

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 38 (2012)

**Heft:** 3-4

**Artikel:** Schulische Tabakprävention in den Kantonen Bern und Zürich

**Autor:** Herrmann, Ute / Morgenstern, Matthis / Mezzera, Maya

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800457>

### **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:** 12.01.2026

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

# Schulische Tabakprävention in den Kantonen Bern und Zürich

**Eine Studie auf der Sekundarstufe I und II in den Kantonen Bern und Zürich zeigt, dass die Mehrheit der Schulen ein absolutes Rauchverbot für SchülerrInnen hat, ein solches für Lehrpersonen ist hingegen weniger verbreitet. Über Wirksamkeit und Umsetzungsmöglichkeiten verhältnispräventiver Massnahmen zu informieren, könnte insbesondere für Mittel- und Berufsschulen hilfreich sein. Im Hinblick auf verhaltenspräventive Massnahmen zur Tabakprävention zeigte sich, dass die Hälfte der Schulen aktuell eine Massnahme durchführt.**

## **Ute Herrmann**

Dr. phil., Psychologin, Fachstelle für Tabakprävention Züri Rauchfrei, Zähringerstrasse 32, CH-8001 Zürich, Tel. +41 (0)44 262 69 66, [herrmann@zurismokefree.ch](mailto:herrmann@zurismokefree.ch)

## **Matthis Morgenstern**

Dr. phil., Psychologe, Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung IFT-Nord, Harmsstrasse 2, D-24114 Kiel, [morgenstern@ift-nord.de](mailto:morgenstern@ift-nord.de), [www.ift-nord.de](http://www.ift-nord.de)

## **Maya Mezzera**

Leiterin Prävention Projekte, Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, CH-3000 Bern 23, [mezzera@beges.ch](mailto:mezzera@beges.ch)

### **Schlagwörter:**

Tabakprävention | Schule | Verhaltensprävention | Verhältnisprävention | Rauchstopp | Jugendliche |

## **Einleitung**

Schulische Tabakprävention ist in der Schweiz nach wie vor regional organisiert. Systematische Erkenntnisse darüber fehlen, welche Projekte und Unterrichtscurrícula faktisch genutzt werden. Ziel der vorgestellten Studie mit mehr als 300 Schulen war es, die tabakpräventiven Massnahmen auf der Sekundarstufe I und II in den Kantonen Bern und Zürich möglichst umfassend darzustellen sowie den Informations- und Umsetzungsbedarf zu ermitteln.

## **Hintergrund**

Der Konsum von Tabak ist nach wie vor das bedeutendste vermeidbare Gesundheitsrisiko unserer Zeit. In der Schweiz ist die Rauchrate unter Jugendlichen im langfristigen Trend rückläufig, sie hat sich jedoch in den vergangenen fünf Jahren kaum noch verändert. Bei den 14- bis 19-Jährigen lag sie 2001 bei 31%, 2005 bei 25% und 2010 bei 24%, davon rauchen etwa die Hälfte täglich.<sup>1</sup> Weiterführende Investitionen in tabakpräventive Massnahmen erscheinen daher in jedem Fall angeraten. Einerseits in Form von Angeboten für nicht-rauchende Jugendliche zur Verhinderung des Einstiegs, andererseits in Form von Angeboten für rauchende Jugendliche zur Erleichterung des Ausstiegs.

Im schulischen Kontext ist Tabakprävention meist eine «universelle» Prävention, die den Einstieg in den Tabakkonsum zu verhindern sucht.<sup>2</sup> Sie richtet sich vornehmlich an jüngere SchülerInnen,

die in der Mehrheit (noch) nicht rauchen. Eine häufig vorgenommene Klassifikation präventiver Massnahmen sieht eine Unterscheidung in «Verhältnisprävention» und «Verhaltens-prävention» vor. Unter Verhältnisprävention sind strukturelle Massnahmen zu verstehen, die eine Veränderung der Umwelt vorsehen, in der Kinder und Jugendliche aufwachsen. Im schulischen Kontext ist das bspw. die Einführung der rauchfreien Schule oder die Einführung schulinterner Regeln zum Rauchen. Unter Verhaltensprävention werden hingegen Massnahmen gefasst, die auf eine Veränderung des Individuums abzielen. Im schulischen Kontext können dabei vereinfacht drei Kategorien von verhaltenspräventiven Massnahmen unterschieden werden:

