

Zeitschrift: SuchtMagazin

Herausgeber: Infodrog

Band: 28 (2002)

Heft: 5

Artikel: "Experiment NichtRauchen"

Autor: Erb, Karin

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-800742>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Experiment NichtRauchen»

Der Wettbewerb «Experiment NichtRauchen» ermöglicht in der Schule eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit dem Tabakkonsum. 40'000 Schüler und Schülerinnen beteiligten sich am Experiment NichtRauchen, das sind 12,5 Prozent aller Jugendlichen der Altersstufe der 12- bis 16-jährigen.

KARIN ERB *

Die Schulen sind in den meisten Kantonen der Schweiz verpflichtet, Gesundheitserziehung und -förderung sowie Suchtprävention in den Unterricht einzubauen. Aus der Studie «Die Rauchgewohnheiten und deren Hintergründe bei den 13- bis 19-jährigen in der Deutsch- und Westschweiz» geht hervor, dass mehr als drei Viertel der Schülerinnen und Schüler sich mindestens einmal mit dem Thema Tabak im Unterricht auseinander setzen. Doch erfolgt die Konfrontation mit der Nikotinsucht häufig nur punktuell; eine Ausnahme bildet das Schülermultiplikatorenmodell SMAT, das in einigen Kantonen und Gemeinden seit Jahren zum Einsatz kommt. Der Wettbewerb «Experiment NichtRauchen» leistet deshalb einen Beitrag, die Rauchfreiheit in der Schule über eine längere Zeit

* Karin Erb, Projektmanagerin bei der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz, Postfach, 3001 Bern, Tel. 031 389 92 46, Fax 031 389 92 60, E-Mail karin.erb@at-schweiz.ch.

kontinuierlich zu fördern. Die Kampagne ist klar auf Jugendliche zugeschnitten – im Gegensatz zur Kampagne «Rauchen schadet», die bewusst auf Erwachsene ausgerichtet ist.

Nichtrauchen als Norm

In der Altersklasse der 12- bis 16-jährigen ist das Nichtrauchen die Norm. Das Hauptgewicht des Wettbewerbs, der sich an Schulklassen richtet, liegt deshalb auf «Ich rauche nicht». Entsprechend gibt es zwei Kategorien: In der ersten verpflichten sich alle Schüler und Schülerinnen einer Klasse rauchfrei zu bleiben. In der zweiten Kategorie sind pro Klasse einige Rauchende zugelassen. Während des Wettbewerbs ist aber ein Wechsel in eine andere Kategorie nicht gestattet.

Nach den Sommerferien 2001 startete «Experiment NichtRauchen» als gemeinsames Projekt von Gesundheit-Sprechstunde und Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention. 2133 Klassen aus 1078 Schulhäusern gingen die Wette ein, von November 2001 bis Juni 2002 rauchfrei zu sein. 40'000 Schüler und Schülerinnen beteiligten sich also am «Experiment NichtRauchen», das sind 12,5 Prozent aller Jugendlichen dieser Altersstufe. Ein Drittel der Klassen musste das Experiment vorzeitig abbrechen. Die Finanzierung sicherten das Bundesamt für Gesundheit und die Krankenkasse «innova». Die GewinnerInnen der Hauptpreise wurden an der Fernsehsendung Gesundheit-Sprechstunde vom 23. Juni 02 bekannt gegeben.

Grosses Echo

Die Auswertung hat ergeben, dass die Klassen dem Thema Tabak rund um das «Experiment NichtRauchen» ungefähr 6000 Lektionen widmeten. Wenn die Hälfte der Schülerinnen und

Progetto Nonfumatori

Schüler über den Wettbewerb im Familienkreis informierte, dann sprachen in der Schweiz 20'000 Haushalte dank «Experiment NichtRauchen» über die Rauchproblematik. Auch in den Medien fand die Kampagne grosse Aufmerksamkeit. In fast allen Regionen erschienen Berichte über die stichprobenweise erfolgte Kontrolle der Wettbewerbsbedingung durch unangemeldete Testpersonen.

Die Aufteilung in zwei Kategorien stiess bei den Lehrpersonen auf breite Zustimmung. Meistens hatte die Lehrperson den Vorschlag zur Teilnahme in die Klasse gebracht, in der Regel erklärten sich die Klassen spontan zum Mitmachen bereit. Die Kontrolltests beurteilten fast alle Lehrpersonen als wichtig.

«Experiment NichtRauchen» in neuem Outfit

Aufgrund des Erfolgs haben sich das Bundesamt für Gesundheit und die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention entschlossen, den Wettbewerb zum dritten Mal in der ganzen Schweiz anzubieten; nicht mehr dabei sind diesmal Gesundheit-Sprechstunde und die Krankenkasse «innova». Neu können Schulklassen, die sich schon mehrmals beteiligt haben, im Verlauf des Schuljahres mit etwas Glück und Wissen von zusätzlichen Attraktionen profitieren. In der Extra-Zeitschrift, die ausschliesslich die Teilnehmenden von «Experiment NichtRauchen» erhalten, gibt es nochmals Anregungen, Unterhaltung und Rätsel.

