



Rauchfreie Schule

Ein Programm in fünf Schritten

Landesinitiative in Nordrhein-Westfalen



Landesinitiative: „Leben ohne Qualm“ in NRW

Schulische Maßnahmen zur Tabakprävention gelten als besonders geeignet, um gesundheitlichen Risiken und Suchtgefährdungen durch den Tabakkonsum vorzubeugen. So ist das im Schulgesetz verankerte Rauchverbot an Schulen eine wichtige Maßnahme, um das Rauchverhalten der Schüler/innen und Lehrkräfte positiv zu beeinflussen.



Erfahrungen zeigen allerdings, dass ein bestehendes Rauchverbot allein nicht zu einer Verhaltensänderung der Schülerinnen, Schüler und Lehrkräfte führt. Damit ein Verbot nachhaltig wirksam ist, sollte es in ein Gesamtkonzept von Präventionsmaßnahmen eingebunden sein.

Die Schule ist sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Lehrkräfte und andere Beschäftigte ein bedeutsamer Lern-, Arbeits- und Erfahrungsort. Die Schule ist neben dem Elternhaus aber auch ein Ort, an dem Kindern und Jugendlichen der Konsum von Tabakprodukten bzw. der Umgang damit vorgelebt wird.

Rund vier Millionen Menschen in Nordrhein-Westfalen rauchen. Der Tabakkonsum birgt neben den bekannten Gesundheitsrisiken ein Suchtpotenzial, das lange Zeit unterschätzt wurde. Wer früh mit dem Rauchen anfängt, entwickelt leichter eine Abhängigkeit und ist zudem gefährdeter, auch andere Suchstoffe wie Alkohol und Cannabis zu konsumieren. Bereits im Kindesalter wird das spätere Verhalten gegenüber dem Tabakkonsum und anderen Rauchprodukten beeinflusst. Der Griff zur ersten Zigarette wird von sozialen Normen, dem Verhalten von Vorbildern und vor allem durch „Gruppendruck“ geprägt und gefördert.



Schnauze voll



Mit der vorliegenden Broschüre möchte die Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ Schulen dabei unterstützen, wirksame Strategien für eine rauchfreie Schule zu entwickeln.

Tabakprävention: Schulen werden unterstützt

Um das Rauchverhalten von Jugendlichen nachhaltig zu beeinflussen, empfiehlt es sich, einzelne Projekte und Maßnahmen so aufeinander abzustimmen, dass ein sinnvolles „Gesamtkonzept“ entsteht.

Die Erarbeitung und Umsetzung eines solchen Gesamtkonzeptes zur Tabakprävention stellt für viele Schulen eine Herausforderung dar:

Engagement, Überzeugungsarbeit und Geduld sind gefragt.



Das „5 Schritte-Programm“ der Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ bietet Unterstützung bei der Entwicklung und Umsetzung eines individuellen schulischen Tabakpräventionskonzeptes durch abgestimmte Informations- und Beratungsangebote.

Jugendliche: Erwachsene sind Vorbilder



Warum rauchen Jugendliche eigentlich? Rauchen kann für junge Menschen wichtige Signal-Funktionen haben:

- Hey, ich bin erwachsen!
- Ich gehöre zu einer bestimmten Gruppe!
- Ich habe meinen eigenen Lebensstil:
Ich rauche!
- Ich bin „cool“ und lässig und habe meine
Stimmungen im Griff!
- Ich bin schlank und attraktiv!

Das Tabakrauchen wird vielen Kindern und Jugendlichen im schulischen Umfeld vorgelebt. Dabei übt die Gruppe der Gleich- altrigen einen bedeutenden Einfluss aus.

- Bereits in der 5. Schulklasse beginnen Kinder
erste Zigaretten zu rauchen.
- In der 7. Klasse raucht rund jede/r zehnte –
in der 9. Klasse bereits rund ein Drittel aller
Schülerinnen und Schüler regelmäßig.
- Rauchende Kontaktpersonen wie Mitschüle-
rinnen und Mitschüler, Eltern, Freundinnen
und Freunde, Geschwister oder Lehrkräfte
erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Jugend-
liche ebenfalls mit dem Rauchen beginnen.

Rauchfrei: Klare Regeln sind glaubwürdig



Eine rauchfreie Schule benötigt klare Regeln. Ein schulisches Konzept zur Tabakprävention ist glaubwürdig, wenn diese Regeln konsequent umgesetzt werden.

