). So wurde die Überlegenheit von Peer Programmen gegenüber Programmen, die von Erwachsenen geleitet werden, im Bereich der schulischen Suchtprävention durch folgende Metastudien belegt: Gottfredson und Wilson (2003, 94 Studien), Lloyd et al. (2000, 10 Studien), Cuipers (2002, 30 Studien), Mellanby et al. (2000, 13 randomisierte Studien). Die Expertise zur Prävention des Substanzmissbrauchs kommt zusammenfassend zu dem Urteil, dass eine Evidenzbasierung von Peer-Programmen für den Schulbereich nachgewiesen ist. Dagegen haben sich Peerprogramme im Freizeitbereich noch nicht als evidenzbasiert erwiesen (BZgA 2006b).

Rooney und Murray bestätigen 1996 auf der Grundlage von 90 Studien auch für den Bereich der schulischen Tabakprävention die Überlegenheit von Peer-Projekten im Vergleich zu Projekten, die von Erwachsenen geleitet werden.

1.1.4 Standards für Schülermentoren-Projekte

Mentoren-Projekte im schulischen Bereich sollten folgende Anforderungen erfüllen:

- Mit Schülermentoren-Programmen werden Schülerinnen und Schüler interessiert, aktiviert und befähigt, freiwillig soziale Verantwortung zu übernehmen. In diesem Prozess können sie sich auch auf Anforderungen der zukünftigen Berufstätigkeit vorbereiten.
- Schülermentoren werden in ihrer Persönlichkeitsbildung und Kommunikationsfähigkeit gestärkt, d. h. sie lernen sich durchzusetzen, Konflikte zu bearbeiten, Grenzen zu setzen und zu respektieren.
- Kompetenzen der Projektarbeit und Zusammenarbeit im Team werden vermittelt und eingeübt.
- Das Selbstverständnis als Schülermentor und die mit der Aufgabe verbundenen Rechtsfragen werden geklärt.
- Kenntnisse und Fähigkeiten zu bestimmten Themenfeldern werden erprobt, Erfahrungen ermöglicht und in ausgewählten Praxisfeldern umgesetzt.
- Der praktische Bereich ist so angelegt, dass Klarheit und Sicherheit über die Tätigkeit als Schülermentor erreicht wird. Der Einsatz von Schülermentoren orientiert sich an den Prinzipien der Nachhaltigkeit, der Freiwilligkeit und der (partiellen) Selbstverantwortlichkeit.
- Die Tätigkeit der Mentoren wird begleitet durch kompetente Pädagoginnen und Pädagogen.

- Nach erfolgreicher Beendigung der Schülermentoren-Ausbildung erhält jeder Schüler und jede Schülerin ein Zertifikat der Schule, das seine Kompetenzen und sein Engagement bestätigt.
- Es bietet sich an, das Schülermentorenprojekt in die Maßnahme „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ einzubetten, bei der sich die Schule als Ganzes mit dem Thema Rauchen auseinandersetzt und einen Konsens zum Umgang mit dem Rauchen erarbeitet. In diesem Zusammenhang bereits entwickelte Kooperationen zwischen Schülern, Lehrern und Eltern können für die Umsetzung des Schülermentorenprojekts aktiv genutzt werden.



Teil 2: Leitfaden für die Projektentwicklung und -durchführung

Im Teil 2 finden Sie konkrete Informationen zur Durchführung des Leitfadens.

Zielgruppe

Das Projekt „Schülermentoren zur Förderung des Nichtrauchens“ sollte vor allem darauf ausgerichtet sein, das Nichtrauchen bei Schülerinnen und Schülern zu stabilisieren. Zielgruppe der Maßnahmen sind daher Schülerinnen und Schüler im typischen Einstiegsalter (ca. vom 12. bis zum 15. Lebensjahr), insbesondere Schülerinnen und Schüler der 7. und 8. Klassen. Wenn ein Teil der Schülermentoren zu älteren Jahrgängen gehört, bietet das der Gruppe zusätzliche Orientierung und Sicherheit.

Das Betreuer-Team

Das Betreuer-Team kann sowohl aus Lehrkräften der jeweiligen Schule als auch aus Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeitern bestehen. Da von den Betreuern ein hohes Maß an Engagement gefordert wird, sollte die Übernahme dieser Aufgabe freiwillig erfolgen.

Für das Projekt ist es von großem Vorteil, wenn die Betreuung des Schülermentoren-Teams von mehreren Kolleginnen und Kollegen Ihrer Schule wahrgenommen wird. Sie haben die Möglichkeit, sich gegenseitig zu vertreten, wenn eine Kollegin oder ein Kollege einmal ausfällt und Sie können sich in einem Prozess, der langfristig angelegt ist, in vielerlei Hinsicht gegenseitig unterstützen. Günstig ist es auch, wenn in der Projektbetreuung sowohl ein Mann als auch eine Frau vertreten ist, um eine Identifikation der teilnehmenden Schülermentoren im Team zu ermöglichen. Es ist hilfreich, wenn die Betreuer den Schülerinnen und Schülern bereits bekannt sind, da dies den Zugang zu der jugendlichen Zielgruppe erleichtern kann.

Projektverlauf

Der folgende Leitfaden beschreibt die idealtypische Entwicklung eines Schülermentoren-Projekts. Die Darstellung orientiert sich an der Chronologie der Ereignisse, d. h. Sie können den Leitfaden Schritt für Schritt „abarbeiten“. Betrachten Sie den vorgeschlagenen Projektablauf als Rahmen, den Sie an Ihre Bedürfnisse und die Gegebenheiten Ihrer Schule anpassen können.

Im Projektverlauf durchlaufen Sie folgende Phasen:

2.1 Klärungs- und Planungsphase (ab Seite 13)

Beteiligte Personen: Projektinitiatoren (Lehrkräfte, Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter), Schulleitung, Lehrerkollegium, Elternrat, Schülerrat, Schülerinnen und Schüler

Es bietet sich an, das Schülermentorenprojekt im Rahmen der Maßnahme „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ durchzuführen. In diesem Zusammenhang werden für das Ziel Rauchfreiheit verschiedene verhaltensbezogene Maßnahmen (u. a. Informationsangebote, Wettbewerbe, Angebote zur Steigerung der Lebenskompetenz) in der Schule durchgeführt. Einen wichtigen Aspekt auf struktureller Ebene stellt die aktive Zusammenarbeit zwischen Schulleitung, Lehrerkollegium, Elternrat, Schülerrat und Schülerinnen und Schülern dar. Bezogen auf das Schülermentorenprojekt können in der Klärungs- und Planungsphase diese bereits bestehenden Strukturen und Kooperationen aktiv genutzt werden, um die aktuelle Tabakpolitik der Schule zu bewerten und gemeinsam Projektziele zu entwickeln. In Absprache mit dem Lehrerkollegium, dem Elternrat sowie dem Schülerrat sollte ein Konzept mit einem Ablaufplan erarbeitet werden.

2.2 Vorbereitungsphase (ab Seite 19)

Beteiligte Personen: Projektinitiatoren, Projektbetreuerinnen und Projektbetreuer, interessierte Schülerinnen und Schüler

In der Vorbereitungsphase werden die Materialien und Medien beschafft bzw. bestellt, die Schülerinnen und Schüler, die als Schülermentoren tätig werden wollen, werden rekrutiert, die teilnehmenden Pädagoginnen und Pädagogen bzw. Schulsozialarbeiterinnen und Schulsozialarbeiter bereiten sich mit Hilfe von

Infomaterial (z. B. Unterlagen der Schülermentorenschulung) auf die kommenden Aufgaben als Projektbetreuer vor.

2.3 Umsetzungsphase (ab Seite 22)

Beteiligte Personen: Schülermentoren, Schülerinnen und Schüler, Projektbetreuerinnen und Projektbetreuer

Die Umsetzungsphase beginnt mit der Schulung der Schülermentoren und der Planung der Aktionen für das erste Halbjahr. Der Projektstart in der Schule und die Vorstellung der Schülermentoren erfolgen im Anschluss. Die geplanten Einzelaktionen werden durchgeführt und im Rahmen eines Workshops nach einem halben Jahr bilanziert. Auf dieser Grundlage wird das zweite Halbjahr geplant und durchgeführt.

2.4 Auswertungs- und Überleitungsphase (ab Seite 63)

Beteiligte Personen: Projektbetreuer, Schülermentoren

Am Ende des Schuljahres wird eine Auswertung des Projektverlaufs durchgeführt. Die Schülermentoren, die sich im Rahmen des Projekts engagiert haben, erhalten am Schuljahresende eine Urkunde. Es wird geklärt, wie eine Weiterführung des Projekts im nächsten Schuljahr erfolgen soll.



2.1 Klärungs- und Planungsphase

2.1.1 Bestandsaufnahme

Vor Projektbeginn ist es sinnvoll, sich zunächst in Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen die aktuellen Probleme, die mit dem Rauchen an Ihrer Schule zusammenhängen und die bereits erfolgten Schritte zur Problemlösung vor Augen zu führen.

Bestandsaufnahme zum Rauchen an unserer Schule (Beispiel)

- + Es gibt keine größeren Raucherecken mehr auf dem Schulgelände.
- + Das Schulgebäude ist praktisch rauchfrei.
- + Das Raucherzimmer für Lehrkräfte wurde abgeschafft. Lehrerinnen und Lehrer rauchen nicht mehr in der Schule oder in Sichtweite von Schülerinnen und Schülern.
- + Es gibt einen abgestimmten Regel- und Maßnahmenkatalog für Schülerinnen und Schüler, die gegen das Rauchverbot verstoßen.

- Schülerinnen und Schüler kommen als Nichtraucher bzw. Nichtraucherinnen an unsere Schule. Viele von ihnen beginnen dann an unserer Schule mit dem Rauchen.
- Trotz des gesetzlichen Rauchverbots rauchen noch immer Schülerinnen und Schüler unserer Schule in versteckten Ecken auf dem Schulgelände.
- Unmittelbar vor unserer Schule rauchen häufig Schülerinnen und Schüler.
- In den Rauchertreffpunkten in der Schule und in der Schulumgebung halten sich Schüler und Schülerinnen auf, die noch nicht volljährig sind. Damit wird direkt vor unseren Augen gegen das Jugendschutzgesetz verstoßen.
- Durch das Verlassen des Schulgeländes entstehen Unfallgefahren im Straßenverkehr.
- Die Aufsichten werden von Kolleginnen und Kollegen sehr unterschiedlich umgesetzt. Es macht sich in Bezug auf das Rauchen immer mehr eine Haltung des „Wegschauens“ breit.

Wenn vieles darauf hindeutet, dass Rauchverbote nicht oder nur halbherzig umgesetzt werden, stehen die zukünftigen Schülermentoren vor einer (zu) schweren Aufgabe. Schülermentoren können zwar einiges leisten, um die Akzeptanz der rauchfreien Schule zu steigern. Es obliegt jedoch nicht ihrem Aufgabenbereich, bestehende Rauchverbote durchzusetzen.

Damit die Schülermentoren erfolgreich arbeiten können, ist es notwendig, dass ein verbindliches Regelwerk existiert, das sich auch auf die Schulumgebung bezieht. Es sollten Maßnahmen festgelegt sein, die den Umgang mit Verstößen gegen die Rauchverbote betreffen (Sanktionskatalog) und Kontrollen zur Einhaltung der Rauchverbote in der Schule und deren Umgebung durchgeführt werden.

Wenn an Ihrer Schule ein einheitliches Vorgehen gegen das Rauchen noch nicht umgesetzt wurde, sollte dies parallel zur Einführung des Schülermentoren-Projekts in Angriff genommen werden. Sofern das Schülermentorenprojekt nicht bereits im Rahmen der Maßnahme „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ durchgeführt wird, bietet es sich an, in diesem Zusammenhang auf den Leitfaden für Pädagoginnen und Pädagogen der BZgA zurückzugreifen, der Ihnen praktische Empfehlungen zur Umsetzung von Rauchverboten liefert (siehe Anhang Seite 131).

2.1.2 Festlegung der Projektziele

Je nach Problemlage können mit einem Schülermentoren-Projekt unterschiedliche Zielsetzungen verfolgt werden, die Sie vor Projektstart in Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen festgelegt haben sollten. Beschränken Sie sich dabei nicht ausschließlich auf tabakpräventive Ziele. Benennen Sie auch Ziele, die für Ihre Schule einen anderen Stellenwert besitzen könnten, wie z. B. die Steigerung der Sozialkompetenzen der Schülerinnen und Schüler.

Mögliche Ziele eines Schülermentoren-Projekts in unserer Schule (Beispiel)

- Schülermentoren sollen in unserer Schule das Nichtrauchen in der Altersgruppe, in der häufig mit dem Rauchen begonnen wird, fördern, indem sie dazu beitragen, die Schule als rauchfreien Rahmen zu etablieren bzw. zu stabilisieren.
- Schülermentoren sollen zur Erhöhung der Akzeptanz der Rauchfreiheit bei den Schülerinnen und Schülern beitragen. Sie sollen erreichen, dass das Nichtrauchen nicht mehr nur als Erwachsenen-Norm erscheint. Das Rauchen soll sich nicht mehr als erstrebenswertes Verhalten in Schülergruppen etablieren, vielmehr sollte das Nichtrauchen als das „normale“ und „erwünschte“ Verhalten angesehen werden.
- Die Kommunikation zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ sollte, soweit dies möglich ist, von Schülerinnen und Schülern verantwortlich gestaltet werden.
- Lehrkräfte sollen dadurch entlastet werden, dass sich Schülerinnen und Schüler zum Thema „Rauchen“ artikulieren – und zwar nicht nur die Raucherinnen und Raucher. Dies verbessert die Legitimation von Rauchverböten und erleichtert Lehrkräften die Auseinandersetzung mit rauchenden Schülerinnen und Schülern.
- Schülermentoren sollen eigene soziale Kompetenzen entwickeln oder verbessern, die sich auch auf ihre Berufschancen positiv auswirken. Dazu zählen z. B. Konfliktfähigkeit, Zuverlässigkeit, Verantwortlichkeit, Teamfähigkeit.
- Schülermentoren sollen dafür sorgen, dass nicht rauchende Schülerinnen und Schüler sich in der Schule wohlfühlen. Sie verbessern damit die Attraktivität unserer Schule und das Schulklima insgesamt und tragen zur Schulentwicklung bei.
- Schülermentoren sollen die Beteiligung der Schülerinnen und Schüler an der Gestaltung des schulischen Lebens stärken.

2.1.3 Vorstellung der Projektidee bei der Schulleitung und in den schulischen Gremien

Von zentraler Bedeutung für den Erfolg eines Schülermentoren-Projekts zum Nichtrauchen ist die Zusammenarbeit mit verschiedenen schulischen Gremien. Dazu zählen die Schulleitung, das Lehrerkollegium, der Elternbeirat und der Schülerrat. Die Gefahr ist groß, dass bei fehlender oder halbherziger Unterstützung durch die Schulgemeinschaft das Vorhaben scheitert.

Schulleitung

Die Schulleitung dokumentiert durch ihr Engagement den hohen Stellenwert, den sie der Rauchfreiheit und dem Schülermentoren-Projekt im Rahmen der Schulentwicklung zumisst. Gehen Sie daher möglichst frühzeitig auf die Schulleitung zu, um sie über das Projekt zu informieren und im weiteren Projektverlauf mit ihr zusammenzuarbeiten.

Lehrerkollegium

Bei der Vorstellung des Projekts in der Lehrerkonferenz muss noch kein detaillierter Aktionsplan vorgelegt werden. Ziel ist es, die Projektidee zu erläutern, an den Interessen der Kolleginnen und Kollegen anzuknüpfen und diese für eine Befürwortung des Projekts zu gewinnen. Dies ist für eine erfolgreiche Umsetzung des Projekts von Bedeutung, da sich die rauchfreie Schule ohne die notwendigen Vorbild- und Kontrollfunktionen des Kollegiums auf Dauer nicht etablieren kann. Die Schülermentoren könnten solche Defizite durch eigenes Engagement kaum ausgleichen. Das bedeutet nicht, dass ausnahmslos alle Lehrkräfte zu den aktiven Unterstützern des Projekts gehören müssen. Notwendig ist allerdings ein überwiegendes Wohlwollen den Schülermentoren gegenüber und die Bereitschaft, die Rauchverbote selbst ernst zu nehmen und sich für deren Einhaltung einzusetzen. Bereits vor einer offiziellen Vorstellung des Projekts in der Lehrerkonferenz sind erste Gespräche mit anderen Lehrkräften sinnvoll. Wenn das Vorhaben im Vorfeld bereits im Rahmen der Maßnahme „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ von einer Arbeitsgruppe zur rauchfreien Schule besprochen wurde, tragen Sie deren Stellungnahme vor und fordern Sie zur Diskussion auf.

Argumente für eine rauchfreie Schule

- Schüler rauchen deutlich weniger, wenn klare Rauchverbote in der Schule bestehen und diese konsequent umgesetzt werden.
- Nichtraucher werden in der Schule nicht zum Rauchen verleitet.
- Gelegenheitsraucher werden nicht zu Gewohnheitskonsumenten und können damit das Rauchen leichter wieder beenden.
- Die Pädagogen gewinnen insgesamt an Glaubwürdigkeit und Autorität, wenn Regeln der Schule eingehalten werden.
- Die Erwartungen an die Schülerinnen und Schüler sind transparent und eindeutig. Durch klare Regeln wird die Kommunikation zwischen Pädagoginnen bzw. Pädagogen und Schülerinnen bzw. Schülern entlastet.
- Der Umgang mit dem Thema „Rauchen“ kann Modell sein für die Behandlung anderer Verhaltensprobleme, die sich in der Schule stellen.
- Die rauchfreie Schule ist auch ein Beitrag zur Gesundheitsförderung der Lehrkräfte, die dann weniger rauchen und oft sogar ganz aufhören.
- Die Schule „schärft“ ihr Schulprofil und nimmt Position ein als gesundheitsfördernde Schule.
- Das Image und Ansehen der Schule gewinnt in den Augen der Eltern, der Öffentlichkeit und der Schulbehörde.
- Die Lehrkräfte handeln untereinander abgestimmt und lassen sich nicht „auseinander dividieren“.
- Das Nichtrauchen wird nach und nach normal. Neue Schülerinnen und Schüler passen sich von vorneherein an diese Bedingungen an.
- Die Beziehung der Schule zu den Nachbarn wird verbessert, wenn Schülerinnen und Schüler nicht mehr in der Schulumgebung rauchen.
- Unfallgefahren für Schülerinnen und Schüler, die die Schule zum Rauchen verlassen, werden reduziert.
- Die Schule wird aus Sicht der Schülerinnen und Schüler attraktiver, das Schulklima verbessert sich.
- Regelverstöße werden nicht mehr ignoriert, es wächst damit die Regelsicherheit in der Schule insgesamt.

- ▶ **Betonen Sie, dass die Kontrolle und Sanktionierung von Verstößen Aufgabe der Lehrkräfte bleibt.**
- ▶ **Weisen Sie auf Vorteile dieses Projekts hin für die allgemeine Gesundheitsförderung, die Schulentwicklung und das Kollegium.**
- ▶ **Nutzen Sie das Blatt „Argumente für eine rauchfreie Schule“ (siehe oben)**
- ▶ **Klären Sie, ob das Projekt als „freiwilliges“ bzw. außerhalb des Curriculums durchzuführendes Angebot geplant wird oder ob es in einen Wahlpflichtbereich integriert werden soll.**

Vorteile eines freiwilligen Projekts

- + Freiwilligkeit stärkt das persönliche Engagement der Mentoren.
- + Außerhalb des Unterrichts wird das Projekt stärker als „Ernstsituation“ von den Schülerinnen und Schülern erlebt. Es können neue Rollenmuster erprobt werden, die im Unterricht schwerer zu realisieren sind.
- + Die Schülerinnen und Schüler erleben sich als besondere Gruppe und entwickeln ein stärkeres Wir-Gefühl.
- + Das Schwergewicht liegt auf der Kommunikation und den gemeinsamen Zielen – nicht auf der Benotung von Leistungen.
- + Schülerinnen und Schüler, die sich als ungeeignet herausstellen oder deren Motivation nicht (mehr) ausreicht, können den Projektzusammenhang unproblematisch wieder verlassen und behindern nicht den weiteren Verlauf.

Vorteile eines Projekts als Wahlpflichtfach

- + Durch die bewusste Wahl dieses Unterrichtsfaches sind die Schülerinnen und Schüler interessiert und motiviert.
- + Es sind geringere bzw. keine zusätzlichen Personalressourcen erforderlich, da die Betreuung des Projekts regulär im Stundenplan verankert ist.
- + Es sind Unterrichtsstunden reserviert, d. h. es gibt wöchentliche Treffen, in denen das Projekt mit den Schülermentoren besprochen werden kann und in dem die Teamsitzungen abgehalten werden können.
- + Es gibt ausreichend Zeit für die Besprechungen, so dass nicht auf die Pausen ausgewichen werden muss.
- + Durch die Einbindung in den Unterricht entsteht eine hohe Verbindlichkeit in Bezug auf die Teilnahme an den Treffen.
- + Die Termine der Treffen konkurrieren nicht mit anderen privaten Aktivitäten der Mentoren.

- ▶ **Klären Sie die Kolleginnen und Kollegen auf, welches Engagement von ihnen erwartet wird. Weisen Sie darauf hin, dass die Mentoren auf eine wohlwollende Unterstützung des Kollegiums angewiesen sind und bitten Sie um Unterstützung.**
- ▶ **Heben Sie hervor, dass es für den Erfolg des Projekts bedeutsam ist, dass Lehrkräfte nicht selbst gegen die Rauchverbote verstoßen oder in unmittelbarer (sichtbarer) Schulumgebung und in Gegenwart bzw. in Gesellschaft von Schülerinnen und Schülern rauchen.**
- ▶ **Bitten Sie die Kolleginnen und Kollegen darum, die Schülermentoren ihrer Klassen für die geplante Schulung und auch für bestimmte Einzelstunden, in denen Aktionen vorgesehen sind, vom Unterricht zu befreien.**
- ▶ **Weisen Sie auch darauf hin, dass eine Tätigkeit von Schülermentoren wahrscheinlich darin bestehen wird, in Klassen Vorträge zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ zu halten. Bitten Sie die Kolleginnen und Kollegen, Schülermentoren für diese Stunden – nach Verabredung – in ihren Klassen zu empfangen.**
- ▶ **Kündigen Sie an, die Projektidee auch mit Vertretern der Schülerschaft und der Elternschaft abzustimmen.**

Das Kollegium bleibt im weiteren Projektverlauf ein wichtiger Orientierungspunkt, d. h. die Ergebnisse und Zwischenergebnisse werden in Abständen im Kollegium referiert und Schlussfolgerungen für das weitere Vorgehen diskutiert.

Vorstellung der Projektidee im Schülerrat

Die Akzeptanz des Projekts in der Schülerschaft kann erhöht werden, wenn die Schülervertreter über die Entwicklung informiert sind und sich bestenfalls an der Umsetzung aktiv beteiligen.

Die Erfahrungen zeigen, dass Schülervertretungen bei der Einführung von Maßnahmen gegen das Rauchen oftmals eine wichtige, positive Rolle spielen. Das gilt sogar dann, wenn sich der Schülerrat überwiegend aus Raucherinnen und Rauchern zusammensetzt.

- ▶ **Gehen Sie bei Vorstellung der Projektidee in der Schülervertretung ähnlich vor wie in der Lehrerkonferenz.**
- ▶ **Erfragen Sie, welche Probleme die Schülervertretung bezüglich des Rauchens in der Schule sieht und schildern Sie die Probleme aus Pädagogensicht.**
- ▶ **Schildern Sie die Hauptzielsetzungen des Projekts (siehe Seite 13) und mögliche Aufgaben der Mentoren und veranschaulichen Sie diese durch Beispiele.**
- ▶ **Weisen Sie auf Vorteile dieses Projekts für die beteiligten Schülerinnen und Schüler hin, insbesondere mit Blick auf den Gewinn sozialer Kompetenzen und beruflicher Chancen.**
- ▶ **Weisen Sie darauf hin, dass das Schülermentoren-Projekt die innerschulische Mitgestaltung und Partizipation weiterentwickeln soll.**
- ▶ **Informieren Sie, dass die Schülermentoren keine Funktion bei der Kontrolle und Sanktionierung von Verstößen gegen die Rauchverbote übernehmen sollen.**
- ▶ **Ermöglichen Sie den Schülervertreterinnen und Schülervertretern, auch Bedenken zu äußern und nehmen Sie diese ernst. Sichern Sie zu, dass Sie nachvollziehbare Argumente in der Konzeption berücksichtigen werden.**
- ▶ **Weisen Sie darauf hin, dass die Tätigkeit der Mentoren durch die Unterstützung der Schülervertretung sehr erleichtert wird und dass Sie es begrüßen würden, wenn sich Mitglieder des Schülerrats im Schülermentoren-Projekt engagieren.**

Vorstellung der Projektidee im Elternrat

Es ist sinnvoll, Eltern und deren Vertreter in schulischen Gremien frühzeitig über das Projekt zu informieren. Eltern können bei der Durchführung bestimmter Aktionen der Schülermentoren Hilfestellung leisten. Sie können z. B. die Bereitstellung finanzieller Mittel des Fördervereins befürworten und somit bestimmte Maßnahmen des Projekts ermöglichen (z. B. Reise- und Übernachtungskosten für die Schülermentorenschulung, Preise im Rahmen von Wettbewerben usw.) oder auch bestimmte Aktivitäten der Mentoren unterstützen (z. B. Mitwirkung an der Vorbereitung von Programmpunkten bei Projekttagen).

- ▶ **Informieren Sie den Elternrat über das geplante Projekt. Gehen Sie ähnlich vor wie bei der Vorstellung des Projekts im Kollegium oder im Schülerrat.**
- ▶ **Weisen Sie die Eltern darauf hin, dass es eine Reihe von Aktionen der Schülermentoren in der Schule geben wird, bei denen die Eltern wichtige Hilfestellung leisten können.**
- ▶ **Für die Projektdurchführung ist die Einwilligung der Eltern zur Teilnahme ihres Kindes erforderlich. Teilen Sie rechtzeitig in den Klassen ein Formular zur Einverständniserklärung an die Eltern aus (siehe Seite 84).**

2.1.4 Entwicklung eines Zeit-Maßnahmen-Plans

Nach Vorstellung der Projektidee in den schulischen Gremien schließt sich als nächster Schritt die Erstellung eines Zeit-Maßnahmen-Plans an. Dadurch schaffen Sie Transparenz über den weiteren Ablauf des Projekts und erleichtern sich die Planung und Koordinierung des Projekts. Die Maßnahmen sollten so konkret wie möglich aufgeführt werden – einschließlich der beteiligten Personen bzw. Gruppen und Zeiträume der Umsetzung.

2.1.5 Kontaktaufnahme mit außerschulischen Partnern

Fachstelle für Suchtprävention

Eine Fachstelle für Suchtprävention der Region oder des Bundeslandes kann bei Bedarf Aufgaben übernehmen, die für das Projekt von Bedeutung sind. Sie kann sich möglicherweise an Fortbildungen für die verantwortlichen Pädagoginnen und Pädagogen aber auch an den Schulungen der Schülermentoren beteiligen und das Projekt fachlich begleiten.

- ▶ **Nehmen Sie bei Bedarf Kontakt mit der Suchtpräventionsstelle oder Beratungsstelle Ihrer Region auf und fragen Sie nach, ob Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dieser Stelle bereit und in der Lage sind, Ihnen bei der Entwicklung und Umsetzung des Projekts fachliche Hilfestellung zu leisten.**

Die Klärung der Frage, ob ein solcher Service möglich ist, sollte zu einem möglichst frühen Zeitpunkt der Projektentwicklung erfolgen, um die Vorschläge der Präventionsstelle rechtzeitig in die Projektplanung mit einbeziehen zu können.

Außerschulische Unterstützer

Zu möglichen externen Kooperationspartnern gehören Personen oder Unternehmen, die bereit sind, Ressourcen – etwa finanzielle Mittel, die im Projektverlauf benötigt werden – einzubringen. So kann beispielsweise eine Krankenkasse interessiert sein, sich an der Finanzierung des Schülermentoren-Projekts unter dem Gesichtspunkt nachhaltiger Gesundheitsförderung zu beteiligen. Bei manchen Krankenkassen gibt es hierfür Antragsformulare, die angefordert werden können. Auch gemeinnützige Organisationen, die regional organisiert sind – wie beispielsweise der „Lions Club“ – kommen als Finanzierungspartner in Frage. Möglicherweise gibt es auch Unternehmen in Ihrer Region, die sich als Sponsoren mit Sachspenden beteiligen wollen.

- ▶ **Nehmen Sie bei Bedarf Kontakt auf mit Leistungsträgern der Krankenversicherung, mit gemeinnützigen Organisationen und Stiftungen oder mit Sponsoren, die in Frage kommen, Ihr Projekt durch finanzielle oder Sachzuwendungen zu unterstützen.**

2.1.6 Verabschiedung des Konzepts in den schulischen Gremien

Informieren Sie die Schulöffentlichkeit über das Konzept und verteilen Sie es an die Mitglieder der schulischen Gremien (Elternrat, Schülervertretung, Lehrerkollegium) bevor es in der Schulkonferenz endgültig abgestimmt wird. Die Form der Veröffentlichung sollten Sie von den Bedingungen Ihrer Schule abhängig machen: Auslegen bzw. Verteilen von Manuskripten bzw. Flyern, Veröffentlichung auf der Homepage der Schule, Aushang auf Stellwand oder im Schaukasten der Schule. Weisen Sie darauf hin, dass Änderungswünsche gerne eingearbeitet werden.

2.2 Vorbereitungsphase

Schrittfolge in der Vorbereitungsphase des Schülermentoren-Projekts:



2.2.1 Beschaffung von Materialien und Medien

Zur Durchführung des Schülermentoren-Projekts benötigen Sie Material, mit dessen Hilfe Sie bzw. die Schülermentoren

- Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte zum Thema „Rauchen/ Nichtraucher“ informieren können,
- im Rahmen der Aktivitäten motivieren oder belohnen können (z. B. Give aways im Rahmen von Wettbewerben).
- ▶ **Überlegen Sie, welche Materialien und Medien Sie benötigen und nutzen Sie die Materialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Informationen finden Sie ab Seite 72).**
- ▶ **Bestellen Sie rechtzeitig das Infomaterial, das Sie zur Vorbereitung des Projekts und für die geplanten Maßnahmen benötigen.**

2.2.2 Rekrutierung der Schülermentoren

Das Team der Schülermentoren sollte – je nach Schulgröße – aus 10 bis 20 Schülerinnen und Schülern bestehen. Teilnehmen sollten vor allem Schülerinnen und Schüler der 7. und 8. Klassen. Schulen mit einer Sekundarstufe 2 sollten zusätzlich Schülerinnen und Schüler der 10., 11. oder 12. Klasse aufnehmen. Sie können eine Vorbildrolle als Ältere und auch einen gewissen Schutz der Jüngeren bei möglichen Konflikten wahrnehmen.

Der Schwerpunkt bei der Auswahl von Schülerinnen und Schülern, der auf den Klassenstufen 7 und 8 liegt, ergibt sich einerseits aus der suchtpreventiven Zielsetzung des Projekts: Es sollen vor allem Schülerinnen und Schüler im typischen Einstiegsalter angesprochen werden. Außerdem entspricht dieses Kriterium dem Wunsch vieler schulischer Pädagoginnen und Pädagogen aus Haupt- und Realschulen, die den Aufwand für das Projekt eher gerechtfertigt sehen, wenn die geschulten Schülerinnen und Schüler die Schule noch längere Zeit besuchen und in den folgenden Schuljahren im schulischen Kontext aktiv sind.

Die Schülermentoren einer Schule sollten aus unterschiedlichen Klassen rekrutiert werden. Ganze Klassen sollten sich nicht beteiligen, weil

- Strukturen, die sich in Klassen verfestigt haben, nicht auf die Dynamik im Schülermentoren-Projekt übertragen werden sollen („Cliquesbildung“).
- Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit erhalten sollen, neue Schülerinnen und Schüler kennenzulernen und sich mit ihnen anzufreunden. Dies ist für manche ein nicht unerheblicher Anreiz für die Projektteilnahme.

Als Schülermentoren kommen vor allem Schülerinnen und Schüler in Frage,

- die Nichtraucherinnen bzw. Nichtraucher sind,
- die den o.g. Altersgruppen angehören,
- die in der Lage sind, auf andere zuzugehen,
- die zuverlässig sind.

Die Bedeutung des Nichtraucher-Status wird von manchen Lehrkräften unterschätzt. Schülerinnen und Schüler, die lediglich beabsichtigen, mit dem Rauchen aufzuhören, sollten erst nach mindestens zwei Monaten Rauchfreiheit aufgenommen werden. Diese Schülerinnen und Schüler haben – trotz bester Absichten – oftmals große Schwierigkeiten mit dem Ausstieg. Wenn diese Jugendlichen aufgrund der Ausstiegsabsicht in das Team aufgenommen werden, besteht die Gefahr, dass ein großer Teil der Energien der Projektteilnehmer dafür investiert wird, diesen Teammitgliedern beim Ausstieg zu helfen.

Die Schülermentoren müssen nicht über hohe kognitive Kompetenz verfügen oder leistungsmäßig herausragen. Für manche ist mit einer Beteiligung eine neue Entwicklungsmöglichkeit verbunden. So zeigen die Erfahrungen, dass bisher eher unauffällige Schülerinnen und Schüler oftmals die Chancen des Projekts nutzen, sich zu profilieren und Anerkennung unter Gleichaltrigen zu gewinnen. Eher als problematisch eingeschätzte Schülerinnen und Schüler, die vielfach „Peer Leader“ in ihren Klassen sind, lernen im Schülermentoren-Team, ihre Führungskompetenzen in eine positive Richtung zu lenken.

Es sollte jedoch darauf geachtet werden, dass der Anteil der Schülerinnen und Schüler, die im sozialen Bereich als problematisch eingeschätzt werden, nicht überwiegt, da sich ansonsten die Dynamik des Projekts zu stark auf die Bearbeitung interner Schwierigkeiten richtet. Jungen und Mädchen sollten in etwa ausgewogenem Verhältnis berücksichtigt werden.

- ▶ **Informieren Sie die Schülerinnen und Schüler über die Möglichkeiten der Beteiligung, indem Sie das Projekt in den in Frage kommenden Klassen z. B. mittels eines kurzen Power-Point-Vortrags vorstellen. In diesem Kontext werden auch die Klassenlehrer noch einmal mit den Inhalten des Projekts vertraut gemacht. Geben Sie auch Informationen zu den Aufgaben und Erwartungen an die Schülermentoren und die zeitliche Dimension des Projekts.**
- ▶ **Gestalten Sie ein Plakat oder Aushang und nutzen Sie die Schülerzeitung, um das Projekt vorzustellen und für die Mitarbeit zu werben.**

Die Anmeldungen sollten auf Grundlage freiwilliger Meldung von Schülerinnen und Schülern erfolgen, die Interesse am Projekt bekunden. Die Klassenlehrerinnen und -lehrer schätzen ein, ob diese geeignet sind. Falls nicht, wird von einer Teilnahme abgeraten bzw. einer Bewerbung nicht zugestimmt.

In einzelnen Fällen können auch bestimmte Schülerinnen und Schüler direkt angesprochen und ihnen die Beteiligung vorgeschlagen werden (z. B. Mitgliedern des Schülerrats). Falls sich in einer Klasse zu viele Personen anmelden, entscheidet der Klassenlehrer/die Klassenlehrerin, wer teilnehmen darf.

- ▶ **Stellen Sie von vorneherein klar, dass nach Durchführung der Schülermentoren-Schulung am Anfang des neuen Schuljahres, keine Aufnahme von Schülerinnen und Schülern in das laufende Projekt mehr möglich ist (siehe hierzu Seite 59).**

2.2.3 Qualifizierung der betreuenden Pädagoginnen und Pädagogen

Einen großen Teil der fachlichen und didaktischen Kompetenzen, die die verantwortlichen Pädagoginnen und Pädagogen zur qualifizierten Leitung des Projekts und insbesondere zur Durchführung der Schulung der Schülermentoren benötigen, eignen sie sich durch die Lektüre dieses Leitfadens an. Für einige Bereiche ist jedoch – je nach Vorkenntnissen – möglicherweise eine zusätzliche Qualifizierung erforderlich.

Basiswissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“

Basiswissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ und „Tabakprävention“ finden Sie in den Kapiteln 1.1 und 1.2 im Anhang. Machen Sie sich auch mit den Internetangeboten der BZgA vertraut und schauen Sie sich insbesondere die Seiten www.rauchfrei-info.de sowie www.drugcom.de an.

Wissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ benötigen Sie vor allem im Rahmen der Schulungen für Schülermentoren. In diesem Seminar werden die Schülermentoren auch über die Substanz „Tabak“ und die Folgewirkungen des Konsums informiert.

Wichtig für die Vermittlung von Kenntnissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ sind nicht nur die Inhalte, sondern auch die Form der Präsentation. Diese sollte möglichst unterhaltsam auf der Grundlage von anschaulichem Material erfolgen. Der geplante Vortrag könnte daher durch eine Power-Point-Präsentation unterstützt werden, so dass Sie die Möglichkeit haben Grafiken und Fotos zu integrieren.

Die Präsentation zu diesem Vortrag können die Schülermentoren – nach individueller Anpassung und Überarbeitung – später für eigene Vorträge bei schulischen Projekten, Veranstaltungen oder in Klassen nutzen. Informationen hierfür finden Sie im Anhang (ab Seite 131).

Anwendung gruppendynamischer und erlebnispädagogischer Methoden und Übungen

Allein durch Vorträge sollten Informationen zum Rauchen nicht dargeboten werden. Es haben sich Methoden bewährt, mit denen Wissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ im Rahmen von Übungen und Wettbewerben spielerisch und auf spannende Weise vermittelt werden kann.

Gruppendynamische und erlebnispädagogische Methoden spielen in der Ausbildung der Schülermentoren eine wichtige Rolle. Beispiele finden Sie im Abschnitt „Programm der Schülermentoren-Schulung“ ab Seite 25 (z. B. „Blitzlicht“, „Das unterschreibe ich!“, „Der schwebende Stab“).

Schulische Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen verfügen meist über ein solches methodisches Repertoire. Falls in Ihrer Schule eine Schulsozialarbeiterin/ein Schulsozialarbeiter tätig ist, sollte diese bzw. dieser im Betreuer-Team mitwirken.

Es ist sinnvoll, in der Projektvorbereitung dafür zu sorgen, dass die Projektleitung in der Lage ist, erlebnispädagogische Übungen anzuleiten oder an der Anleitung dieser Übungen mitzuwirken. In Hinblick auf die Erwartung, dass von den Schülermentoren eine intensive Teamarbeit gewünscht wird, ist es günstig, wenn sich auch das Betreuer-Team gut abgestimmt und kooperativ präsentiert.

2.3 Umsetzungsphase

Das Projekt beginnt mit der Schulung der Schülermentoren. Diese Veranstaltung hat auch vorbereitenden und planerischen Charakter. Aufgrund der umfangreichen Wissens- und Kompetenzvermittlung sowie der Intensität der Teamfindungsprozesse stellt die Schulung den eigentlichen Projektstart dar.

Der Projektstart im Sinne der Außenwirkung erfolgt im Anschluss an die Schülermentorenschulung und leitet die unterschiedlichen Aktivitäten ein, die in der Schulöffentlichkeit, im Unterricht oder anderen schulischen Zusammenhängen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ umgesetzt werden.

Ein Projekt, das über den Zeitraum eines ganzen Schuljahres durchgeführt wird, läuft Gefahr gegen Ende an Schwung zu verlieren. Es ist deshalb sinnvoll, den gesamten zeitlichen Ablauf im Auge zu haben. Nach einer Einführungs- und Anfangsphase (1. Halbjahr) sollte eine Bilanzierung und Neuorientierung erfolgen, die für das 2. Halbjahr neue Anregungen und Orientierungen liefert.

Schrittfolge in der Umsetzungsphase des Schülermentoren-Projekts:



2.3.1 Schulung der Schülermentoren

Die Schulung der Schülermentoren ist eines der zentralen Elemente des Projekts. Sie schafft die Grundlagen der Zusammenarbeit, die für den gesamten weiteren Projektverlauf von prägender Bedeutung sind. Viele beteiligte Schülerinnen und Schüler entwickeln in dieser Veranstaltung ein vertieftes Interesse oder gar eine Begeisterung für das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“. Der wahrgenommene Kompetenz- und Wissenszuwachs ebenso wie der entstandene Gruppenzusammenhalt tragen wesentlich zur Motivierung der Schülerinnen und Schülern bei, auf die sich die Umsetzung der Projektaktivitäten im weiteren Schuljahr stützen kann.

Teilnehmerinnen und Teilnehmer

An der Schulung nehmen die ausgewählten Schülerinnen und Schüler teil, die im folgenden Schuljahr als Schülermentoren tätig sein sollen (zur Rekrutierung siehe Seite 19) sowie die Pädagoginnen und Pädagogen, die für die Betreuung der Schülermentoren verantwortlich sind.

Insbesondere, wenn Ihre Schule nicht über eine Schulsozialarbeiterin oder einen Schulsozialarbeiter verfügt, kann es sinnvoll sein, in die Leitung der Schulung eine Mitarbeiterin bzw. einen Mitarbeiter der Fachstelle für Suchtprävention der Region oder des Bundeslandes einzubeziehen. Möglicherweise kann diese Fachkraft das Projekt auch im weiteren Verlauf fachlich begleiten.

Ziele der Schulung

Folgende Ziele sollen durch die Schulung erreicht werden:

- Kennenlernen und Teambildung der Schülermentoren,
- Erwerb von Basisinformationen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“,
- Verbesserung der Kommunikations- und Gesprächsführungskompetenzen,
- Handlungsplanung für den Einsatz der Schülermentoren,
- Bildung eines arbeitsfähigen Teams aus Schülermentoren und betreuenden Lehrkräften am Ende der Schulung, das über hinreichende fachliche und kommunikative Kompetenzen verfügt, um das Projekt im nächsten Schuljahr durchzuführen.

Inhalte der Schulung

Die Inhalte der Schulung sind

- das Kennenlernen und die Teamentwicklung der Schülerinnen und Schüler u. a., durch erlebnispädagogische und gruppendynamische Übungen,
- die Vermittlung substanzbezogener Basisinformationen,
- die Vermittlung von Gesprächstechniken und Methoden der Öffentlichkeitsarbeit, um Schülerinnen und Schüler zum Nichtrauchen zu motivieren,
- die Planung konkreter Aktivitäten und Einsätze in schulischen Bereichen.

Das nachfolgende Programm umfasst Trainingselemente in Bezug auf die konkreten sozialen Aufgabenstellungen der Schülermentoren im schulischen Rahmen, z. B. Verhaltensschulung in Bezug auf Gesprächsführung, Konfliktmanagement, Präsentationsmethoden, Material- und Projektgestaltung usw.

Da Schwerpunkte der Schulung neben der Wissensvermittlung auch im sozialen und emotionalen Bereich liegen, sind erlebnispädagogische Angebote wie Klettergarten oder Kanufahrten erwünschte Ergänzungen, um den Gruppenzusammenhalt zu stärken. Sie sind jedoch keine notwendigen Elemente der Schulung.

Zeitrahmen

Die Schulung der Schülermentoren nimmt etwa 2 bis 2,5 Tage in Anspruch. Um eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ zu ermöglichen, das Kennenlernen und das Zusammengehörigkeitsgefühl unter den Schülern zu fördern, sollte das Programm möglichst an aufeinander folgenden Tagen durchgeführt werden. Falls dies aus organisatorischen Gründen nicht möglich ist, sollten Sie zumindest ganztägige Projekttag für die Durchführung einplanen.

Ort der Schulung

Für viele Schülerinnen und Schüler bietet die Ausbildung zu Schülermentoren die Chance, eine neue, konstruktivere Rolle als sonst im Unterricht einzunehmen. Erleichtert wird dieser Rollenwechsel durch die neue Gruppensituation. Ein Veranstaltungsort außerhalb der Schule kann dies zusätzlich unterstützen.

Die Durchführung der Schulung in einer Tagungsstätte außerhalb der Schule (z. B. Landschulheim in der Region) in der auch übernachtet wird, bietet zusätzlich Zeit und Gelegenheit zur Entwicklung und zum Zusammenwachsen der Gruppe und stärkt so das „Wir-Gefühl“ unter den Mentoren.

Wenn eine mehrtägige Veranstaltung mit Übernachtung in einem Landschulheim aus organisatorischen oder finanziellen Gründen nicht in Frage kommt, sollten Sie versuchen, andere Räume außerhalb der Schule für die Durchführung zu organisieren. Vielleicht gibt es in der Schulumgebung ein Jugendfreizeitheim oder eine Kirchengemeinde, die Ihnen Räume für die Veranstaltung zur Verfügung stellen kann.

Falls die Schulung in den Räumen der Schule stattfindet, sollten Sie diese am Wochenende durchführen, so dass es keine Ablenkung durch den laufenden Schulbetrieb gibt. Sinnvoll ist es dann, die Veranstaltung in dem Raum durchzuführen, den die Schülermentoren später für ihre Arbeit nutzen können, so dass der Raum bereits durch die eingesetzten und erarbeiteten Materialien gestaltet wird.

■ Zertifizierung

Nach erfolgreicher Beendigung der Schülermentoren-Ausbildung erhalten die Schülerinnen und Schüler ein Zertifikat, das förmlich die erworbenen fachlichen und sozialen Fähigkeiten und das gezeigte freiwillige Engagement bestätigt. Das Zertifikat wird von der Schulleitung unterzeichnet. Eine Vorlage für das Zertifikat finden Sie auf Seite 83.



Das Programm der Schülermentoren-Schulung

Der im folgenden Programm dargestellte zeitliche Ablauf orientiert sich an den Rahmenbedingungen, die gegeben sind, wenn die Schulung in einem Landschulheim oder einer anderen Tagungsstätte mit Übernachtungsmöglichkeit durchgeführt wird. Die Veranstaltung beginnt am Anreisetag nachdem die Zimmer bezogen worden sind. Für den Vormittag bleibt nach der Anreise, einer Erkundung der Umgebung und dem Beziehen der Zimmer meist nur noch Zeit für eine Vorstellungsrunde (siehe unten Punkt 1.1). Bei längerer Anfahrzeit kann mit dem Programm erst nach dem Mittagessen begonnen werden. Das Ende der Veranstaltung ist vor oder nach dem Mittagessen am dritten Veranstaltungstag. Das Programm hat insgesamt einen zeitlichen Umfang von zwei ganzen Tagen (zwei halbe und ein ganzer Tag).

Falls Sie die Fortbildung in der eigenen Schule durchführen, werden Sie hierfür wahrscheinlich das Wochenende nutzen. Im Unterschied zur Veranstaltung in einer Tagungsstätte werden die beiden Tage voll genutzt, so dass sich insgesamt derselbe Zeitrahmen ergibt wie bei der externen Veranstaltung.

1. Der erste Tag

Im Mittelpunkt des ersten Schultags stehen das Kennenlernen untereinander und die Vermittlung von Basisinformationen zum Rauchen.

1.1 Begrüßung und Kennenlernen

Wenn das Kennenlernen und die Kontaktaufnahme der Schülermentoren untereinander positiv verlaufen, entstehen günstige Voraussetzungen für die weitere Teamfindung. Dieser Prozess kann durch einige Übungen am Anfang der Schulung unterstützt werden.

Kleine Ansprache zu Beginn der Schulung

| | |
|------------------|---|
| Ziel: | Der Beginn der Schulung wird kenntlich gemacht. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich willkommen und anerkannt fühlen. |
| Methode: | Vortrag |
| Material: | – |
| Dauer: | ca. 5 Minuten |
| Ort: | Plenum |

Vorstellungsrunde mit Ballwurf

| | |
|------------------|---|
| Ziel: | Die Teilnehmer sollen sich auf spielerische Weise kennenlernen. Mit der Übung soll bereits am Anfang gezeigt werden, dass die Schülerinnen und Schüler nicht als Zuhörer, sondern als aktive Teilnehmer gefordert sind, dass es auf eine konzentrierte Zusammenarbeit ankommt, bei der man auch Fehler machen darf, dass der gute Kontakt untereinander wichtig ist und dass es Spaß machen soll. |
| Methode: | kommunikatives Spiel |
| Material: | Ball |
| Dauer: | ca. 20 Minuten |

- Ort:** Die Übung sollte bei schönem Wetter im Freien stattfinden.
- Durchführung:** Ein kleiner Ball wird im Kreis herumgeworfen. Wer den Ball auffängt, sagt laut seinen Vornamen und sein Hobby. Durch Ballwurf bestimmt sie/er, wer als Nächstes an der Reihe ist. Diese Schülerin bzw. dieser Schüler stellt sich dann ebenfalls vor und wirft den Ball weiter an eine Mitspielerin oder einen Mitspieler, die/der den Ball noch nicht hatte usw.
- Die Schülerinnen und Schüler werden aufgefordert, sich zu merken, wem sie den Ball zugeworfen haben – möglichst mit Namen. Nicht gestattet ist, den Ball an den Nebenmann weiterzugeben. Zum Schluss, nachdem alle den Ball hatten, landet dieser wieder bei der Spielleitung, die sich ebenfalls vorstellt.
- Die Spielleitung kündigt nun an, dass der Ball eine zweite Runde in derselben Reihenfolge machen soll. Nun soll aber die Werferin oder der Werfer den Namen der Empfängerin oder des Empfängers rufen. Wer den Namen vergessen hat, soll jetzt noch nachfragen. Das Ganze soll möglichst schnell ablaufen.
- Wenn der Ball in der richtigen Reihenfolge geworfen wurde, werden von der Spielleitung mehrere Bälle hintereinander in die Runde gebracht, die denselben Weg gehen, bis schließlich fünf Bälle gleichzeitig unterwegs sind.

Kurzer Einführungsvortrag

- Ziel:** Die Schülerinnen und Schüler sollen über Ziele und Ablauf der Veranstaltung informiert sein, die organisatorischen Rahmenbedingung und die Regeln für das Zusammensein kennen
- Methode:** Vortrag mit Flipchartunterstützung
- Material:** Flipchart, Stifte
- Dauer:** ca. 10 Minuten
- Ort:** Plenum
- Inhalte:**
1. Ziele der Veranstaltung (auf Flipchart)
 - Informationstand zum Thema „Rauchen“ verbessern
 - Aufgaben der Mentoren im nächsten Schuljahr festlegen
 - Ein gutes Team bilden
 - Die eigene Schule verschönern oder verbessern, z. B. in den Pausen
 - Vernünftig über das Thema „Rauchen“ reden können
 - Spaß haben und gleichzeitig konzentriert arbeiten
 2. Ablauf der Veranstaltung (Übersicht auf Flipchart)
 3. Organisatorisches
 4. Regeln des Zusammenseins

Kennenlernen mit Bezug zum Thema Rauchen: „Alle, die...“

Intention: Die Teilnehmer sollen sich noch besser kennenlernen und einen Einstieg in das Thema „Rauchen“ finden.

Methode: Kommunikatives Spiel mit Bezug zum Thema

Material: –

Dauer: ca. 15 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Alle Teilnehmer sitzen im Kreis. Die Spielleitung ruft Schülerinnen und Schüler, auf die bestimmte Ansagen zutreffen, in die Mitte des Kreises.

Mögliche Ansagen:

- „Alle stehen auf und tauschen die Plätze, die ...
- ... heute schon kräftig gelacht haben
- ... sich schon mal über Raucher geärgert haben
- ... Schuhe mit Klettverschluss tragen
- ... schon mal an einer Zigarette gezogen haben
- ... mindestens ein Haustier haben
- ... mehr Freunde haben, die rauchen, als Freunde, die nicht rauchen
- ... Eltern haben, die rauchen.“

Die Schülerinnen und Schüler werden dann kurz befragt, z. B.: „Erzähl mal, worüber hast du heute schon gelacht“ oder „... wann hast du dich schon einmal über einen Raucher geärgert“ usw. Anschließend sollen sich die Schülerinnen und Schüler wieder hinsetzen – allerdings so, dass keiner auf demselben Platz sitzt wie vorher.



Motive: „Ich bin hier, weil....“

Intention: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer reflektieren die Motive für ihre Beteiligung am Projekt und den Umgang ihrer Schule mit dem Rauchen.

Methode: Kooperative Arbeit in der Gesamtgruppe

Material: 5 bzw. 10 DIN A2-Pappen in unterschiedlichen Farben, die im Vorfeld mit unterschiedlichen Satzanfängen (siehe unten) beschriftet wurden; Filzstifte

Dauer: ca. 30 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Es werden fünf DIN A2-Pappen in unterschiedlichen Farben auf dem Boden ausgelegt. Oben auf jedem Blatt befinden sich unterschiedliche Satzanfänge. Jede Schülerin bzw. jeder Schüler muss auf jedem Blatt den jeweiligen angefangenen Satz vervollständigen, so dass schließlich jedes Blatt so viele Antworten enthält wie es Schülerinnen und Schüler in der Gruppe gibt. Bei einer Gruppengröße von über 10 Personen wird jedes Blatt in doppelter Ausführung zur Verfügung gestellt, damit keine Warteschlangen entstehen. Die angefangenen Sätze auf den Pappen lauten:

Blatt 1: „Ich bin hier, weil ...“

Blatt 2: „Ich finde es wichtig, dass man nicht raucht, weil ...“

Blatt 3: „Es wäre dringend nötig, gegen das Rauchen an unserer Schule Folgendes zu unternehmen ...“

Blatt 4: „An unserer Schule wird folgendermaßen bekannt gemacht, dass nicht geraucht werden soll ...“

Blatt 5: „Das Wichtigste an unserer Schule zur Förderung des Nichtrauchens ist ...“

Nachdem die Blätter von allen Schülerinnen und Schülern bearbeitet wurden, werden die gesammelten Aussagen von fünf verschiedenen Schülerinnen und Schülern im Plenum vorgestellt.

Material: Vorbereitete DIN A2-Pappen mit Aussagen zu Teilnahmemotiven bzw. zur Situation in der eigenen Schule.

1.2 Vermittlung von Basisinformationen zum Rauchen/Nichtrauchen

Die Vermittlung von Wissen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ stellt einen wichtigen thematischen Abschnitt der Schulung dar und sollte nur zum Teil in Vortragsform erfolgen. Durch Übungen, die das Thema anschaulich vermitteln und durch Wettbewerbe, die Spannung bei den Jugendlichen erzeugen, kann erreicht werden, dass die Schülerinnen und Schüler aktiv und interessiert am Thema bleiben.

Vortrag zum Thema „Rauchen“

- Ziel:** Die Schülermentoren sollen über grundlegende Kenntnisse zur Substanz „Tabak“, den gesundheitlichen Folgeproblemen des Rauchens, zum Rauchen mit Wasserpfeifen, zum Passivrauchen und zum Thema Tabakwerbung verfügen.
- Methode:** Vortrag mit Power-Point-Präsentation
- Material:** Notebook, Videobeamer, Power-Point-Präsentation (siehe Seite 126)
- Dauer:** ca. 30 Minuten
- Ort:** Plenum
- Inhalte:** Inhaltsstoffe des Zigarettenrauchs
Folgeschäden des Konsums
Rauchen mit Wasserpfeifen
Passivrauchen
Tabakwerbung
Rechtsfragen zum Thema „Rauchen“



Das „Rauchfrei-Quiz“*

Ziel: Die Schülermentoren verfügen über grundlegende Kenntnisse zu „Tabak“, den gesundheitlichen Folgeproblemen und über andere Fakten zum Thema „Rauchen“.

Methode: Quiz als Wettbewerb zwischen zwei Schülergruppen

Material: 16 laminierte Karten mit Fragen des „Rauchfrei-Quiz“ (siehe Seite 70), 2 Wassergläser, eine Tüte mit Bonbons, 1 Manual mit den Lösungen der zu den Fragen (siehe Seite 71)

Dauer: ca. 30 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Es werden zwei Gruppen mit gleicher Schülerzahl gebildet. Die Gruppen sitzen jeweils in einem kleinen Halbkreis, so dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in ihrer Gruppe gut miteinander sprechen können und gleichzeitig Sicht auf die Stellwand mit den Fragen des „Rauchfrei-Quiz“ haben. Die Fragen sind so aufgehängt, dass nur die Rückseite der Karte – also nicht die Frage selbst – erkennbar ist. Auf der Rückseite der Karte steht der Themenbereich, in dem die jeweilige Frage zum Thema „Rauchen“ angesiedelt ist (z. B. Wirkung 1, Risiken 3 usw., siehe Seite 31).

Die Spielleitung gibt jeder Gruppe ein leeres Glas und macht folgende Ansage: „Dies ist das „Rauchfrei-Quiz“. Wir ermitteln jetzt mit diesem Wettbewerb, welche der beiden Gruppen über mehr Grundwissen zum Thema „Rauchen“ verfügt. Auf der Rückseite der Karten, die hier aushängen, befinden sich Fragen zum Rauchen. Die Fragen sind nach Themen geordnet. In der ersten Reihe befinden sich 4 Fragen zur Substanz, in der zweiten 4 zu den Wirkungen, in der dritten 4 Fragen zu den Gefährdungen und in der vierten Reihe 4 Fragen „Wissenswertes“.

Beide Gruppen erhalten abwechselnd eine Frage, die sie beantworten müssen. Wenn Gruppe 1 z. B. sagt „Wissenswertes 3“ drehe ich diese Karte um, so dass die Frage sichtbar wird. Die Gruppe versucht dann die Frage zu beantworten. Für jede richtige Antwort erhält die Gruppe 3 Bonbons. Die vier Chance-Fragen sind etwas anspruchsvoller und bringen 6 Bonbons, wenn sie richtig gelöst werden. Die Bonbons werden in dem Glas gesammelt, das ihr von mir bekommen habt. Die Gruppe, die zum Schluss die meisten Bonbons besitzt, hat gewonnen.

Für jede Aufgabe gibt es eine Minute Zeit, die richtige Lösung zu finden. Dabei soll es sich um eine Gruppenlösung handeln, d. h. Einzelantworten werden nicht anerkannt. Falls die Antwort falsch ist, kann die andere Gruppe durch Nennung der richtigen Lösung, die drei Bonbons gewinnen.“

Bei den Chance-Fragen handelt es sich um Aufforderungen zu Rollenspielen, die mit dem Thema „Rauchen“ zusammenhängen. Dass es sich um diese Art von Aufgaben handelt, erfahren die Teilnehmer und Teilnehmerinnen erst, wenn die erste Chance-Karte gewählt wurde.

* In Anlehnung an Jörg Cadsky, Update – Fachstelle für Suchtprävention – Kinder-, Jugend-, Elternberatung, Bonn

| Das Rauchfrei-Quiz | | | |
|--------------------|-----------|-----------------|-----------|
| Chance 1 | Risiken 1 | Wissenswertes 1 | Wirkung 1 |
| Substanz 2 | Chance 2 | Wissenswertes 2 | Wirkung 2 |
| Substanz 3 | Risiken 3 | Chance 3 | Wirkung 3 |
| Substanz 4 | Risiken 4 | Wissenswertes 4 | Chance 4 |

„Die Schadstoffzigarette“ *

Ziel: Durch die Modellzigarette sollen Schülerinnen und Schüler einen bildlichen Eindruck von den Inhaltsstoffen des Zigarettenrauchs erhalten. Die Übertragung der Inhaltsstoffe auf exemplarische Gegenstände aus dem alltäglichen Leben (z. B. Ammoniak = Reinigungsmittel) macht Jugendlichen die in Zigarettenrauch enthaltenen chemische Substanzen und Giftstoffe verständlich. Sie wechseln über von der abstrakten Begrifflichkeit in eine bewusst erlebbare Handlungsebene.

Methode: Einzelarbeit mit Gruppendiskussion

Material: siehe Erläuterung zur „Schadstoffzigarette“ (Seite 74 ff.)

Dauer: ca. 30 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Die Schadstoffzigarette ist das überdimensionale Modell einer Zigarette, das sich aufklappen lässt. Im Inneren befinden sich in kleinen Verpackungen, Gläschen oder als Abbildungen schädliche bzw. giftige Substanzen, die im Zigaretten tabak nachgewiesen wurden. Die Schülerinnen und Schüler nehmen nacheinander jeweils eine dieser „Proben“ aus der Zigarette heraus und raten, um welchen Stoff es sich handeln und was diese Substanz in Zigaretten für eine Funktion haben könnte (z. B. Ammoniak beschleunigt die Aufnahme des Nikotins in der Lunge und des Anflutens im Gehirn – die Droge Nikotin wirkt also schneller und länger). Einige der Gläschen dürfen für eine Geruchsprobe geöffnet werden.

Erfahrungsgemäß werden nicht alle Substanzen richtig bestimmt. Die Übungsleitung liefert die richtige Auflösung. Eine Anleitung, wie die Substanzen im Rahmen der Demonstration erklärt werden können, finden Sie ab Seite 76. Kopieren Sie diese Anleitung, so dass Sie die Auflösungen während der Übung griffbereit haben. Sie können auch einige Schülerinnen und Schüler damit beauftragen, die Substanzen mit Hilfe der Anleitung zu erklären.

Diese Übung kann nur dann durchgeführt werden, wenn die Suchtpräventionsstelle der Region/des Bundeslandes über eine „Schadstoffzigarette“ verfügt, die ausgeliehen werden kann oder wenn in der Schule bereits ein eigenes Modell angefertigt wurde (z. B. in einem Projekt). Falls dies nicht der Fall ist, kann es eine Aufgabe der Schülermentoren im Rahmen der Projektarbeit sein, eine solche Schadstoffzigarette nachzubauen, die dann in zukünftigen Veranstaltungen genutzt werden kann.

* Vgl. „Schadstoffzigarette“ der „LoQ – Leben ohne Qualm“, Landesinitiative in NRW der Stiftung für Prävention – Ginko, Mülheim/Ruhr

„Schreibgitter“

- Ziel:** Vertiefung des erworbenen Wissens zum Thema „Rauchen“ und Entwicklung persönlicher Prioritäten in Bezug auf die Einschätzung von Risiken des Rauchens.
- Methode:** Einzelarbeit, Gruppenarbeit und Vorstellung der Gruppenergebnisse im Plenum
- Material:** Vorbereitete Flipchartbögen „Schreibgitter“ zu den unterschiedlichen Themen in Anzahl der Gruppen, jeweils zwei Karteikarten pro Gruppe
- Dauer:** ca. 30 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Es werden Gruppen mit je vier Personen gebildet. Jede Gruppe erhält von der Übungsleitung ein Flipchart-Blatt, auf dem ein „Schreibgitter“ vorgegeben ist und in dessen mittlerem Kasten das jeweilige Thema, das von der Gruppe bearbeitet werden soll, steht.

Einzelarbeit: Jedes Gruppenmitglied hat zunächst 10 Minuten Zeit, in Einzelarbeit möglichst viele Aussagen zu diesem Thema zu sammeln und auf ein DIN A4 –Blatt zu schreiben.

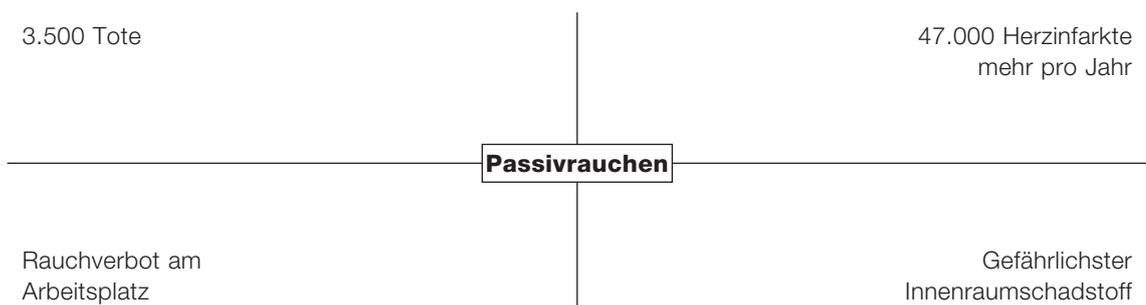
Gruppenarbeit: In der Gruppe werden die Einzelergebnisse nacheinander vorgestellt. Die Gruppe soll sich dann in ca. 15 Minuten auf die wichtigsten vier Aussagen zum Thema einigen und diese auf die vier äußeren Felder des „Schreibgitters“ eintragen.

Folgende Themen könnten z. B. vorgegeben werden:

- Gesundheitliche Folgen des Rauchens
- Inhaltsstoffe
- Passivrauchen
- Abhängigkeit
- Zigarettenwerbung

Außerdem werden von der Gruppe zwei Wissensfragen zum Gruppenthema auf Karteikarten formuliert (z. B. „Nenne zwei krebserregende Substanzen“ oder „Wie viele Menschen sterben am Passivrauchen“). Die Karten werden in der Übung „Mensch ärgere dich nicht!“ im Abendprogramm benötigt.

Die Schreibgitter werden von jeder Gruppe im Plenum vorgestellt. Die Karteikarten werden beim Trainer abgegeben.



1.3 Abendgestaltung

Auch in der Abendgestaltung kann die Wissensvermittlung oder –vertiefung eine Rolle spielen, wenn z. B. ein Spiel zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ durchgeführt wird, das unterhaltsam und spannend ist.

„Mensch Ärgere dich nicht“ (Abendprogramm)

| | |
|----------------------|---|
| Ziel: | Vertiefung des erworbenen Wissens zum Thema „Rauchen“ |
| Methode: | Wettbewerb zwischen Gruppen |
| Material: | Ein (großer) Würfel, Karteikarten der Gruppen zum Thema „Rauchen“ und von den Übungsleitern vorgefertigte Karten. |
| Dauer: | ca. 30 Minuten |
| Ort: | Plenum |
| Durchführung: | Im Abendprogramm kann das „Mensch ärgere dich nicht“-Spiel zum Thema „Rauchen“ durchgeführt werden. Die Karten mit den inhaltlichen Fragen, die in der Schreibgitter-Übung erstellt wurden, werden zusammen mit anderen Fragen, die von den Übungsleitern vorgefertigt wurden, im Kreis ausgelegt (insgesamt ca. 20 Karten), so dass die beschriftete Seite verdeckt liegt. |

Die Schülerinnen und Schüler bilden einen Kreis um die Karten herum. Die Teilnehmer der Gruppen, die das Schreibgitter bearbeitet haben, stehen zusammen und bilden jeweils eine Partei. Aus jeder Partei wird eine Person als „Spielfigur“ benannt. Jede „Spielfigur“ stellt sich an eine der Karten. Der erste Teilnehmer würfelt sich ein, d. h. er geht bei einer „6“ sechs Karten voran und deckt die dann erreichte Karte auf, liest sie laut vor und nimmt sie mit in seine Gruppe. In der Gruppe („Tuschelgruppe“) wird die richtige Antwort auf die Fragen gesucht und nach spätestens 2 Minuten vom Sprecher der Gruppe vorgetragen. Wenn die Antwort richtig ist, kann die Gruppe die Karte behalten, ansonsten wird sie wieder dort hingelegt, wo sie aufgenommen wurde.

Anschließend wird die „Spielfigur“ der nächsten Partei eingewürfelt usw. Wenn am Ende keine Karte mehr im Kreis liegt, hat die Partei gewonnen, in deren Besitz sich die meisten Karten befinden.

Freizeitaktivitäten

Nach dem „Mensch ärgere dich nicht“-Spiel gibt es Freizeitaktivitäten. Die Schülerinnen und Schüler haben gut gearbeitet und sollten Spaß haben. Beispiele: Lagerfeuer, Grillen, Nachtwanderung, Tischtennisturnier, Karaoke. Stimmen Sie mit den Schülerinnen und Schülern ab, was sie bevorzugen. Bereiten Sie diese Aktivitäten soweit es geht vor und besorgen Sie das notwendige Material. Falls Sie in einer Tagungsstätte untergebracht sind: Klären Sie vorher ab, über welches Material die Tagungsstätte verfügt und ob dort eine attraktive Abendgestaltung angeboten wird.

2. Der zweite Tag

2.1 Warm-up

„Das unterschreibe ich!“

Ziel: Die Schüler lernen, aufeinander zuzugehen und Kontakt aufzunehmen. Die Übung dient dem Aufwärmen nach einer Pause. Gleichzeitig werden auf spielerische Weise Fragen zum Thema Rauchen behandelt.

Methode: Warm-up

Material: Ein Unterschriftenblatt für jeden Teilnehmer/jede Teilnehmerin. Stifte

Dauer: 10–15 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält einen Bogen mit Aussagen u. a. auch zum Thema „Rauchen“ und muss in 7 bis 10 Minuten möglichst viele Unterschriften von anderen in der Gruppe sammeln. Die Aufgabe besteht also darin, auf andere Schülerinnen und Schüler zuzugehen und sie zu bitten, maximal zwei der Aussagen auf dem Blatt zu unterschreiben. Jeder darf eine bestimmte Aussage bei einer anderen Person nur einmal unterschreiben und nur solche Aussagen unterschreiben, die auf ihn tatsächlich zutreffen.

Anschließend findet eine kurze Auswertung statt: „Welche Unterschrift hat euch überrascht?“, „Bei welcher Aussage war es schwierig, jemanden zu finden?“ Die Aussagen auf dem Arbeitsblatt sind Beispiele. Es können auch andere gewählt werden, die z. B. auf die konkrete Gruppe abgestimmt sind.



Ich finde Zigarettenrauch eklig!

.....
.....

*Ich habe heute noch
etwas Nettes vor!*

.....
.....

*Ich kenne jemanden, dem würde
ein Anti-Rauchkurs gut tun!*

.....
.....

*Ich habe Freunde, die
nicht rauchen!*

.....
.....

*Ich fühle mich in der
Schule meistens wohl!*

.....
.....

Ich esse gerne Spaghetti-Eis!

.....
.....

*Ich habe schon mal an
einer Zigarette gezogen!*

.....
.....

*Ich würde gerne einiges in
meinem Leben verändern!*

.....
.....

*Ich habe bereits Stress
mit Raucherinnen und
Rauchern bekommen!*

.....
.....

*Ich habe heute schon
etwas Gesundes für
meinen Körper getan!*

.....
.....

*Ich würde gerne mal für ein
Jahr ins Ausland gehen!*

.....
.....

*Für die Sommerferien habe ich
bereits etwas Schönes geplant!*

.....
.....

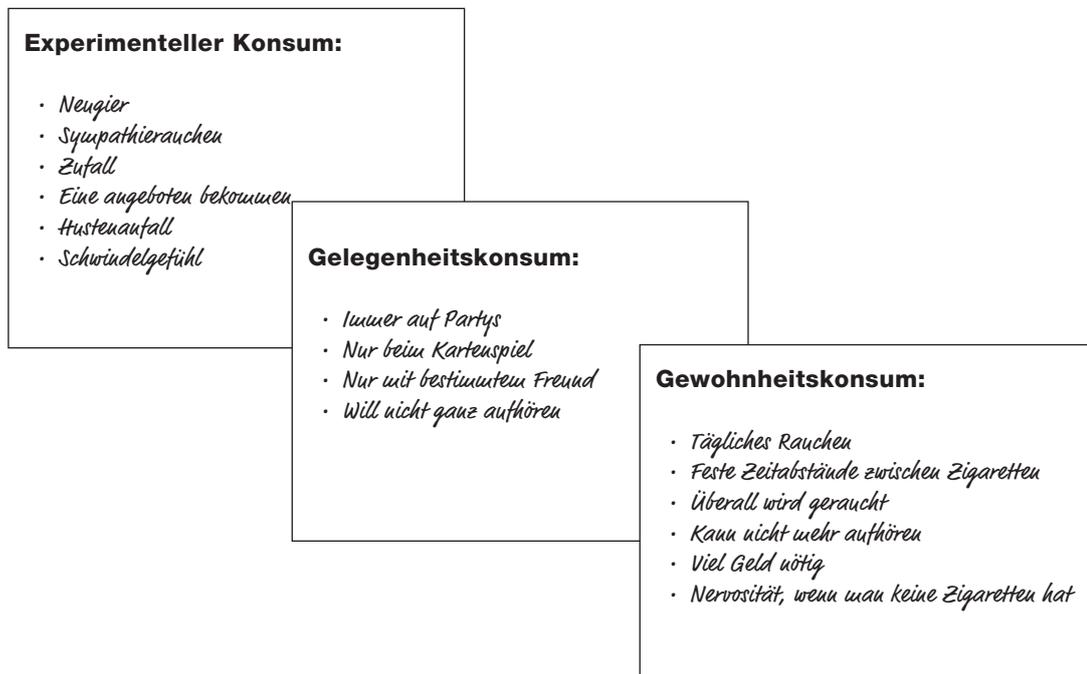
2.2 Vermittlung von Tabakkonsummustern/Rauchstadien

Auch wenn Raucherentwöhnung nicht in den Aufgabenbereich der Schülermentoren fällt, ist es dennoch sinnvoll, dass sie einen Einblick in die unterschiedlichen Rauchstadien erhalten. Die folgenden Übungen zu diesem Thema verschaffen den Schülermentoren eine Wissensgrundlage.