### **Unterrichtsprogramme**

Hiermit sind Lehrmittel gemeint, die Unterrichtsinhalte und -abläufe für Lehrpersonen genau beschreiben und vorgeben sowie konkrete Übungen, Aufgaben und Arbeitsblätter für SchülerInnen enthalten. Die Lerninhalte und Lernschritte sind dabei curricular aufeinander aufbauend angelegt, z.B. die Programme «Allgemeine Lebenskompetenzen und Fertigkeiten ALF» oder «No Smoke – More Power».

### **Projekte**

Hierunter können alle «niedrigschwelligen» Massnahmen der Sucht- und Tabakprävention gefasst werden, die von Umfang und Aufwand nicht die Kriterien eines Unterrichtsprogramms erfüllen, wie etwa der Klassenwettbewerb «Experiment Nichtrauchen».

### **Selektive Massnahmen**

Darunter sind Massnahmen zu verstehen, die sich an spezielle Gruppen richten, z.B. Massnahmen für rauchende SchülerInnen.

### **Studiendurchführung**

Im September 2011 wurden insgesamt 619 Sekundarschulen I (Volksschulen), Gymnasien (Mittelschulen), Berufswahl- und Berufsschulen der Kantone Bern und Zürich schriftlich mit einem standardisierten Fragebogen zur Tabakprävention in ihrer Schule befragt,

	Volksschulen		Mittelschulen		Berufsschulen	
	Kontakt	Rücklauf	Kontakt	Rücklauf	Kontakt	Rücklauf
Zürich	194	109 (56%)	25 (8%)	19 (76%)	85 (26%)	43 (51%)
Bern	272	112 (41%)	12 (4%)	11 (92%)	13 (4%)	11 (85%)

Tab. 1: Angeschriebene Schulen und Rücklaufquote aufgeschlüsselt nach Schultyp und Kanton.

nachdem die Modalität vorab von den Bildungsdirektionen beider Kantone positiv beurteilt worden waren. Primär befragt wurden die Leitungen der Schulen, sekundäre Zielgruppe waren Lehrpersonen mit suchtpräventivem Auftrag (Kontakte Lehrpersonen für Suchtprävention und Gesundheitsförderung oder KoordinatorInnen für Gesundheitsförderung) und SchulsozialarbeiterInnen.

Die Umfrage wurde im Auftrag der Berner Gesundheit und der Fachstelle für Tabakprävention Züri Rauchfrei vom Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung IFT Nord Kiel durchgeführt. Anhand der vorliegenden Daten sollte der Stand der schulischen Tabakpräventionsaktivitäten in den Kantonen Zürich und Bern abgebildet und Hinweise zum Informations- und Umsetzungsbedarf gesammelt werden. Der Fragebogenrücklauf – d. h. mind. eine Person hat geantwortet – betrug 50.4%; im Kanton Zürich lag der Rücklauf bei 54.3 %, im Kanton Bern bei 46.5% (vgl. Tab. 1).

## Ergebnisse

### Verhältnisprävention: Rauchfreie Schule

Es zeigte sich, dass ein absolutes Rauchverbot für SchülerInnen in den beiden Kantonen häufig implementiert ist. Dies gilt jedoch nur für Volksschulen, nicht für Schulen mit älteren SchülerInnen (vgl. Tab. 2).