- Wenn die Rauchverbote auf dem Schulgelände konsequent umgesetzt werden, beginnen weniger Schülerinnen und Schüler mit dem Rauchen.
- Schulen, die über klare Regeln zum Rauchen verfügen und diese auch konsequent umsetzen, stärken die Wirksamkeit und Glaubwürdigkeit schulischer Regeln insgesamt.
- Die einheitliche und abgestimmte Umsetzung der Regeln festigt die Glaubwürdigkeit der Lehrkräfte, wirkt positiv auf die Autorität des Kollegiums.
- Schulen, die Programme zur Tabakprävention umsetzen, tun etwas für die Gesundheitsförderung, für ihr gutes Image, und sie werden ihrer Vorbildfunktion gerecht.

Stecken lassen



Das Schulgesetz: Schule als rauchfreie Zone

Das Rauchen ist an Schulen in Nordrhein-Westfalen verboten.

Im Schulgebäude, auf dem Schulgrundstück gilt ein generelles, ausnahmsloses Rauchverbot für Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte, sonstige Schulbedienstete und Gäste.

Das Schulgesetz verweist in §54 Schulgesundheit Absatz (6) ergänzend auf die Vorschriften des Nichtraucherchutzgesetzes NRW (NiSchG NRW).

So bestimmt sich das Rauchverbot an Schulen nach den Vorschriften des Nichtraucherchutzgesetzes NRW.

Hiernach gilt im Schulgebäude, auf dem Schulgrundstück ein generelles, ausnahmsloses Rauchverbot für Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte, sonstige Schulbedienstete und Gäste. Vgl. §2 Absatz 3 und §3 Absatz (1) Nichtraucherchutzgesetz NRW (NiSchG NRW).




Jugendlichen unter 18 Jahren ist der Konsum von Rauchwaren in der Öffentlichkeit nicht gestattet. Nach §10 Absatz 1–4 des Jugendschutzgesetzes (JuSchG) dürfen weder nikotinhaltige noch nikotinfreie Tabak- oder elektronischen Rauchwaren und deren Behältnisse an Kinder und Jugendlichen verkauft oder öffentlich weitergegeben werden.



Nase voll

Das Ziel: Ein ausgewogenes Schulkonzept



Maßnahmen zur Tabakprävention im schulischen Kontext sind besonders geeignet, um Kinder und Jugendliche vor den Gefahren des Tabakrauchens zu schützen.

Die Existenz eines Rauchverbotes bedeutet nicht zwangsläufig eine Veränderung des Rauchverhaltens. Maßnahmen zur Förderung des Nichtrauchens sollten sich deshalb nicht auf Verbote und Sanktionen beschränken. Die Erfahrungen zeigen, dass dem Rauchen am effektivsten durch ein abgestimmtes und ausgewogenes Bündel von Maßnahmen zu begegnen ist, die in einem Schulkonzept festgehalten werden.

Es empfiehlt sich also, die wesentlichen, evidenzbasierten Maßnahmen, die den Einstieg ins Rauchen verhindern oder verzögern und den Ausstieg erleichtern als Elemente ins Schulkonzept aufzunehmen und sinnvoll aufeinander abzustimmen.

Ziele dieser Maßnahmen sind:

- *den Einstieg in das Rauchen möglichst zu verhindern oder so weit wie möglich zu verzögern und*
- *bei denen, die bereits rauchen, den gesundheitlichen Schaden zu begrenzen und den Ausstieg zu erleichtern.*