Sammeln von Merkmalen unterschiedlicher Konsummuster

- Ziel:** Fähigkeit zur Unterscheidung verschiedener Konsumstadien beim Rauchen
- Methode:** Abfrage auf Flipchart
- Material:** Vorbereitete Flipchartblätter
- Dauer:** ca. 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Jede Schülerin und jeder Schüler erhält einen Filzstift und ergänzt auf den vorgefertigten Blättern typische Merkmale zum jeweiligen Begriff:
- experimenteller Konsum
 - Gelegenheitskonsum
 - Gewohnheitskonsum
- Hängen Sie die Flipcharts im Plenum auf.

Konsummuster: Ergebnisse auf Flipcharts (Beispiele)



Die „Suchttreppe“

- Ziel:** Fähigkeit zur Analyse der Konsumententwicklung in der Raucherkarriere
- Methode:** Gruppenarbeit
- Material:** mehrere Sätze von im Vorfeld beschrifteten Karten
- Dauer:** ca. 15 Minuten
- Ort:** Gruppen arbeiten im Plenum
- Durchführung:** Es werden Gruppen mit jeweils vier Schülerinnen und Schülern gebildet. Jede Gruppe erhält einen Satz Karten, die wie folgt beschriftet sind:
- Ausprobieren
 - Steigerung der Dosis
 - Wiederholungszwang
 - Gewöhnung
 - Kontrollverlust
 - Sucht
 - Gelegenheitskonsum
 - Gruppendruck
 - Sympathierauchen

Die Schülerinnen und Schüler werden aufgefordert, die Karten so auf einer Pinnwand zu ordnen, dass sie eine Treppe darstellen, bei der sich unten die Anfänge einer Raucherkarriere befinden und oben die späteren Phasen der Entwicklung.

Die Gruppen denken sich dazu die Geschichte einer Raucherin oder eines Rauchers aus oder schildern die Entwicklung einer Raucherin bzw. eines Rauchers, die/den sie persönlich kennen.

Die Gruppen stellen nacheinander ihre Ergebnisse vor und tragen die Rauchergeschichte vor. Bei der Auswertung ist es wichtig zu berücksichtigen, dass es keine eindeutig richtige Lösung gibt, sondern Variationen möglich sind (z. B. findet eine Dosissteigerung auf mehreren Stufen statt). Es können auch Karten nebeneinander angeordnet werden, weil sie auf derselben Stufe einzuordnen sind.

Material: Kartensätze mit Konsumphasen in Anzahl der Gruppen.

Die Suchttreppe



2.3 „Meine Schule“

Neben dem Erwerb von tabakbezogenem Wissen ist es ein weiteres Ziel der Schulung, die SchülerInnen darauf vorzubereiten, Verbesserungen oder Verschönerungen in der eigenen Schule zu erreichen. Grundlage ist ein Verständnis darüber, welche Verbesserungsbereiche es in der Schule gibt. Um diesen Bedarf zu ermitteln und Handlungsperspektiven vorzubereiten, werden folgende Übungen zum Thema „Meine Schule“ durchgeführt:

„Karusselldiskussion“

- Ziel:** Reflexion der Stärken und Schwächen der eigenen Schule aus Schülersicht
- Methode:** Übung
- Material:** /
- Dauer:** ca. 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Die Schülerinnen und Schüler stehen in einem Innenkreis und einem Außenkreis, so dass jeder ein Gegenüber hat. Von der Übungsleitung wird ein Thema vorgegeben, dass die beiden sich jeweils Gegenüberstehenden ca. 2 Minuten diskutieren. Der Außenkreis rückt anschließend einen Platz weiter, so dass nun jeder ein neues Gegenüber hat. Es wird von der Übungsleitung ein anderes Thema vorgegeben. Dieses Verfahren wird so oft durchgeführt, bis alle vorbereiteten Themen behandelt wurden.
- Mögliche Themen sind z. B.
- Was finde ich gut in meiner Schule?
 - Was stresst mich in meiner Schule?
 - Was mache ich in der Pause?
 - Was fehlt mir in meiner Schule?
- In der Auswertung im Plenum wird die Frage gestellt „Was war für dich überraschend in den Diskussionen, was ist dir aufgefallen?“

Die „Ampel“

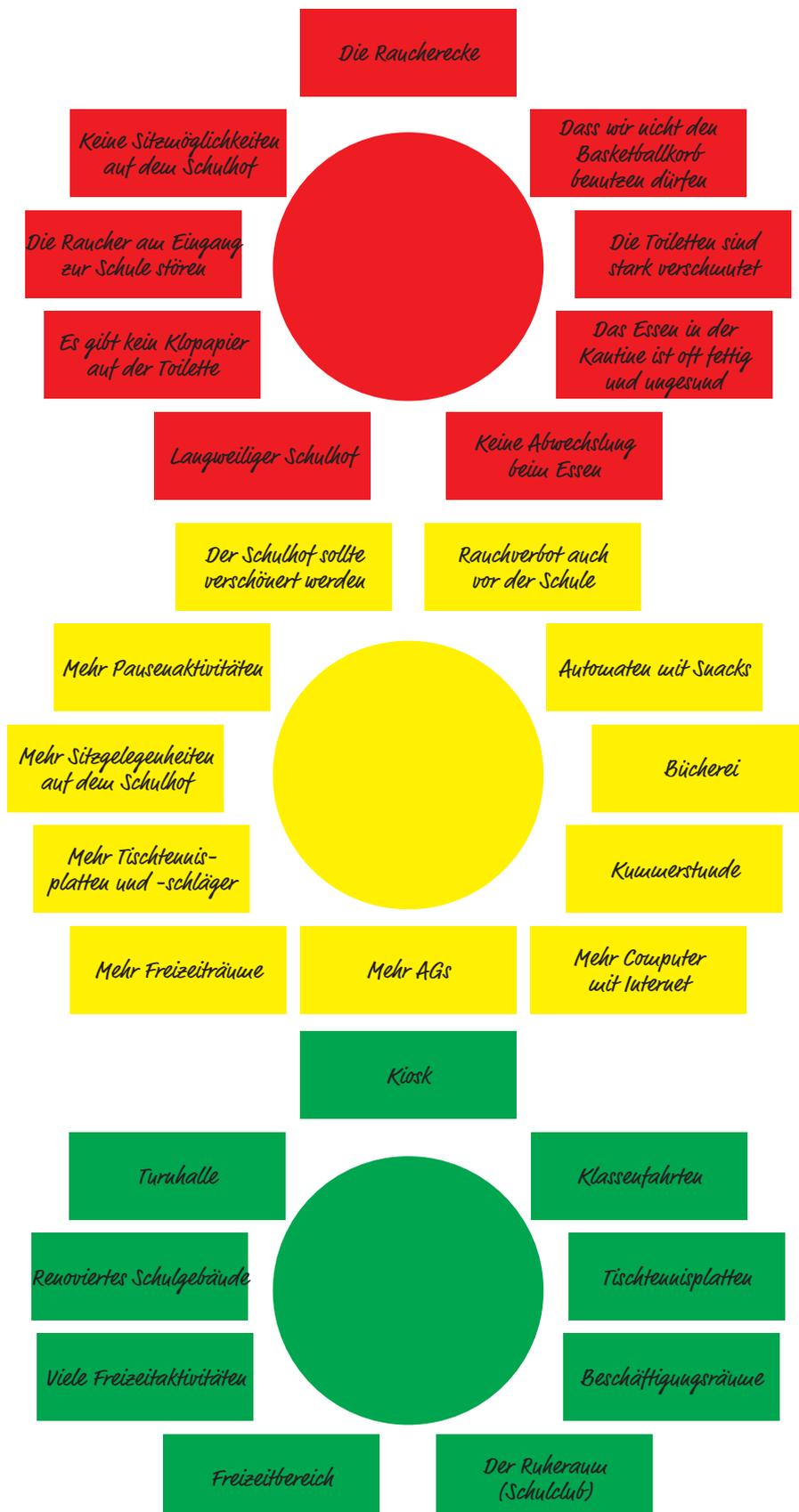
- Ziel:** Reflexion der Stärken und Schwächen der eigenen Schule aus Schülersicht
- Methode:** Übung
- Material:** grüne, gelbe, rote Metaplankarten, Pappkreise mit mindestens 50 cm Durchmesser in grüner, gelber und roter Farbe, Filzstifte
- Dauer:** ca. 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Jede Schülerin und jeder Schüler erhält neun Zettel/Karten, jeweils drei in den Farben grün, gelb und rot. Die Übungsleitung erklärt, die Bedeutung der Farben:
Grün = Super, das gefällt mir, weiter so!
Gelb = Achtung, das fehlt noch!
Rot = Stopp, das gefällt mir nicht!

Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer schreibt zu seiner Schule eine Aussage auf jeden der Zettel. Jede Person kann noch Blankozettel nachfordern.

Die Zettel werden anschließend in Strahlenform um drei große kreisförmige Pappen in den Farben rot, gelb, grün (Durchmesser mindestens 50 cm) herumgelegt: die grünen Zettel um die grüne, die roten um die rote, die gelben um die gelbe Pappe.

So ergibt sich eine „Ampel“, die ein umfassendes Bild darstellt, was aus Sicht der Schülerinnen und Schüler an der Schule im grünen, im gelben oder im roten Bereich ist. Bitten Sie jeweils zwei Schülerinnen und Schüler, die Karten einer Ampel so zu sortieren, dass gleiche Aussagen gestapelt sind. Anschließend sollen diese Schüler das Ergebnis ihrer Ampel vortragen.

Die Übungsleitung sichert zu, das Gruppenergebnis im Kollegium vorzustellen und zu prüfen, ob die Schülermentoren in mögliche Maßnahmen einbezogen werden können.



Gruppenerleben zum „Anfassen“:

- Ziel:** Die Schüler üben, aufeinander zuzugehen und Kontakt aufzunehmen. Die Übung kann auch eingesetzt werden für das Aufwärmen nach einer Pause.
- Methode:** Übung
- Material:** Musik, die den Geschmack der Jugendlichen trifft (auf Datenträger oder Notebook), Lautsprecher
- Dauer:** 10 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Alle Schüler laufen zur lauten Musik kreuz und quer durch den Raum. Auf Kommando des Spielleiters (Musik wird ausgestellt) müssen alle gleichzeitig versuchen ...
- sich schnellst möglichst die Hände zu schütteln
 - in der Mitte des Raumes zu stehen
 - jedem anderen auf die rechte Schulter zu klopfen
 - sich als Polonaise zu formieren
 - sich immer zu zweit Rücken an Rücken zu setzen.
- Die Musik wird nach jeder Ansage erneut angestellt, und alle laufen wieder kreuz und quer durch den Raum bis zur nächsten Ansage.

Das „Denkmal“

- Ziel:** Die Übung soll die Teamarbeit fördern. Die Teilnehmer üben, aufeinander zuzugehen, Rücksicht zu nehmen, Anleitung zu geben, sich lenken zu lassen, und Vertrauen aufzubauen.
- Methode:** Übung
- Material:** Fotoapparat
- Dauer:** 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Alle Teilnehmer sitzen im Kreis. Ziel ist es, nach und nach zu einem lebendigen Denkmal zusammenzuwachsen. Zwei Schüler werden ausgewählt und beginnen. Schüler A wird von Schüler B in der Mitte des Raumes in eine beliebige Position aufgestellt („modelliert“). Es darf keine körperlich oder emotional unangenehme Position vorgegeben werden – also nur Stellungen, die man selbst auch einnehmen würde. Schüler B benennt einen Schüler C, der wiederum Schüler B so aufstellt, dass er Schüler A berührt (z. B. den Arm auf die Schulter oder das Bein legt). Schüler C benennt dann einen Schüler D, der ihn wiederum an Schüler C „anschließt“. Dies setzt sich solange fort bis der letzte Schüler aufgefordert wurde, jemanden zu modellieren. Dieser letzte Schüler kann dann seine Position selbst wählen. Die Übungsleitung macht Fotos vom entstandenen „Mentoren-Denkmal“, die später bei der Selbstdarstellung der Mentoren (z. B. Flyer, Infowand) zum Einsatz kommen können.

Der „schwebende Stab“

- Ziel:** Die Übung erfordert Konzentration und Geduld und ist geeignet, die Teamarbeit zu verbessern. Sie eignet sich zur Auflockerung nach einer Pause.
- Methode:** Übung
- Material:** Ein oder zwei dünne, etwa 3 m lange Metall- oder Holzstangen (faltbare Zeltstangen sind gut transportabel)
- Dauer:** 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Die Schülerinnen und Schüler stellen sich in zwei Reihen auf, so dass sich jeweils zwei Personen gegenüber stehen. Bei einer Teilnehmeranzahl von 16 oder mehr sollten zwei Gruppen gebildet werden, die die Übung simultan durchführen.

Die Teilnehmenden winkeln einen Arm an und strecken den Zeigefinger aus in Richtung auf das Gegenüber. Der Abstand der zwei Reihen ist so groß, dass sich die Zeigefinger nun wie im Reißverschlussverfahren verzahnen. Alle Zeigefinger sind also ungefähr auf gleicher Höhe und die beiden Zeigefinger der jeweils Gegenüberstehenden sind parallel nebeneinander ohne sich zu berühren.

Ein leichter Stab von ca. 3 Metern Länge (z. B. eine entfaltete Zeltstange oder ein dünner Holzstab) wird auf die ausgestreckten Zeigefinger gelegt und soll nun von der Gruppe auf dem Boden abgelegt werden. Dabei gelten zwei Regeln: Der Kontakt zwischen Zeigefingern und Holzstäben darf nie abreißen und der Holzstab muss immer frei auf den Zeigefingern liegen, er darf also nicht festgehalten werden, z. B. mit dem Daumen.

Die Übung ist für die Jugendlichen sehr spannend und überraschend. Die leicht erscheinende Aufgabe erweist sich sehr schnell als schwierig. Die Gruppe muss gut zusammenarbeiten und sich absprechen, um die Aufgabe zu bewältigen. Gleichzeitig zeigt die Übung meist auch, wie wichtig eine gute Führungsarbeit ist.

Die Übungsleitung achtet darauf, dass die Spielregeln eingehalten werden. Es bedarf einiger Geduld, bis die Aufgabe gelöst ist und der Stab tatsächlich am Boden liegt.

Arbeiten Sie zusammen mit der Gruppe anschließend heraus, worauf es ankam, um Erfolg zu haben. Es wird besprochen, wie in der Gruppe kommuniziert wurde, um das Ziel zu erreichen, ob jemand die Führung übernommen hat usw. Stellen Sie den Bezug zur Teamarbeit im Schülermentoren-Projekt her.

Die Übung kann gut im Freien durchgeführt werden.

„Blitzlicht“

- Ziel:** Die Schüler sollen sich zu der Veranstaltung und ihrer momentanen Befindlichkeit äußern, ohne dass sie Kritik oder Widerspruch befürchten müssen. Sie sprechen damit auch an, welche Klärungsprozesse im Team notwendig sind und üben das freie Sprechen.
- Methode:** Feedback
- Material:** /
- Dauer:** 10 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Die Teilnehmer sitzen im Kreis und äußern sich reihum kurz zu der Frage, wie sie sich jetzt fühlen und wie sie das Seminar bisher finden. Als Regel gilt: Die Stellungnahmen werden nicht kommentiert oder unterbrochen. Falls von mehreren Teilnehmerinnen und Teilnehmern bestimmte Probleme genannt werden (z. B. Überforderung, zu wenig Pausen) sollte dies von der Seminarleitung bei der Planung des weiteren Ablaufs berücksichtigt werden.

2.5 Gesprächsführung

Im Mittelpunkt der zukünftigen Aufgaben der Schülermentoren steht die Kommunikation. Dies geschieht über Veranstaltungen, Vorträge, Übungen – aber auch über Gespräche mit rauchenden oder nicht-rauchenden Mitschülerinnen und Mitschülern über das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“. Übungen zur Gesprächsführung sollen die Mentoren darauf vorbereiten, indem die eigene Gesprächsführung überprüft und Zielsetzungen für ein gutes Gespräch entwickelt werden.

„Stille Post“

- Ziel:** Ziel der Übung ist es, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die Bedeutung des genauen Zuhörens zu sensibilisieren.
- Methode:** Übung
- Material:** /
- Dauer:** 15 Minuten
- Ort:** Plenum
- Durchführung:** Alle sitzen im Kreis dicht beieinander. Einer aus der Runde flüstert seinem Nachbarn einen Namen aus der Schülerrunde zu und einen Handlungsauftrag der umgehend ausgeführt werden soll. Dieser geflüsterte Auftrag geht von Ohr zu Ohr bis er bei demjenigen gelandet ist, der benannt wurde. Dieser muss den Auftrag dann erledigen. Dann ist er an der Reihe einen neuen Auftrag „loszusenden“. Es sollte sich nur um Aufgaben handeln, die man auch selbst ausführen würde.

„Das passiert mir immer wieder!“

Ziel: Ziel ist es, den einzelnen Teilnehmerinnen und Teilnehmern und der Gruppe deutlich zu machen, wo ihre Stärken der Gesprächsführung liegen und in welchen Bereichen noch Kompetenzen fehlen. Das Ergebnis liefert Anhaltspunkte, welches Gesprächsverhalten in den nächsten Monaten im Mentorenteam trainiert werden sollte.

Methode: Übung

Material: Klebepunkte, Flipchart, Filzstifte

Dauer: 30 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Auf Flipchart werden von den Schülerinnen und Schülern Eigenschaften und Verhaltensweisen gesammelt, die ein Gespräch günstig beeinflussen (Brainstorming).

- + Welches Verhalten beeinflusst eine Gesprächssituation positiv?
- Welches Verhalten beeinflusst eine Gesprächssituation negativ?

Anschließend bewertet sich jede Schülerin und jeder Schüler selbst, indem er auf der Flipchart seine Gesprächseigenschaften mit roten, grünen und gelben Klebepunkten (max. 3 pro Farbe) markiert. Dabei bedeutet

- Rot: Das passiert mir immer wieder, fällt mir noch schwer!!
- Grün: Das kann ich gut!!
- Gelb: Das möchte ich hier in der Gruppe noch lernen!!

Gesprächsführung (Beispiel einer Mentorengruppe)

- | | |
|---------------------------------------|------------------------|
| + Argumente benutzen | - beleidigen |
| + Höflichkeit | - dazwischenreden |
| + eigene Meinung sagen | - keine eigene Meinung |
| + Freundlichkeit | - drohen |
| + zuhören | - erpressen |
| + ausreden lassen | - verpetzen |
| + Interesse zeigen | - nuscheln |
| + Blickkontakt | - unterbrechen |
| + Nachfragen | - sich lustig machen |
| + sich Zeit nehmen | - ausfragen |
| + deutlich sprechen | - ablehnende Gestik |
| + Respekt zeigen | - unklare Ansagen |
| + Geduld | - von oben herab |
| + Gelassenheit | - Druck machen |
| + Humor | - albern sein |
| + sich in den anderen hineinversetzen | - unaufmerksam |
| + Selbstbewusstsein | - immer widersprechen |

2.6 Gespräche mit Raucherinnen und Rauchern

Ziel der Arbeit der Schülermentoren ist es, das Nichtrauchen an der Schule zu stärken. Rauchende Schülerinnen und Schüler zu einer Verhaltensänderung zu motivieren, gehört nicht zu ihren Aufgaben. Dennoch ist es möglich, dass sich – teilweise schwierige – Gespräche zwischen Schülermentoren und rauchenden Schülerinnen und Schülern entwickeln. Es ist daher sinnvoll, sich auch auf solche Situationen vorzubereiten – u. a. um entscheiden zu können, wann man ein Gespräch mit einer Raucherin oder einem Raucher führt und wann nicht.



„Raucherstatements“

Ziel: Raucherinnen und Raucher haben oftmals eine offensive Argumentation zur Rechtfertigung des Rauchens. Die Übung „Raucherstatements“ soll die Schülermentoren auf solche Gespräche inhaltlich vorbereiten.

Methode: Übung

Material: Raucherstatements und Antworten auf Karten

Dauer: 20 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Die Schülerinnen und Schüler bilden Vierergruppen. Jede Gruppe erhält einen Satz roter Karten (Raucherstatements) und grüner Karten (Antwortkarten). Die Karten werden auf dem Arbeitstisch der Gruppe unsortiert ausgelegt.

Die Schülerinnen und Schüler sollen den Raucherstatements die jeweils passende Antwort zuordnen. Sie bilden dafür eine Reihe mit Raucherstatements und daneben eine Reihe mit den passenden Antworten. Eine (oder mehrere) Antwortkarten bleiben leer. Die Gruppe muss herausfinden, für welche Statements passende Antworten fehlen und die passenden Antworten selbst formulieren und aufschreiben.

| | |
|--|--|
| „Rauchen ist cool!“ | Umfragen unter Jugendlichen haben gezeigt: Rauchernde werden häufiger als „aggressiv“, „nervös“ oder „unzufrieden“ eingeschätzt. |
| „Es rauchen doch alle!“ | Nichtraucher sind klar in der Mehrheit. Rauchen ist keineswegs „normal“. 87 % der 12- bis 17-Jährigen sind Nichtraucherinnen und Nichtraucher. |
| „Wasserpfeife-Rauchen ist ungefährlich. Wasserpfeife-Raucher sind gar keine richtigen Raucher“ | Beim Rauchen einer Wasserpfeife nimmt man soviel Schadstoffe zu sich wie in einer ganzen Schachtel Zigaretten enthalten sind. Die Gefahr, abhängig zu werden, nimmt zu. |
| „Ich rauche ja nur leichte Zigaretten!“ | Raucher von „leichten“ Zigaretten ziehen den Rauch tiefer ein und rauchen oft mehr. Dem Körper wird ebenso viel Gift zugeführt. Krebserregende Stoffe sind ebenso in „leichten“ Zigaretten enthalten. |
| „Rauchen entspannt mich. Das brauche ich gegen den Schulstress!“ | Rauchen wirkt auf den Körper nicht entspannend: Zigaretten setzen den Körper unter Stress. Der Puls schießt nach oben, der Atem wird schneller, der Kreislauf schwächer. Es fehlt dem Körper Sauerstoff. |
| „Wenn ich mit dem Rauchen aufhöre, nehme ich zu!“ | Wer das Rauchen beendet, läuft Gefahr, statt Zigaretten nun Süßigkeiten zu nehmen. In dieser Phase sollte bewusst auf die Ernährung sowie auf Sport/Bewegung geachtet werden, um eine Gewichtszunahme vermeiden. |
| „Kein Problem – ich kann jederzeit aufhören!“ | Die meisten Jugendlichen glauben, dass sie mit dem Rauchen jederzeit wieder aufhören können. Nur 5 % glauben, dass sie in 5 Jahren immer noch rauchen. Tatsächlich rauchen aber 75 % von ihnen nach 5 Jahren noch immer. |
| „Rauchen ist meine eigene Entscheidung – ich schade doch nur mir selbst.“ | Zwar hat der Raucher den Hauptschaden des Rauchens. Die Gifte im Zigarettenrauch müssen jedoch alle anderen Anwesenden auch einatmen. Das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen und Krebs wird durch „Passivrauchen“ um ca. 40 % erhöht. |
| „Mein Opa ist über 90 und raucht.“ | Fast jeder zweite Raucher stirbt an den Folgen des Rauchens. |
| „Verbote nutzen nichts!“ | Eine Befragung von 3 000 Hamburger Schülern zeigt: Nach Einführung des Rauchverbots an Hamburger Schulen hat sich der Anteil der rauchenden Schüler von 36 % in 2005 auf 18 % in 2006 halbiert. |
| „Es gibt auch Lehrer, die rauchen. Warum soll ich dann in der Schule aufhören?“ | |
| „Wenn Schüler sich für die rauchfreie Schule einsetzen, vertreten sie nicht die Interessen der Schüler.“ | 91% der Nichtraucher und immerhin 50% der Raucher sind für die Rauchfreiheit ihrer Schule. |

3. Der dritte Tag

Am dritten (halben) Tag der Schulung steht die Planung von Aktionen der Schülermentoren im kommenden Schuljahr im Mittelpunkt. Es wird hierbei nochmals deutlich, dass es sich bei dem Seminar nicht um eine Selbsterfahrungsgruppe handelt, sondern um die Einleitung eines verbindlichen Arbeitsprozesses.

Am Ende der Veranstaltung sollten daher Handlungsschwerpunkte und konkrete Handlungsschritte auf der Grundlage von Arbeitsteilung zwischen den Teammitgliedern festgelegt sein.

3.1 Warm-up

„Jonglieren“

- Ziel:** Die Übung erfordert Teamarbeit und hohe Konzentration. Sie eignet sich zur Auflockerung nach einer Pause.
- Methode:** Übung
- Material:** 2 Bälle unterschiedlicher Größe, zwei rohe Eier.
- Dauer:** 20 Minuten
- Ort:** Die Übung sollte im Freien durchgeführt werden.
- Durchführung:** Die Übung ähnelt zunächst der „Ballwurf-Übung“ vom ersten Tag. Ein Ball (z. B. „rauchfrei“-Ball der BZgA) wird im Kreis herumgeworfen. Die Schüler werden aufgefordert, sich zu merken, von wem sie den Ball erhalten haben und wem sie ihn zugeworfen haben. Nicht gestattet ist, den Ball an den Nebenmann weiterzugeben. Der Werfer soll den Namen des Empfängers rufen. Nachdem alle Teilnehmer den Ball hatten, landet dieser wieder bei der Spielleiterin/beim Spielleiter.

Die Spielleitung sagt an, dass der Ball keinesfalls auf den Boden herunterfallen darf. Dies wird nun mit einem Ball anderer Größe in derselben Reihenfolge geübt. Am Ende dieser zweiten Runde fragt die Spielleitung, worauf die Spieler besonders achten müssen, damit der Ball nicht auf die Erde fällt.

Mögliche Antworten:

- Blickkontakt
- Konzentration
- Zurufe
- Gegenseitige Anfeuerung

Es folgt eine dritte Runde mit einem Ball anderer Größe.

Wenn es der Gruppe gelingt, Bälle unterschiedlicher Größe in einer kompletten Runde zu werfen, ohne dass ein Ball herunterfällt, wird von der Spielleitung ein rohes Ei eingeworfen. Dieses Ei soll nun die Runde machen, ohne dass es auf den Boden fällt und zerbricht. Falls dies misslingt, sollte der Spielleiter/die Spielleiterin ein zweites Ei in Reserve haben. Falls jemand nicht mitspielen möchte, muss dies akzeptiert werden.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass die Schüler dabei äußerst konzentriert sind. In der Regel gelingt es ihnen, die Aufgabe zu lösen. Für die Schülermentoren ist das ein Erfolgserlebnis. Jeder einzelne ist stolz auf seine eigene Leistung aber auch auf das Gruppenergebnis.

3.2 Vorbereitung einer Präsentation

Eine der Aufgaben für Schülermentoren ist es, Mitschülerinnen und Mitschülern über das Mentoren-Projekt und das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ in unterschiedlichen schulischen Zusammenhängen zu informieren. Dabei ist es wichtig, Inhalte interessant und lebendig zu präsentieren. Der Bericht in der eigenen Klasse über das Projekt und die Erfahrungen während der Schülermentoren-Schulung ist eine erste Gelegenheit. Dieser Auftritt wird in der Schulung vorbereitet und geprobt. Die Schülermentoren besitzen dann gute Voraussetzungen für Vorträge auch in anderen Veranstaltungen (anderen Klassen, Schulveranstaltungen, Projekttage usw.).

„Vortrag“

Ziel: Schülermentoren sollen ihre Fähigkeit der Präsentation von Inhalten vor einem Publikum (gleichaltriger) Schülerinnen und Schüler entwickeln. Da dies mindestens zu zweit und arbeitsteilig erfolgt, wird gleichzeitig Teamarbeit geübt.

Methode: Gruppenarbeit und Arbeit im Plenum

Material: Flipchart, Klebepunkte, Filzstifte, Power-Point-Folien (siehe Seite 126)

Dauer: 60 Minuten

Ort: Gruppenräume und Plenum

Durchführung: Es werden Dreiergruppen gebildet, die einen Vortrag vorbereiten, der in der eigenen Klasse gehalten werden soll.

Mögliche Themen:

- Inhaltsstoffe des Rauchens
- Gesundheitliche Risiken des Rauchens
- Passivrauchen
- Bericht von der Schülermentoren-Fortbildung
- Aufgaben der Schülermentoren

Jeder Gruppe wird ein Ausdruck von Folien zum jeweiligen Thema zur Verfügung gestellt, der übernommen oder durch die Schüler angepasst werden kann. Diese Folien befinden sich auf dem PC als Power-Point-Dokument und können somit den anschließenden Vortrag unterstützen.

Die Aufgabe der Gruppe besteht darin, die Inhalte, den Ablauf und die Art des Vortrags festzulegen und vorzubereiten. Es können außer dem Power-Point-Dokument auch andere Materialien verwendet werden (z. B. Plakate, eigene Flipcharts usw.). Die Gruppe legt fest, wer was vorträgt, wer den PC bedient und wer welche Materialien präsentiert.

Die Präsentation muss nicht länger als fünf Minuten dauern. Die Vortragenden erhalten anschließend ein Feedback der Zuhörer mit Verbesserungsvorschlägen zur Vortragsform.

3.3 Handlungsbereiche der Mentoren festlegen

Sammeln möglicher Aufgaben

Um zur Festlegung von Handlungsplänen der Schülermentoren zu kommen, werden von den Schülerinnen und Schülern zunächst alle Tätigkeiten gesammelt, die aus ihrer Sicht als Aufgaben für Schülermentoren in Frage kommen.

Die Projektleitung behandelt diesen Punkt im Sinne des Brainstormings, d. h. sie gibt keine negative Bewertung der Vorschläge ab. In dieser Phase der Planung soll der Kreativität der Schülerinnen und Schüler keine Grenze durch eine Autorität gesetzt werden. Unrealistische Ideen werden in den späteren Planungsphasen – meist durch Intervention der anderen Schülermentoren – wieder verworfen.

„Mögliche Aufgaben sammeln“

| | |
|----------------------|---|
| Ziel: | Schülermentoren reflektieren ihre möglichen Aufgaben in der Schule. |
| Methode: | Gruppenarbeit und Arbeit im Plenum |
| Material: | Flipchart, Filzstifte |
| Dauer: | 40 Minuten |
| Ort: | Gruppenräume und Plenum |
| Durchführung: | Es werden Vierergruppen gebildet. Jede Gruppe erstellt eine Liste von Tätigkeiten, die die Mentoren im nächsten halben Jahr in der Schule durchführen wollen. |

Die Ergebnisse der Gruppen werden nacheinander im Plenum vorgetragen. Eine Person der Übungsleitung protokolliert die genannten Aufgaben auf Flipchart, so dass eine Liste möglicher Aufgaben entsteht.

In verschiedenen der vorangegangenen Übungen (z. B. „Ich und meine Schule“, „Vorbereitung einer Präsentation“) wurden bereits Vorarbeiten geleistet, die nun im Sinne der Planung aufgegriffen werden können.

Beispiele für mögliche Handlungsbereiche der Schülermentoren

- Infomaterial zum Rauchen verbreiten
- Internetseite zum Mentorenprojekt erstellen
- Wandzeitung/Schaukasten gestalten
- Projekttag zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ vorbereiten
- Vorträge zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ in bestimmten Klassen halten
- Rauchende Schülerinnen und Schüler motivieren, das Rauchen zu beenden
- Schulhof und Schulgebäude verschönern
- Pausenangebote verbessern
- Werbekampagne für das Nichtrauchen planen und durchführen

Prioritäten setzen

Aus dem Spektrum möglicher Aufgaben, das in der vorgegangenen Übung erstellt wurde, werden von den Schülerinnen und Schülern nun die Aufgaben bestimmt, die als besonders wichtig für Schülermentoren eingeschätzt werden.

„Prioritäten setzen“

| | |
|----------------------|---|
| Ziel: | Schülermentoren sollen sich auf bevorzugte Aufgaben festlegen. |
| Methode: | Gruppenarbeit und Arbeit im Plenum |
| Material: | Flipchart, Klebepunkte, Filzstifte |
| Dauer: | 40 Minuten |
| Ort: | Plenum |
| Durchführung: | Die vorhandene Liste möglicher Aufgaben auf Flipchart wird von den Schülerinnen und Schülern nach Wichtigkeit bewertet: jeder erhält drei Klebepunkte, die er auf die Flipchart zu den Aussagen klebt, die er als die Wichtigsten einschätzt. Die drei oder vier Aufgaben mit den meisten Punkten werden als die wichtigsten Aufgaben ausgewählt und dienen als Vorgaben für eine weitere Gruppenarbeit. |

Beispiel für den Handlungsplan „die vier wichtigsten Aufgaben“

- Projekttag in der Schule vorbereiten
- Alle Klassen der Schule über das Projekt informieren
- Einen Ruheraum für Nichtraucher gestalten
- Eine Werbekampagne zum Nichtrauchen entwickeln

Festlegung von Arbeitsteilung und Planung von Handlungsschritten

Nachdem drei oder vier Aufgabenschwerpunkte durch die Gruppe festgelegt wurden, entscheidet sich jedes Teammitglied für einen Bereich, in dem es mitarbeiten möchte. Das persönliche Interesse bzw. die eigenen Begabungen sollen bei dieser Entscheidung im Vordergrund stehen. Es entstehen auf diese Weise drei oder vier „Unterteams“, die einen Aufgabenbereich bearbeiten und dafür konkrete Umsetzungsschritte bzw. Handlungspläne entwickeln.

„Festlegung von Handlungsschritten“

- Ziel:** Schülermentoren entwickeln für ihren eigenen Handlungsbereich einen konkreten Umsetzungsplan.
- Methode:** Gruppenarbeit und Arbeit im Plenum
- Material:** Flipchart, Filzstifte
- Dauer:** 40 Minuten
- Ort:** Gruppenräume und Plenum
- Durchführung:** Für jeden Handlungsbereich wird eine Gruppe gebildet. Jede Gruppe erstellt eine Liste von Tätigkeiten und Umsetzungsschritten, die im nächsten halben Jahr in der Schule in diesem Bereich durchgeführt werden sollen, so dass ein möglichst konkreter „Aktionsplan“ entsteht:
- Was soll in diesem Bereich von den Schülermentoren unternommen werden?
 - Welche Teilschritte müssen aufeinander folgen?
 - Welche Absprachen müssen getroffen werden, wer muss einbezogen werden?
 - Welche Hilfsmittel sind erforderlich?

Eine Person protokolliert auf Flipchart, die anschließend im Plenum präsentiert wird.

Beispiel eines Handlungsplans „Werbekampagne“

- Namensgebung,
- Logo entwickeln
- Slogan formulieren
- „Maskottchen“ auswählen
- Werbeaktionen mit Pressebeteiligung durchführen
- Mögliche Sponsoren finden
- Eine Rap-CD mit Text zum Rauchen aufnehmen

Beispiel eines Handlungsplans „Gestaltung eines Projekttages“

- Infostände und Aktionen beim Tag der offenen Tür
- Schnupperstunde im ehemaligen Raucherraum
- Aktionen zum Welt Nichtrauchertag in den großen Pausen
- Videopräsentation
- Aktionen beim Fasching
- Sketch für „Bunten Nachmittag“
- Parcours zum Rauchen
- Aktionen bei Gesundheitstag bzw. im Rahmen der Gesundheitswoche
- Schulfest: Gestaltung von zwei Stationen bei der „Spaß-Olympiade“
- Wettbewerbe durchführen
- Vorbildliche Klassen auszeichnen
- Ausstellungen organisieren
- Vorträge von Experten oder Talkshows veranstalten
- Politik, Presse, mögliche Sponsoren einladen

Für den weiteren Verlauf des Projekts ist dieses Arbeitsergebnis von zentraler Bedeutung. Es wird deutlich, dass im Projektverlauf ein Arbeitsprozess stattfinden wird, der sich aus einzelnen konkreten Schritten zusammensetzt und dass diese Schritte überwiegend arbeitsteilig bewältigt werden. Dabei

werden die besonderen Interessen und Begabungen der Schülerinnen und Schüler so weit wie möglich berücksichtigt.

