
Zusammenfassung des Schlussberichts – Fit to Quit - Rauchstopp-Hilfen für Jugendliche im Setting (rauchfreie) Schule. Entwicklung und Implementierung

Ausgangslage: Je früher der Rauchstopp, desto grösser der gesundheitliche Nutzen. Therapeutische Programme zum Rauchstopp speziell für Jugendliche fehlen in der Schweiz bislang gänzlich. Es mangelt zudem an Versuchen, Rauchstopp-Hilfen für diese Zielgruppe gezielt zu implementieren, z.B. im Setting Schule, das am meisten Erfolg zu versprechen scheint. Ein zentrales Problem liegt in der geringen Partizipation der Jugendlichen.

Projektziele: Das Projekt „Fit to Quit“ hat zum Ziel, *Informiertheit, Akzeptanz, Bekanntheitsgrad* und *Nutzung verschiedener Rauchstopp-Angebote* in den Schulen zu verbessern¹, vielfältige *Werbe- bzw. Rekrutierungsmethoden*² zum Einsatz zu bringen, *Rauchstoppangebote in den Schulen zu implementieren*. 120–180³ rauchende Jugendliche der 8.–12. Klassen sollen die Rauchstopp-Angebote *nutzen* und davon *profitieren*.

Begleitstudie: In einer begleitenden Studie wurden die Bedürfnisse der SchülerInnen zu den Rahmenbedingungen des Rauchstopps erfragt, die Beeinflussbarkeit von Bekanntheit, Bewertung und Nutzung der Hilfen und der Einfluss der Werbemassnahmen untersucht (Forschungsprojekt 07.002060). Das IFT-Nord, Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung/Kiel führte die Schweizer Studie durch. Der vorliegende Schlussbericht dokumentiert die gemachten Erfahrungen systematisch und bewertet sie. Im Sinne einer Ergänzung oder der Evidenz dieses Erfahrungswissens und um Redundanz zu vermeiden, wird auf Ergebnisse des Forschungsberichts verwiesen.

Projekthalt und -verlauf: 13 Schulen mit rund 3000 SchülerInnen aller Schultypen (acht Sekundar-, zwei Mittel- und drei Berufs- bzw. Berufswahlschulen) aus den Kantonen St. Gallen (4), Bern (1) und Zürich (8) meldeten sich für das Forschungs- und Interventionsprojekt „Fit to Quit“ an. Es wurde im Schuljahr 2007/08 durchgeführt (alle Informationen zur Stichprobe N = 2.959 (t1), N = 2.758 (t2), N = 2.573 für beide Befragungen siehe Forschungsbericht). Drei verschiedene Rauchstopp-Angebote standen den Schulen zur Verfügung: Die Broschüre „Genug vom blauen Dunst“, ein internetbasiertes (v.a. feelok) und ein therapeutisches Programm. Vielfältige Rekrutierungsmassnahmen kommen während zwei Monaten zum Einsatz. Die Schulen konnten auswählen, welche Massnahmen sie nutzen wollten. Das therapeutische Programm wurde im Rahmen des Projekts und in Kooperation mit den Kursleitungen für die Zielgruppe 15- bis 20-Jährige entwickelt und erprobt. Es basiert auf den Erkenntnissen von better practise und ist das erste seiner Art in der Schweiz. Da es in verschiedenen Sozialformen durchgeführt werden kann, einzeln, mit FreundInnen und in der Gruppe, erhält es den Namen „Rauchstopp nach Mass“. In jeder Schule wird mindestens eines der drei Rauchstopp-Angebote implementiert. Im November 2007 und im Juni 2008 findet vor und nach der Intervention eine Befragung statt.