Das Schulkonzept: Inhalte

Eine Schule, die die wesentlichen Elemente in ihrem Schulkonzept verankert hat

- hat Ansprechpartner/innen oder Beauftragte, die die Belange der am Schulleben Beteiligten zum Thema „Rauchen“ in den Schulgremien vertreten
- verfügt über schriftliche Regeln zum Tabakkonsum und zum Umgang mit Verstößen gegen diese Regeln (auf dem Schulgelände und im Schulumfeld) für Schülerinnen, Schüler und alle am Schulleben Beteiligte
- bezieht Schülerinnen, Schüler und alle am Schulleben Beteiligten bei der Entwicklung von Regeln, Sanktionen, Projekten und Maßnahmen mit ein
- kontrolliert systematisch die Einhaltung der Regeln
- macht Alternativangebote zum Tabakrauchen (u.a. Pausenangebote) und hat z.B. ein Belohnungssystem für Nichtraucherinnen und Nichtraucher
- führt Maßnahmen zur Förderung der allgemeinen Lebenskompetenzen der Schülerinnen und Schüler durch und nutzt den Fachunterricht, um auf das Rauchen aufmerksam zu machen
- veranstaltet Aktions- und Projekttag und setzt – gemeinsam mit Kooperationspartnern vor Ort – auf die Region und die Schule zugeschnittene Maßnahmen um
- beteiligt sich an Impulskampagnen und Wettbewerben zum Nichtrauchen
- bietet Entwöhnungsmaßnahmen für rauchende Schülerinnen und Schüler an und informiert das Schulpersonal und Eltern über Ausstiegsmöglichkeiten
- nutzt das Beratungs- und Unterstützungsangebot der örtlichen Fachkräfte für Suchtvorbeugung (Prophylaxefachkräfte).

Selbst wenn es dieses ausgewogene Schulkonzept (noch) nicht geben sollte, ist es wichtig, verschiedene Maßnahmen sinnvoll aufeinander zu beziehen.



Der Weg: Fünf Schritte führen zum Erfolg

Die Landesinitiative unterscheidet fünf Schritte oder Phasen, die für die Umsetzung eines wirksamen Gesamtkonzeptes zur Tabakprävention notwendig sind.

Grundlage für das Phasenmodell bildet das wissenschaftlich anerkannte TTM-Modell (Transtheoretisches Modell der Veränderung). Es erklärt die Veränderungsbereitschaft von Personen und wurde modellhaft auf Institutionen übertragen.

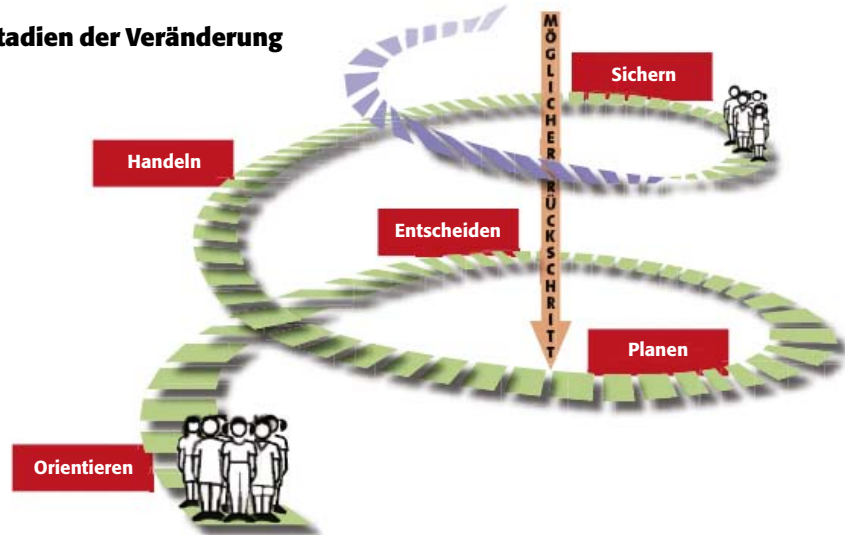


Aufhör'n

1. Orientieren: Auch wenn noch keine explizite Absicht besteht, ein ausgewogenes Schulkonzept an der eigenen Schule umzusetzen, ist eine Bestandsaufnahme zum Stand der bestehenden Aktivitäten zur Tabakprävention ein erster Schritt.

2. Entscheiden: Auf dieser Grundlage wird an der Schule darüber nachgedacht, nachhaltig auf das Rauch- und Gesundheitsverhalten der Schülerinnen, Schüler und auch der Lehrkräfte einzuwirken. Vor- und Nachteile der Veränderung werden diskutiert (z.B. knappe Ressourcen, Image der Schule). In der Schulkonferenz wird eine klare Entscheidung getroffen.

Stadien der Veränderung





3. Planen: Wenn eine klare Entscheidung getroffen wurde, die von möglichst vielen der schulischen Akteure mitgetragen wird, kann mit der Planung und Umsetzung eines Schulkonzeptes zur Tabakprävention begonnen werden. In diesem Konzept wird festgelegt, welche Elemente auf welche Art und Weise umgesetzt werden (Planung der Beteiligungen, Zuständigkeiten und Kooperationen, der möglichen Sanktionen und Gratifikationen, das Verfahren der Pausenaufsichten etc.). Die Schulkonferenz beschließt das Konzept.