- ▶ **Stellen Sie klar, dass die Handlungspläne im weiteren Projektverlauf überarbeitet und nach Bedarf an die konkrete Situation angepasst werden können.**

Die nächsten Schritte festlegen

Die Schulung sollte nicht zu Ende gehen, ohne dass die unmittelbar anstehenden Arbeitsschritte vereinbart werden. Das betrifft vor allem die Vereinbarung des nächsten Teamtreffens.

- ▶ **Vereinbaren Sie einen Termin und einen Ort für das nächste Treffen sowie einen inhaltlichen Schwerpunkt für diese erste Teamsitzung. Klären Sie, wer zu diesem Termin welche Vorbereitungen treffen muss (z.B. Gespräch mit der Schulleitung, Anmeldung einer Vorstellung des Teams in der Lehrerkonferenz, Einladung des Internet-Administrators in die nächste Sitzung zur Erstellung einer Website).**
- ▶ **Einigen Sie sich auf der Grundlage der erarbeiteten Handlungspläne, wer welche Aufgaben bis wann erledigt und wer dabei einbezogen werden muss. Verwenden Sie als Planungshilfe die folgende Tabelle.**

| Wer? | Was? | Bis wann? | Wer wird einbezogen? |
|------|------|-----------|----------------------|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

- ▶ **Möglicherweise reicht die Zeit in der Veranstaltung nicht aus. Die konkrete Arbeitsplanung können Sie auch als Thema für die ersten Treffen des Mentorenteams in der Schule festlegen.**
- ▶ **Verfahren Sie bei anstehenden Planungen, z. B. bei der nächsten Halbjahresplanung, analog zu Punkt 3.3.**

3.4 Abschlussgespräch

Das Abschlussgespräch kann kurz gehalten werden. In einem „Blitzlicht“ wird jeder Schülerin bzw. jedem Schüler Gelegenheit gegeben, sich zu äußern, wie sie/er sich im Moment fühlt und was sie/er aus dem Seminar mitgenommen hat. In einer kurzen Schlussansprache sollte die Seminarleitung das Engagement und die Kompetenz der Teilnehmerinnen und Teilnehmer hervorheben und ausdrücken, dass sie sich auf die Zusammenarbeit im kommenden Schuljahr freut.

„Blitzlicht“

Ziel: Die Schüler sollen sich zur Fortbildung möglichst persönlich äußern, ohne dass sie Kritik oder Widerspruch befürchten müssen. Sie sprechen damit auch an, welche Klärungsprozesse im Team noch notwendig sind und sie üben das freie Sprechen.

Methode: Feedback

Material: /

Dauer: 10 Minuten

Ort: Plenum

Durchführung: Die Teilnehmer sitzen im Kreis und äußern sich reihum kurz zu der Frage,

- Wie fühlst du dich jetzt?
- Wie war das Seminar rückblickend für dich?
- Was hast du aus dem Seminar mitgenommen?

Die Stellungnahmen werden nicht kommentiert oder unterbrochen.

3.5 Fragebogen

Bitte Sie am Schluss der Veranstaltung die Mentoren, den Fragebogen „Mentorenfragebogen (Erstbefragung)“ (siehe siehe Seite 107) auszufüllen. Sie erhalten dadurch Informationen, zu den Erwartungen und Einstellungen der Schülerinnen und Schüler und zur Seminarbewertung und können diese am Ende des Schuljahres mit einer zweiten Befragung (Fragebogen siehe siehe Seite 113) vergleichen, um Veränderungen zu erfassen.



2.3.2 Der Projektstart in der Schule

Die Teammitglieder

Mitglieder des Mentoren-Teams sind die Schülerinnen und Schüler, die an der Schulung teilgenommen haben sowie die Pädagoginnen und Pädagogen, die für die Betreuung des Projekts verantwortlich sind.

- ▶ **Falls es von Seiten einzelner Schülerinnen und Schüler oder von Seiten der Betreuerinnen und Betreuer Bedenken gegen die Teilnahme einzelner Schülerinnen oder Schüler gibt, sollten Sie dies nun klären.**

Die Gruppe sollte möglichst unverändert über das gesamte kommende Schuljahr zusammenbleiben. Weitere Schülerinnen und Schüler, die an einer Teilnahme Interesse zeigen, werden frühestens mit Beginn des nächsten Schuljahres aufgenommen (siehe „Überleitung des Projekts in das neue Schuljahr“ ab Seite 63). Sie erfüllen nicht die Voraussetzungen, weil sie an der Schulung nicht teilgenommen haben. Schülerinnen und Schüler, die im laufenden Prozess hinzukommen, haben außerdem u. U. Schwierigkeiten, sich in die Gruppe, die bereits eine intensive Teamfindungsphase absolviert hat, einzufügen.

Gleiches gilt auch für das Betreuerteam. Für den Erfolg des Projekts ist es von großer Bedeutung, dass die verantwortlichen Pädagoginnen und Pädagogen für Kontinuität sorgen und die Rahmenbedingungen für eine erfolgreiche Projektarbeit sichern. Eine Fluktuation im Betreuerteam ist daher besonders ungünstig, weil Schülerinnen und Schüler in der Fortbildung „zusammengewachsen“ sind. Ein Wechsel von Personen bedeutet sowohl auf Seiten der Mentoren als auch auf Seiten der Pädagogen eine Störung, die nicht einfach zu kompensieren ist.

- ▶ **Vermeiden Sie nach Möglichkeit eine Fluktuation der Projektteilnehmerinnen und Projektteilnehmer. Die besten Chancen für eine erfolgreiche Arbeit sind gegeben, wenn sowohl auf Seiten der Schülerinnen und Schüler als auch auf Seiten der Pädagoginnen und Pädagogen eine Kontinuität und Verlässlichkeit des Teams gewährleistet ist.**

Die Raumfrage

Um Teamsitzungen der Mentoren mit Verbindlichkeit und Regelmäßigkeit durchführen zu können und eine Anlaufstelle für Mitschülerinnen und Mitschüler zu bieten, die Kontakt mit den Mentoren aufnehmen wollen, wird ein Raum benötigt. Dieser ist auch notwendig zur Aufbewahrung von Projektmaterialien und -medien (Infomaterial, Tests, Plakate, Literatur, Filme usw.).

- ▶ **Sorgen Sie dafür, dass den Mentoren in der Schule ein Raum zur Verfügung steht.**

Ein eigener Raum, den nur die Mentoren nutzen, hat den Vorteil, dass die Mentoren dort eigene Beratungs-, Kommunikations- und Entspannungsangebote durchführen können. Dieser Raum würde dann auch im Rahmen der Pausenangebote der Schule einen Stellenwert besitzen. Falls dies wegen Raumknappheit nicht möglich ist, sollte ein Raum zur Verfügung gestellt werden, den die Schülermentoren sich mit einer anderen Partei teilen. Er sollte zu verabredeten Zeiten den Schülermentoren zur alleinigen Verfügung stehen.

Sitzungen des Mentoren-Teams

Das Mentoren-Team sollte in den ersten Monaten wöchentlich oder alle zwei Wochen unter Leitung der verantwortlichen Pädagoginnen und Pädagogen tagen.

- ▶ **Vereinbaren Sie mit dem Mentoren-Team einen regelmäßigen Turnus für die Teamsitzungen.**

Mentorenteams, die im Rahmen eines freiwilligen Projekts tätig sind, treffen sich in der Regel in einer großen Pause oder im Anschluss an den Unterricht bzw. in Zeiten, in denen kein Unterricht stattfindet.

Bei besonderen Anlässen, sollte es möglich sein, dass die Schülermentoren vom Unterricht befreit werden.

Inhalte der Teamsitzungen sind in der Regel:

- Training (z. B. Gesprächsführung, Präsentation),
- Planung und Vorbereitung der bevorstehenden Aktionen,
- Auswertung der Aktionen.

Die Selbstdarstellung

Ein Schwerpunkt der Mentoren-Aktivitäten ist in der Startphase die Vorstellung des Teams in der Schulöffentlichkeit und z. T. auch in der außerschulischen Öffentlichkeit. Hierfür benötigt das Team ein charakteristisches Profil der Selbstdarstellung.

- ▶ **Erarbeiten Sie in den ersten Teamsitzungen ein Profil für die Außendarstellung (Name des Projekts, Logo, Slogan oder auch T-Shirts usw.).**

Es sollte bald ein Flyer mit Informationen zum Rauchen und zum Selbstverständnis der Mentoren veröffentlicht werden (mit Foto des Teams) und eine Veröffentlichung auf der Homepage der Schule erfolgen. Möglicherweise wurden bereits in der Mentoren-Schulung hierzu wichtige Vorarbeiten geleistet.

- ▶ **Entwickeln Sie in den ersten Teamsitzungen einen Flyer und einen Internetauftritt des Projekts.**

Bei der Gestaltung des Flyers und des Internetauftrittes sollten u. a. folgende Punkte berücksichtigt werden:

- Vorstellung der Mentoren als Team (Name des Projekts, Mitglieder, Betreuer, Slogan, Logo usw.)
- Ziele (siehe Seite 13) und Aufgaben (siehe Seite 44) des Mentorenteams einschließlich Klarstellung, was nicht Ziel und Aufgabe ist (z. B. Raucherinnen und Raucher vom Rauchen abbringen, Kontrolle der Einhaltung der Rauchverbote)
- Information über geplante Aktionen
- Kurzinfos zum Thema „Rauchen“ (z. B. gesundheitliche Folgeschäden, siehe Informationen ab Seite 65 bzw. 131), um die Relevanz des Anliegens zu verdeutlichen
- Ansprache der verschiedenen schulischen Gruppen mit der Bitte um Unterstützung

Die Schulleitung

Bei der Vorstellung des Teams in der Schulöffentlichkeit spielt eine gute Zusammenarbeit mit der Schulleitung eine wichtige Rolle.

- ▶ **Vereinbaren Sie einen Vorstellungstermin des Mentoren-Teams bei der Schulleitung oder laden Sie diese zu einer der ersten Teamsitzungen ein.**
- ▶ **Vereinbaren Sie einen regelmäßigen Austausch mit der Schulleitung (z. B. zweimal im Schuljahr).**

Schulöffentlichkeit

Das Schülermentoren-Projekt sollte zu Beginn des Schuljahres einer breiten Schulöffentlichkeit vorgestellt werden. Hierzu bieten sich Veranstaltungen wie die Projekttag oder Versammlungen aller Schülerinnen und Schüler an.

Dabei sollte die Schulleitung in einem einführenden Vortrag auf die Bedeutung des Projekts für die Schule hinweisen, die Mentoren in ihrer neuen Funktion begrüßen und die Schülerschaft, die Elternschaft und das Kollegium um Unterstützung der Mentoren bei ihrem Einsatz für das Nichtrauchersein bitten.

Anschließend sollte sich das Team mit seinen Zielen und den geplanten Aktionen vorstellen – möglicherweise bereits mit einem Logo, in den passenden T-Shirts und mit dem Flyer.

- ▶ **Sorgen Sie dafür, dass die Mentoren Gelegenheit bekommen, sich am Schuljahresanfang in der Schulöffentlichkeit vorzustellen.**

Lehrerkonferenz

Schülermentoren benötigen den Rückhalt des Kollegiums. Es ist daher wichtig, das Projekt in der Lehrerkonferenz vorzustellen. Für manche Lehrkraft ist es überraschend, dass sich Schülerinnen und Schüler aktiv für das Nichtrauchen einsetzen.

- ▶ **Vereinbaren Sie einen Vorstellungstermin des Mentoren-Teams in der Lehrerkonferenz.**

Die Mentoren erläutern im Kollegium ihre zukünftigen Aufgaben und die geplanten Aktionen und bitten darum, dass sich Lehrkräfte beteiligen. Die Mentoren kündigen an, dass sie demnächst in den Klassen bestimmter Jahrgangsstufen eine Schulstunde oder den Teil einer Schulstunde zum Thema „Rauchen/ Nichtrauchen“ gestalten wollen. Sie bitten die Lehrkräfte, dies zu ermöglichen und in diesen Stunden anwesend zu sein, die Gestaltung der Stunde aber ihnen als Mentoren zu überlassen.

Die im Rahmen der „Ampel-Übung“ (siehe Seite 39/40) gesammelten Ideen zur Verbesserung der Schule können in der Lehrerkonferenz vorgetragen werden. Dies sollte aber vorher mit der Schulleitung abgestimmt werden.

Schulsprecher

Die Schülermentoren streben eine gute Zusammenarbeit mit den Schulsprechern bzw. Klassensprechern an und vereinbaren einen regelmäßigen Austausch. Das ist sinnvoll, weil viele Aktivitäten der Mentoren die Schule als Ganze betreffen, wie z. B. Aktionen zur Pausengestaltung. Diese Initiativen sollten mit dem Schülerrat abgestimmt sein.

- ▶ **Regen Sie an, dass es zwischen dem Mentoren-Team und dem Schülerrat zu einem Austausch kommt.**

Eltern

Auf die Vorstellung des Projekts im Elternrat sollte nicht verzichtet werden. Eltern können eine große Hilfe sein, z. B. bei der Vorbereitung von Aktionen, Projekten oder Projekttagen. Auch die Präsenz auf Elternabenden von Klassen bestimmter Jahrgangsstufen ist aus den genannten Gründen sinnvoll.

- ▶ **Sorgen Sie dafür, dass die Mentoren Gelegenheit bekommen, sich im Elternrat auf Elternabenden vorzustellen.**

Unterstützer und Partner

Bei der Planung von Aktionen wird rasch deutlich, dass für bestimmte Maßnahmen zusätzliche Ressourcen notwendig sind. Für die Finanzierung kommen vor allem Eltern, der Förderverein oder Unterstützer wie Stiftungen oder Sponsoren in Frage.

Hilfe aus der Elternschaft und dem Förderverein kann meist über den Elternrat eingeworben werden. Möglicherweise sind auch Vereine, Stiftungen oder Unternehmen bereit zu helfen, wenn sie die Schülermentoren (oder einige von ihnen) persönlich kennengelernt haben.

- ▶ **Vereinbaren Sie mit möglichen Unterstützern des Projekts Termine und klären Sie, ob es sinnvoll ist, diese gemeinsam mit (einem Teil der) Schülermentoren wahrzunehmen.**

2.3.3 Umsetzung von Aktionen und Angeboten im ersten Schulhalbjahr

Befragung zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“

Eine sinnvolle Maßnahme, die von Schülermentoren in der Anfangsphase des Projekts durchgeführt werden kann, ist die Durchführung einer Befragung zum Rauchen in der eigenen Schule. Lehrkräfte sowie Schülerinnen und Schüler werden mit Hilfe von Fragebögen (siehe ab Seite 85) zu ihrem Rauchverhalten, zu ihrer Einstellung zum Rauchen und zur rauchfreien Schule befragt. Die gewonnenen Daten werden von den Mentoren ausgewertet, in der Schule anschließend veröffentlicht und in geeigneten Gremien und Veranstaltungen zur Diskussion vorgestellt.

Mögliche Fragestellungen zum Rauchen:

- Wie viele der Schülerinnen und Schüler gehören zur Gruppe der Raucherinnen und Raucher, der Nichtraucherinnen und Nichtraucher und der Gelegenheitsraucherinnen und Gelegenheitsraucher?
- Wie viele der rauchenden Schülerinnen und Schüler beabsichtigen, mit dem Rauchen aufzuhören?
- Welche Regeln zum Nichtrauchen gibt es und sind diese Regeln bekannt?
- In welchem Maße wird die Rauchfreiheit der Schule von den Schülerinnen und Schülern begrüßt/abgelehnt?
- Welche Wünsche und Erwartungen haben nicht rauchende Schülerinnen und Schüler?
- Welche Anreize zum Nichtrauchen gibt es in der Schule? Sind die Alternativen zum Rauchen ausreichend?
- Werden die Regeln von Schülerinnen und Schülern, Lehrerinnen und Lehrern, Gästen und Fremdnutzerinnen und -nutzern eingehalten?
- Werden Regeln zum Rauchen ausreichend kontrolliert?
- Werden angekündigte Sanktionen für rauchende Schülerinnen und Schüler umgesetzt/nicht umgesetzt?
- Erhalten rauchende Schülerinnen und Schüler, die mit dem Rauchen aufhören wollen, ausreichende Hilfe bzw. nützliche Hinweise?
- Welche Inhalte werden in welchem Umfang zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ regelmäßig im Unterricht der verschiedenen Klassenstufen behandelt?

Die Ergebnisse können zur Versachlichung der Diskussion beitragen. Zu solchen Sachinformationen gehört beispielsweise die Ermittlung der Raucherquote unter Schülerinnen und Schülern und unter Lehrkräften. Aber auch die Frage, in welchem Maße die Rauchfreiheit in den schulischen Gruppen auf Akzeptanz stößt, welche Probleme und Schwierigkeiten gesehen und welche Lösungsvorschläge gemacht werden, sind von Interesse. Die Ergebnisse sind oftmals überraschend: Häufig wird die Zahl der Raucherinnen und Raucher überschätzt ebenso wie der Widerstand in der Schülerschaft und im Kollegium gegen die Rauchverbote.

- ▶ **Nutzen Sie die Fragebögen ab Seite 85.**
- ▶ **Stellen Sie zusammen mit den Mentoren die Ergebnisse in den schulischen Gremien und Veranstaltungen und im Unterricht vor.**

Darüber hinaus ermöglicht die Befragung eine Evaluation des Projekterfolges, wenn eine zweite Erhebung zu einem späteren Zeitpunkt durchgeführt wird.

Unterstützung der Rauchverbote

Die Schülermentoren sollten keine Funktion im Sinne der Überwachung von Rauchverboten oder Sanktionierung von Regelverstößen übernehmen. Es gehört nicht zu den Aufgaben der Mentoren, einzelne Raucherinnen oder Raucher zu „verpetzen“.

Sie können allerdings für die Einhaltung der Rauchverbote werben und – in Absprache mit der Schulleitung – deutlich sichtbare Rauchfrei-Hinweise (Schilder, Aufkleber, etc.) im Eingangsbereich der Schule

anbringen, die auf das Rauchverbot in der Schule hinweisen (Bestellung der „rauchfrei“-Aufkleber der BZgA siehe Seite 73).

Schülermentoren können auch Probleme bzw. Störungen zur Sprache bringen (z. B. rauchende Schülerinnen und Schüler auf Toiletten). Es wird im Team beraten, was zu tun ist und welche Personen oder Gremien einbezogen werden sollten, um Änderungen zu bewirken (z. B. die Schülerversammlung).

Öffentlichkeitsarbeit

Der überwiegende Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Schülermentoren bezieht sich auf den innerschulischen Bereich (z. B. Flyer, Schülerzeitung, Wandzeitung). Eine Möglichkeit besteht darin, bestimmte Produkte, die unter Schülerinnen und Schülern beliebt sind bzw. häufig verwendet werden, mit dem Logo des Mentoren-Projekts zu versehen. Beispiel wäre die Gestaltung eines Stundenplans.

Zum Bereich der innerschulischen Öffentlichkeitsarbeit gehören auch Ausstellungen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“, in denen vorgegebenes Material (z. B. Plakate der BZgA, Informationen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ usw.) oder aber Bilder oder Gegenstände ausgestellt werden, die von Schülerinnen und Schülern der eigenen Schule zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ (im Unterricht oder in Projekten bestimmter Fächer) hergestellt wurden.

Vorträge und Beiträge in schulischen Gremien und bei anderen schulischen Veranstaltungen sind für das Schülermentoren-Team eine weitere Möglichkeit, das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ in der Schulöffentlichkeit zu präsentieren (z. B. Infoabend für neue Schülerinnen und Schüler, Elternsprechtag, Tag der offenen Tür usw.). Dabei können die Mentoren die Power-Point-Folien verwenden, die im Rahmen der vorbereitenden Schulung erarbeitet wurden.

Die Öffentlichkeitsarbeit muss nicht auf den innerschulischen Bereich beschränkt bleiben. Im Zusammenhang mit interessanten Aktionen der Mentoren kann auch die Presse benachrichtigt werden. Berichte in der Zeitung oder dem Radio sind eine zusätzliche Motivation für das Mentoren-Team und steigern das Ansehen des Projekts in der eigenen Schule.

Unterrichtsgestaltung in Klassen

Mitglieder des Mentoren-Teams können Klassen bestimmter Jahrgänge aufsuchen, um über das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ zu informieren und sich selbst als Team vorzustellen. Diese Seminare werden vorher mit den zuständigen Klassen- oder Fachlehrerinnen und -lehrern abgesprochen. Die zuständigen Pädagoginnen und Pädagogen sind bei den Vorträgen anwesend, überlassen den Mentoren jedoch die inhaltliche Gestaltung der Stunde.

Vorträge bzw. Präsentationen werden in der Regel von zwei oder drei der Mentoren durchgeführt, die vorher im Team dafür ausgewählt wurden. Es können in unterschiedlichen Klassen unterschiedliche Vortragsteams auftreten, so dass eine größere Zahl von Mentoren praktische Erfahrungen sammeln kann.

In diesen von den Mentoren gestalteten Unterrichtsstunden stellen sich die Mentoren als Team vor, es werden Basisinformationen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ vermittelt und Handlungsmöglichkeiten für die Schule diskutiert. Die Schülermentoren verfügen über im Vorfeld erarbeitete Informationen und Power-Point-Folien, die es ihnen ermöglichen einen interessanten und lebendigen Vortrag zu liefern.

Referate in Klassen gehören mit zu den anspruchsvollsten Aufgaben der Schülermentoren. Über die Kompetenzen der Schülermentoren in diesem Bereich waren betreuende Lehrkräfte im Pilotprojekt häufig positiv überrascht. Es zeigte sich, dass dieses Angebot vor allem in Klassen mit gleichaltrigen oder jüngeren Schülerinnen und Schülern positiv aufgenommen wurde. Als problematischer haben sich oft Vorträge in Klassen höherer Jahrgangsstufen erwiesen.

Mit der Schulleitung und im Kollegium kann darüber hinaus vereinbart werden, dass Schülermentoren am Schuljahresanfang in den Klassen mit neuen Schülerinnen und Schülern grundsätzlich eine Einführung zum Umgang mit dem Rauchen in der Schule bieten („Unsere Schule ist rauchfrei“). Gerade wenn diese Einführung nicht durch Lehrkräfte sondern durch Schülerinnen und Schüler erfolgt, kann eine nachhaltige Orientierung in Richtung Nichtrauchen bewirkt werden.

Projekttag

Schülermentoren können sich mit einer Vielzahl von Aktivitäten an Projekttagen in der Schule beteiligen. Oftmals sind es auch bestimmte Anlässe (Tag der offenen Tür, Weltnichtrauchertag, Gesundheitstag), die genutzt werden, um das Interesse der Schulöffentlichkeit auf das Thema Rauchen bzw. Nichtrauchen zu lenken.

Beispiele für Aktionen der Schülermentoren im Rahmen von Projekttagen, die im Pilotprojekt der BZgA durchgeführt wurden:

- Infostände und Aktionen beim Tag der offenen Tür
- Schnupperstunde im ehemaligen Raucherraum
- Aktionen zum Weltnichtrauchertag in den großen Pausen
- Videopräsentation
- Aktionen beim Fasching
- Sketch für „Bunten Nachmittag“
- Parcours zum Rauchen
- Aktionen bei Gesundheitstag bzw. im Rahmen der Gesundheitswoche
- Schulfest: Gestaltung von zwei Stationen bei der „Spaß-Olympiade“
- Wettbewerbe durchführen
- Vorbildliche Klassen auszeichnen
- Ausstellungen organisieren
- Vorträge von Experten oder Talkshows veranstalten
- Politik, Presse, mögliche Sponsoren einladen

Projekte

Einige der Aufgaben der Mentoren erfordern viel Vorbereitung und entwickeln selbst Projektcharakter. Dazu gehören z. B. folgende Aktionen:

Schadstoffzigarette

Die Schadstoffzigarette ist im Rahmen der schulischen Tabakprävention ein nützliches Hilfsmittel, um anschaulich zu demonstrieren, welche Gifte sich in Zigaretten befinden. Zwar gibt es einige Bundesländer, in denen eine Schadstoffzigarette in der Suchtpräventionsstelle ausgeliehen werden kann. Die Mehrheit der Schulen ist jedoch darauf angewiesen, diese selbst herzustellen.

Die Herstellung benötigt einen gewissen handwerklichen Aufwand. Eine Anleitung finden Sie auf Seite 74.

Filme und Musik

Auch die Produktion von kurzen Filmen zum Rauchen oder von Musik mit Texten zum Rauchen (z. B. HipHop-CD) erfordert einen relativ hohen Aufwand. Aber der Aufwand lohnt sich: Die Ergebnisse wirken nachhaltig, da sie in zukünftigen Projekten und Veranstaltungen immer wieder eingesetzt werden können. Sie können auch Gästen, Partnern, Unterstützern oder der Presse vorgestellt werden.

In einem „Hip-Hop-Workshop“ produzierten die Schülermentoren einer Gesamtschule in Köln einen Song mit einem Text zum „Rauchen“. Mit der CD beteiligte sich das Team an einem Präventionswettbewerb, der in Nordrhein-Westfalen ausgeschrieben war.

Mitmach-Parcours

Die Wirkungen suchtpreventiver Maßnahmen, bei denen die Adressaten Informationen passiv aufnehmen, sind begrenzt. Wesentlich wirkungsvoller sind Vorhaben, bei denen die Personen der Zielgruppe sich als aktiv Handelnde mit dem Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ auseinandersetzen.

Zur Förderung einer kritischen Haltung zu Zigaretten und Alkohol hat die BZgA einen interaktiven Mitmach-Parcours entwickelt. Der Parcours besteht aus verschiedenen Stationen, an denen sich Jugendliche durch spielerische Aktionen mit den Suchtmitteln Tabak und Alkohol auseinandersetzen. An allen Stationen stehen Moderatoren bereit und informieren und diskutieren mit den jungen Menschen. Auf diese Weise wird Fachwissen vermittelt und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zur Reflexion ihres eigenen Verhaltens angeregt. Weitere Informationen finden Sie unter www.klarsicht.bzga.de.

Nicht alle Schulen können beim „KlarSicht-Parcours“ der BZgA berücksichtigt werden. Es liegt daher nahe, im Rahmen des Schülermentoren-Projekts einen ähnlichen, stark vereinfachten Parcours zu entwickeln, der anschließend z. B. bei Projekttagen oder in bestimmten Kursen der Schule sinnvoll eingesetzt werden kann.

Wettbewerbe

Be Smart – Don't Start

Wettbewerbe können erfolgreiche Instrumente sein, die Motivation von Schülerinnen und Schülern in einem Handlungsbereich zu erhöhen. Am Europäischen Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“ können sich Schulklassen beteiligen, deren Schülerinnen und Schüler im jeweiligen Schuljahr rauchfrei bleiben wollen. Der Wettbewerb kann mit der Tätigkeit der Mentoren verbunden werden. Dabei kommt den Mentoren die Aufgabe zu, Klassen für die Teilnahme zu motivieren. Weitere Informationen unter www.besmart.info.

Rauchfrei-Quiz

Im Rahmen des Pilotprojekts wurde in vielen Schulen das „Rauchfrei-Quiz“ als Wettbewerb in unterschiedlichen Zusammenhängen durchgeführt. Diese Aktion haben die Schülermentoren in der vorbereitenden Schulung (siehe Seite 30) kennengelernt und sind somit darauf vorbereitet, ihn mit anderen Schülergruppen selbst durchzuführen. Die Resonanz der teilnehmenden Schülerinnen und Schüler auf diese Art der Informationsvermittlung ist im Allgemeinen sehr positiv.

Einhaltung der Rauchverbote

Falls Ihre Schule sich entschlossen hat, einen Raucherordner zu führen, in dem Schülerinnen und Schüler protokolliert werden, die gegen die schulischen Rauchverbote verstoßen, können diese Aufzeichnungen auch für einen schulischen Wettbewerb genutzt werden. Es gewinnen die Klassen, die in einem Zeitraum (Vierteljahr, Halbjahr, Schuljahr) am wenigsten Eintragungen im Raucherordner aufweisen oder eine festgelegte Zahl von Eintragungen unterschritten haben. Diese Klassen erhalten am Ende des Zeitraums einen Preis oder eine Auszeichnung. Diese Auszeichnung kann im Rahmen von Aktionen, die von den Schülermentoren veranstaltet werden, beispielsweise anlässlich eines Projekttages, stattfinden.

Maßnahmen zur Verschönerung der Schule und zur Pausengestaltung

Schülermentoren, die sich für eine Verschönerung der Schule und eine Verbesserung der Pausengestaltung einsetzen, übernehmen eine Aufgabe im Interesse vieler Mitschülerinnen und Mitschüler. Dazu gehören Initiativen bei der Schulhofgestaltung, der Schulhausverschönerung oder Verbesserung der Möglichkeiten für eine aktive oder kommunikative Pause.

Leerlauf begünstigt das Rauchen. Intensive Beschäftigung und Aktivitäten sind dagegen gute Alternativen zum Rauchen. Schülermentoren sollten dafür eintreten diese Alternativen zu schaffen oder auszubauen. Hierzu gehören z. B. kleine Sportturniere, Bälle, Tischtennis, Kartenspiele usw. Bei diesen Angeboten

können Schülermentoren Verantwortung für Spiel- und Sportgeräte und den Ablauf der Aktivitäten übernehmen.

Sitz- und Gesprächsecken können so gestaltet werden, dass sie aus Sicht der Schülerinnen und Schüler einladender sind. Auch Initiativen der Schülermentoren für Entspannungsmöglichkeiten und für die Einrichtung von Ruhebereichen können geplant werden.

Die Anregungen z. B. zur Verbesserung des Imbissangebots der Cafeteria im Sinne der Schülerinnen und Schüler können ebenfalls von den Schülermentoren aufgegriffen werden (siehe „Ampel-Übung“ auf Seite 39/40).

Schließlich können Schülermentoren sich auch dafür einsetzen, dass die Möglichkeiten zum Ausleihen von Büchern, Zeitschriften und zur Nutzung von Computern mit Internetzugang in den Pausen verbessert werden.

Beratung anderer Schülerinnen und Schüler

Die Zielgruppe des Schülermentoren-Projekts liegt bei den Nichtraucherinnen und Nichtrauchern. Diese sollen darin bestärkt werden, nicht mit dem Rauchen zu beginnen. Versuche, Raucherinnen und Raucher zum Ausstieg zu bewegen, scheitern dagegen häufig. Schülermentoren haben jedoch die Möglichkeit, Raucherinnen und Raucher, die etwas an ihrem Konsum ändern wollen, im Rahmen von „Sprechstunden“ bezogen auf Infomaterialien zu Aufhörmöglichkeiten und Beratungsstellen/Internetangeboten zu beraten.

2.3.4 Bilanzierung und Neuorientierung

In einem Workshop, der ca. nach einem halben Jahr durchgeführt wird, werden die bisherigen Aktionen ausgewertet und bilanziert. Die bisher gesammelten Erfahrungen werden ausgetauscht, mögliche Fehlentwicklungen können korrigiert und neue Aufgaben in Angriff genommen werden.

Dieses Treffen der Schülermentoren sollte als Tagesveranstaltung möglichst außerhalb der Schule angelegt sein, so dass auch Gelegenheit besteht, Kompetenzen für noch bevorstehende Aufgaben zu trainieren.

Wenn diese Veranstaltung mit einer interessanten erlebnispädagogischen Aktion verbunden ist (z. B. Kanufahren), so ist sie auch eine Belohnung der Schülermentoren für das bisher gezeigte Engagement.

2.3.5 Umsetzung von Aktionen und Angeboten im zweiten Schulhalbjahr

Als Angebote und Aktionen kommen auch für das zweite Schulhalbjahr die genannten Handlungsbe-
reiche in Frage (siehe Kapitel 2.3.3). Es kann allerdings aufgrund der Auswertung der bisher gesammel-
ten Erfahrungen im Bilanzierungs-Workshop eine neue Schwerpunktsetzung erfolgen, die auch aktuelle
Interessen der Schülermentoren berücksichtigt. Auf diese Weise wird vermieden, dass die Motivation der
Mentoren im zweiten Halbjahr nachlässt.

2.4. Auswertungs- und Überleitungsphase

Gegen Ende des Schuljahres wird der bisherige Projektverlauf ausgewertet und der Übergang in das neue Schuljahr geplant.

2.4.1 Auswertung des Projektverlaufs

Am Ende des Schuljahres, in dem das Schülermentoren-Projekt in ihrer Schule umgesetzt wurde, sollte eine Kurzevaluation durchgeführt werden. Diese bezieht sich einerseits auf die projektinternen Effekte, also auf die Frage, was haben die Schülermentoren gelernt. Andererseits sollte bewertet werden, was die Schülermentoren in der Schule bewirkt haben.

- ▶ **Führen Sie eine Befragung der Schülermentoren durch, um zu ermitteln, welche Kompetenzen sie erworben haben, welche Erfolge oder Misserfolge sie erlebt haben und wie ihre Einstellung zum Rauchen/Nichtrauchen ist.**

Einen Fragebogen für diese Befragung finden Sie auf Seite 93. Die Ergebnisse dieser Befragung stellen zusammen mit anderen Ergebnissen des Projekts eine wichtige Grundlage dar, um zu entscheiden, wie das Projekt im nächsten Schuljahr weitergeführt werden soll.

Zu Evaluation des Projekts gehört auch die Einschätzung, was sich in der Projektlaufzeit in der Schule verändert hat. Sinnvoll wäre hierzu eine Befragungen vor allem in der Schülerschaft und im Kollegium. Dabei soll vor allem die Frage beantwortet werden, ob es durch das Projekt gelungen ist, Fortschritte in Hinblick auf eine rauchfreie Schule zu erzielen.

Möglicherweise kommen Sie aber zu dem Ergebnis, dass diese Befragung erst Anfang des nächsten Schuljahres durchgeführt werden soll. Diese Aufgabe kann für das Folgeprojekt ein sinnvoller Einstieg darstellen (siehe hierzu Abschnitt 2.4.2 „Überleitung des Projekts in das neue Schuljahr“).

- ▶ **Wiederholen Sie die Befragung der Schülerinnen und Schüler, der Lehrkräfte und der Eltern in regelmäßigen Abständen, um Vergleichswerte zu gewinnen und Aussagen über Entwicklungen machen zu können.**

In der Regel werden die gewonnenen Daten Fortschritte dokumentieren. Alle Beteiligten werden so zum weiteren Engagement ermutigt. Die Evaluationsergebnisse dokumentieren auch die Weiterentwicklung des fachlichen Profils Ihrer Schule und helfen Ihnen bei der Außendarstellung Ihrer Schule. Partner werden motiviert, Ihre Schule zu unterstützen, Schulbehörde und Eltern sind leichter von der Qualität Ihrer Schule zu überzeugen.

- ▶ **Präsentieren Sie die Leistungen in der Öffentlichkeit (schulintern und extern).**
- ▶ **Geben Sie den Schülerinnen und Schülerinnen, die sich im Rahmen des Projekts aktiv für die Rauchfreiheit der Schule eingesetzt haben, am Schuljahresende eine Anerkennung. Die Mentoren sollten in einem angemessenen Rahmen ein Zertifikat (Beispiel siehe Seite 83) erhalten, das ihren Einsatz würdigt.**

2.4.2 Überleitung des Projekts in das neue Schuljahr

Am Folgeprojekt im nächsten Schuljahr können sich sowohl die bisherigen Schülermentoren als auch neue Interessenten beteiligen. Es ist wichtig, dass ein Teil der bisherigen Mentoren weiter macht, um die Kontinuität der Arbeit zu sichern und die bereits gesammelten Erfahrungen weiterzugeben. Erfahrungen in den Erprobungsschulen haben gezeigt, dass die Mehrheit der Schülermentoren sich auch im folgenden Schuljahr wieder am Projekt beteiligen will. Einige der bisher teilnehmenden Schülermentoren wollen oder müssen jedoch ihre Teilnahme beenden. Durch neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die

zum Schuljahreswechsel in das Team integriert werden, wird die Gruppendynamik belebt und es können neue Impulse gesetzt werden.

