

Präventionsprogramme für Kinder und Jugendliche

Das Ausmaß des aktiven Tabakkonsums unter Kinder und Jugendlichen ist bedenklich. Laut Repräsentativbefragungen der BzGA aus dem Jahre 2004 und 2005 liegen die Raucherquoten in der Altersgruppe der 12-17Jährigen bei rund 20 %, bei den 18-25Jährigen gar bei 44 %. Das Durchschnittsalter, in dem Mädchen und Jungen ihre erste Zigarette rauchen, liegt zwischen dem 13. und 14. Lebensjahr.

Die **Einstiegsphase** bei Kindern und Jugendlichen wird in erster Linie von psychischen und sozialen Faktoren bestimmt. Während rauchende Erwachsene ein negatives Verhaltensvorbild geben, entsteht in der Gruppe der Gleichaltrigen leicht sozialer Druck, sich im Rauchverhalten anzupassen und damit scheinbar das Erwachsensein vorwegzunehmen. Der Einfluss durch direkte und indirekte Tabakwerbung ist dabei sehr groß und nicht zu unterschätzen. Primärpräventive Programme müssen frühzeitig in dieser Phase ansetzen.

Die Phase der **Aufrechterhaltung** wird unterstützt durch ein Zusammenspiel pharmakologischer und psychosozialer Faktoren. Nikotin löst Gefühle von Glück und Entspannung im zentralnervösen Belohnungssystem aus, kann je nach Situation belebend und anregend, oder auch beruhigend wirken. Es erfolgen sofortige positive Konsequenzen (z.B. Aktivierung/Entspannung), negative Effekte wie Entzugssymptome und unerwünschte Gefühlslagen (Angst, Unsicherheit) werden vermieden. Durch Tabakkonsum wird eine starke Bindung an eine Vielzahl von Situationen und Tätigkeiten (telefonieren, Kaffee trinken, ausgehen....) erzeugt. Zudem fördert Nikotin nachweislich die Entstehung anderer Abhängigkeiten!

Die Phase des **Ausstieges** wird oft durch Angst vor einer Gesundheitsbeeinträchtigung, nachlassender körperlicher Fitness, durch den Kostenfaktor oder durch ästhetische Gesichtspunkte eingeleitet.

Programme zur Gesundheitsförderung und Suchtvorbeugung

Klasse 2000

Klasse 2000 ist das größte, bundesweite Programm im Grundschulbereich. Hierbei arbeiten Lehrkräfte, externe Gesundheitsförderer und Eltern zusammen. Ziele sind

die Stärkung sozialer Kompetenzen der Kinder, des Selbstwertgefühls, die Vermittlung einer positiven Gesundheitseinstellung und die Schulung zum kritischen Umgang mit Genussmitteln und Alltagsdrogen. Eine Leitfigur (Klaro) unterstützt die sehr praxisorientierte Arbeit. Kooperationspartner sind Kultusministerien, medizinische Fachverbände, lehrerfortbildende Akademien etc.

Die Kosten betragen 260 € pro Klasse pro Schuljahr. Patenschaften werden u.a. von Serviceclubs wie Lions- oder Rotaryclub, Kinderärzten, verschiedenen Firmen und Schulfördervereinen übernommen.

Kontakt: Verein Programm Klasse2000 e.V.
Bienweg 14
90425 Nürnberg
Tel.: 0911 / 8912100
Fax: 0911 / 8912130
e-Mail: info@klasse2000.de
www.klasse2000.de

Be smart don't start

Dieses Programm richtet sich an SchülerInnen im Alter von 11 bis 15 Jahren aller allgemeinbildenden Schulen. Ziel ist die Verhinderung eines Raucheinstiegs, bzw. die Einstellung des Rauchens bei experimentierenden Jugendlichen. In Form eines Wettbewerbes richtet sich das Programm an Klassen, in denen noch nicht geraucht wird oder nur wenige SchülerInnen rauchen. Die Klasse verpflichtet sich ein halbes Jahr nicht zu rauchen. Es erfolgt eine monatliche Rückmeldung durch eine Postkarte. Der Gewinn ist ein Klassenzertifikat und eine Klassenreise.

Einige Bundesländer vergeben in Eigenregie weitere Geld- oder Sachpreise. Es entstehen keine Zusatzkosten.

Kontakt: IFT-NORD Institut f. Therapie- u. Gesundheitsforschung gGmbH
Düsternbrooker Weg 2
24105 Kiel
Tel.: 0431 / 57029 – 0
info@ift-nord.de
www.besmart.info