Expérience NonFumeur



Die Erfahrung lehrt, dass jede Klasse zwei Fragen ausdiskutieren muss: Sind alle stark genug, um in der Kategorie A mitzumachen? Können aber auch alle ein Ausscheiden akzeptieren, ohne danach die betroffenen Rauchenden auszugrenzen? Oder startet die Klasse von Anfang an in der Kategorie B? Nach der Anmeldung erhält jede Klasse ein Starterkit. Mit dem ersten Schultag nach den Herbstferien gilt die Rauchabstinenz: Jederzeit kann unangemeldet eine Testequipe der Kampagne und des Labors auftauchen und Speicheltests vornehmen. «Experiment NichtRauchen» rechnet aber auch mit der Ehrlichkeit der Jugendlichen; wer es nicht schafft, meldet sich selbst ab. Am Tag des Nichtrauchens vom 31. Mai 2003 fällt dann die Entscheidung für alle, die durchgehalten haben. Neu sind bereits während des Schuljahres Zwischenverlosungen und Wettbewerbe im Wert von über 20'000 Franken ausgesetzt. Für das Finale ist neben Durchhalten auch Wissen, En-

gagement und Teamgeist gefragt. Die siegreiche Klasse wird diesmal auf eine überraschende, aber auch spielerische Weise ermittelt.

Wettbewerbe für das Nichtrauchen haben Erfolg

Das Konzept von «Experiment NichtRauchen» basiert auf Erfahrungen aus Finnland. Dort finden Nichtraucherwettbewerbe für Schulklassen seit dem Schuljahr 1989/1990 statt. Inzwischen ist daraus eine europäische Kampagne geworden, an der sich im Jahr 2001 vierzehn Länder beteiligten. Ein Forschungsteam aus Deutschland hat für das Schuljahr 1998/1999 die Wirksamkeit des entsprechenden Nichtraucherwettbewerbs «Be smart – Don't smoke» evaluiert und die Rauchgewohnheiten von Schulklassen aus Hamburg und Berlin, die am Wettbewerb teilnahmen, verglichen mit den Rauchgewohnheiten in Schulklassen aus Hannover, wo «Be smart – Don't

smoke» gar nicht angeboten wurde. Zu Beginn des Wettbewerbs waren die gesamthaft 2'142 Schülerinnen und Schüler durchschnittlich 13 Jahre alt, der Wettbewerb dauerte sechs Monate von Herbst 1998 bis Frühling 1999. Das Team hat die Rauchgewohnheiten dreimal erfasst: vor Beginn und einen Monat nach Ende des Wettbewerbs sowie ein Jahr nach Wettbewerbsbeginn.

Der Wettbewerb verzögerte deutlich den Einstieg ins Rauchen

In der Experimentalgruppe griffen nach Ende des Wettbewerbs 7,8 Prozent derjenigen, die vor Beginn nicht

DIE PREISE

Als Hauptpreise sind organisierte Klassenreisen zu gewinnen. Diese beinhalten kompetente Beratung und Organisationshilfe nach individuellen Wünschen. Die Höhe der zur Verfügung gestellten Geldsumme für die Reise richtet sich nach der Kategorie: Kategorie A

1. Preis: Reise für Fr. 20 000.–
2. Preis: Reise für Fr. 10 000.–
3. Preis: Reise für Fr. 5 000.– sowie 5 mal Fr. 1000.– und 40 mal Fr. 250.– als Reisegutscheine.

Kategorie B

1. Preis: Reise für Fr. 10 000.–
2. Preis: Reise für Fr. 5 000.–
3. Preis: Reise für Fr. 2 500.– sowie 5 mal Fr. 500.– und 20 mal Fr. 250.– als Reisegutscheine.

Total gewinnen also 76 Klassen die Gewinnsumme von Fr. 75'000 Franken.

DIE KATEGORIEN

In der Kategorie A dürfen grundsätzlich keine Tabakwaren konsumiert werden. Teilnehmen können Schulklassen vom 6. bis zum 9. Schuljahr.

In der Kategorie B machen Klassen mit, die einige wenige Rauchende dabei haben, die am Wettbewerb nicht mitmachen wollen oder nicht auf das Rauchen verzichten können. Diese werden zu Beginn namentlich genannt und bei Kontrolltests nicht berücksichtigt. Es gilt folgende Abstufung nach Klassengröße:

- Klassen bis 10 SchülerInnenmax. 1 RaucherIn
- Klassen bis 20 SchülerInnenmax. 3 RaucherInnen
- Klassen bis 30 SchülerInnenmax. 5 RaucherInnen
- Klassen über 40 SchülerInnenmax. 7 RaucherInnen.
- Klassen des 6. Schuljahres können nur in der Kategorie A mitmachen, weil hier wohl noch keine Rauchenden sind, die schon nicht mehr aufhören können.