4. Handeln: Die schulischen Akteure werden gemeinsam mit den Kooperationspartnern aktiv und handeln. Sie wirken u.a. durch Programme und Angebote, Regel- und Belohnungssysteme sowie mit verschiedenen Projekten präventiv auf das Gesundheitsverhalten vorrangig der Schülerinnen und Schüler ein.

5. Sichern: Wesentliche, und sich sinnvoll ergänzende Elemente eines Schulkonzeptes zur Tabakprävention werden umgesetzt. Die „Maßnahmen zur Tabakprävention“ sind im Schulprogramm verankert und weitere stabilisierende Elemente werden implementiert. Die Wirkung der Maßnahmen wird regelmäßig überprüft und berichtet.



In vielen Schulen in NRW wurden bereits Schritte in diesem Prozess gemacht. Einige Schulen sind jedoch gefordert, ihr Image als Rauchfreie Schule zu stärken. Die Landesinitiative möchte dabei unterstützen, den jeweils nächsten Schritt zu tun.

Schritt 1

Orientieren: Bestandsaufnahme als Grundlage

Um eine Grundlage für ein Schulkonzept zur Tabak- und Rauchprävention zu schaffen, empfiehlt die Landesinitiative, mit einer „Bestandsaufnahme“ zu beginnen.

Die Bestandsaufnahme sollte Aufschluss geben über die aktuelle Situation zum Rauchen an der Schule (zum Stand der Umsetzung des Rauchverbotes und zur Bereitschaft der Schule, weitere Elemente zur Tabakprävention zu integrieren).

Eine Befragung der Schülerinnen und Schüler, der Lehrkräfte, Eltern und z.B. auch der Anwohner, kann Informationen über die aktuelle Situation an der Schule geben und dazu motivieren, sich mit dem Thema Rauchen/Rauchverbote weiter auseinander zu setzen.

Die Auswertung der Befragung gibt Ihnen unter anderem Aufschluss darüber,

- wie viele Personen an Ihrer Schule Raucherinnen und Raucher sind
- wo an Ihrer Schule und/oder im schulischen Umfeld geraucht wird
- welche Maßnahmen an Ihrer Schule bereits durchgeführt werden
- wie zufrieden Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und Eltern mit den bestehenden Regelungen sind
- wo es Konflikte gibt
- ob und welcher Veränderungsbedarf besteht
- wie groß die Bereitschaft der jeweiligen Gruppe ist, an einer Veränderung mitzuwirken.



Die Ergebnisse einer solchen Bestandsaufnahme zeigen, welche Schritte an Ihrer Schule bereits gemacht wurden. Sie können als Anregung dafür dienen, wie die weiteren Schritte zu gestalten sind und Grundlage für weitere Entscheidungen und Planungen sein. In den Materialien der Landesinitiative finden Sie einen Beispielfragebogen.

Schritt 2

Entscheiden: Die Schulkonferenz ist gefragt

Die Erfahrung zeigt, dass es wichtig ist, in der Schulkonferenz eine Entscheidung zu treffen, die ein gezieltes Vorgehen ermöglicht und von möglichst vielen Akteuren mitgetragen wird.

Diese Entscheidung sollte heißen: Es wird ein Konzept für die eigene Schule erarbeitet, das alle wesentlichen Elemente enthält, um an der Schule das Nichtrauchen zu fördern. Die Schulkonferenz sollte über die Optimierung des Umsetzungsprozesses entscheiden, d.h. auch darüber, ob weitere Ressourcen bereit gestellt werden können. Zur Vorbereitung der weiteren Planung und Umsetzung des Konzeptes wird eine Person benannt bzw. eine Projektgruppe eingerichtet.

Die Landesinitiative hat Materialien zusammengestellt, die Argumentationshilfen und Hintergrundinformationen beinhalten.



In den Materialien finden Sie Hinweise dazu,

- welche aktuellen Forschungsergebnisse zum Thema Rauchen vorliegen
- warum Schule ein geeigneter Ort für Tabak- und Rauchprävention ist
- welche strukturellen Bedingungen an der Schule das Nichtrauchen fördern
- wie andere Schulen ihren Weg gegangen sind (good-practice).