Falls beim Schuljahreswechsel eine größere Zahl der Schülermentoren durch neue Schülerinnen und Schüler ersetzt wird, ist es sinnvoll zum Schuljahresbeginn eine Schulung anzusetzen, die ähnlich strukturiert ist wie die vorbereitende Schulung im Vorjahr (siehe Seite 25). Falls die Zahl der Neuzugänge gering ist, sollte ein verkürzter Workshop angeboten werden, in dem die „erfahrenen Schülerinnen und Schüler“ einen großen Teil der Wissensvermittlung übernehmen.

- ▶ **Klären Sie mit den Schülerinnen und Schülern rechtzeitig, wer im Team bleiben will und wer die Projektarbeit beenden möchte.**
- ▶ **Falls es in Ihrer Schule eine Bereitschaft zur Fortführung des Projekts im nächsten Schuljahr gibt, sollten Sie neue Schülermentoren, die das Team ergänzen, noch im alten Schuljahr auswählen.**
- ▶ **Planen Sie rechtzeitig für den Schuljahresbeginn einen vorbereitenden Workshop zur Schulung des neuen bzw. veränderten Mentoren-Teams.**

Fazit:

Es ist Ihnen gelungen, auch im zweiten Schuljahr hintereinander die Schülermentoren in Ihrer Schule zu etablieren. Es bestehen nun sehr gute Chancen, dass das Rauchen im schulischen Kontext als Problemfeld immer mehr an Bedeutung verliert. Die Schülerinnen und Schüler haben die Rauchfreiheit ihrer Schule weitgehend in die eigenen Hände genommen, das Nichtrauchen wird immer mehr zum Normalfall. Die Schülermentoren beteiligen sich aktiv an der Gestaltung ihres schulischen Umfeldes, identifizieren sich auf diese Weise mit der eigenen Schule und entwickeln in diesem Prozess vielfältige soziale Kompetenzen.

Auch für die Lehrkräfte ergeben sich daraus – trotz des Mehraufwandes für die Betreuung der Schülermentoren – Erleichterungen: Das ewige Thema „Rauchen oder Nichtrauchen“ wird konstruktiv und konzentriert bearbeitet. In Verbindung mit klaren Regelungen und Konsequenzen tritt das Rauchen als Problem schließlich immer mehr in den Hintergrund und belastet das Kollegium nur noch in Ausnahmefällen. Schülerinnen und Schüler wissen, woran sie sind – das verbessert das Lehrer-Schüler-Verhältnis und das Schulklima insgesamt.



Teil 3: Informationen, Medien und Materialien

Rechtliche Rahmenbedingungen

§ 10 Rauchen in der Öffentlichkeit, Tabakwaren (JuSchG, 01. Januar 2009)

(1) In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren an Kinder oder Jugendliche weder abgegeben noch darf ihnen das Rauchen gestattet werden.

(2) In der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren nicht in Automaten angeboten werden.

Dies gilt nicht, wenn ein Automat

1. an einem Kindern und Jugendlichen unzugänglichen Ort aufgestellt ist oder
2. durch technische Vorrichtungen oder durch ständige Aufsicht sichergestellt ist, dass Kinder und Jugendliche Tabakwaren nicht entnehmen können.

Das Jugendschutzgesetz wird von manchen Schülerinnen und Schülern, die das 18. Lebensjahr erreicht haben, so interpretiert, dass die Schule nun nicht mehr das Recht habe, ihnen das Rauchen zu verbieten. Dieser Einwand ist nicht stichhaltig: Mit dem Inkrafttreten der Landesgesetze zum Nichtraucher-schutz sind in Deutschland alle öffentlichen Schulen seit 2008 zur Rauchfreiheit verpflichtet.

Rauchverbot in der Schulumgebung

In Reaktion auf Rauchverbote in der Schule verlagern Schülerinnen und Schüler mancher Schulen den Ort des Rauchens in die nahe Umgebung der Schule. Rauchertreffpunkte in der nahen Schulumgebung sind aus tabakpräventiver Sicht ebenso schädlich wie Raucherecken auf dem Schulgelände.

Jugendliche gehen oft davon aus, dass Lehrkräfte keine Befugnis besitzen, das Rauchen außerhalb des schulischen Territoriums zu kontrollieren bzw. Ordnungsmaßnahmen zu verhängen. Gerichte sind jedoch zu der Auffassung gekommen, dass die schulische Einfluss-sphäre nicht am Schultor enden muss. Wenn ein direkter Zusammenhang des Fehlverhaltens einer Schülerin oder eines Schülers zum Schulverhältnis besteht und die Verhältnismäßigkeit gewahrt ist, können Ordnungsmaßnahmen auch in der Umgebung der Schule verhängt werden (vgl. Oberverwaltungsgericht Münster, 21. 7. 1998, AZ19 E 391/98). Der Zusammenhang zum Schulverhältnis wird in der Regel durch einen Beschluss der Schulkonferenz hergestellt, der das Rauchen im Umfeld der Schule für Schulangehörige untersagt.

Zigarettenautomaten in der Schulumgebung

Der Bundesverband Deutscher Tabakwaren-Großhändler und Automatenaufsteller (BDTA) hat sich im April 1997 verpflichtet, keine Zigarettenautomaten mehr im Umfeld von Schulen oder Jugendzentren anzubringen und bestehende Automaten zu entfernen.

1. Zigarettenautomaten, die an Schulgebäuden oder an Jugendzentren oder auf deren Grundstücken aufgestellt sind, werden abgebaut; an solchen Standorten werden zukünftig keine Automaten mehr angebracht.
2. In einem Sichtfeld von 50 m vom Haupteingang einer Schule oder eines Jugendzentrums und innerhalb der diese Einrichtungen umlaufenden Straßenabschnitte werden keine zusätzlichen Automaten mehr aufgestellt. Die in diesen Bereichen bereits aufgestellten Automaten werden im Einvernehmen mit den Vertragspartnern in einem Zeitraum von drei Jahren schrittweise abgebaut.
3. Auf Außenautomaten wird keine tabakbezogene Werbung zugelassen.

Ab 2007 geben alle Zigarettenautomaten ihren Inhalt nur noch bei Verwendung einer Chipkarte, die ein Altersmerkmal des Besitzers trägt, heraus. Auf diese Weise soll verhindert werden, dass Jugendliche unter 18 Jahren Zugang zu Tabakwaren erhalten.

Übrigens: In keinem anderen europäischen Land gibt es mehr Zigarettenautomaten als in Deutschland. In anderen europäischen Ländern, wie z. B. Frankreich, Italien, Großbritannien und Irland, dürfen wegen der Verfügbarkeit für Jugendliche Zigarettenautomaten auf der Straße nicht mehr aufgestellt werden.

Jugendbezogene Tabakwerbung

Die Tabak- und Werbeindustrie hat sich im Rahmen einer Selbstbeschränkung verpflichtet, auf jugendbezogene Tabakwerbung zu verzichten. Die Selbstbeschränkungsvereinbarung enthält u. a. das Verbot von Werbung,

- die das Rauchen als unschädlich, gesund oder als ein Mittel zur Anregung des körperlichen Wohlbefindens oder der Leistungsfähigkeit darstellt.
- die das Inhalieren als nachahmenswert darstellt.
- die ihrer Art nach besonders geeignet ist, Jugendliche oder Heranwachsende zum Rauchen zu veranlassen.
- die sich an Jugendliche richtet
- die typisch für die Welt der Jugendlichen sind,
- die Models unter 30 Jahren darstellt,
- die Werbebegriffe „leicht“ und „mild“ verwendet
- in Jugendzeitschriften.

Im Jahr 1993 wurde außerdem u. a. Folgendes vereinbart:

- An Straßen und Haltestellen um Schulen und Jugendzentren sowie in dem vom Haupteingang von Schulen und Jugendzentren aus einsehbaren Bereich bis zu einhundert Metern Entfernung wird es künftig keine Plakatwerbung für Zigaretten mehr geben.
- Die Industrie verzichtet darauf, öffentliche Gratispackungen zu verteilen.
- Im Kino wird in Zukunft nach jedem Werbefilm für Zigaretten ein Warnhinweis gezeigt.

EU-Richtlinie für das Tabakwerbeverbot

Am 31. Juli 2005 ist die EU-Richtlinie für das Tabakwerbeverbot in den Mitgliedstaaten in Kraft getreten, die Tabakwerbung in den Printmedien, im Rundfunk und im Internet verbietet. Außerdem untersagt sie das Sponsoring grenzübergreifender Kultur- und Sportveranstaltungen.

Nach einer Studie der Weltbank kann das Werbeverbot die Verbreitung des Rauchens um bis zu 7 % reduzieren. Die Richtlinie von 2003 für das Tabakwerbeverbot gilt allerdings nur für Werbung und Sponsoring von grenzübergreifender Tragweite. Werbung in Kinos sowie auf Anzeigentafeln oder auf Erzeugnissen fällt daher nicht in ihren Geltungsbereich. Das gleiche gilt für das Tabak sponsoring bei rein lokalen Sportveranstaltungen, deren Teilnehmer ausschließlich aus einem Mitgliedstaat kommen.

Seit Beginn der 90er Jahre ist in der EU bereits die Tabakwerbung im Fernsehen verboten. Sie unterliegt der Richtlinie für Fernsehen ohne Grenzen. Zudem darf seit 2002 der Teer-, Nikotin- und Kohlenmonoxidgehalt von Zigaretten bestimmte Höchstwerte nicht mehr überschreiten.

Seit 2003 müssen alle Tabakerzeugnisse bestimmte Warnhinweise tragen, die mindestens 30 Prozent der Verpackungsfläche einnehmen. Mit diesem Datum dürfen auch verharmlosende Produktbezeichnungen wie „mild“ oder „light“ nicht mehr auf der Verpackung verwendet werden.

Tabakabhängigkeit

Von der Weltgesundheitsorganisation WHO werden sechs Merkmale genannt, die bei einer Tabakabhängigkeit von Bedeutung sind. Wenn drei dieser Kriterien gegeben sind, liegt eine Tabakabhängigkeit vor:

1. Anhaltend starker Wunsch oder eine Art Zwang zu rauchen
2. Verminderte Kontrollfähigkeit in Bezug auf den Tabakkonsum
3. Auftreten von körperlichen Entzugssymptomen, wenn der Tabakkonsum verringert oder beendet wird bzw. fortgesetztes Rauchen, um das Auftreten von Entzugserscheinungen zu vermeiden
4. Toleranzbildung: Um die erwünschten Wirkungen hervorzurufen, sind zunehmend höhere Mengen Tabak erforderlich, d. h. die Zahl der täglich gerauchten Zigaretten erhöht sich.
5. Fortschreitende Vernachlässigung anderer Interessen zugunsten des Rauchens
6. Fortgesetztes Rauchen trotz des Nachweises eindeutig gesundheitsschädlicher Folgen

In Anlehnung an ICD-10, Internationale Klassifikation psychischer Störungen der WHO, 1999

Test zur Bestimmung der Tabakabhängigkeit bei Jugendlichen

Teste deine Abhängigkeit

| | trifft zu |
|---|-----------------------|
| Hast du jemals versucht aufzuhören, aber konntest es nicht schaffen? | <input type="radio"/> |
| Rauchst du, weil das Aufhören so schwer ist? | <input type="radio"/> |
| Hast du jemals gedacht, dass du zigarettenabhängig bist? | <input type="radio"/> |
| Hast du ab und zu ein starkes Verlangen zu rauchen? | <input type="radio"/> |
| Hattest du jemals das Gefühl, dringend eine Zigarette zu brauchen? | <input type="radio"/> |
| Fällt es dir schwer, an Orten oder in bestimmten Situationen auf das Rauchen zu verzichten, wo man eigentlich nicht rauchen darf? | <input type="radio"/> |
| Als du mal mit dem Rauchen aufgehört hast oder wenn du mal lange nicht geraucht hast ... | |
| ... fandest du es da schwer dich zu konzentrieren, weil du nicht rauchen konntest? | <input type="radio"/> |
| ... warst du da reizbarer, weil du nicht rauchen konntest? | <input type="radio"/> |
| ... hattest du da das Gefühl, unbedingt rauchen zu müssen? | <input type="radio"/> |
| ... hast du dich da nervös oder unruhig gefühlt, weil du nicht rauchen konntest? | <input type="radio"/> |

Auswertung

Jede angekreuzte Antwort ist ein Punkt. Die Anzahl meiner Punkte beträgt:

0 Punkte: Bei dir hat sich noch keine Abhängigkeit entwickelt. Du musst nicht unbedingt rauchen und könntest zum jetzigen Zeitpunkt das Zigarettenrauchen ohne größere Schwierigkeiten wieder beenden.

1 bis 3 Punkte: Es haben sich bei dir bereits Anzeichen einer Abhängigkeit vom Nikotin entwickelt. Es ist für dich bereits jetzt nicht mehr so leicht, in manchen Situationen auf Zigaretten zu verzichten.

mehr als 3 Punkte: Bei dir ist bereits eine deutliche Abhängigkeit vom Nikotin vorhanden. In vielen Situationen hast du ein starkes Verlangen nach Zigaretten, und es ist es für dich nicht mehr so leicht, auf Zigaretten zu verzichten.

Handlungsempfehlungen für eine rauchfreie Schule

- Das Rauchen auf dem Schulgelände und auf schulischen Veranstaltungen sowie in Bereichen der Schulumgebung sollte für Schülerinnen und Schüler, Schulpersonal und Besucher verboten sein.
- Disziplinarmaßnahmen für die Nichteinhaltung der Regelungen sollten sowohl edukativ als auch bestrafend sein.
- Bei der Entwicklung schulischer Regeln und Maßnahmen zum Rauchen werden Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler und Eltern einbezogen, um die Akzeptanz der erarbeiteten Regelungen zu gewährleisten. Die Verwirklichung der Rauchfreiheit wird als Prozess geführt, der auf der Kommunikation mit den schulischen Interessengruppen basiert.
- Lehrkräfte sind Vorbilder und stimmen ihre Haltung und ihren Umgang mit rauchenden Schülerinnen und Schülern untereinander ab.
- Über alle Komponenten der schulischen Tabakprävention, einschließlich der Konsequenzen für Regelverletzungen, muss mit Schülerinnen und Schülern, Lehrerinnen und Lehrern und Gästen in schriftlicher und mündlicher Form kommuniziert werden.
- Regionale Ressourcen und Programme zur Tabakprävention sollten bei der Entwicklung zur rauchfreien Schule genutzt werden.
- Es sollten Tabakentwöhnungsprogramme für Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer und andere Personengruppen angeboten oder vermittelt werden. Schülerinnen und Schüler werden zum Ausstieg durch pädagogische Maßnahmen motiviert.
- Unterrichtsinhalte und Projekte zum Thema „Rauchen“ werden in das schulische Curriculum integriert.
- Mit Maßnahmen zum Nichtrauchen werden nicht nur Raucherinnen und Raucher angesprochen. Es werden Alternativen zum Rauchen gefördert, die sich an den Bedürfnissen von Nichtraucherinnen und Nichtrauchern orientieren.
- Alle Aktivitäten werden regelmäßig evaluiert, um Informationen über Akzeptanz und Effektivität der Maßnahmen zu erhalten.



Das Rauchfrei-Quiz***Chance 1**

Du wirst zum Schulleiter gerufen, weil du in der Pause geraucht hast.
Wie könnte das Gespräch ablaufen.
Spielt 1 Szene von 1 Min.

Risiken 1

Welche Folgen hat es, wenn Schwangere rauchen?

Wissenswertes 1

In welchem Land wird am meisten Tabak angebaut?

Wirkung 1

Was bewirkt Nikotin in kleinen Mengen im Körper?

Substanz 2

Warum fügen Zigarettenhersteller dem Tabak Substanzen wie Ammoniak, Lakritze oder Kakao bei?

Chance 2

Du hast dich mit deiner Clique im Freibad verabredet. Was du nicht wusstest, alle hatten sich verabredet heute eine Shisha zu rauchen.
Wie reagierst du?
Spielt 1 Szene von 1 Min.

Wissenswertes 2

Rauchen in Deutschland mehr Männer oder mehr Frauen?

Wirkung 2

Ist Nikotin giftig?

Substanz 3

Wie viel Milligramm Nikotin sind in einer Zigarette durchschnittlich enthalten?

Risiken 3

Mit welcher Droge lässt sich das Abhängigkeitspotenzial von Nikotin am ehesten vergleichen?

Chance 3

Spielt einen kurzen Werbespot!

Wirkung 3

Nenne mindestens 3 Krankheiten, die durch das Rauchen verursacht werden können!

Substanz 4

Nenne mindestens drei Inhaltsstoffe des Tabaks!

Risiken 4

Was hat die Tabakindustrie in den letzten Jahrzehnten unternommen, um möglichst viele Raucher zum Weiterrachen zu verleiten und um neue Raucher zu gewinnen?

Wissenswertes 4

Wer verwendete als erstes Tabak?

Chance 4

Du bist in einer Kneipe. Neben dir sitzt jemand der raucht. Der Qualm nervt dich total. Wie würdest du ihn dazu bringen, die Zigarette auszumachen? Spielt 1 Szene von 1 Min.

* In Anlehnung an Jörg Cadsky, Update – Fachstelle für Suchtprävention – Kinder-, Jugend-, Elternberatung, Bonn

Auflösung der Fragen des Rauchfrei-Quiz

Substanz 2:

Frage: Warum fügen Zigarettenhersteller dem Tabak Substanzen wie Ammoniak, Lakritze oder Kakao bei?

Antwort: Weil durch diese Stoffe der Geschmack von Zigaretten verbessert wird und sie noch schneller und stärker abhängig machen.

Substanz 3

Frage: Wie viel Milligramm Nikotin sind in einer Zigarette durchschnittlich enthalten?

Antwort: Durchschnittlich sind 0,9 mg. Die tödliche Dosis liegt bei etwa 50 mg.

Substanz 4

Frage: Nenne mindestens drei Inhaltsstoffe des Tabaks!

Antwort: Inhaltsstoffe des Tabaks sind beispielsweise: Nikotin, Kohlenmonoxid, Benzol, Cyanwasserstoff, Teer etc.

Risiken 1

Frage: Welche Folgen hat es, wenn Schwangere rauchen?

Antwort: Kinder von rauchenden Schwangeren sind bei der Geburt leichter und krankheitsanfälliger. Außerdem kommt es bei Raucherinnen etwa doppelt so häufig wie bei Nichtraucherinnen zu Frühgeburten.

Risiken 3

Frage: Mit welcher Droge lässt sich das Abhängigkeitspotenzial von Nikotin am ehesten vergleichen?

Antwort: Mit Kokain

Risiken 4

Frage: Was hat die Tabakindustrie in den letzten Jahrzehnten unternommen, um den Verkauf von Zigaretten zu fördern und neue Raucherinnen und Raucher zu gewinnen?

Antwort: Sie hat lange Zeit abgestritten, dass es einen Zusammenhang zwischen Rauchen und Krebs gibt und dass Nikotin abhängig macht. Die Tabakindustrie hat außerdem versucht Einfluss auf Forschung und Politik zu nehmen, um zu verhindern, dass Werbeverbote bzw. Rauchverbote beschlossen werden.

Wissenswertes 1

Frage: Wo wird am meisten Tabak geerntet?

Antwort: Weltweit wurden 2007 rund 6,2 Millionen Tonnen Tabak produziert. Davon entfielen auf China 40 %, Brasilien 15 %, Indien 8,5 %, USA 6 % und die EU-Staaten insgesamt 4,6 %.

Wissenswertes 2

Frage: Rauchen in Deutschland mehr Männer oder mehr Frauen?

Antwort: Aktuell rauchen in Deutschland immer noch mehr Männer (ca. 34 %) als Frauen (ca. 26 %, GEDA-Studie, Lampert & List, 2010). Allerdings haben sich die Raucherquoten der Männer und Frauen immer mehr angenähert. Bei den Jugendlichen gibt es ungefähr gleich viele Raucherinnen und Raucher (ca. 12 %, BZgA 2012).

Wissenswertes 4

Frage: Wer verwendete als erstes Tabak?

Antwort: Indianer waren die ersten, die Tabak rauchten.

Wirkung 1

Frage: Was bewirkt Nikotin in kleinen Mengen im Körper?

Antwort: In kleinen Mengen bewirkt Nikotin durch Erhöhung des Adrenalinpiegels eine Steigerung des Blutdrucks.

Wirkung 2

Frage: Ist Nikotin giftig?

Antwort: Ja! Nikotin wird u. a. auch als Schädlingsbekämpfungsmittel benutzt; schon der Verzehr von 60 mg Nikotin reicht aus, um einen erwachsenen Menschen zu töten.

Wirkung 3

Frage: Nenne mindestens 3 Krankheiten, die durch das Rauchen verursacht werden können!

Antwort: Lungenkrebs, Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, Asthma, HerzKreislaufbeschwerden, Herzinfarkt, Schlaganfall, Verkalkung der Gefäße.

Medien und Materialien

Sie können vielfältige Medien und Materialien zum Thema Nichtrauchen bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bestellen. Diese werden Ihnen kostenlos zugeschickt (Bestellformular auf Seite 73).

Detaillierte Informationen und Beschreibungen der Materialien, die ständig aktualisiert und weiter entwickelt werden, finden Sie unter:

- www.bzga.de/infomaterialien/foerderung-des-nichtrauchens/
- www.rauchfrei-info.de
- www.rauch-frei.info



Bestellformular

An die

Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung
Referat 1-13
51101 Köln

Per Fax: 0221 – 89 92 257
Per E-Mail: order@bzga.de
Per Internet: www.bzga.de
Telefonische Bestellungen sind leider nicht möglich!
(Die Broschüren der BZgA erhalten Sie kostenlos)

| Titel | Bestell-Nr. | Anzahl |
|---|--------------------|--|
| Leitfaden für Pädagogen „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ | 31600000 | l..... |
| Curriculum Anti Rauchkurs | | als PDF unter www.bzga.de |
| Broschüre „Rauchfrei durchs Leben“ | 31601000 | l..... |
| Broschüre „Stop smoking – Girls“ | 31602000 | l..... |
| Broschüre „Stop smoking – Boys“ | 31603000 | l..... |
| Rauchfrei per Mausclick | 31603001 | l..... |
| Elternbroschüre „Raucht mein Kind?“ | 31604000 | l..... |
| Plakat-Serie „rauchfrei-Images“ | 31604010 | l..... |
| Plakat-Serie „Meinungsbildung“ | 31604011 | l..... |
| Postkarten-Serie „Meinungsbildung“ | 31604021 | l..... |
| Aufkleber „rauchfrei“ | 31604040 | l..... |
| Kalender für die ersten 100 Tage rauchfrei | 31350003 | l..... |
| Basisinformation Tabak | 33230002 | l..... |
| Tabak – Faltblatt „Die Sucht und ihre Stoffe“ | 34008002 | l..... |
| Medienübersicht „Suchtprävention“ | 33110100 | l..... |
| Medienübersicht „Unterrichtsmaterialien-Arbeitshilfen für Lehrkräfte“ | 20000002 | l..... |
| „Rauchen“ – Unterrichtsmaterial für Klassen 5–10 | 20440000 | l..... |
| „Nichtrauchen“ – Unterrichtsmaterial für die Grundschule | 20410600 | l..... |
| Plakat-Serie „rauchfrei – Bist du dabei?“ | 31604012 | l..... |

Bitte senden Sie die Unterlagen an folgende Adresse:

.....
Name, Institution

.....
Straße

.....
PLZ, Ort

.....
Telefon, Fax

.....
Datum, Unterschrift

Bitte richten Sie sich auf eine Bearbeitungs- und Lieferzeit von etwa 2 Wochen ein. Falls Sie die bestellten Materialien zu einem bestimmten Termin benötigen, geben Sie diesen bitte auf der Bestellung mit an.

Die „Schadstoffzigarette“*

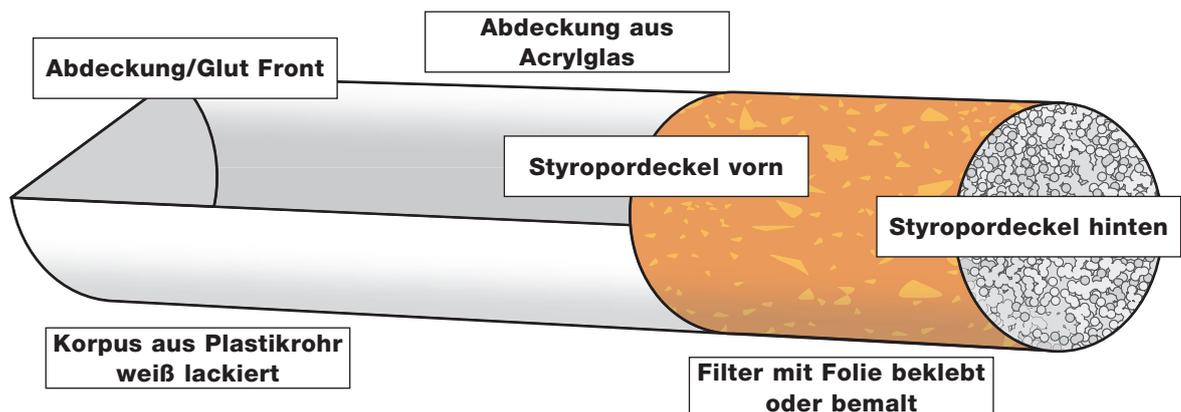
1. Nachbau als Zigarette im Modell

Wenn die Suchtpräventionsstelle der Region/des Bundeslandes nicht über eine „Schadstoffzigarette“ verfügt, die ausgeliehen werden kann und Sie dennoch das Modell einer Zigarette benutzen wollen, um die enthaltenen Schadstoffe zu veranschaulichen, können Sie in Ihrer Schule ein eigenes Modell anfertigen. Dies können beispielsweise die Schülermentoren als Aufgabe übernehmen. Die Schadstoffzigarette kann dann in zukünftigen Veranstaltungen oder Projekten als Arbeitsmaterial genutzt werden.

Beim Bau eines Zigarettenmodells entwickeln Jugendliche eine anschauliche Vorstellung über gesundheitsschädigende Inhaltsstoffe im Zigarettenrauch. Die Übertragung auf exemplarische Gegenstände aus dem alltäglichen Leben macht Jugendlichen konkret vorstellbar, mit welcher hochgiftigen Substanzen sie beim Rauchen von Zigaretten konfrontiert sind.

Der Bau des Zigarettenmodells bietet die Möglichkeit, sich aktiv mit den schädlichen Inhaltsstoffen des Zigarettenrauches auseinander zu setzen. Die plastische Darstellung krebserzeugender und gesundheitsschädigender Bestandteile in Zigaretten, erleichtert den Austausch über Folgen des Rauchens und regt sowohl zum Gespräch als auch zum Nachdenken an. Ergänzend dazu empfiehlt es sich, eine große Wandzeitung anzufertigen, auf der alle Inhaltsstoffe aufgeführt werden.

Die „Schadstoffzigarette“ kann von den Schülermentoren z. B. im Rahmen von Projektwochen, Veranstaltungen zum Nichtrauchen oder anderen schulischen Suchtpräventionsveranstaltungen eingesetzt werden. Sie kann auch als festes Ausstellungsstück im Schulfoyer aufgestellt werden. Beratungs- oder Fachlehrerinnen und -lehrer können an diesem Objekt Informationen zu Tabak anschaulich weitergeben. Das Objekt eignet sich auch als Anschauungsmaterial für thematische Unterrichtseinheiten z. B. in den Fächern Biologie, Chemie, Sport oder Ethik/Sozialkunde.



* In Anlehnung an die „Schadstoffzigarette“ der Landesinitiative „Leben ohne Qualm – LoQ“ in Nordrhein-Westfalen (ginko – Stiftung für Prävention – Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW – 45468 Mülheim an der Ruhr)

Das Objekt lässt sich z. B. aus einem Plastikrohr (Durchmesser ca. 20–30 cm, Länge ca. 120 cm) herstellen. Um es befüllen zu können, wird der vordere Teil (ca. 4/5 der Länge) horizontal aufgetrennt und anschließend als halbierte Zigarette weiß lackiert. Zur späteren längsseitigen Abdeckung eignet sich ein Deckel aus Acrylglas oder transparentem Plastik.

Das „Glutende“ kann z. B. mit einem Styroporstück verschlossen werden. Das Filterstück (ca. 1/5 der Länge) wird ringsum in Filteroptik bemalt und beidseitig mit Styropor- oder Pappdeckeln verschlossen. Mit Montagekleber, Silikon oder Klebeband können die einzelnen Teile leicht aneinander befestigt werden. Für eine dauerhafte Nutzung als Ausstellungsobjekt empfiehlt es sich, die Einzelkomponenten zusätzlich miteinander zu verschrauben. Als „Tabak“ dienen Pappeschnipsel, in die die „Giftstoffe“ samt Beschilderung eingebettet und ggf. fixiert werden.

In der Tabelle auf Seite 76 wird beispielhaft beschrieben, wie die einzelnen Inhaltsstoffe im Zigarettenrauch anschaulich in der Schadstoffzigarette dargestellt werden können.

2. Übungen mit der „Schadstoffzigarette“

Übungen mit der Schadstoffzigarette sollen Schülerinnen und Schülern einen bildlichen Eindruck von den Inhaltsstoffen des Zigarettenrauchs vermitteln. Die Übertragung der Inhaltsstoffe auf exemplarische Gegenstände aus dem alltäglichen Leben (z. B. Ammoniak = Reinigungsmittel) macht Jugendlichen die in Zigarettenrauch enthaltenen chemischen Substanzen und Giftstoffe verständlich. Sie wechseln über von der abstrakten Begrifflichkeit in eine bewusst erlebbare Handlungsebene.

Ablauf:

Die Schülerinnen und Schüler sitzen im Kreis. Jede Schülerin und jeder Schüler nimmt sich eine der „Proben“ aus der geöffneten Schadstoffzigarette heraus und rät, um welchen Stoff es sich handelt und was diese Substanz in Zigaretten für eine Funktion haben könnte (z. B. Ammoniak beschleunigt die Aufnahme des Nikotins in der Lunge und des Anflutens im Gehirn – die Droge Nikotin wirkt also schneller und länger). Einige der Gläschen dürfen für eine Geruchsprobe geöffnet werden.

Erfahrungsgemäß werden nicht alle Substanzen richtig bestimmt. Die Übungsleitung liefert dann die richtige Auflösung. Um Verwechslungen zu vermeiden, müssen alle „Proben“ mit einem Aufkleber durchnummeriert sein, wobei die Zahl der Substanz in der folgenden Tabelle entspricht. Kopieren Sie diese Tabelle, so dass Sie die Auflösungen während der Übung griffbereit haben. Sie können auch einige Schülerinnen und Schüler damit beauftragen, die Substanzen mit Hilfe der Anleitung zu erklären.