HEUTE RAUCHEN MEHR JUGENDLICHE ALS FRÜHER

In den vergangenen Jahren hat die Anzahl jugendlicher Raucherinnen und Raucher stark zugenommen. Dies zeigen sowohl die Schülerbefragungen der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA als auch die Schweizerische Gesundheitsbefragung des Bundesamtes für Statistik.

Ein genaues Bild der Rauchgewohnheiten von Schülerinnen und Schülern zeichnen die anonymen schriftlichen Befragungen der SFA in Schulen. Der Anteil Jugendlicher, die mindestens einmal in der Woche rauchen, vergrösserte sich zwischen 1986 und 1998

- bei den 13-jährigen von weniger als 3 auf 7 Prozent,
- bei den 15-jährigen von weniger als 15 auf 26 Prozent.

1998 konsumierten 7 Prozent der 15-jährigen pro Tag fünf oder mehr Zigaretten. Die SFA-Schülerbefragungen sind Bestandteil einer internationalen Studie unter der Schirmherrschaft der WHO und erlauben deshalb Vergleiche mit anderen Ländern. Mit Ausnahme von Kanada war in allen Ländern der Studie ein Anstieg der regelmässig Rauchenden unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu beobachten.

Wie ein Vergleich der Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 1992 und 1997 belegt, erhöhte sich auch bei den jungen Erwachsenen deutlich die Anzahl rauchender Personen (inklusive Personen, die nur gelegentlich oder einmal wöchentlich rauchen):

- In der Altersklasse der 15- bis 19-jährigen nahm der Anteil von 23 auf 40 Prozent zu; dies entspricht einem Anstieg von 70 Prozent.
- In der Altersklasse der 20- bis 24-jährigen ging der Anteil von 37 auf 46 Prozent hinauf; dies bedeutet einen Anstieg von 23 Prozent.

Mehr als die Hälfte der Rauchenden möchte wieder aufhören: 1997 haben bei den 15- bis 19-jährigen Rauchenden 39 Prozent innerhalb der letzten zwölf Monate einen ernsthaften Rauchstopp versucht, 20 Prozent der Rauchenden dieser Altersklasse wollen aufhören, haben aber keinen konkreten Versuch unternommen.

geraucht hatten, zur Zigarette. In der Kontrollgruppe jedoch lag diese Zunahme mit 13,9 Prozent fast doppelt so hoch. Das Ergebnis ist statistisch hoch signifikant. Selbst ein Jahr nach Beginn des Wettbewerbs war diese Zunahme in der Experimentalgruppe mit 17 Prozent immer noch signifikant tiefer als in der Kontrollgruppe mit 21,3 Prozent.

Insgesamt sank in der Experimentalgruppe der Anteil Rauchende zwischen Beginn und Abschluss des Wettbewerbs um 0,2 Prozent und stieg im gleichen Zeitraum in der Kontrollgruppe um 7,5 Prozent. Auch ein Jahr nach Beginn des Wettbewerbs lag der Anteil der Rauchenden in der Experimentalgruppe immer noch signifikant tiefer als in der Kontrollgruppe.

Zentral: Nichtrauchende im Zentrum

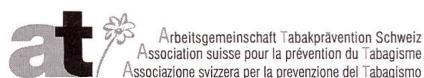
Sogar sechs Monate nach Abschluss zeigt der Wettbewerb «Be smart – Don't smoke» einen bemerkenswerten primärpräventiven Effekt, wie das deutsche Forschungsteam festhält. Die Effekte anderer Interventionsprojekte gehen nach Abschluss eines Programms zurück und weisen mittelfristig kaum mehr Wirkung auf. Gerade hinsicht-

Zudem hebt das Forschungsteam die Aufmerksamkeit hervor, die den Nichtrauchenden zuteil wird, die sich ja in der Mehrheit befinden. In den meisten anderen Programmen stehen die Rauchenden im Mittelpunkt. Diese Aufmerksamkeit scheint das Selbstbewusstseins der Nichtrauchenden zu stärken und so primärpräventiv wirksam zu sein. ■



Literatur

- Krebs, Hans, 1999: Die Rauchgewohnheiten und deren Hintergründe bei den 13- bis 19-jährigen in der Deutsch- und Westschweiz: Motivstudie Rauchen 1997 im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit und der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention. Hans Krebs, Kommunikations- und Publikumsforschung, Zürich. Durchführung der Befragung: LINK Institut, Luzern.
- Wiborg, Gudrun; Hanewinkel, Reiner, 2002: Effectiveness of the «Smoke-Free Class Competition» in Delaying the Onset of Smoking in Adolescence, Preventive Medicine 35: 241-249.



Inserat



Die Schweizer Suchtarbeit auf dem Internet

<http://www.infoset.ch>