Ein absolutes Rauchverbot für Lehrpersonen hat sich hingegen sehr viel seltener durchgesetzt, ein solches findet sich auch nur in etwa der Hälfte der Volksschulen. Mittel- und Berufsschulen arbeiten nach wie vor mit speziellen Rauchzonen für SchülerInnen und Lehrpersonen. Rauchzonen für Lehrpersonal, die für SchülerInnen nicht sichtbar sind, scheinen sich in den Mittel- und Berufsschulen ebenfalls noch nicht durchgesetzt zu haben (vgl. Abb. 1). Die Mittelschulen im Kanton Bern erscheinen im Hinblick auf Verhältnisprävention etwas aktiver zu sein als im Kanton Zürich, aufgrund der geringen Zahl an Mittelschulen im Kanton Bern ( $n = 11$ ) ist dieser Befund jedoch robust (bedingt abgesichert).

Ein bedeutender Unterschied zwischen den Kantonen zeigte sich bei der Akzeptanz der SchülerInnen für die rauchfreie Schule: Diese wurde im Kanton Bern höher eingeschätzt als im Kanton Zürich.

### Verhaltensprävention: Verhinderung des Einstiegs

Die Abfrage der verhaltenspräventiven Massnahmen zur Verhinderung des Einstiegs erfolgte anhand der Einteilung in «Unterrichtsprogramme» und «Projekte». Bei genauerer Betrachtung der konkret benannten Massnahmen wurde jedoch deutlich, dass die Unterscheidung in «Unterrichtsprogramme» und «Projekte» trotz der gegebenen Erläuterung offensichtlich für die Befragten nicht anwendbar war. Daher wurden die beiden Bereiche im Weiteren gemeinsam betrachtet und zunächst analysiert, welche Schule mind. eine der beiden Formen von Massnahmen aktuell durchführt. Dies bestätigten 52% der Schulen. Es zeigte sich dabei kein Zusammenhang zum Schultyp (vgl. Abb. 2).

Die am häufigsten durchgeführte Massnahme war das «Experiment Nichtrauchen» (Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz), eine darüber hinausgehende kantonale Vereinheitlichung oder Systematisierung ist nicht erkennbar. Mit Ausnahme der «freelance-Box» (Zebra St. Gallen) und von feelok (Radix) liegt für keine der sonst von den Schulen genannten verhaltenspräventiven Massnahmen eine empirische Evidenz für die Wirksamkeit vor. Umfassende Unterrichtsprogramme mit curricularem Aufbau und Wirksamkeitsnachweis scheinen in beiden Kantonen unbekannt zu sein oder werden nicht oder nur vereinzelt eingesetzt.

### Verhaltensprävention: Unterstützung des Ausstiegs

Selektive Massnahmen für rauchende SchülerInnen werden in drei Viertel der Schulen nicht angeboten und das unabhängig von der angenommenen Zahl der RaucherInnen. Die Häufigkeit des Angebots war erneut unabhängig vom Schultyp, der Zusammenhang zum Kanton war signifikant, d. h. mehr als zufällig (32% in Zürich vs.

Anzahl ZH & BE	Gesamt	Volksschulen (119 & 112)	Mittelschulen (19 & 11)	Berufsschulen (43 & 11)
<b>N</b>	312	221	30	54
<b>Absolutes Rauchverbot</b>	%	%	%	%
Für SchülerInnen	74	94	17	20
Für Lehrpersonen	39	49	7	13
Für Eltern	37	47	3	11
Gilt 24 Stunden	33	41	7	11
<b>Rauchzonen</b>				
Für SchülerInnen	25	4	73	85
Für Lehrpersonen, sichtbar	25	10	67	61
Für Lehrpersonen, nicht sichtbar	34	39	17	24
<b>Durchsetzung</b>				
Es gibt Verfahrensrichtlinien	68	76	40	56
Verstöße werden grundsätzlich sanktioniert	66	71	57	48
Verstöße werden nur manchmal sanktioniert	8	4	27	13
Unterstützende Massnahmen	16	18	13	7
Es passiert gar nichts bei Verstößen	1	0	3	4
Unterschied zwischen Erwachsenen und SchülerInnen: „ja“	67	81	37	25

Tab. 2: Um- und Durchsetzung einer rauchfreien Schulumgebung.