3. Darstellung von Substanzen in der „Schadstoffzigarette“

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|--|--|---|---|
| Ammoniak | Reizstoff mit stechendem Geruch; gefährliches Augengift; Ammoniak wird in der Steinkohlevergasung (Gaswerk) oder aus Hoch- und Koks-ofengas gewonnen. Meist synthetisch hergestellt. | Ammoniak wird dem Tabak zugesetzt, um die Wirkung von Nikotin zu verstärken; es beschleunigt die Aufnahme des Nikotins in der Lunge und die Anflutung des Gehirns; das Nikotin wirkt schneller und länger, das Suchtpotential von Tabak wird erhöht. | In der chemischen Industrie wird Ammoniak zur Herstellung von Ammoniumsalzen (z. B. Düngemittel) verwendet; wird auch verwendet in Haarfärbemitteln, Reinigungsmitteln. | <ul style="list-style-type: none"> • Salmiakgeist: Vorsichtig auf Wattepad geträufelt kann der Reizstoff gerochen werden; Geruchsprobe über offener Flasche. |
| Anilin [k] | Farblose, leicht ölige Flüssigkeit mit süßlichem Geruch, die an der Luft leicht bräunlich wird | Anilin ist ein starkes Blutgift; verhindert den Sauerstofftransport im Blut. Bei Vergiftungen kommt es zu Schwindelanfällen, Kopfschmerzen, Bewusstseinsstörungen und Atemnot. Letzteres kann den Tod verursachen. Langfristige Vergiftung kann zu Blasenkrebs führen. | Bestandteil von Farbstoffen; dient in der chemischen Industrie als Ausgangsstoff für die Synthese von Kunstfasern, zur Herstellung von Kautschuk und als Komponente hypergolere Treibstoffe in der Raumfahrt. | <ul style="list-style-type: none"> • kleine verschmierte Lackdose • Filz- oder Lackstifte |
| Arsen [k] | Dämpfe sind giftig und karzinogen. | Beim Einatmen werden Schleimhautreizungen, Lungenödeme, Störungen der Nieren-/Leberfunktionen verursacht. | Rattengift | <ul style="list-style-type: none"> • Leere Dose Rattengift • Spielzeugratte • Warnschildaufkleber von Kammerjägern • Gifflasche mit Totenkopfsymbol |
| Azeton | Farblose Flüssigkeit, süßlich riechend, in Verbindung mit Luft leicht entzündlich. | Giftig und ätzend; fördert den Verbrennungsvorgang der Zigarette | Nagellackentferner | <ul style="list-style-type: none"> • Nagellackentferner • Auf Plexiglas geträufelt kann der „Ätzvorgang“ gut beobachtet werden. |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|-----------------------------------|---|---|--|---|
| Benzol [k] | Abfallprodukt bei (unvollständiger) Verbrennung, entsteht bei Verdampfung von Benzin und in der Koksproduktion | Wirkt betäubend | Benzinzusatz: Antiklopfmittel | <ul style="list-style-type: none"> • kleiner Benzin-kanister bzw. Riechprobe Benzin • Warnschild „Entflammbar, Benzin“ |
| Blausäure | Giftige Dämpfe, die bei Verbrennung diverser Kunststoffe freigesetzt, werden; riecht nach „Bitter-Mandel“. Entsteht beim Abbrennen einer Zigarette; | Wirkt schnell, blockiert Atmungsenzyme, verhindert Verbrennung von Sauerstoff in den Zellen. Folge: Erstickten. | Wird u. a. bei Wohnungsbränden freigesetzt. | <ul style="list-style-type: none"> • Riechprobe „Bitter-Mandel-Aroma“ |
| Blei [k], Cadmium [k], Nickel [k] | Schwermetallverbindungen, Abfallprodukte durch unvollständige Verbrennung. | Hochgiftig, wenn sie durch Einatmen beim Verbrennen in den Körper gelangen; Stoffe lagern sich im Körper ein (z. B. in den Knochen). Nickel ist Allergie auslösend. | In Batterien | <ul style="list-style-type: none"> • Nachbau eines „Radioaktiv“-Warnschildes (schwarz auf gelbem Grund) • Abbildung einer Autobatterie |
| 1,3-Butadien | Mildriechendes, farbloses Gas, verwendet zur Kautschukverarbeitung, hochentzündlich. | Giftig, krebserregend, narkotisierend; schwerer als Luft, deshalb länger in der Lunge. | Entsteht beim Abbrennen der Zigarette | <ul style="list-style-type: none"> • Fahrradschlauch/ Autoreifen. • Riechprobe: verbrannter Gummi |
| Feinstaub | Schwarzer, pulverförmiger Feststoff, der zu 80 bis zu 99,5 % aus Kohlenstoff besteht. Wird durch Verbrennung freigesetzt. | Bindet sich an Bronchien und Schleimhäute. Krebserregend. | Ruß | <ul style="list-style-type: none"> • Dunkelgrauer Ruß in einer durchsichtigen Flasche |
| Formaldehyd [k] | Stechend riechendes Gas, | Allergie auslösend; Steht unter Verdacht, krebserregend zu sein. | Desinfektionsmittel, Farb- und Klebstoffe, Textilhilfsmittel, Düngemittel, Konservierungsmittel, Gießharze, Härtezusätze, Vulkanisationszusatz, Fungizide, Sprengstoffe. | <ul style="list-style-type: none"> • Apotheken-Flaschen mit Aufschrift „Vorsicht Gift!“ (schwarzer Totenkopf) • Desinfektionsmittel • Desinfektions-Haushaltsspray |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|--|--|--|---|
| Glycerin | Verwandelt sich bei Erhitzung in gesundheitsschädliches Acrolein | Feuchthaltemittel | Handcreme | <ul style="list-style-type: none"> Handcreme |
| Harnstoff | Weißer, kristalliner, schwach nach Ammoniak riechender Stoff. Wird als Endprodukt des Stoffwechsels im Urin ausgeschieden oder synthetisch hergestellt. | Tabakhersteller mischen Harnstoff dem Tabak bei, weil Nikotin bei erhöhtem pH-Wert besser aufgenommen wird. So werden aus vermeintlich leichten (niedriger Nikotinwert) starke Zigaretten. | Dient als Feuchtigkeitsspender in Salben und Kosmetika. Hat hornlösende Eigenschaften. | <ul style="list-style-type: none"> Blattdünger, Kunstharz |
| Kakao | Kakaopulver des Kakaobaums | Wird dem Tabak als Geschmacksverstärker zugesetzt. | Schokoladenherstellung (Lebensmittel) | <ul style="list-style-type: none"> Kakao (Tütchen) |
| Kohlenmonoxyd | Kohlenmonoxid (CO) ist ein farbloses, geruchloses Gas, das aus dem unvollständigen Brennen von carbonhaltigen Stoffen resultiert. | Hochgiftig, verringert den Sauerstofftransport zu den Organen. | Entsteht beim Abbrennen der Zigarette | <ul style="list-style-type: none"> Motorauspuffgas (Bild mit Auspuff) Teelicht anzünden und ein Glas drüberstülpen. Die Flamme erstickt, da Sauerstoff entzogen wird. |
| Lakritze | Pflanzenart – auch Süßholz genannt, enthält ein Glykosid (Glycyrrhizin), das 50fach stärkere Süßkraft besitzt als Rohrzucker. Weiterer Bestandteil ist Ammonium-chlorid, auch Salmiak genannt. | Wird dem Tabak als Geschmacksverstärker zugesetzt, mindert Kratzen im Hals, das durch den Rauch entsteht. Glycyrrhizin kann zu Bluthochdruck und Kopfschmerzen führen. | Schleimlöser, Durstlöcher, wird in der Medizin als Mittel gegen Husten, Heiserkeit eingesetzt. | Lakritze |
| Magnesium | Erdalkalimetall, silbrig-weiss, leicht entzündlich | Weißbrandmittel, macht den (normalerweise dunklen) Rauch der Zigarette hell, unterstützt Brennvorang des Tabaks. | Magnesium-Feuerstarter | <ul style="list-style-type: none"> Entzündlichkeit testen mit Magnesium-Feuerstarter Stück Magnesium-Metall |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|--|---|---|--|
| Menthol | Duft- und Aromastoff, Lokalanästhetikum. Ist der am häufigsten verwendete Zusatzstoff für Tabakprodukte; wird fast allen Zigaretten zugesetzt (auch Nicht-Mentholzigaretten) | Erleichtert und vertieft die Inhalation, wirkt schmerzlindernd, mildert das Kratzen im Hals und den Tabakgeschmack und kann so den Einstieg ins Rauchen erleichtern; kann die Aufnahme von Nikotin und krebserzeugenden Substanzen in die Lunge erhöhen, verzögert Nikotinabbau im Körper. | Halsbonbons | <ul style="list-style-type: none"> Flaschen mit Minzöl als Riechprobe |
| Methanol | Entsteht bei Gärungsvorgängen, z. B. als Nebenprodukt bei alkoholischer Gärung. Minderwertige Spirituosen können große Mengen Methanol enthalten. | Giftig, Schädigung insbesondere der Augennerven. | Wird verwandt als Kraftstoff und ist wichtiger Ausgangsstoff für die chemische Industrie. | <ul style="list-style-type: none"> Methanol (Flasche mit Aufschrift) |
| Naphthalin [k] | Polyzyklischer Kohlenwasserstoff mit charakteristischem Geruch nach Teer. Naphthalin ist gesundheitsschädlich und umweltgefährlich. Die tödliche Dosis liegt bei 5 g. | Naphthalin führt zu Dermatitis und starken Hautreizungen; kann die roten Blutzellen schädigen. Beim Einatmen kann es zu Schleimhautreizungen, Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Verwirrheitszuständen, Schädigung der Augenhornhaut, der Leber und Nieren kommen. Verdacht auf krebserregende Wirkung. | Im Mottengift, in Auto- und Verbrennungsabgasen | <ul style="list-style-type: none"> Mottengift: leere Dose oder Streifen Plastikmotte qualmenden Auspuff z. B. mit Papprolle und Watte darstellen Spielzeugauto mit Watte oder Zellstoff hinter dem Auspuff |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|--|---|--|---|
| Nikotin | Starkes Gift, das als Insektizid eingesetzt wird und das in der Tabakpflanze entsteht, aber auch künstlich hergestellt werden kann. | Reizmittel, das Herzschlag und Stoffwechsel anregt, später lähmt und beruhigt, macht abhängig. | In den Blättern der Tabakpflanze enthalten. | <ul style="list-style-type: none"> • Nikotinpflaster |
| Nitrobenzol [k], Nitropyren [k] | Nitrobenzol ist eine farblose, bisweilen blassgelbe Flüssigkeit. Es riecht nach Bittermandelöl jedoch mit leicht stechender Note. | Nitrobenzol ist giftig und brennbar. | Im Abgas von Dieselmotoren | <ul style="list-style-type: none"> • Spielzeugauto – Kanister • ABC-/Gasmaske |
| N-Nitrosamine [k] | Beim Abbau von Nitriten und Aminen im Körper entsteht. Formaldehyd. | Formaldehyd ist in hohen Mengen krebsauslösend. | Enthalten in Kühlschmierstoffen, Ölen, Gummi | <ul style="list-style-type: none"> • Gummitteile aus dem Haushalt – Schlauchstücke – Dichtungsringe – Reifenteile • leere Öldosen |
| Pestizide | Gifte, die beim Anbau in den Tabak gelangen | Giftig und krebsauslösend | Pflanzenschutzmittel | <ul style="list-style-type: none"> • Schädlingsbekämpfungsmittel |
| Phenole [k], Methylphenole [k] | Aromatische, kristalline Verbindungen, Schädlingsbekämpfungsmittel, wird aus Stein- und Braunkohleteer gewonnen. Methylphenole sind u. a. im Holzkohle-teer enthalten. | Wirken meist antiseptisch, teilweise giftig/ätzend. Beim Einatmen der Dämpfe kann es zu Schleimhautreizungen, Atemlähmung, Delirien, Herzstillstand kommen. | im Teer, in der Räuchereiabluft, während des Zweiten Weltkriegs töteten KZ-Ärzte Häftlinge durch Phenolinjektionen. Methylphenole werden als Desinfektionsmittel verwendet und sind ein Grundstoff für die Herstellung von Herbiziden und Kunstharzen. | <ul style="list-style-type: none"> • Dose Räucherfisch oder -fleisch • Räucherstäbchen/Räuchermännchen • Sagrotan |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|---|--|--|---|
| Polonium 210 [k] | Radioaktives Schwermetall (Alpha-Strahler), gelangt über Phosphatdünger und über die Luft in die Tabakpflanze, da die Blatthaare der Tabakpflanze die radioaktiven Isotope besonders gut aus der Luft filtern. | Lagert sich langfristig im Körper ein, ist Hauptursache für Kehlkopf-, Bronchial- und Lungenkrebs. | Phosphatdünger | <ul style="list-style-type: none"> • Nachbau eines „Radioaktiv“-Warnschildes (schwarz auf gelbem Grund) |
| Propylenglycol [k] | 1,2-Propylenglycol ist eine klare, farblose, nahezu geruchlose und stark hygroskopische Flüssigkeit. 1,2-Propan-diol gehört zu den mehrwertigen Alkanolen. | Feuchthaltemittel für den Tabak, verhindert Bildung von Schimmel und Bakterien. Krebs auslösend (durch Pyrolyse Bildung von Propylenoxid beim Rauchen); kann Allergien auslösen. | Enteisungsmittel, Bremsflüssigkeit, Schmerzgel | <ul style="list-style-type: none"> • Enteisungsmittel • Bremsflüssigkeit, • Schmerzgel |
| Teer [k] | Teer (Kondensat) ist ein schwarz-braunes, zähflüssiges Gemisch organischer Verbindungen, das durch zersetzende thermische Behandlung (Pyrolyse) organischer Naturstoffe gewonnen wird, z. B. beim Verbrennen von Tabak. In seiner Zusammensetzung vergleichbar mit dem Produkt, das beim Verbrennen von Holz, Kohle oder Öl entsteht. | Teer wird durch den Zigarettenfilter kaum zurückgehalten. Die Flimmerhärchen in den Atemwegen und der Lunge, die für die Reinigung verantwortlich sind, werden durch den Teer verklebt, wodurch zunächst der „Raucherhusten“ als Abwehrreaktion ausgelöst wird. Sind die Flimmerhärchen endgültig zerstört, können Schmutz- und Staubpartikel nicht mehr abgehustet werden. Teer ist verantwortlich für eine Reihe von Atemwegs-erkrankungen, Lungenkrebs, Bronchitis etc. | In alten Straßenbelägen | <ul style="list-style-type: none"> • Teerstücke aus Baustoffhandel • Stück Bitumen-Dachpappe <p>Experiment: Staub/Sand über eine Zahnbürste, rieseln lassen. Dieser lässt sich anschließend leicht wieder ausbürsten (Flimmerhärchen in Luftröhre und Bronchien funktionieren ähnlich). Dann Bürste mit Teersalbe einreiben: Härchen werden bewegungsunfähig. Schmutz kann in Lunge dringen und Infektionen verursachen.</p> |

| Inhaltsstoff im Zigarettenrauch | Beschreibung | Wirkung | Wo der Stoff sonst vorkommt | Präsentationsform im Modell |
|---------------------------------|--|--|--|--|
| Toluol | Farblose, charakteristisch riechende, flüchtige Flüssigkeit, die bei der unvollständigen Verbrennung von organischen Stoffen z. B. beim Rauchen entsteht. Ähneln dem Benzol. | Giftig, verursacht Nerven-, Nieren- und möglicherweise auch Leberschäden. Toluol ist fortpflanzungsgefährdend sowie fruchtschädigend. Die Inhalation von Toluoldämpfen kann zu unspezifischen Symptomen wie Müdigkeit, Unwohlsein, Empfindungsstörungen, Störungen der Bewegungskoordination und Bewusstseinsverlust führen. Bei regelmäßigem Kontakt kann es zu einer Toluol-sucht kommen. Toluoldämpfe haben eine narkotisierende Wirkung und reizen die Augen und Atmungsorgane schwer, allergische Reaktionen auf Toluol sind möglich. | Lösungsmittel, ist unter anderem auch im Benzin enthalten. | <ul style="list-style-type: none"> • Terpentin |
| Zimt | Gewürz aus der getrockneten Rinde von Zimtbäumen, durch Verbrennung entsteht Styrol. | Styrol steht unter Verdacht, Krebs zu erregen | Dient der Aromatisierung | <ul style="list-style-type: none"> • Zimtstange |
| Zucker | Süßmittel (Lebensmittel). Durch Verbrennung von Zucker entstehen Substanzen im Tabakrauch wie PAK, Formaldehyd, Acetaldehyd, Acrolein, Aceton. | Zucker dient als Geschmacksverstärker, der auch die Schärfe des Tabakrauchs neutralisiert. Die Inhalationstiefe und dadurch die Nikotinaufnahme wird erhöht und damit auch die Suchtwirkung. Die durch Verbrennung von Zucker entstehenden Substanzen sind krebserzeugend. | Wird als Geschmacksverstärker eingesetzt. | <ul style="list-style-type: none"> • Zucker (Tütchen) |

Zertifikat

.....
Name

Schüler/-in der/des

.....
Schule

hat im Schuljahr am Projekt „Schülerinnen und Schüler für die rauchfreie Schule“ freiwillig mitgewirkt als

„Rauchfrei Schülermentor“

Sie/er hat an einer mehrtätigen Fortbildung teilgenommen und sich detaillierte Informationen zu den Themen „Rauchen“ und „Förderung des Nichtrauchens“ angeeignet. Sie/er nahm an den regelmäßigen Teamsitzungen der Mentoren teil.

In Kooperation mit anderen Schülerinnen und Schülern und mit Lehrkräften ihrer/seiner Schule hat sie/er für das Nichtrauchen geworben und Projekte zur Tabakprävention entwickelt und gestaltet.

....., den

.....
(Schulleiter/-in)

.....
(Schulstempel)

~~rauch~~ frei!

Einverständniserklärung Eltern

Schulisches Projekt zum Thema Nichtrauchen

Sehr geehrte Eltern,

das Projekt „Schülermentoren zur Förderung des Nichtrauchens“ hat zum Ziel, das Nichtrauchen an Schulen zu fördern. Dazu werden nichtrauchende Schülerinnen und Schüler für tabakpräventive Aufgaben als „Schülermentoren“ qualifiziert und gehen in einer Vielzahl von schulinternen Aktionen auf ihre MitschülerInnen im Alter von 13–17 Jahren zu.

Es werden im ersten Schulhalbjahr dazu mehrere Aktionen und Veranstaltungen während der Unterrichtszeit durchgeführt. Um festzustellen, ob diese Bemühungen von den teilnehmenden SchülernInnen auf ihrem rauchfreien Weg durchs Leben als unterstützend empfunden werden, werden sie zweimal, zu Beginn und am Ende des Projekts (die zweite Befragung findet ca. drei Monate nach der ersten Befragung statt) per Fragebogen befragt. Die Fragen betreffen vor allem ihre Erfahrungen mit dem Rauchen und ihre Beurteilung der schulischen Projektveranstaltungen. Die Befragung erfolgt mittels standardisierter Fragebögen und ist anonymisiert, so dass keine Rückschlüsse auf die ausfüllende Person gezogen werden können. Gerne können Sie den Fragebogen einsehen, ein Exemplar ist an der Schule verfügbar.

Ihre Schule hat sich dafür entschieden, an dem Schülermentorenprojekt teilzunehmen. Wir möchten Sie um Ihr Einverständnis bitten, dass Ihr Kind an der Studie teilnehmen kann. Die Befragung ist freiwillig, Sie oder Ihr Kind können jederzeit und folgenlos von der Teilnahme zurücktreten und die Löschung der Daten veranlassen.

Die Ergebnisse der Studie werden dazu beitragen, die schulischen Bemühungen, dem Rauchen bei Kindern und Jugendlichen vorzubeugen, weiter zu verbessern. Für Ihre Unterstützung möchten wir uns jetzt bereits herzlich bedanken. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

.....
(Projektleiter/in)

Ich habe den Elternbrief zum schulischen Projekt zum Thema Nichtrauchen erhalten und weiß, dass im Falle eines Einverständnisses mit der Teilnahme meines Kindes

..... an der Studie
(Name)

- die Daten streng vertraulich behandelt werden,
 - die Teilnahme freiwillig ist und ich oder mein Kind jederzeit und folgenlos von der Teilnahme zurück treten kann.
- Bitte kreuzen Sie das zutreffende Kästchen an und unterschreiben Sie die Erklärung.

- Ich bin mit einer Teilnahme meines Kindes an der Studie „Schulisches Projekt zum Thema Nichtrauchen“ einverstanden und willige ein, dass meiner Tochter/meinem Sohn im Rahmen des Projekts Fragen zur Gesundheit (Rauchverhalten) gestellt werden
- Ich bin mit einer Teilnahme meines Kindes an der Studie „Schulisches Projekt zum Thema Nichtrauchen“ nicht einverstanden.

.....
Datum

.....
Unterschrift

Schülerfragebogen (Erstbefragung)

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

dieser Fragebogen ist Teil einer Studie zum Thema Rauchen/Nichtrauchen. Dazu möchten wir dich zweimal per Fragebogen befragen.

Deine Angaben werden streng vertraulich behandelt und bleiben anonym! Damit wir die zwei Fragebögen später einander zuordnen können, bitten wir dich, als Codewort jeweils den ersten und zweiten Buchstaben der Vornamen deiner Eltern einzusetzen.

Für den Erfolg der Studie ist es wichtig, dass du jede Frage ehrlich beantwortest. Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Du kannst auch jederzeit problemlos aus der Studie aussteigen und verlangen, dass deine Daten gelöscht werden.

Dies ist kein Test, es gibt daher keine richtigen oder falschen Antworten. Solltest du keine genau passende Antwort finden, wähle die Kategorie, die ihr am nächsten kommt. Das Ausfüllen des Fragebogens ist sehr einfach:

- Kreuze die jeweils zutreffenden Antwortmöglichkeiten in den dafür vorgesehenen Kreisen an.
- Bei einigen Fragen müssen Zahlenangaben gemacht werden.
Beispiel: Wie alt bist du? 15 Jahre

Vielen Dank im Voraus für deine Antworten!

Codewort

1. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deiner Mutter?
1. 2. Buchstabe
2. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deines Vaters?
1. 2. Buchstabe
3. Wie alt bist du? Ich bin Jahre alt.
4. Ich bin ... männlich weiblich

5. Dein Wissen übers Rauchen

| Welche Aussagen stimmen, welche nicht? | Stimmt nicht | Stimmt | Weiß nicht |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Im Tabakrauch sind etwa 250 chemische Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Im Tabakrauch sind etwa 200 giftige Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In der Lunge setzt sich beim Rauchen Teer ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen gelangt Nikotin in die Blutbahn. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen entsteht Kohlenmonoxid. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nikotin macht abhängig. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teer verklebt die Lunge. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kohlenmonoxid verhindert, dass die Organe genügend Sauerstoff erhalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zigaretten machen schlanker. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| RaucherInnen haben öfter Probleme beim Sex. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| NichtraucherInnen, die den Zigarettenrauch ihrer rauchenden Freunde einatmen, kriegen eher Krebs. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchende Jugendliche haben eher Probleme mit der Fitness. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 50 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 15 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchen unter 18 ist verboten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jeder zweite langjährig Rauchende stirbt an Krankheiten, die durch das Rauchen entstanden sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viele Jugendliche, die etwa 8 Zigaretten im Monat rauchen, sagen, sie hätten keine Kontrolle über das Rauchen mehr. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn man täglich 10 Zigaretten raucht, gibt man in der Woche etwa 20 bis 25 Euro dafür aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Deine Meinung übers Rauchen

Es gibt Leute, die sagen, dass das Rauchen folgende positive Wirkung hat. Was meinst du, welche Wirkung hätte es, wenn du rauchen würdest?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Ich würde mich weniger gestresst fühlen
- Ich würde mich besser fühlen
- Ich würde mich besser konzentrieren können
- Ich würde cooler aussehen
- Meine Freunde fänden es gut
- Ich käme besser bei den Jungen oder Mädchen an, die ich gut finde
- Ich würde weniger auffallen als wenn ich nicht rauchte
- Mir wäre seltener langweilig

Welche möglichen Folgen des regelmäßigen Rauchens findest du sehr schlimm?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Früher sterben
- Gefährliche Gifte einatmen
- Früher Falten kriegen
- Mehr Pickel kriegen
- Viel Geld für Zigaretten ausgeben
- Abhängig werden von Nikotin und Zigaretten
- Den Tod anderer verursachen
- Andere Personen krank machen
- Andere Personen atmen gefährliche Gifte ein
- Babys Schaden zufügen

8. Was meinst du, wie sind RaucherInnen oder NichtraucherInnen?

| | eher Raucher | eher Nicht- raucher | kein Unter- schied | Weiß nicht |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Wer ist kontaktfreudiger? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer kann besser genießen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist cooler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist erfolgreicher? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist nervöser? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist aggressiver? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist unzufriedener? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Hier ist aufgelistet, was möglicherweise passieren kann, wenn man NICHT raucht. Wie wahrscheinlich wären die folgenden Dinge, wenn du weiter nicht rauchen würdest oder mit dem Rauchen aufhören würdest?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Man würde sich über mich lustig machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich wäre bei meinen Freunden unten durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hätte weniger Spaß im Leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde länger leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde fitter bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde frei und unabhängig sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Freunde fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mir würde etwas fehlen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld sparen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Eltern fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Lehrer fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine MitschülerInnen fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | Trifft völlig zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|---------------------|-------------------|----------------------------|------------------------|
|--|---------------------|-------------------|----------------------------|------------------------|

10. Ich finde das Rauchverbot an unserer Schule gut.

15. Wie viele Zigaretten hast du bisher in deinem Leben geraucht?

- keine
- bis 100 Zigaretten
- mehr als 100 Zigaretten

16. An wie vielen Tagen hast du in den letzten 30 Tagen geraucht?

..... Tage

Wie viele Zigaretten rauchst du durchschnittlich an einem Tag, an dem du rauchst?

..... Zigaretten

17. Für Nichtraucher/innen

Ich könnte mir vorstellen, in der Zukunft eine Zigarette zu rauchen.

ja nein

| Wie wahrscheinlich ist es, dass du folgende Dinge machst? | sehr unwahrscheinlich | eher unwahrscheinlich | weiß nicht | eher wahrscheinlich | sehr wahrscheinlich |
|---|-----------------------|-----------------------|------------|---------------------|---------------------|
|---|-----------------------|-----------------------|------------|---------------------|---------------------|

Ich werde im nächsten Jahr eine Zigarette probieren.

Ich werde im nächsten Jahr eine Zeit lang rauchen.

Ich werde im nächsten Jahr gelegentlich eine Zigarette rauchen.

Ich werde im nächsten Jahr keine Zigarette rauchen.

Wenn mir jemand im nächsten Jahr eine Zigarette anbietet, werde ich sie ablehnen.

Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich Nein sagen.

Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich weg gehen.

Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich das Thema wechseln.

Schülerfragebogen (Wiederholungsbefragung)

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

An deiner Schule wurden in der letzten Zeit Aktionen zum Thema Nichtrauchen durchgeführt. Uns interessiert deine Meinung zu diesen Aktionen. Bitte kreuze bei den folgenden Fragen jeweils die Antwort an, die deiner Einschätzung am nächsten kommt.

Deine Angaben werden streng vertraulich behandelt! Damit wir die zwei Fragebögen später einander zuordnen können, bitten wir dich, als Codewort jeweils den ersten und zweiten Buchstaben der Vornamen deiner Eltern einzusetzen.

Für den Erfolg der Studie ist es wichtig, dass du jede Frage ehrlich beantwortest. Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig. Du kannst auch jederzeit problemlos aus der Studie aussteigen und verlangen, dass deine Daten gelöscht werden.

Dies ist kein Test, es gibt daher keine richtigen oder falschen Antworten. Solltest du keine genau passende Antwort finden, wähle die Kategorie, die ihr am nächsten kommt. Das Ausfüllen des Fragebogens ist sehr einfach:

- Kreuze die jeweils zutreffenden Antwortmöglichkeiten in den dafür vorgesehenen Kreisen an.
- Bei einigen Fragen müssen Zahlenangaben gemacht werden.
Beispiel: Wie alt bist du? 15 Jahre

Vielen Dank im Voraus für deine Antworten!

Codewort

1. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deiner Mutter?
1. 2. Buchstabe
2. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deines Vaters?
1. 2. Buchstabe
3. Wie alt bist du? Ich bin Jahre alt.
4. Ich bin ... männlich weiblich

5. Dein Wissen übers Rauchen

| Welche Aussagen stimmen, welche nicht? | Stimmt nicht | Stimmt | Weiß nicht |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Im Tabakrauch sind etwa 250 chemische Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Im Tabakrauch sind etwa 200 giftige Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In der Lunge setzt sich beim Rauchen Teer ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen gelangt Nikotin in die Blutbahn. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen entsteht Kohlenmonoxid. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nikotin macht abhängig. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teer verklebt die Lunge. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kohlenmonoxid verhindert, dass die Organe genügend Sauerstoff erhalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zigaretten machen schlanker. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| RaucherInnen haben öfter Probleme beim Sex. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| NichtraucherInnen, die den Zigarettenrauch ihrer rauchenden Freunde einatmen, kriegen eher Krebs. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchende Jugendliche haben eher Probleme mit der Fitness. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 50 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 15 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchen unter 18 ist verboten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jeder zweite langjährig Rauchende stirbt an Krankheiten, die durch das Rauchen entstanden sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viele Jugendliche, die etwa 8 Zigaretten im Monat rauchen, sagen, sie hätten keine Kontrolle über das Rauchen mehr. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn man täglich 10 Zigaretten raucht, gibt man in der Woche etwa 20 bis 25 Euro dafür aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Deine Meinung übers Rauchen

Es gibt Leute, die sagen, dass das Rauchen folgende positive Wirkung hat. Was meinst du, welche Wirkung hätte es, wenn du rauchen würdest?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Ich würde mich weniger gestresst fühlen
- Ich würde mich besser fühlen
- Ich würde mich besser konzentrieren können
- Ich würde cooler aussehen
- Meine Freunde fänden es gut
- Ich käme besser bei den Jungen oder Mädchen an, die ich gut finde
- Ich würde weniger auffallen als wenn ich nicht rauchte
- Mir wäre seltener langweilig

Welche möglichen Folgen des regelmäßigen Rauchens findest du sehr schlimm?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Früher sterben
- Gefährliche Gifte einatmen
- Früher Falten kriegen
- Mehr Pickel kriegen
- Viel Geld für Zigaretten ausgeben
- Abhängig werden von Nikotin und Zigaretten
- Den Tod anderer verursachen
- Andere Personen krank machen
- Andere Personen atmen gefährliche Gifte ein
- Babys Schaden zufügen

8. Was meinst du, wie sind RaucherInnen oder NichtraucherInnen?

| | eher Raucher | eher Nicht- raucher | kein Unter- schied | Weiß nicht |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Wer ist kontaktfreudiger? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer kann besser genießen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist cooler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist erfolgreicher? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist nervöser? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist aggressiver? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist unzufriedener? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Hier ist aufgelistet, was möglicherweise passieren kann, wenn man NICHT raucht. Wie wahrscheinlich wären die folgenden Dinge, wenn du weiter nicht rauchen würdest oder mit dem Rauchen aufhören würdest?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Man würde sich über mich lustig machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich wäre bei meinen Freunden unten durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hätte weniger Spaß im Leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde länger leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde fitter bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde frei und unabhängig sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Freunde fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mir würde etwas fehlen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld sparen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Eltern fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Lehrer fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine MitschülerInnen fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | Trifft völlig zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--|-------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|
| 10. Ich finde das Rauchverbot an unserer Schule gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. An deiner Schule haben in der letzten Zeit Aktionen von Schülermentoren stattgefunden. | <input type="checkbox"/> ja | <input type="checkbox"/> nein | <input type="checkbox"/> weiß nicht | |
| 12. Wie viele Schülermentoren gab es an deiner Schule? | <input type="checkbox"/> 1–2 Schülermentoren <input type="checkbox"/> 3–5 Schülermentoren <input type="checkbox"/> 6–10 Schülermentoren <input type="checkbox"/> 11–20 Schülermentoren <input type="checkbox"/> weiß nicht | | | |
| 13. Wie oft hattest du mit den Schülermentoren und ihren Aktionen zu tun? | <input type="checkbox"/> gar nicht <input type="checkbox"/> 1–2 mal <input type="checkbox"/> 3–5 mal <input type="checkbox"/> 6–10 mal | | | |
| 14. Die Schülermentoren haben Folgendes gemacht: | <input type="checkbox"/> Gestaltung von Flyern, Schülerzeitung <input type="checkbox"/> Plakate zum Thema Nichtraucher <input type="checkbox"/> Diskussionen/Vorträge in meiner Klasse <input type="checkbox"/> Parcours zum Thema Nichtraucher <input type="checkbox"/> Wettbewerbe <input type="checkbox"/> Verschönerung der Schule <input type="checkbox"/> Sonstiges: | | | |

15. Wie viele Zigaretten hast du bisher in deinem Leben geraucht?

- keine
- bis 100 Zigaretten
- mehr als 100 Zigaretten

16. An wie vielen Tagen hast du in den letzten 30 Tagen geraucht?

..... Tage

Wie viele Zigaretten rauchst du durchschnittlich an einem Tag, an dem du rauchst?

..... Zigaretten

17. Für Nichtraucher/innen

Ich könnte mir vorstellen, in der Zukunft eine Zigarette zu rauchen.

 ja nein

Die Aktionen der Schülermentoren haben mich darin bestärkt, weiterhin NichtraucherIn zu bleiben.

 ja nein

| Wie wahrscheinlich ist es, dass du folgende Dinge machst? | sehr unwahrscheinlich | eher unwahrscheinlich | weiß nicht | eher wahrscheinlich | sehr wahrscheinlich |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zigarette probieren. | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zeit lang rauchen. | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr gelegentlich eine Zigarette rauchen. | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr keine Zigarette rauchen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn mir jemand im nächsten Jahr eine Zigarette anbietet, werde ich sie ablehnen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich Nein sagen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich weg gehen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich das Thema wechseln. | <input type="checkbox"/> |

19. Für RaucherInnen

| | Trifft völlig zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
| Nach den Aktionen der Schülermentoren bin ich motivierter, über einen Rauchausstieg nachzudenken. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nach den Aktionen der Schülermentoren bin ich motivierter, weniger zu rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

20. Wenn du noch mal an die Aktionen der Schülermentoren zurückdenkst, wie stark treffen die folgenden Aussagen deiner Meinung nach zu?

| | Trifft völlig zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
| Die Aktionen der Schülermentoren waren unterhaltsam. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Aktionen der Schülermentoren haben Spaß gemacht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich finde es gut, dass es ein Projekt zum Thema Nichtrauchen an unserer Schule gibt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Schülermentoren haben sich auch für unsere Meinung interessiert. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe bei den Aktionen der Schülermentoren interessante Dinge für mich erfahren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Schülermentoren haben viele Sachen gesagt, die mich nicht betreffen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hatte das Gefühl, dass man mich belehren wollte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

21. Und wie fandest du die Schülermentoren? Wie stark treffen die folgenden Aussagen deine Meinung?

| | Trifft völlig zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|
| Die Schülermentoren waren mir sympathisch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Schülermentoren wussten sehr gut Bescheid beim Thema Rauchen/Nichtrauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hatte das Gefühl, dass den Schülermentoren selbst etwas an dem Thema Nichtrauchen liegt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich könnte mir vorstellen, mich im nächsten Schuljahr auch als Schülermentor/in für das Nichtrauchen zu engagieren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Pädagogenfragebogen (Erstbefragung)

| | Sehr zufrieden | Eher zufrieden | Eher unzufrieden | Sehr unzufrieden |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Wie zufrieden sind Sie mit den geltenden Regeln zum Nichtrauchen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Welchen der folgenden Aussagen stimmen Sie zu?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Ich bin für eine vollkommen rauchfreie Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Es sollte ein Raucherlehrerzimmer geben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Es sollte für ältere Schüler/innen eine Raucherecke auf dem Schulhof geben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Rauchen in Bereichen der Umgebung der Schule sollte für Schüler/innen verboten sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Wo sehen Sie zurzeit die größten Probleme im Zusammenhang mit dem Rauchen?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Die Rauchverbote werden von Schüler/innen nicht befolgt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Schüler/innen rauchen in der Umgebung der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Das Vorgehen der Lehrkräfte gegenüber rauchenden Schüler/innen ist uneinheitlich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Lehrkräfte rauchen in der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Lehrkräfte rauchen in der Schulumgebung. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Eltern unterstützen die rauchfreie Schule nicht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Die Regeln zum Rauchen sind nicht verbindlich genug. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Die Aufsichten reichen nicht aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Wie schätzen Sie die Akzeptanz der gültigen Regelungen zum Nichtrauchen ein?

| | Sehr hoch | Eher hoch | Eher gering | Sehr gering |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) bei der Schulleitung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) bei den Lehrkräften | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) bei den Schülern/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) bei den Eltern | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Würden Sie eine Änderung der Regeln zum Nichtrauchen begrüßen?

ja nein weiß nicht

Wenn ja:

Wie sollten die Regelungen Ihrer Meinung nach verändert werden?

Sollten gelockert werden Sollten verschärft werden

6. Rauchen Sie? Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an.

- Ich rauche nicht.
- Ich habe mit dem Rauchen aufgehört.
- Ich rauche gelegentlich (weniger als eine Zigarette pro Tag).
- Ich rauche regelmäßig (eine oder mehr Zigaretten pro Tag).

6. Rauchen Sie? Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an.

- Es bereitet mir keine Probleme, in der Schule auf das Rauchen zu verzichten.
- Es bereitet mir Probleme, in der Schule nicht zu rauchen.
- Ich rauche in der nahen Schulumgebung. häufig selten nie

7. Wie schätzen Sie das neu eingeführte Schülermentoren-Projekts an Ihrer Schule ein?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Ich begrüße das Schülermentorenprojekt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Ich werde das Projekt unterstützen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Das Projekt wurde dem Kollegium ausreichend vorgestellt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Das Projekt wurde den Schülern/innen ausreichend vorgestellt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Es gibt von Seiten der Schüler/innen Widerstand gegen das Projekt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Es gibt von Seiten des Kollegiums Widerstand gegen das Projekt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Ich erwarte Konflikte zwischen Schülermentoren/innen und anderen Schülern/innen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Ich erwarte Konflikte zwischen Schülermentoren/innen und Lehrkräften. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Sonstiges: | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

8. Welche Aufgaben sollen Schülermentoren in Bezug auf das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ haben? (Mehrfachnennung möglich)

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Vorbildfunktion für Schüler/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Vorträge in Klassen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Beteiligung an Projekttagen usw. zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Unterstützung der Lehrkräfte bei der Aufsicht des Rauchverbots | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Ermahnung rauchender Schüler/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Motivierung der Schülern/innen zum Nichtrauchen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Motivierung rauchender Schüler/innen zum Rauchstopp | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Werbung für die rauchfreie Schule | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Beitrag zur Verschönerung der Schule | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| j) Verbesserung der Pausenangebote | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Sonstiges: | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

9. Ziel des Schülermentorenprojekts sollte sein ... (Mehrfachnennung möglich)

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) ... das Verhältnis zwischen Schülern/innen und Lehrkräften zu verbessern. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) ... die Akzeptanz der rauchfreien Schule bei Schülern/innen zu erhöhen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) ... aktive Teilnahme der Schüler/innen am Schulleben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) ...Vergrößerung der sozialen Kompetenz | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) ... eine Verbesserung des Schulklimas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) ... Entlastung der Pädagogen/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) ... Reduzierung der Raucherquote in der Schülerschaft | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Sonstiges: | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Pädagogenfragebogen (Wiederholungsbefragung)

| | Sehr zufrieden | Eher zufrieden | Eher unzufrieden | Sehr unzufrieden |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Wie zufrieden sind Sie mit den geltenden Regeln zum Nichtrauchen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

2. Welchen der folgenden Aussagen stimmen Sie zu?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Ich bin für eine vollkommen rauchfreie Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Es sollte ein Raucherlehrerzimmer geben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Es sollte für ältere Schüler/innen eine Raucherecke auf dem Schulhof geben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Rauchen in Bereichen der Umgebung der Schule sollte für Schüler/innen verboten sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

3. Wo sehen Sie zurzeit die größten Probleme im Zusammenhang mit dem Rauchen?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Die Rauchverbote werden von Schülern/innen nicht befolgt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Schüler/innen rauchen in der Umgebung der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Das Vorgehen der Lehrkräfte gegenüber rauchenden Schülern/innen ist uneinheitlich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Lehrkräfte rauchen in der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Lehrkräfte rauchen in der Schulumgebung. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Eltern unterstützen die rauchfreie Schule nicht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Die Regeln zum Rauchen sind nicht verbindlich genug. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Die Aufsichten reichen nicht aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

4. Wie schätzen Sie die Akzeptanz der gültigen Regelungen zum Nichtrauchen ein?

| | Sehr hoch | Eher hoch | Eher gering | Sehr gering |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) bei der Schulleitung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) bei den Lehrkräften | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) bei den Schülern/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) bei den Eltern | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

5. Würden Sie eine Änderung der Regeln zum Nichtrauchen begrüßen?

ja nein weiß nicht

Wenn ja:

Wie sollten die Regelungen Ihrer Meinung nach verändert werden?