Schritt 3

Planen: Ein ausgewogenes Konzept erstellen

Aufgabe der eingerichteten Projektgruppe (vgl. Schritt 2) ist es, ein „ausgewogenes“ Gesamtkonzept zur Tabakprävention zu entwickeln und umzusetzen: Ein ausgewogenes Konzept enthält sowohl verhältnisbezogene als auch verhaltensbezogene Maßnahmen. Verhältnisbezogene Maßnahmen sind beispielsweise klare Rauchverbotsregeln und die

Abschaffung von Zigarettenautomaten im Schulumfeld. Verhaltensbezogene Maßnahmen haben das Ziel, eine rauchfreie Lebensweise der einzelnen Person zu unterstützen, zum Beispiel durch sogenannte (Sozial-)Kompetenz-Trainings („Neinsagen-Können“) oder durch Angebote zur Tabakentwöhnung. Die Planung sollte die (zeitlichen und perso-

nellen) Ressourcen an der Schule und bei möglichen Kooperationspartnern (zum Beispiel den Prävention-Fachkräften, den Fachkräften des Gesundheits- oder Ordnungsamtes) realistisch einschätzen. Das Konzept wird von der Schulkonferenz verabschiedet.



In den Materialien der Landesinitiative finden Sie Anregungen zu Regelwerken, zu alternativen Pausenangeboten, zum Umgang mit Raucherinnen und Rauchern sowie zu Wettbewerben und Kampagnen. Auch finden Sie Informationen zur Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen, zu Schwerpunktprojekten, Unterrichtseinheiten, zum Anti-Rauchkurs und zu Entwöhnungsangeboten:

- Projektbeschreibungen von „good-practice“-Projekten und Konzepten
- Beispielmateriale zu den gängigsten Konzepten/Projekten und zusammenfassende Bewertungen
- Umsetzungsempfehlungen
- Arbeitsmaterialien.

Schritt 4

Handeln: Die einzelnen Elemente umsetzen



Die Landesinitiative empfiehlt, mit der Umsetzung klarer Regeln zur Rauchfreiheit zu beginnen.

Diese Regeln müssen allen bekannt sein. Sie sind Bestandteil des Schulkonzeptes zur Tabakprävention und sind von der Schulkonferenz diskutiert und angenommen worden. Es hat sich bewährt, bei Regelverstößen unmittelbar und konsequent zu reagieren. In dieser Phase können Lehrkräfte besonders wirkungsvoll auf das Verhalten der Schülerinnen und Schüler einwirken, wenn sie Erfahrungen in der Frühintervention und der motivierenden Kurzintervention bei Tabak konsumierenden Jugendlichen haben.

Ziele sind:

- deutlich zu machen, dass die Regeln einzuhalten sind und
- zu motivieren, das Rauchverhalten zu überprüfen und möglichst zu verändern.

Lebenskompetenz-Programme, Regelwerke, Belohnungssysteme, Pausenangebote, Wettbewerbe, Entwöhnungskurse und weitere Aktionen und Projekte werden gemeinsam mit den Kooperationspartnern vor Ort umgesetzt. Die Schule baut sich ein Netz stabiler Kooperationen auf.

Die Landesinitiative bietet Unterstützung bei der Netzworkebildung vor Ort und vermittelt Kontakte zu:

- den Partnern der Landesinitiative (zum Beispiel den Krankenkassen)
- den Prophylaxe-Fachkräften vor Ort
- den Mitgliedern der kommunalen Gesundheitskonferenzen
- einem Team von externen Beratern (z.B. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Gesundheits- und Jugendämter, Schulleitungen etc.).

Schritt 5

Sichern: Den Erfolg zur Regel machen

In dieser Phase hat die Schule wichtige Veränderungen initiiert und umgesetzt. Erfolgskontrollen und regelmäßige Informationen an die Schulleitung und das Kollegium zum Stand des (Erfolgs-)Programms zeigen, dass die Schule sich auf dem richtigen Weg befindet.

Die Schule hat eine klare Strategie entwickelt. Um die Erfolge zu sichern, werden wichtige Teile des Konzeptes in der Schule zur Regel gemacht. Programme und Projekte zum Nicht-rauchen sollten ebenso fester Bestandteil des Schulalltags sein wie eine konsequente Haltung zur Rauchfreiheit. Damit die Erfolge nachhaltig wirken, ist es wichtig, das Bewusstsein für ein gesundes, rauchfreies Leben wach zu halten. Gestützt durch ein tragfähiges Netz von Kooperationen zum Schutz der Gesundheit von Kindern und Jugendlichen, wird es selbstverständlich sein, dass an Ihrer Schule nicht geraucht wird und dass die Regeln – auch von Erwachsenen – eingehalten werden.