Ergebnisse: 11 interaktive und 6 passive Werbemassnahmen kommen zum Einsatz. Informationen zum Interventions- und Forschungsprojekt „Fit to Quit“ stehen seit Januar 2008 im Internet zur Verfügung: www.fittoquit.rauchfreieschule.ch. Insgesamt nutzten 43 der rauchenden SchülerInnen, die versucht haben aufzuhören, mindestens ein Angebot, (siehe Forschungsbericht). Für den Wettbewerb haben sich indes 36 rauchende Jugendliche angemeldet, neun Preise für die 4-wöchige Rauchpause wurden vergeben. Das jugendspezifische Programm „Rauchstopp nach Mass“ wurde für den Schweizer Raum in deutscher Sprache entwickelt und erprobt, siebenmal in Gruppen von 2–8 Jugendlichen aller Schultypen. 36 Jugendliche haben das Programm begonnen, davon stammen 25 aus den Projektschulen, 11 aus zwei weiteren Schulen. Die Halterate der ersten Gruppe: beträgt 68%, die der zweiten 18%. Von 28 Teilnehmenden konnten mittels Fragebogen Informationen und Rückmeldungen zum Kurs eingeholt werden. Alle Jugendlichen rauchten täglich, die meisten 10 bis 20 Zigaretten. Der Kurs stiess bei den Jugendlichen auf ein gutes Echo. Das Programm kann mit Hilfe eines Manuals gut repliziert werden, es sollte aber darauf geachtet werden, dass die Kursleitung die gestellten Anforderungen erfüllt.

Schlussfolgerungen und Empfehlungen:

- Schulen zeigen eine hohe Bereitschaft, Rauchstopp-Hilfen in der Schule anzubieten.
- Das jugendspezifische Programm „Rauchstopp nach Mass“ wurde entwickelt und ist im Setting „Schule“ gut durchführbar. Es sollte weitere Einsatzmöglichkeiten erhalten: in anderen Schulen, in

¹ Im Forschungsantrag wurde, realistischer und bescheidener, danach gefragt, ob und wie diese Faktoren beeinflussbar sind.

² Die Begriffe Rekrutierung und Werbung werden hier gleichbedeutend verwendet. Ersteres ist eine Übersetzung des Begriffs recruitment, während im deutschsprachigen Raum auch von Werbung gesprochen wird.

³ Ursprünglich wurde von 120–180 Jugendlichen ausgegangen, die die Angebote nutzen. Bei 12–14 Schulen wurde mit einer Stichprobe von 5000 und einem Raucheranteil von einem Drittel gerechnet. Die Gesamtstichprobe beträgt nun rund 40% davon (N = 2.958), der Anteil RaucherInnen 27% (N = 792).

weiteren Kantonen und anderen Lebenswelten der Jugendlichen, z.B. Lehrbetriebe und Heime.

- Dieses Programmangebot sollte mit anderen Rauchstopp-Angeboten für Jugendliche koordiniert werden.

- „Rauchstopp nach Mass“ sollte vermehrt in den Berufsschulen und dem 10. Schuljahr bekannt gemacht und eingesetzt werden, da deren Raucherquote hoch ist und in beiden Schulen, die das Angebot erhielten, ein Kurs zustande kam, trotz strukturell schwieriger Bedingungen in den Berufsschulen.

- Es wäre lohnenswert zu untersuchen, welche Faktoren die Halterate beeinflussen und wodurch sie sich verbessern liesse. Die Effektivität der Rauchstopp-Kurse könnte ein Thema für ein Folgeprojekt sein.

- Die Broschüre sollte attraktiver gestaltet werden und den Geschlechterblick berücksichtigen, damit diese für Jugendliche interessante, niederschwellige Hilfe mit grosser Reichweite für den Rauchstopp mehr genutzt wird.

- Rauchstopp-Hilfen für Jugendliche sind eine wertvolle und wichtige Komponente von Tabakprävention. Bislang gibt es in der Schweiz allerdings noch nicht viel Wissen dazu. Durch Forschung und systematisch gesammelte Erfahrungen wird Wissen generiert. Es würde sich lohnen, dieses Wissen zu Rauchstopp-Hilfen für Jugendliche auch in Zukunft zu sammeln und zu verbessern.