Sollten gelockert werden Sollten verschärft werden

6. Rauchen Sie? Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an.

- Ich rauche nicht.
- Ich habe mit dem Rauchen aufgehört.
- Ich rauche gelegentlich (weniger als eine Zigarette pro Tag)
- Ich rauche regelmäßig (eine oder mehr Zigaretten pro Tag)

6. Rauchen Sie? Bitte kreuzen Sie Zutreffendes an.

- Es bereitet mir keine Probleme, in der Schule auf das Rauchen zu verzichten.
- Es bereitet mir Probleme, in der Schule nicht zu rauchen.
- Ich rauche in der nahen Schulumgebung. häufig selten nie

7. Wie schätzen Sie die Entwicklung in Bezug auf das Rauchen seit Beginn des Schuljahres ein? (Mehrfachnennung möglich)

| | weniger | unverändert | mehr |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Schüler/innen rauchen auf dem Schulgelände/ im Schulgebäude. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Schüler/innen rauchen in unmittelbarer Umgebung der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Lehrkräfte rauchen auf dem Schulgelände/ im Schulgebäude. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Lehrkräfte rauchen in unmittelbarer Umgebung der Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Lehrkräfte rauchen in Gegenwart von Schülern/innen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Lehrkräfte befürworten die rauchfreie Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Schüler/innen befürworten die rauchfreie Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Eltern befürworten die rauchfreie Schule. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

8. Wie schätzen Sie das Schülermentorenprojekt seit Beginn des Schuljahres ein? (Mehrfachnennung möglich)

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Das Schülermentorenprojekt hat sich bewährt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Ich habe das Schülermentorenprojekt unterstützt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Das Schülermentorenprojekt wurde dem Kollegium ausreichend vorgestellt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Das Schülermentorenprojekt wurde den Schülern/innen ausreichend vorgestellt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Es gab von Seiten der Schüler/innen Wider- stand gegen das Projekt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Es gab von Seiten des Kollegiums Wider- stand gegen das Projekt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Es gab Konflikte zwischen Schülermentoren und anderen Schülern/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Es gab Konflikte zwischen Schülermentoren und Lehrkräften. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Ich fände es gut, wenn das Schülermentoren- projekt im nächsten Schuljahr fortgeführt wird. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Welche Aktionen im Rahmen des Schülermentorenprojekts haben speziell in Ihrer Klasse stattgefunden?

.....

.....

**10. Was haben die Schülermentoren Ihrer Meinung nach bisher bewirkt?
(Mehrfachnennung möglich)**

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Vorbildfunktion für Schüler/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Beteiligung an der Unterrichtsgestaltung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Beteiligung an Projekttagen usw. zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Unterstützung der Lehrkräfte bei der Aufsicht | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Ermahnung rauchender Schüler/innen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Motivierung rauchender Schüler/innen zum Rauchstopp | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Rauchenden Schülern/innen helfen, das Rauchen zu beenden | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| h) Werbung für die rauchfreie Schule | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| i) Sonstiges: | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

**11. Was haben die Schülermentoren im Projektverlauf Ihrer Meinung nach bisher gelernt?
(Mehrfachnennung möglich)**

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Soziale Kompetenzen wurden erworben | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Partizipation und Mitgestaltung | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Wissen über ein Fachgebiet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Teamfähigkeit | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| e) Fähigkeit, ein Thema zu präsentieren | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| f) Identifikation mit der eigenen Schule | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| g) Sonstiges: | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

12. Wie schätzen Sie den Aufwand für das Projekt ein?

| | hoch | mittel | gering |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) Für die Schule schätze ich den Aufwand für das Schülermentorenprojekt ein als | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Für mich persönlich schätze ich den Aufwand für das Schülermentorenprojekt ein als | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Der Aufwand für die Schülermentoren war | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) Sonstiges: | | | |
| | | | |
| | | | |

Mentorenfragebogen (Erstbefragung)

Liebe Schülermentorin, lieber Schülermentor,

ein wichtiger Bestandteil des Projekts ist es, eure Erfahrungen, eure Meinung und euer Urteil als Schülermentorin und Schülermentor mit einzubeziehen, weil wir daraus erkennen können, was gut funktioniert und was weiter entwickelt oder verändert werden könnte. Daher sind offene und ehrliche Antworten für die Studie sehr wichtig.

Eure Antworten werden so aufbereitet, dass keine Rückschlüsse auf einzelne Personen möglich sind.

Vielen Dank!

Codewort

- | | | |
|--|---|--------------|
| 1. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deiner Mutter? | | |
| | 1. | 2. Buchstabe |
| 2. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deines Vaters? | | |
| | 1. | 2. Buchstabe |
| 3. Wie alt bist du? | Ich bin Jahre alt. | |
| 4. In welcher Klasse bist du? | Ich bin in der Klasse | |
| 5. Ich bin ... | <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich | |

6. Dein Wissen übers Rauchen

| Welche Aussagen stimmen, welche nicht? | Stimmt nicht | Stimmt | Weiß nicht |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Im Tabakrauch sind etwa 250 chemische Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Im Tabakrauch sind etwa 200 giftige Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In der Lunge setzt sich beim Rauchen Teer ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen gelangt Nikotin in die Blutbahn. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen entsteht Kohlenmonoxid. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nikotin macht abhängig. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teer verklebt die Lunge. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kohlenmonoxid verhindert, dass die Organe genügend Sauerstoff erhalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zigaretten machen schlanker. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| RaucherInnen haben öfter Probleme beim Sex. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| NichtraucherInnen, die den Zigarettenrauch ihrer rauchenden Freunde einatmen, kriegen eher Krebs. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchende Jugendliche haben eher Probleme mit der Fitness. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 50 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 15 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchen unter 18 ist verboten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jeder zweite langjährig Rauchende stirbt an Krankheiten, die durch das Rauchen entstanden sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viele Jugendliche, die etwa 8 Zigaretten im Monat rauchen, sagen, sie hätten keine Kontrolle über das Rauchen mehr. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn man täglich 10 Zigaretten raucht, gibt man in der Woche etwa 20 bis 25 Euro dafür aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Deine Meinung übers Rauchen

Es gibt Leute, die sagen, dass das Rauchen folgende positive Wirkung hat. Was meinst du, welche Wirkung hätte es, wenn du rauchen würdest?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Ich würde mich weniger gestresst fühlen
- Ich würde mich besser fühlen
- Ich würde mich besser konzentrieren können
- Ich würde cooler aussehen
- Meine Freunde fänden es gut
- Ich käme besser bei den Jungen oder Mädchen an, die ich gut finde
- Ich würde weniger auffallen als wenn ich nicht rauchte
- Mir wäre seltener langweilig

Welche möglichen Folgen des regelmäßigen Rauchens findest du sehr schlimm?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Früher sterben
- Gefährliche Gifte einatmen
- Früher Falten kriegen
- Mehr Pickel kriegen
- Viel Geld für Zigaretten ausgeben
- Abhängig werden von Nikotin und Zigaretten
- Den Tod anderer verursachen
- Andere Personen krank machen
- Andere Personen atmen gefährliche Gifte ein
- Babys Schaden zufügen

8. Wenn du regelmäßig rauchen würdest, wie wahrscheinlich wären folgende Dinge?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|--|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Ich würde früher sterben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde krank werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gefährliche Gifte einatmen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde früher Falten kriegen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde mehr Pickel kriegen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld für Zigaretten ausgeben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde nikotinabhängig werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde den Tod anderer Personen verursachen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde andere Personen krank machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Andere Personen würden meinwegen gefährliche Gifte einatmen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde Babys Schaden zufügen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Willst du mit dem Rauchen anfangen?

- Ich habe nicht vor, mit dem Rauchen anzufangen.
- Ich habe vor, in den nächsten 30 Tagen mit dem Rauchen anzufangen.
- Ich habe vor, in den nächsten 6 Monaten mit dem Rauchen anzufangen
- Weiß nicht.

10. Wie wahrscheinlich ist es, dass du folgende Dinge machst?

| | sehr unwahrscheinlich | eher unwahrscheinlich | weiß nicht | eher wahrscheinlich | sehr wahrscheinlich |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zigarette probieren. | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zeit lang rauchen. | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr keine Zigarette rauchen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn mir jemand im nächsten Jahr eine Zigarette anbietet, werde ich sie ablehnen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich Nein sagen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich weg gehen. | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich das Thema wechseln. | <input type="checkbox"/> |

11. Was meinst du, wie sind RaucherInnen oder NichtraucherInnen?

| | eher Raucher | eher Nicht- raucher | kein Unter- schied | Weiß nicht |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Wer ist kontaktfreudiger? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer kann besser genießen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist cooler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist erfolgreicher? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist nervöser? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist aggressiver? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist unzufriedener? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

12. Hier ist aufgelistet, was möglicherweise passieren kann, wenn man NICHT raucht. Wie wahrscheinlich wären die folgenden Dinge, wenn du weiter nicht rauchen würdest oder mit dem Rauchen aufhören würdest?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Man würde sich über mich lustig machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich wäre bei meinen Freunden unten durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hätte weniger Spaß im Leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde länger leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde fitter bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde frei und unabhängig sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Freunde fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mir würde etwas fehlen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld sparen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Eltern fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Lehrer fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine MitschülerInnen fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Mentorenfragebogen (Wiederholungsbefragung)

Liebe Schülermentorin, lieber Schülermentor,

es ist ein wichtiger Bestandteil des Projekts, heute zum zweiten Mal eure Erfahrungen, eure Meinung und euer Urteil als Schülermentoren mit einzubeziehen, weil wir daraus erkennen können, was gut funktioniert und was an den Kampagnen weiter entwickelt oder verändert werden könnte. Daher sind offene und ehrliche Antworten für die Studie sehr wichtig.

Eure Antworten werden so aufbereitet, dass keine Rückschlüsse auf einzelne Personen möglich sind.

Vielen Dank!

Codewort

- | | | |
|--|---|--------------|
| 1. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deiner Mutter? | | |
| | 1. | 2. Buchstabe |
| 2. Wie lautet der 1. und 2. Buchstabe des Vornamens deines Vaters? | | |
| | 1. | 2. Buchstabe |
| 3. Wie alt bist du? | Ich bin Jahre alt. | |
| 4. In welcher Klasse bist du? | Ich bin in der Klasse | |
| 5. Ich bin ... | <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> weiblich | |

6. Dein Wissen übers Rauchen

| Welche Aussagen stimmen, welche nicht? | Stimmt nicht | Stimmt | Weiß nicht |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Im Tabakrauch sind etwa 250 chemische Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Im Tabakrauch sind etwa 200 giftige Stoffe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In der Lunge setzt sich beim Rauchen Teer ab. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen gelangt Nikotin in die Blutbahn. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Beim Rauchen entsteht Kohlenmonoxid. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Nikotin macht abhängig. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Teer verklebt die Lunge. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kohlenmonoxid verhindert, dass die Organe genügend Sauerstoff erhalten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Zigaretten machen schlanker. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| RaucherInnen haben öfter Probleme beim Sex. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| NichtraucherInnen, die den Zigarettenrauch ihrer rauchenden Freunde einatmen, kriegen eher Krebs. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchende Jugendliche haben eher Probleme mit der Fitness. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 50 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Etwa 15 % der Jugendlichen rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Rauchen unter 18 ist verboten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Jeder zweite langjährig Rauchende stirbt an Krankheiten, die durch das Rauchen entstanden sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Viele Jugendliche, die etwa 8 Zigaretten im Monat rauchen, sagen, sie hätten keine Kontrolle über das Rauchen mehr. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn man täglich 10 Zigaretten raucht, gibt man in der Woche etwa 20 bis 25 Euro dafür aus. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Deine Meinung übers Rauchen

Es gibt Leute, die sagen, dass das Rauchen folgende positive Wirkung hat. Was meinst du, welche Wirkung hätte es, wenn du rauchen würdest?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Ich würde mich weniger gestresst fühlen
- Ich würde mich besser fühlen
- Ich würde mich besser konzentrieren können
- Ich würde cooler aussehen
- Meine Freunde fänden es gut
- Ich käme besser bei den Jungen oder Mädchen an, die ich gut finde
- Ich würde weniger auffallen als wenn ich nicht rauchte
- Mir wäre seltener langweilig

Welche möglichen Folgen des regelmäßigen Rauchens findest du sehr schlimm?

Hier sind mehrere Kreuze möglich!

- Früher sterben
- Gefährliche Gifte einatmen
- Früher Falten kriegen
- Mehr Pickel kriegen
- Viel Geld für Zigaretten ausgeben
- Abhängig werden von Nikotin und Zigaretten
- Den Tod anderer verursachen
- Andere Personen krank machen
- Andere Personen atmen gefährliche Gifte ein
- Babys Schaden zufügen

8. Wenn du regelmäßig rauchen würdest, wie wahrscheinlich wären folgende Dinge?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|--|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Ich würde früher sterben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde krank werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gefährliche Gifte einatmen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde früher Falten kriegen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde mehr Pickel kriegen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld für Zigaretten ausgeben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde nikotinabhängig werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde den Tod anderer Personen verursachen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde andere Personen krank machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Andere Personen würden meinwegen gefährliche Gifte einatmen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde Babys Schaden zufügen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

9. Willst du mit dem Rauchen anfangen?

- Ich habe nicht vor, mit dem Rauchen anzufangen.
- Ich habe vor, in den nächsten 30 Tagen mit dem Rauchen anzufangen.
- Ich habe vor, in den nächsten 6 Monaten mit dem Rauchen anzufangen
- Weiß nicht.

10. Wie wahrscheinlich ist es, dass du folgende Dinge machst?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zigarette probieren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr eine Zeit lang rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde im nächsten Jahr keine Zigarette rauchen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn mir jemand im nächsten Jahr eine Zigarette anbietet, werde ich sie ablehnen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich Nein sagen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich weg gehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn einer meiner Freunde mir eine Zigarette anbietet, kann ich das Thema wechseln. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

11. Was meinst du, wie sind RaucherInnen oder NichtraucherInnen?

| | eher Raucher | eher Nicht- raucher | kein Unter- schied | Weiß nicht |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Wer ist kontaktfreudiger? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer kann besser genießen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist cooler? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist erfolgreicher? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist nervöser? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist aggressiver? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wer ist unzufriedener? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

12. Hier ist aufgelistet, was möglicherweise passieren kann, wenn man NICHT raucht. Wie wahrscheinlich wären die folgenden Dinge, wenn du weiter nicht rauchen würdest oder mit dem Rauchen aufhören würdest?

| | sehr unwahr- scheinlich | eher unwahr- scheinlich | weiß nicht | eher wahr- scheinlich | sehr wahr- scheinlich |
|---|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Man würde sich über mich lustig machen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich wäre bei meinen Freunden unten durch. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich hätte weniger Spaß im Leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde länger leben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde fitter bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde gesünder bleiben. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde frei und unabhängig sein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Freunde fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Mir würde etwas fehlen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich würde viel Geld sparen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Eltern fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Lehrer fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine MitschülerInnen fänden das gut. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Zum Schülermentorenprojekt

Als Schülermentor habe ich Folgendes gemacht:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Gestaltung von Flyern, Schülerzeitung | <input type="checkbox"/> Plakate zum Thema Nichtraucher |
| <input type="checkbox"/> Diskussionen/Vorträge in meiner Klasse | <input type="checkbox"/> Parcours zum Thema Nichtraucher |
| <input type="checkbox"/> Wettbewerbe | <input type="checkbox"/> Verschönerung der Schule |
| <input type="checkbox"/> Sonstiges: | |

.....

.....

.....

13. Wir möchten gerne wissen, wie gut du dich durch die Schulung und die Unterlagen auf deinen Einsatz als Schülermentor vorbereitet gefühlt hast. Inwieweit treffen die folgenden Aussagen für dich persönlich zu?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ich habe mich durch die Schulung sehr gut auf meinen Einsatz vorbereitet gefühlt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In der Schulung sollten einige Themen tiefer oder umfassender behandelt werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Jugendlichen haben manchmal Fragen zum Thema Rauchen/Nichtrauchen, die ich nicht beantworten konnte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Einige Themen aus der Schulung sind aus meiner Sicht nicht wichtig für den Einsatz als Schülermentor. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In den Gesprächen mit Jugendlichen konnte ich immer meine ehrliche Meinung zum Thema Rauchen sagen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe mich bei meinem Einsatz als Schülermentor sicher gefühlt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| In einigen Situationen habe ich nicht gewusst, wie ich mich als Schülermentor verhalten sollte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Gespräche mit Jugendlichen bei den Schülermentoren-Einsätzen waren ähnlich, wie wenn ich mit meinen eigenen Freunden rede. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | gar nicht | wenig | teilweise | stark |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 15. Hast du die Inhalte der Schulung und der Unterlagen bei deinen Aktivitäten als Schülermentor genutzt? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | sehr hilfreich | eher hilfreich | eher nicht hilfreich | überhaupt nicht hilfreich |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 16. Wie hilfreich waren die Inhalte der Schulung und die Unterlagen für dich bei deiner Aktivität als Schülermentor? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | sehr aktiv | eher aktiv | hätte aktiver sein können | gar nicht aktiv |
|---|--------------------------|--------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 17. Wie aktiv warst du als Schülermentor? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

18. Wurden die Projekt-Aktionen wie geplant durchgeführt? wie geplant. leicht abgeändert, nämlich:

.....

.....

.....

 stark abgeändert, nämlich:

.....

.....

.....

19. Hast du Verbesserungsvorschläge für die Schulung, die Unterlagen oder das Projekt insgesamt?

.....

.....

.....

20. Wie häufig ist es bisher passiert, dass MitschülerInnen das Gespräch mit dir als Schülermentor abgelehnt haben? (Fast) nie Bei weniger als einem Viertel der Kontakte zu MitschülerInnen. Bei einem Viertel bis der Hälfte der Kontakte zu MitschülerInnen. Bei der Hälfte bis drei Viertel der Kontakte zu MitschülerInnen. Bei mehr als drei Viertel der Kontakte.

21. Hast du aus deiner Sicht bereits besonders positive Erfahrungen bei deiner Tätigkeit als Schülermentor gemacht?

- nein
- ja

Wenn ja, kannst du diese Erfahrung(en) bitte kurz beschreiben?

.....

.....

.....

22. Hast du aus deiner Sicht bereits besonders negative Erfahrungen bei deiner Tätigkeit als Schülermentor gemacht?

- nein
- ja

Wenn ja, kannst du diese Erfahrung(en) bitte kurz beschreiben?

.....

.....

.....

23. Wie beurteilst du die Unterstützung durch die Betreuer hinsichtlich der folgenden Aspekte?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Die Betreuer haben mir bei der Planung und Durchführung des Projekts geholfen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Betreuer haben mir geholfen, wenn ich inhaltliche Fragen zum Thema Rauchen/Nicht-rauchen hatte. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Wenn ich Fragen hatte, war die Präventionskraft für mich erreichbar und hat mir schnell geholfen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

24. Wenn du noch mal an deine Arbeit als Schülermentor zurückdenkst: Welche der folgenden Aussagen trifft deiner Meinung nach zu, welche nicht?

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Die Tätigkeit als Schülermentor hat mir Spaß gemacht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Zusammenarbeit mit anderen Schülermentoren hat mir Spaß gemacht. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Erwartungen an das Projekt wurden erfüllt. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich könnte mir vorstellen, noch mal als Schülermentor aktiv zu werden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich werde das Projekt weiterempfehlen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

25. Wir möchten gerne noch eine Einschätzung von dir, ob sich seit deiner Tätigkeit als Schülermentor auch etwas in deinem Privatleben (also außerhalb der Schülermentoreneinsätze) verändert hat.

| | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Gehst du selbstbewusster mit dem Thema Rauchen/Nichtrauchen um? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Hast du an Selbstsicherheit gewonnen? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Hast du im letzten Monat einen Freund/eine Freundin auf ihr Rauchverhalten angesprochen?

- Ja, ich habe ihn/sie darauf angesprochen.
- Nein, ich habe ihn/sie nicht darauf angesprochen.
- Ich habe keine/n Freund/in, der/die raucht.

26. Was denkst du, was du mit deinem Einsatz als Schülermentor bei deinen Mitschülern erreicht hast?

| Ich habe ... | Auf jeden Fall | Eher ja | Eher nein | Überhaupt nicht | Kann ich nicht beurteilen |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|
| meinen MitschülerInnen Infos zu den Risiken von Zigarettenkonsum vermittelt. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass meine MitschülerInnen eine kritischere Einstellung zu Zigarettenkonsum bekommen haben. | <input type="checkbox"/> |
| Nichtraucher/innen in ihrem Nichtrauchen gestärkt. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass Raucher/innen mehr über ihren Zigarettenkonsum nachdenken. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass meine MitschülerInnen mehr über die Risiken des Zigarettenkonsums wissen. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass NichtraucherInnen gar nicht erst mit dem Rauchen anfangen. | <input type="checkbox"/> |
| meine MitschülerInnen über die Risiken des Rauchens aufgeklärt. | <input type="checkbox"/> |
| meine MitschülerInnen für das Thema Nichtrauchen interessiert. | <input type="checkbox"/> |
| erreicht, dass meine MitschülerInnen mir zugehört haben und ich sie begeistern konnte. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass Rauchen an unserer Schule weniger „cool“ wird. | <input type="checkbox"/> |
| dazu beigetragen, dass meine MitschülerInnen das Rauchverbot an unserer Schule mehr akzeptieren. | <input type="checkbox"/> |
| erreicht, dass rauchende MitschülerInnen mehr über ihren Zigarettenkonsum nachdenken. | <input type="checkbox"/> |

27. Welche Aufgaben sollen Schülermentoren deiner Meinung nach in Bezug auf das Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ haben?

| Schülermentoren sollten ... | Trifft genau zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft gar nicht zu |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| a) ein Vorbild sein für ihre MitschülerInnen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| b) Vorträge in den Klassen zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ halten. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| c) Projektstage usw. zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ organisieren. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| d) dabei helfen, dass sich das Verhältnis zwischen Lehrern und SchülernInnen verbessert. | | | | |
| e) bei der Verschönerung der Schule mithelfen. | | | | |
| f) Sonstiges: | | | | |

.....

.....

.....

28. Hast du noch weitere Anmerkungen zu deiner Tätigkeit als Schülermentor, zu den Aktionen oder dem Projekt? Hier kannst du sie eintragen:

.....

.....

.....

.....

Informationen zur Unterstützung eines Vortrags zum Thema „Schülermentoren“ und „Rauchen/Nichtrauchen“

Auf den Internetseiten der rauchfrei-Kampagne der BZgA (www.rauch-frei.info und www.rauchfrei-info.de) finden Sie Informationen, die für Vorträge zum Thema „Schülermentoren“ und „Rauchen/Nichtrauchen“ sowohl von Pädagoginnen und Pädagogen als auch von Schülermentoren genutzt werden können.

Pädagoginnen und Pädagogen können die Präsentation zur Schulung der Schülermentoren (siehe im Leitfaden Programm der Mentoren-Schulung „1.2 Vortrag zum Thema „Rauchen“, Seite 29) aber auch im Unterricht oder anderen pädagogischen Zusammenhängen nutzen. Dazu können ggf. bereits vorhandene Folien entfernt bzw. modifiziert werden.

Die Schülermentoren können Folien verwenden, um ihre Vorträge in anderen Klassen oder in anderen schulischen Veranstaltungen anschaulich und interessant zu gestalten. Es sollte daher zu Beginn des Projekts eine Arbeitsgruppe der Mentoren gebildet werden, die sich mit der Erarbeitung einer Präsentation beschäftigt (siehe im Leitfaden Programm der Mentoren-Schulung „3.2 „Vorbereitung einer Präsentation“, Seite 49). Eine Aufgabe dieser Arbeitsgruppe kann z. B. auch darin bestehen, für Folien, die nur aus Text bestehen, anschauliche Bilder oder Grafiken zu finden und diese in die Präsentation zu integrieren.

Weiteres Material zur Erstellung von Folien zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ finden Sie auf folgenden Internetseiten:

- Rauchfrei-Kampagne der BZgA. Internetseite für Kinder- und Jugendliche: www.rauch-frei.info
- Rauchfrei-Kampagne der BZgA. Internetseite für Erwachsene: www.rauchfrei-info.de
- Internetseite des WHO-Kollaborationszentrums für Tabakkontrolle: www.tabakkontrolle.de

Adressen und Ansprechpartner zum Thema Rauchen

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
Ostmerheimer Str. 220, 51109 Köln
Tel.: 0221/8992-0, Fax: 0221/8992-300
www.bzga.de

Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren e.V. (DHS)
Westring 2, 59065 Hamm
Tel.: 02381/9015-0, Fax: 02381/9015-30
www.dhs.de

Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg
Im Neuenheimer Feld 280, 69120 Heidelberg
Tel.: 06221/42-3007, Fax: 06221/42-3020
www.dkfz.de

Institut für Therapieforschung
Parzivalstr. 25, 80804 München
Tel.: 089/360804-0, Fax: 089/360804-19
www.ift.de

IFT-Nord, Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung, Kiel
Düsternbrooker Weg 2, 24105 Kiel

Tel.: 0431/57029-30 oder -60, Fax: 0431/57029-29
www.ift-nord.de

Internetadressen

Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:
www.bzga.de

Rauchfrei-Kampagne der BZgA. Internetseite für Kinder- und Jugendliche (mit Ausstiegsprogramm):
www.rauch-frei.info

Rauchfrei-Kampagne der BZgA. Internetseite für Erwachsene:
www.rauchfrei-info.de

Internetseite des WHO-Kollaborationszentrums für Tabakkontrolle:
www.tabakkontrolle.de

Internetseite der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V.:
www.dhs.de

Internetseite des Instituts für Therapie- und Gesundheitsforschung in Kiel:
www.ift-nord.de

Internetseite des Wettbewerbs „Be Smart – Don’t Start“:
www.besmart.info

Literaturverzeichnis

Aveyard P., Markham W. A., Almond J., Lancashire E., Cheng K. K. (2003): The risk of smoking in relation to engagement with a school-based smoking intervention. *Soc Sci Med.* 2003 Feb; 56(4): 869–82.

Bühler, A. & Kröger, C. (2006b): Expertise zur Prävention des Substanzmissbrauchs, in: *Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung*, Band 29, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Hrsg. (2003a): „Thema Rauchen-Unterrichtsmaterialien für die Klassen 5–10“, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Hrsg. (2003b): „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule, ein Leitfaden für Pädagogen zum Umgang mit dem Rauchen“, Köln.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Hrsg. (2003c) Jugendbroschüren „Let’s talk about smoking“, „Stop Smoking–Girls“, „Stop Smoking–Boys“, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2006): Förderung des Nichtrauchens. Eine Wiederholungsbefragung“, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2006a): Förderung des Nichtrauchens. Eine Wiederholungsbefragung, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2006b): Expertise zur Prävention des Substanzmissbrauchs, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2006c): „Raucht mein Kind? Ein Ratgeber für Eltern“, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2007): „Curriculum Anti-Rauchkurs – Pädagogische Intervention für rauchende Schüler“, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2008a): Jugendliche entscheiden sich: Wir sind rauchfrei! Pressemitteilung der BZgA vom 19.12.2008, Köln

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2008b): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2008. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2009): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2008. Verbreitung des Tabakkonsums bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2012): Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2011. Teilband Rauchen. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.

Centers for Disease Control and Prevention (1994): Guidelines for school health programs to prevent tobacco use and addiction. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 43, 1–15.

Clark, V. L., Miller, D., Creswell, J., Mc Vea, K., Mc Entarffer, R., Harter, L., Mickelson, W. (2002): In Conversation: High School Students Talk to Students About Tobacco Use and Prevention Strategies. *Qualitative Health Research*, Vol. 12 (9), 1264–1283.

Cuipers, P. (2002): Effective ingredients of school-based program. A systematic review. *Addictive Behaviors*, 27 (6), 1009–1023

- Deutsches Krebsforschungszentrum, Hrsg. (2006): Passivrauchen – auch wenig ist zu viel Heidelberg, 2006
- DiFranza, J.R., Savageau, J.A., Fletcher, K., Ockene, J., Rigotti, N., McNeill, A., Coleman, M., Wood, D. (2002): The Development of symptoms of tobacco dependence in youth: 30 month follow up data from the DANDY study. *Tobacco Control*; 11: 228–235.
- Engel, U. & Hurrelmann, K.: Was Jugendliche wagen. Weinheim, 1993
- Evans-Whipp, T., Beyers, J.M. et al. (2004): A review of school drug policies and their impact on youth substance use. In: *Health Promotion International*, 19, 2
- Franzkowiak, P.: Jugendliches Risikoverhalten und neue Orientierung für die Suchtprävention. In: *Prävention. Zeitschrift für Gesundheitserziehung*, Jg. 17. (1994), Heft 4, 121–122
- Gottfredson, D.C. & Wilson, D.B. (2003): Characteristics of effective school-based substance abuse prevention. *Preventive Science*, 4 (1), 27–38
- Hamilton, G., Cross, D., Lower, T., Resnicow, K., Williams, P. (2003): School policy: What helps to reduce teenage smoking? *Nicotine Tob Res* 2003, 5: 507.
- Hanewinkel, R. (2003): Inhaltliche, konzeptionelle und organisatorische Bedingungen einer erfolgreichen schulischen Prävention des Rauchens. In: *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz*, 46, S. 677–682.
- Heatherton, T.F., Kosiowski, L.T., Frecker, R.C., Fagerström, K.O. (1991): The Fagerström Test for Nicotine Dependence: A revision of the Fagerström Tolerance Questionnaire. *Brit. J. Addict* 86, 1119–1127.
- Holleder A. & Bölskei P.L. (2000): Gesundheitsförderung in die Lehrpläne! Ein Ziel des Grundschulprogramms Klasse 2000. *Prävention*, 23, 99–103.
- Institut für Therapieforschung (1998): Allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten: ALF, Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Hurrelmann, K.: Junge Generation 2001 – Selbstsuche, Egotaktik und Drogenkonsum als Lebensstil? In: *Wiener Zeitschrift für Suchtforschung*. Jg. 24 Nr. 3/4, 2001
- Kaestner, M.: Peer Education – ein sozialpädagogischer Ansatz. In: Nörber, M. (Hrsg.): *Peer Education*. Weinheim 2003, 50–64
- Kraus, L. Epidemiologische Suchtsurvey 2006, *Sucht*, Jahrgang/Volume 54, Sonderheft 1, Januar 2008
- Lampert, T. & List, S. (2009): Tabak – Zahlen und Fakten zum Konsum. In: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.): *Jahrbuch Sucht 2009*, Geesthacht, Neuland-Verlag
- Lampert, T. & List, S. (2010): Tabak – Zahlen und Fakten zum Konsum. In: Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (Hrsg.): *Jahrbuch Sucht 2010*, Geesthacht, Neuland-Verlag
- Lampert, T. & Thamm, M. (2007): Tabak-, Alkohol- und Drogenkonsum von Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheitssurveys (KiGGS). *Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz* 50 (5/6): 600–608
- Lloyd, C. Joyce, R., Hurry, J. Ashton, M. (2000): The effectiveness of primary school drug education. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 7 (2), 109–126 et al., 2000

Mellanby, A. R., Rees, J. B., Tripp, J. H. (2000): Peer-led and adult-led school health education: a critical review of available comparative research. *Health Education Research*, 15 (5), 533–545.

Nörber, M.: Peer Education – Ein Bildungs- und Erziehungsangebot? In: Nörber, M. (Hrsg.): *Peer Education*. Weinheim 2003, 79–94

Nörber, M.: Peers und Peer-Education. In.: Nörber, M (Hrsg.): *Peer Education*. Weinheim 2003, 9–14

Rakete, G., Strunk, M., Lang, P. (2010): Tabakprävention in Schulen – Ein Erfolgsmodell. *Bundesgesundheitsblatt* 2010, DOI 10.1007/s00103-009-1011-5, Springer-Verlag

Rooney, B. L. & Murray, D. M. (1996): A meta-analysis of smoking prevention programs after adjustment for errors in the unit of analysis. *Health Education Quarterly*, 23, 48–64

Pott, E. (2008): Neue Entwicklungen im Rauchverhalten von Kindern und Jugendlichen. Erste Ergebnisse der Drogenaffinitätsstudie 2008, 6. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle Heidelberg, http://www.tabakkontrolle.de/pdf/Elisabeth_Pott_2008.pdf

Sargent, J. D., Mott, L. A., Stevens, M. (1998): Predictors of smoking-cessation in adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med.*, 152, 388–393.

Schmid, H. & Knaus, A. (1999): Wenn jede Zigarette zählt: Raucherkarriere wird bereits in der Jugend vorgespurt. *Standpunkte* 3/99, 4–5.

Wakefield, M. A., Chaloupka, F. J., Kaufman, N. J., Orleans, C. T., Barker, D., Ruel, E. E. (2000): Effects of restriction on smoking at home, at school, and in public places on teenage smoking: cross sectional study. *British Medical Journal*, 321, 333–337.

Walden, K., Kutza, R., Kröger, C. & Kirmes, J. (1998): ALF – Allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten. Programm für Schüler und Schülerinnen der 5. Klasse mit Information zu Nikotin und Alkohol. Hohengehren: Schneider Verlag.

Wenzel, V., Weichold, K. & Silbereisen, R. K. (2007). Schultypspezifische Wirksamkeit eines Lebenskompetenzprogramms. *Sucht*, 53(6), 335–346.

Anhang

1.1 Der Tabakkonsum Jugendlicher

1.1.1 Rauchen und Gesundheit

Tabakkonsum ist in Deutschland gegenwärtig das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko. Mehr als 110.000 Menschen sterben jedes Jahr vorzeitig an den direkten Folgen des Rauchens (Lampert & List 2009).

Die Risiken des Tabakkonsums zeigen sich in vielfältigen Erkrankungen, insbesondere Erkrankungen der Atemwege, des Herz-Kreislauf-Systems und diversen Krebserkrankungen. Jugendliche und Kinder ebenso wie Embryos und Feten sind besonders anfällig für die schädigenden Wirkungen des Tabakrauchs.

Ursache für die gesundheitlichen Folgeprobleme des Rauchens ist die im Tabakrauch enthaltene Vielzahl von Substanzen. Tabakrauch ist ein komplexes Gemisch aus über 4.800 Stoffen, darunter zahlreiche giftige und krebserzeugende. Bisher wurden 90 Bestandteile des Tabakrauchs als krebserzeugend oder möglicherweise krebserzeugend eingestuft.

Nicht nur Raucherinnen und Raucher sind von gesundheitlichen Risiken des Rauchens betroffen. Tabakrauch ist sowohl der bedeutendste und gefährlichste vermeidbare Innenraumschadstoff als auch die führende Ursache von Luftverschmutzung in Innenräumen und kostet in Deutschland pro Jahr etwa 3.300 Menschen, die passiv rauchen, das Leben. Die Risiken, von den o.g. Erkrankungen betroffen zu sein, sind auch für Passivrauchende deutlich erhöht (Deutsches Krebsforschungszentrum 2006).

Eine risikolose Konsumform von Tabak ist nicht bekannt. So unterscheidet sich das Gefahrenpotential von als „light“ oder „mild“ bezeichneten Zigaretten nicht von anderen Zigaretten. Das Rauchen von Wasserpfeifen (Shishas), das junge Menschen oftmals fälschlicherweise für harmlos halten, ist gesundheitlich nicht weniger riskant als das Zigarettenrauchen.

Die negativen Folgen des Zigarettenkonsums sind unzweifelhaft wissenschaftlich belegt. Vor dem Hintergrund der Erkenntnisse über die Gesundheitsschäden, die durch Tabakkonsum sowie durch Passivrauchen verursacht werden, ist die Förderung des Nichtrauchens, besonders bei Kindern und Jugendlichen, eine wichtige gesamtgesellschaftliche Aufgabe.