Sollte es dennoch Rückschritte geben, kann eine Schule auf das vorhandene Konzept zurückgreifen und sich bei Bedarf Unterstützung von Fachkräften holen. Rückschritte können vorkommen und sollten die Schule nicht entmutigen!

Eine Schule sollte ihr Engagement und ihre diversen Initiativen und Projekte zum Nicht-rauchen auch zum Bestandteil eines weiterreichenden Konzeptes zur Gesundheitsförderung werden lassen. Das signalisiert nach außen, welche Qualitäten die Schule hat und stärkt das Image. Empfohlen wird hierzu das **„Landesprogramm Bildung und Gesundheit“**, www.bug-nrw.de.

Kontakt:
Ministerium für Schule und Bildung
Nordrhein-Westfalen, Referat 323,
Herr Harpering



Die Hilfen: Materialien und Beratung

Die Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ unterstützt Schulen bei den einzelnen Schritten auf dem Weg zur rauchfreien Schule mit Materialien und Beratung. Diese sind jeweils individuell auf die jeweilige Schule und den anstehenden Umsetzungsschritt abgestimmt. Sie erhalten die Materialien über die Prophylaxe-Fachkraft in ihrer Region und per Download unter www.loq.de.

Erhältliche Materialien:

- Beispielmaterial zu den gängigsten Projekten und zusammenfassende Bewertungen
- Arbeitsmaterialien und Grundlageninformationen
- Empfehlungen für die Umsetzung
- Plakate, Aufkleber, Flyer

Mitarbeit der Prophylaxe-Fachkräfte bei der Initiierung und Durchführung von Projekten

Beratung zu allen Umsetzungsschritten über E-mail auf www.loq.de zu den Themen:

Schritt 1 Orientieren

- Empfehlung der Landesinitiative
- Schulbefragung

Schritt 2 Entscheiden

- Wissenschaftliche Grundlagen
- Gesetzliche Grundlagen

Schritt 3 Planen

- Umsetzungsprozess
- Elemente eines Schulkonzeptes

Schritt 4 Handeln

- Aktionen und Projekte vor Ort
- Krisensituationen

Schritt 5 Sichern

- Schulprogramm

Vermittlung von Referentinnen und Referenten



Die Partner der Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ in NRW:

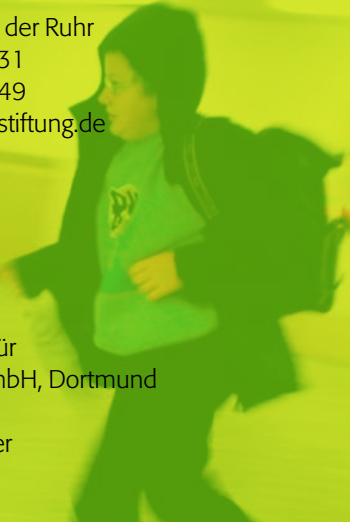
AOK Rheinland/Hamburg, AOK NORDWEST, Ärztekammern Nordrhein und Westfalen-Lippe, BKK-Landesverband NORDWEST, IKK classic, Kassenärztliche Vereinigungen Nordrhein und Westfalen-Lippe, KNAPPSCHAFT, Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales, Ministerium für Schule und Bildung Nordrhein-Westfalen, Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau als Landwirtschaftliche Krankenkasse, Unfallkasse Nordrhein-Westfalen, Verband der Ersatzkassen e.V. Nordrhein-Westfalen.

Weitere Partner: Deutsche Krebshilfe, Deutscher Städtetag Nordrhein-Westfalen, Landeszentrum Gesundheit Nordrhein-Westfalen, Landkreistag Nordrhein-Westfalen.

Kontakt:
ginko
Stiftung für Prävention
Landeskoordinierungsstelle
Suchtvorbeugung NRW
Kaiserstraße 90
45468 Mülheim an der Ruhr
Fon: 0208/30069-31
Fax: 0208/30069-49
E-Mail: info@ginko-stiftung.de

**Weitere Infos
im Internet:**
www.loq.de

Gestaltung:
bild-werk, Agentur für
Kommunikation GmbH, Dortmund
Fotos:
bild-werk/G.P. Müller



Aufhör'n



Stecken lassen



Nase voll



Schnauze voll