1.1.2 Tabakabhängigkeit

In Folge des Tabakkonsums entwickelt sich bei vielen Raucherinnen und Rauchern eine Abhängigkeit. Die WHO definiert sechs Merkmale, die bei einer Tabakabhängigkeit von Bedeutung sind, u. a. eine verminderte Kontrollfähigkeit und das Auftreten von Entzugssymptomen (siehe Seite 62).

Für die Entwicklung einer Abhängigkeit ist die psychoaktive Wirkung von Nikotin im Zentralnervensystem verantwortlich. Nikotin übernimmt eine wichtige Rolle im Belohnungssystem. Der Körper ist nicht mehr ohne weiteres in der Lage, Belohnungsreize selbst zu generieren. Beim Absetzen der Substanz kommt es zu Entzugserscheinungen, die als unangenehm erlebt werden. Es entsteht ein starkes Bedürfnis bzw. ein Zwang zu rauchen. Zu den Entzugserscheinungen gehören Ruhelosigkeit, Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, Konzentrationsstörungen, Schlaflosigkeit, Kopfschmerzen und Störungen des Verdauungssystems.

Die Stärke der Entzugssymptome ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt. Hierfür werden genetische Ursachen verantwortlich gemacht, die sich in Form unterschiedlicher Nikotinsensitivität äußern und dazu führen, dass manche Menschen auch nach hohen Konsummengen keine Nikotinabhängigkeit entwickeln, während andere bereits bei einer relativ niedrigen Konsummenge abhängig werden.

Weitere Abhängigkeitsmerkmale sind die steigende Dosis, die benötigt wird um den gewünschten Zustand zu erreichen sowie die Unfähigkeit aus eigener Kraft ohne das Suchtmittel auszukommen bzw. den Konsum zu kontrollieren.

Der Grad der Nikotinabhängigkeit bei Erwachsenen kann durch den Fagerström-Test (Heatherton et al., 1991) bestimmt werden. Bei Jugendlichen kann der Test von DiFranza (2002) eingesetzt werden. Diesen finden Sie auf Seite 68.

Psychische Abhängigkeit hängt beim Rauchen eng mit der Situationsbezogenheit des Rauchens zusammen. Insbesondere in emotional positiven Situationen wird durch das Rauchen ein Lernprozess ausgelöst, dass Zigaretten „dazu gehören“. Immer mehr situative Reize (z. B. auch die Pausenglocke in der Schule) werden zu Auslösereizen für das Rauchverhalten. Schließlich kann sich der Rauchende kaum noch vorstellen, angenehme Situationen ohne Zigarette zu erleben.

1.1.3 Einstieg in das Rauchen

Einstiegsalter

Das Alter, das Jugendliche für den Konsum ihrer ersten Zigarette angeben, liegt in Deutschland im Durchschnitt bei 14,3 Jahren (BZgA 2012).

Phasen des Einstiegs

Das Erlernen des Rauchverhaltens vollzieht sich in Phasen:

In der Vorbereitungsphase werden über das so genannte „Beobachtungslernen“ an Bezugspersonen erste Erfahrungen mit dem Rauchen gesammelt und Erwartungen und Vorstellungen darüber ausgebildet. So werden spezifische Rauchsituationen und die damit verbundenen Effekte (z. B. die vom Vater genussvoll zum Kaffee gerauchte Zigarette) frühzeitig gespeichert.

Die Experimentierphase beginnt mit der ersten gerauchten Zigarette. Da 80 % bis 90 % aller Jugendlichen mindestens eine Zigarette rauchen, ist dies ein normales Entwicklungsereignis. Die subjektive Bewertung der ersten Zigarette beeinflusst jedoch in starkem Maße die weitere Entwicklung zum Raucher oder Nichtraucher.

Der weitere Umgang mit Zigaretten wird in der Gewöhnungsphase stabilisiert und durch die Gleichaltrigengruppe geformt. Untersuchungen zeigen, dass Jugendliche, die das Rauchen nicht nach wenigen Zigaretten einstellen, mit hoher Wahrscheinlichkeit regelmäßige Raucherin bzw. Raucher werden und rasch Abhängigkeitssymptome entwickeln (Di Franza, 2002).

Die meisten Raucherinnen und Raucher haben mit dem Rauchen in ihrer Jugend begonnen. Ein Teil von ihnen entwickelt sich zu starken Raucherinnen und Rauchern.

Motive

Jugendliche entwickeln in der Pubertät ein starkes Bedürfnis nach einer eigenen Identität. Sie suchen nach eigenen Wegen und Bewältigungsstrategien für ihre alltäglichen Probleme. Dies reibt sich mit dem traditionellen Rollenverständnis und Wertorientierungen der vorherigen Generationen. Am Ende dieses Weges steht die Entwicklung eines Selbstbildes.

In dieser Phase des Lebens sind Jugendliche häufig besonders empfänglich für Suchtmittel. Sie bedienen sich ihrer, um die vielfältigen Umbruchsprozesse körperlicher, sozialer und seelischer Natur einfacher verarbeiten zu können.

Rauchen kann für Jugendliche eine wichtige subjektive Funktion für die Bewältigung jugendspezifischer Lebensanforderungen (Identitätsfindung, Erwachsen werden) besitzen (Engel & Hurrelmann, 1993). Als Gründe für das Rauchen nennen jugendliche Raucherinnen und Raucher am häufigsten (siehe Abb. 1):



Abb. 1: Gründe für das Rauchen: 12- bis 17-jährige Raucherinnen und Raucher 2003 und 2011 (BZgA, 2012)

1.1.4 Ausstieg aus dem Rauchen

Beim Rauchen im Jugendalter handelt es sich in der Regel noch nicht um ein stabiles Phänomen. Die meisten Jugendlichen sind Gelegenheitskonsumentinnen und -konsumenten und konsumieren geringe Dosen, bei denen externe, sozial vermittelte Auslöser gewichtiger sind als interne physiologische Reize. Teenager sind oftmals ohne weiteres fähig, nach einer Phase sehr intensiven Zigarettenkonsums plötzlich für einen langen Zeitraum nicht mehr zu rauchen (Sargent et al., 1998).

Ausstiegsmotivation und Aufhörversuche

Die Mehrzahl der Jugendlichen gibt in einer repräsentativen Studie im Jahre 2011 an, das Rauchen beenden zu wollen: Bei den unter 12- bis 17-Jährigen sind es 57 %, bei den 18- bis 25-Jährigen 53 % (BZgA, 2012). Mit Beginn eines täglichen Konsums verschlechtern sich die Chancen zum Rauchausstieg (DiFranza et al. 2002). Ein täglicher Konsum von mehr als zehn Zigaretten im Alter von 16 bis 17 Jahren erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass auch mit 19 bis 20 Jahren noch geraucht wird. Jugendliche Gelegenheitsraucherinnen und -raucher, sind dagegen in ihrem Konsumverhalten weniger festgelegt und besitzen bessere Chancen, den Konsum wieder zu beenden (Schmidt & Knaus 1999). 2/3 der Rauchernden zwischen 12 und 19 Jahren haben bereits mindestens einen Aufhörversuch hinter sich. Dies zeugt nicht nur von der großen Unzufriedenheit Jugendlicher mit ihrem Zigarettenkonsum, sondern auch von der Schwierigkeit eines langfristig erfolgreichen Rauchstopps (vgl. BZGA 2006).

Gründe für die Beendigung des Rauchens

Als wichtigste Gründe für einen Rauchstopp geben 12- bis 19-Jährige, die das Rauchen in den nächsten 6 Monaten aufgeben wollten, an: „Rauchen schadet der Gesundheit“ (94 %), „Rauchen verringert die körperliche Fitness“ (86 %) und „Rauchen ist teuer“ (84 %). Gründe wie „schlechter Geruch“, „schlechter Geschmack“ oder „schadet dem Aussehen“ werden wesentlich seltener genannt (BZgA 2006).

1.1.5 Verbreitung des Tabakkonsums unter Jugendlichen

Die Raucherquote unter Jugendlichen ist seit Jahren rückläufig und hat 2011 einen historischen Tiefstand erreicht. 2011 rauchten in der Gruppe der 12- bis 17-Jährigen noch 11,1 % der männlichen und 12,4 % der weiblichen Jugendlichen während 2001 noch mehr als 27 % dieser Altersgruppe zu den Raucherinnen und Rauchern zählten. Der Anteil derjenigen Jugendlichen, die noch nie geraucht haben, ist parallel von 39,5 % (weiblich) bzw. 41,6 % (männlich) auf 70,2 % (weiblich) bzw. 71,4 % (männlich) angestiegen (BZgA 2012, siehe Abb. 2).

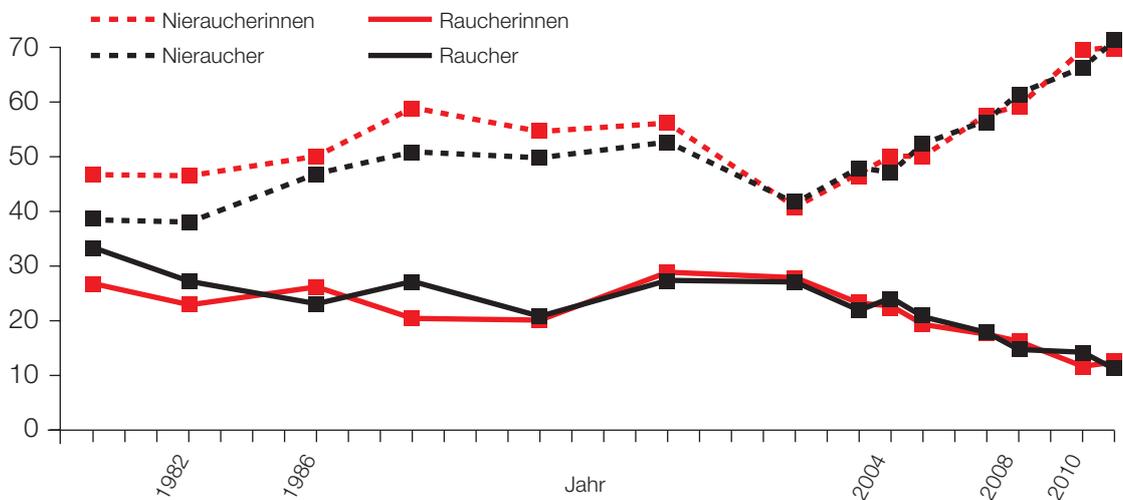


Abb. 2: Anteile der rauchenden Jugendlichen und Anteile der Jugendlichen, die noch nie geraucht haben, 12- bis 17-Jährigen nach Erhebungsjahr, BZgA 2012

1.1.6 Rauchen und sozialer Kontext

Die soziale Akzeptanz des Rauchens unter Jugendlichen geht zurück. So sagen im Jahre 2008 95 % der jugendlichen NichtraucherInnen, dass ihre Freunde einen Raucheinstieg bedauern würden. 5 Jahre zuvor gaben dies nur 73 % an (Pott 2008).

Die Peergroup

Der Raucheinstieg hängt oft mit dem Wunsch nach Zugehörigkeit zu einer Peer-Gruppe zusammen. Jugendliche, deren enger Freundeskreis raucht, haben ein erhöhtes Risiko zum Tabakkonsum. Die Wahrscheinlichkeit, Raucherin bzw. Raucher zu werden erhöht sich für Mädchen um das 4,4fache, für Jungen um das 7,7fache, wenn Freunde rauchen (Lampert & Thamm 2007). Da der Freundeskreis sich in der Regel aus Schülerinnen und Schülern der eigenen Schule zusammensetzt, entscheidet die schulische Situation wesentlich darüber, ob ein Jugendlicher Raucherin bzw. Raucher wird.

Die Erwachsenen

Rauchende Eltern oder Lehrkräfte suggerieren Kindern und Jugendlichen mit ihrem Verhalten, dass Rauchen akzeptiert ist und scheinbar zum Erwachsensein dazugehört. Für Kinder rauchender Eltern erhöht sich das Risiko, Raucherin bzw. Raucher zu werden um das Doppelte im Vergleich zu Kindern, deren Eltern nicht rauchen.

Die Werbung

Werbung der Tabakindustrie ist für Jugendliche wahrnehmbar und spricht sie an. Sie fokussiert nicht vorrangig den Geschmack, sondern vor allem Fragen des Lebensstils. Raucherinnen und Raucher erscheinen als jung, modern, sportlich. Untersuchungen zeigen, dass Zigarettenwerbung Raucheinstieg und Übergang zum regelmäßigen Konsum bei Jugendlichen begünstigt.

1.1.7 Tabakkonsum in Schulen

Betrachtet man den Trend der vergangenen Jahre, lässt sich feststellen, dass in den verschiedenen Schultypen der Zigarettenkonsum unter Jugendlichen sehr unterschiedlich verbreitet ist. In Gymnasien beträgt der Anteil der Raucherinnen und Raucher unter den Schülerinnen und Schülern der Sekundarstufe I 4,8%. Dagegen ist der Raucheranteil bei gleichaltrigen Schülerinnen und Schülern in Haupt-, Gesamt- und Realschulen deutlich höher und liegt 2011 bei 12,3% in Realschulen, bei 7,5% in Gesamt- und bei 17,8% in Hauptschulen (BZgA 2012).

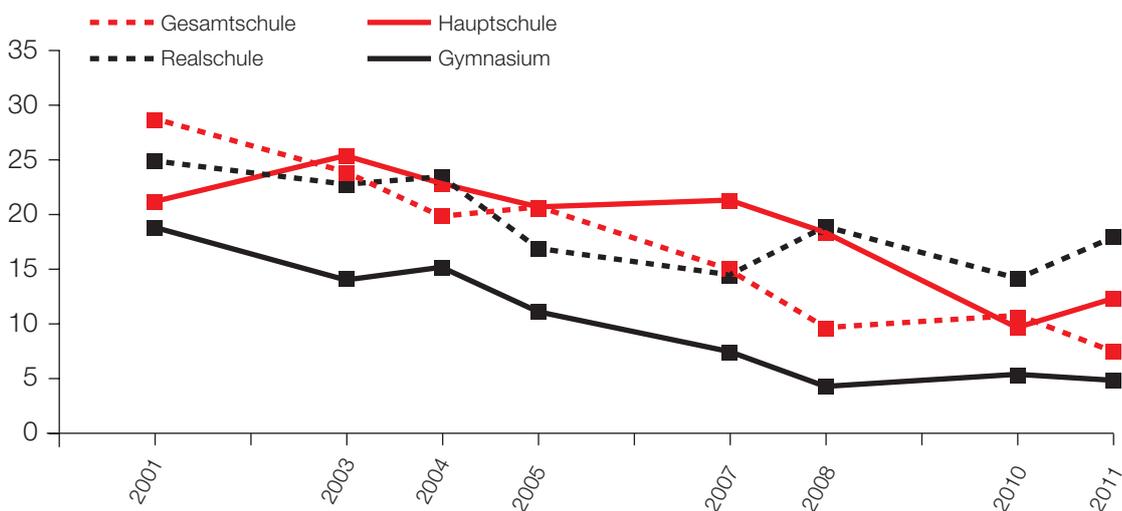


Abb. 3: Raucherquote unter Schülerinnen und Schülern der SEK 1 nach Schultyp, Angaben in Prozent (BZgA 2012)

Im Jahre 2005 plädierte die überwiegende Mehrheit (82%) der 12- bis 19-jährigen Schülerinnen und Schüler für die Rauchfreiheit ihrer Schule (BZgA 2006). Unter Lehrkräften ist die Zustimmung zur Rauchfreiheit inzwischen nahezu einhellig. Befragungen von an den Fortbildungen der BZgA teilnehmenden Lehrkräften zeigen, dass nur noch vereinzelt von Lehrkräften die Forderung nach einem Raucherlehrerzimmer oder einer Raucherecke für Schülerinnen und Schüler geäußert wird.

1.2. Schulische Tabakprävention

Die Schule ist in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen eine entscheidende Einflussgröße und als Ort für Tabakprävention prädestiniert. Schulische Tabakprävention hat daher in den vergangenen Jahren deutlich an Bedeutung gewonnen. Dabei kommen Methoden und Strategien zum Einsatz, die sich von Tabakprävention in früheren Jahren deutlich unterscheiden.

Im Zentrum der klassischen Prävention standen Versuche, durch Abschreckung und Repression den Missbrauch von suchterzeugenden Substanzen zu vermeiden. Häufig wurde hierdurch jedoch bei Jugendlichen eher Neugier geweckt (Hurrelmann 2001). Heute steht die Stärkung von Lebenskompetenz und Persönlichkeitsentwicklung im Vordergrund. Kinder und Jugendliche werden durch Eltern und

andere pädagogische Bezugspersonen unterstützt, ihre Entwicklungsaufgaben konstruktiv, d. h. ohne Suchtmittelkonsum zu bewältigen (Franzkowiak 1994).

Anfang der 2000er Jahre erfolgte eine weitere Umorientierung. Es zeigte sich, dass mit verhaltensbezogenen bzw. pädagogischen Maßnahmen die Möglichkeiten der Prävention nicht ausgeschöpft werden. Präventive Maßnahmen sind noch effektiver, wenn sie auf strukturellen Rahmenbedingungen basieren (Centers for Disease Control and Prevention 1994, Evans-Whipp 2004, Hanewinkel 2003, Hamilton et al. 2003). Vor diesem Hintergrund spielen für die Wirksamkeit der Tabakprävention auch verhältnispräventive Ansätze eine wesentliche Rolle. So haben die in den vergangenen Jahren umgesetzten Gesetze zum Jugend- und Nichtraucherschutz sowie die schulischen Rauchverbote in Kombination mit schulspezifischen, pädagogischen Gesamtkonzepten zur Förderung des Nichtrauchens erheblich dazu beigetragen, dass das Rauchen für Jugendliche nicht mehr selbstverständlich ist.

1.2.1 Verhinderung des Einstiegs

In Schulen mit Sekundarstufe 1 kommt der Verhinderung des Einstiegs aufgrund des Alters der Schülerinnen und Schüler eine zentrale Bedeutung zu. Aber auch für Jugendliche jenseits des typischen Einstiegsalters besteht ein Risiko, mit dem Rauchen zu beginnen, wenn sie ihre Pausen ständig in Rauchergruppen verbringen. Zur Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen wurde in der Tabakprävention eine Reihe von Maßnahmentypen entwickelt, die sich in der Praxis bewährt haben.

Aufklärung

Eine Maßnahme, die dem Einstieg in den Konsum vorbeugen kann, besteht in der Information von Kindern und Jugendlichen über die Substanz und die Folgewirkungen des Konsums. Dies sollte auch im Rahmen des Unterrichts erfolgen. Unterrichtsmodule zum Thema „Rauchen“ sind notwendige Bestandteile schulischer Tabakprävention. Durch Integration in das schulische Curriculum werden diese Inhalte verbindlich und erlangen damit Nachhaltigkeit.

Da der Zigarettenkonsum ab dem 12. Lebensjahr eine relevante Verbreitung hat, sollte die Auseinandersetzung mit diesem Thema bei den 10- bis 11-Jährigen ansetzen. Informationsmaterial und Medien, die sowohl im Unterricht als auch außerhalb verwendet werden können, wurden von der BZgA entwickelt und veröffentlicht. Diese Medien sind jugendspezifisch gestaltet und stoßen auf positive Resonanz bei Jugendlichen, die noch nicht mit dem Rauchen begonnen haben. Hierzu gehören nicht nur Broschüren und Plakate, sondern auch Filme und Internetseiten (siehe Übersicht und Bestellhinweise ab Seite 72).

Lebenskompetenztraining

Um den Einstieg von Kindern und Jugendlichen in den Zigarettenkonsum zu verhindern, wurden Programme zur Förderung der Lebenskompetenz und der Standfestigkeit der Kinder gegenüber dem Konsum in der Peer-Gruppe entwickelt. Lebenskompetenzprogramme, die sich im schulischen Zusammenhang bewährt haben wie beispielweise „Klasse 2000“ (Hollederer & Bölskei 2000), „ALF“ (Allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten, Walden et al. 1998), oder „IPSY“ (Wenzel et al. 2007) sollten mit Verbindlichkeit in die Curricula bestimmter Jahrgänge integriert werden.

Projekte

Bei der Vermittlung von Information an Schülerinnen und Schüler, die noch nicht rauchen, sollte darauf geachtet werden, dass diese möglichst lebendig und anschaulich vermittelt werden und die Personen der Zielgruppe selbst aktiv beteiligt sind. Mit Projekten und Aktionen wie Wettbewerben, Ausstellungen usw. gelingt es leichter, Schülerinnen und Schüler in ihren Einstellungen und Interessen zu erreichen und ein Engagement für die rauchfreie Schule zu erzielen.

Was können Schülermentoren leisten?

Der Peer-Ansatz ist in der Schule gerade im Rahmen von Maßnahmen, die das Ziel haben, den Einstieg zu verhindern, Erfolg versprechend. Schülerinnen und Schüler, die sich Kompetenzen zur Tabakprävention angeeignet haben und in der Lage sind Inhalte zum Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ – im Unterricht

oder in anderen schulischen Zusammenhängen – an andere Schülerinnen und Schüler im typischen Ausstiegsalter zu vermitteln, sind dabei oft erfolgreicher als Erwachsene.

1.2.2 Förderung des Ausstiegs aus dem Tabakkonsum

Wichtige Ziele schulischer Tabakprävention sind: den Übergang vom gelegentlichen zum Gewohnheitskonsum zu verhindern, Konsumentinnen und Konsumenten zum (frühzeitigen) Ausstieg zu motivieren und sie beim Ausstiegsversuch zu unterstützen. Ist erst einmal das Stadium des täglichen Konsums erreicht, verringern sich die Chancen, das Rauchen wieder zu beenden (siehe Seite 102).

Reflexions- und Motivationsangebote

Für Raucherinnen und Raucher, die noch nicht entschlossen sind, das Rauchen zu beenden, ist es zunächst erforderlich, motivierende Angebote bereit zu stellen. Da der Ausstieg aus dem Rauchen nur freiwillig erfolgen kann, sind Maßnahmen, die beim Jugendlichen die Reflexion über Vor- und Nachteile des Rauchens fördern, von Bedeutung. Eine Hilfestellung für solche Angebote bietet das „Curriculum Anti-Rauchkurs“ der BZgA. Lehrkräfte oder schulische Sozialpädagoginnen und -pädagogen erhalten damit eine detaillierte Anleitung mit allen erforderlichen Übungen und Informationen, um mit rauchenden Schülerinnen und Schülern am Thema „Rauchen/Nichtrauchen“ zu arbeiten. Der Kurs ist auch geeignet als Maßnahme im Rahmen des Sanktionskatalogs für Schülerinnen und Schüler, die gegen Rauchverbote in der Schule verstoßen haben.

Ausstiegshilfen

Auch Schülerinnen und Schüler, die sich entschieden haben, das Rauchen zu beenden, sollten in ihrer Schule beim Ausstiegsversuch Hilfestellung erhalten. Häufig ist die Schule jedoch nicht selbst in der Lage Entwöhnungskurse anzubieten. Schülerinnen und Schüler, die solche Maßnahmen benötigen, sollten jedoch dorthin vermittelt werden, wo ihnen geholfen wird. Hierfür bietet sich die Kooperation mit einer Suchtpräventions- bzw. Suchtberatungsstelle in der Region an. Um rauchenden Jugendlichen beim Ausstieg aus dem Rauchen eine qualifizierte Hilfe zu bieten, wird zudem gegenwärtig von der BZgA ein Interventionsprogramm („losgelöst“) entwickelt.

Jugendliche bevorzugen häufig einen eigenständigen Weg aus dem Rauchen – ohne die Hilfe Erwachsener. Schülerinnen und Schüler, die das Rauchen aufgeben wollen, erhalten wichtige Hinweise und Ratschläge in den BZgA-Broschüren „Stop Smoking-Girls“ und „Stop Smoking-Boys“ (siehe Medien und Materialien ab Seite 72).

Eine weitere Möglichkeit, Ausstiegsversuche erfolgreich selbst zu gestalten, bietet Jugendlichen das Internet. „Rauchfrei“, das internetbasierte Ausstiegsprogramm der BZgA, knüpft an den Gewohnheiten und Vorlieben von Jugendlichen an und nutzt die Attraktivität und die Interaktivität des Mediums (siehe www.rauch-frei.info).

Schulen, die selbst nicht in der Lage sind, Ausstiegsmaßnahmen anzubieten, können ihre Schülerinnen und Schüler an die jeweilige Suchtberatungsstelle in der Region verweisen. Das Beratungstelefon der BZgA zur Raucherentwöhnung hilft bei der Suche nach einem geeigneten Ausstiegsangebot unter der Telefonnummer 01805 31 31 31, (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min), Montag bis Donnerstag von 10 bis 22 Uhr, Freitag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr.

Was können Schülermentoren leisten?

Schülermentoren sollten ihren Handlungsschwerpunkt nicht auf die Vermittlung von Ausstiegshilfen legen. Zum einen ist die Anzahl von Schülerinnen und Schülern, die aktuell das Rauchen beenden und dabei eine Hilfe in Anspruch nehmen wollen, relativ gering. Es besteht also die Gefahr, dass es im Projekt „Leerlauf“ gibt. Zum anderen kann ein Versuch, zum Ausstieg zu motivieren, leicht den Anschein erwecken, Raucherinnen und Raucher „bekehren“ zu wollen.

Schülermentoren zur Förderung des Nichtrauchens sollten jedoch darauf vorbereitet sein, ausstiegswillige Raucherinnen und Raucher bzgl. hilfreicher Informationsquellen und Anlaufstellen für weiterführende Unterstützung beim Rauchstopp zu beraten.

1.2.3 Die Umsetzung von Rauchverboten

Obwohl seit dem Jahre 2008 ein schulisches Rauchverbot für alle Schulen in Deutschland gesetzlich festgelegt ist, wird in vielen Schulen weiterhin geraucht. Rauchertreffpunkte in der Schule begünstigen das Rauchen. Die soziale Bindung an die Rauchergruppe hat unerwünschte Folgen:

- Nichtraucherinnen und Nichtraucher beginnen mit dem Rauchen.
- Gelegenheitskonsumentinnen und -konsumenten gehen zum Gewohnheitskonsum über.
- Der Ausstieg aus dem Rauchen wird Ausstiegswilligen erschwert.

Gleiches gilt für Rauchertreffpunkte in der unmittelbaren Schulumgebung, die oftmals zusätzliche Probleme verursachen:

- Tabakpräventive Maßnahmen der Schule verlieren insgesamt an Glaubwürdigkeit.
- Rauchende Personen hinterlassen meist Zigarettenkippen und anderen Müll.
- Es entstehen erhöhte Unfallgefahren im Straßenverkehr.
- Für benachbarte Schulen (z. B. Grundschulen) aber auch für Nachbarn, die durch rauchende Schülerinnen und Schüler belästigt werden, kann eine unakzeptable Situation entstehen.
- Das Bild der Schule in der Öffentlichkeit nimmt Schaden.

Gesetzliche Rauchverbote schaffen für Tabakprävention günstige strukturelle Rahmenbedingungen. Diese müssen meist jedoch durch schulspezifische Regelungen ergänzt werden, z. B. Rauchverbote in der Schulumgebung oder Sanktionen für Schülerinnen und Schüler, die gegen die Rauchverbote verstoßen (Rakete et al, 2009). Der BZgA-Leitfaden für Pädagoginnen und Pädagogen „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“ beschreibt detailliert das Vorgehen bei der Umsetzung von Rauchverboten (siehe Seite 73). Handlungsempfehlungen für eine rauchfreie Schule finden Sie auf Seite 69.

Was können Schülermentoren leisten?

Schülermentoren können bei der Umsetzung von Rauchverboten eine wichtige Rolle spielen. Häufig besteht in der Schule die Überzeugung, die Rauchverbote seien lediglich ein Anliegen bestimmter Lehrkräfte. Schülerinnen und Schüler, die in der Schulöffentlichkeit deutlich machen, dass sie das Rauchen für unangenehm und schädlich halten, bewirken oftmals ein Umdenken in Bezug auf die Rauchverbote – auch bei manchen Lehrkräften.

Das Rauchverbot erhält eine neue, demokratische Legitimation, weil die Mehrzahl der Schülerinnen und Schüler – die Nichtraucherinnen und Nichtraucher – aus der Anonymität heraustritt. Insbesondere für Lehrkräfte, die den Rauchverboten bisher eher skeptisch gegenüberstanden, kann das eine Motivation darstellen, sich für die Rauchverbote stärker zu engagieren.

Problematisch dagegen wäre es, wenn Schülermentoren eine Aufgabe im Rahmen der Überwachung der Rauchverbote übernehmen würden. Zwar gibt es – insbesondere in den neuen Bundesländern – positive Erfahrungen mit sog. Schüleraufsichten. Der hier vorgestellte Peer-Ansatz hat jedoch eine tabakpräventive Zielrichtung und ist mit reinen Ordnungsfunktionen nicht einfach zu verbinden.

1.2.4 Normalisierung des Nichtrauchens

Rauchen ist ein norm- bzw. prävalenzgesteuertes Verhalten. Die subjektive Wahrnehmung von Personen bezogen auf die Verbreitung des Rauchverhaltens in der Umgebung hängt eng mit dem eigenen Tabakkonsum zusammen. Dieser Aspekt trifft nach Clark et al. (2002) insbesondere auf den schulischen

Kontext zu. Gelingt es, die Wahrnehmung „alle rauchen“ abzuschwächen oder gar in das Gegenteil zu verkehren („keiner raucht“), verringert sich die Wahrscheinlichkeit, dass Jugendliche mit dem Rauchen anfangen.

Eine wichtige Zielsetzung schulischer Tabakprävention besteht daher darin, das Nichtrauchen zu „normalisieren“. Die konsequente Umsetzung des gesetzlichen Rauchverbots ist hierbei ein wichtiger Schritt. Rauchertreffpunkte werden aufgelöst. Gleichzeitig wird das Nichtrauchen in seiner Attraktivität und Akzeptanz gefördert.

Sind diese Maßnahmen erfolgreich, ergibt sich für nachfolgende Schülergenerationen, die zumeist aus Nichtraucherinnen und Nichtrauchern bestehen, eine günstige Ausgangslage. Die schulischen Maßnahmen zur Normalisierung des Nichtrauchens helfen, die in den niedrigen Jahrgangsstufen bestehende geringe Rauchprävalenz im weiteren Verlauf der schulischen Laufbahn zu stabilisieren.

Pausenangebote

Um das Nichtrauchen zu normalisieren, ist es sinnvoll, die Attraktivität der Schule in der unterrichtsfreien Zeit zu erhöhen. Dadurch werden einerseits die Nichtraucherinnen und Nichtraucher für ihren Verzicht auf Zigaretten belohnt, andererseits wird es Raucherinnen und Rauchern schwerer gemacht, die Schule zum Rauchen zu verlassen, wenn es attraktive Pausenaktivitäten gibt. Die Pausengestaltung sollte also an den Interessen der Schülerinnen und Schüler ansetzen, indem Möglichkeiten der Kommunikation verbessert werden und Gelegenheiten für Spiele und Sport und Medienzugänge (z. B. Internet) geschaffen werden. Dass diese Maßnahmen gleichzeitig das Schulklima und die Zufriedenheit der Schülerinnen und Schüler mit ihrer Schule positiv beeinflussen, ist ein willkommener Nebeneffekt.

Schulklassenwettbewerb zum Nichtrauchen

Eine weitere Möglichkeit zur Normalisierung des Nichtrauchens besteht in der Teilnahmemöglichkeit an „Be Smart – Don’t Start“. „Be Smart – Don’t Start“ ist ein Schulklassenwettbewerb mit dem Ziel, den Einstieg in das Rauchen zu verhindern. Regelmäßig verpflichten sich pro Schuljahr rund 10.000 Schulklassen aus allen Bundesländern zum Nichtrauchen.

Was können Schülermentoren leisten?

Im Zusammenhang mit dem Wettbewerb „Be Smart – Don’t Start“ können Schülermentoren versuchen, Klassen für die Teilnahme zu motivieren und Beratungsaufgaben übernehmen, wenn einzelne Schülerinnen und Schüler mit dem Rauchen beginnen.

Die Normalisierung des Nichtrauchens ist eine vorrangige Zielsetzung von Peer-Projekten zur Förderung des Nichtrauchens in der Schule. Die Aktionen und Projekte der Schülermentoren haben überwiegend die Funktion, die Akzeptanz des Nichtrauchens in der Schule zu erhöhen. Dies geschieht durch interessante Veranstaltungen in der unterrichtsfreien Zeit (Spiele, Wettbewerbe, Ausstellungen usw.), durch Angebote zur Kommunikation in Pausen usw.

Alle Pädagoginnen und Pädagogen, die im Schuljahr 2008/2009 im Pilotprojekt der BZgA als Betreuerinnen oder Betreuer mitwirkten, nannten eine „Normalisierung des Nichtrauchens“ als eines der wichtigsten Ergebnisse des Mentorenprojekts in ihrer Schule.

1.2.5 Förderung der Lehrgesundheit

Zwar steht die Förderung der Schülergesundheit bei tabakpräventiven Maßnahmen im Schulkontext im Vordergrund. Die Förderung der Gesundheit der Lehrkräfte sollte jedoch nicht außer Acht gelassen werden. Durch das Vorhaben der Rauchfreiheit in Schulen werden nicht nur an rauchende Schülerinnen und Schüler Anforderungen gestellt, sondern auch an die rauchenden Lehrkräfte und andere Mitglieder des schulischen Personals (Hausmeister, Sekretärin usw.) sowie an die Eltern.

Ausstiegshilfen

Für viele Lehrkräfte ist die (konsequente) Einführung der Rauchfreiheit ein Anlass, ganz mit dem Rauchen aufzuhören. Im Folgenden werden einige Unterstützungsmöglichkeiten dargestellt.

Wie bei den Angeboten für Jugendliche gibt es auch für die Zielgruppe der erwachsenen Raucherinnen und Raucher Materialien, die als Unterstützung eines eigenständigen Aufhörversuchs dienen und Maßnahmen, die im Rahmen einer Gruppe oder Einzelberatung professionell angeleitet werden.

Die BZgA unterstützt mit ihrer nationalen ‚rauchfrei‘-Kampagne seit vielen Jahren Menschen darin, ihre Tabakabhängigkeit zu überwinden und hat passgenaue Angebote entwickelt. So bietet das Beratungstelefon zur Rauchentwöhnung unter der Telefon-Nummer 0180 5 - 31 31 31 (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min) von Montag bis Donnerstag von 10:00 bis 22:00 Uhr und von Freitag bis Sonntag von 10:00 bis 18:00 individuelle Hilfe an.

Auf der Internetseite www.rauchfrei-info.de ist ein umfangreiches Informationsangebot zur Förderung des Nichtrauchens online geschaltet. Kernstück des Internet-Angebotes der BZgA ist ein interaktives Ausstiegsprogramm, das Aufhörwillige über mehrere Wochen auf dem Weg zum Nichtrauchen begleitet.

Für diejenigen, die in einer Gruppe mit dem Rauchen aufhören wollen, sind Gruppenkurse, die sich über mehrere Termine erstrecken, empfehlenswert. Dort erfolgt, neben einer Stärkung der Motivation zum Rauchstopp, auch nach dem Rauchstopp Unterstützung dabei, den Alltag langfristig rauchfrei zu bewältigen. Ein solcher Kurs ist das „Rauchfrei Programm“, das mit Unterstützung der BZgA vom Institut für Therapieforschung in München entwickelt wurde. Wo deutschlandweit Kurse des „Rauchfrei Programms“ angeboten werden, ist direkt über die Internetseite www.rauchfrei-programm.de zu erfahren.

Das START-Paket zum Nichtrauchen ist ein Selbsthilfeprogramm mit Informationen und einem Kalender für die ersten 100 Tage. Die BZgA-Broschüre „Ja, ich werde rauchfrei“ gibt Tipps zum erfolgreichen Rauchstopp. Das START-Paket und weitere Printmaterialien zum Nichtrauchen sind kostenlos unter folgender Adresse bestellbar: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln, Fax: 0221-8992257, E-Mail: order@bzga.de, www.bzga.de (siehe Seite 72 f.).

Was können Schülermentoren leisten?

Die Änderung des Rauchverhaltens von Lehrkräften ist nicht Ziel des Mentoren-Ansatzes. Möglich ist aber eine Vermittlung weiterführender Informationen.



www.rauch-frei.info