13% in Bern). In denjenigen Schulen, in denen ein Angebot für rauchende SchülerInnen vorliegt, handelt es sich in den meisten Fällen um nicht systematische und wenig validierte Angebote. Strukturierte Angebote wie bspw. Rauchstoppkurse gibt es lediglich in 5% der Schulen.

#### Umsetzungsmöglichkeiten

42% der Befragten sehen die Möglichkeiten des LehrerInnen-teams, eine oder mehrere Massnahmen der Tabakprävention selbst

umzusetzen, als «hoch» oder «sehr hoch» an, nur 25% halten die Möglichkeiten für «gering» oder «sehr gering». Schulleitungen sehen grössere Möglichkeiten als SchulsozialarbeiterInnen und Kontaktlehrpersonen. Die Umsetzungsmöglichkeiten werden höher eingeschätzt, wenn höheres Wissen über Tabakprävention vorliegt und wenn die Massnahmen für wirksam gehalten werden.

#### Informations- und Umsetzungsbedarf

Es wurde auch gefragt, wie die Schulen den Bedarf an verschie-

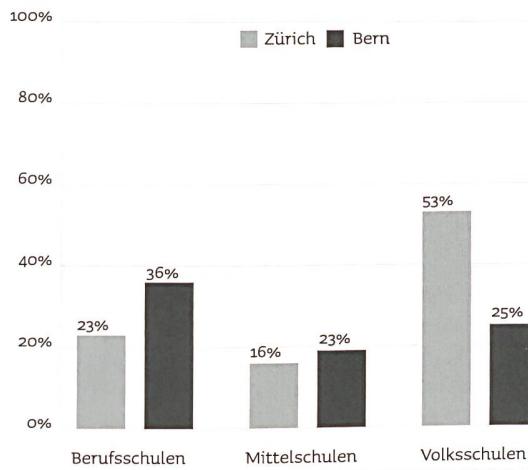


Abb. 1: Rauchzonen für Lehrpersonen nicht sichtbar für SchülerInnen.

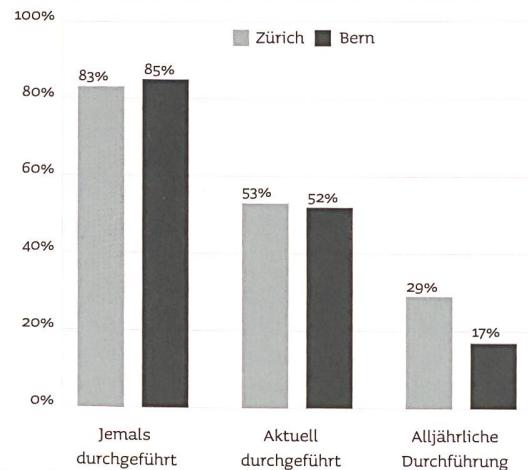


Abb. 2: Verhaltenspräventive Massnahmen.

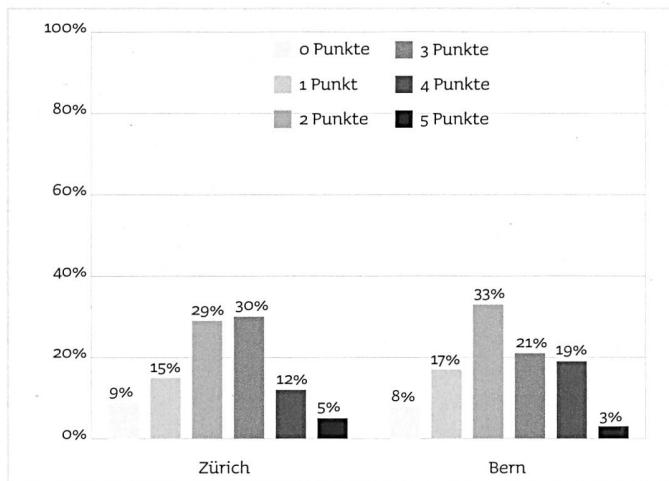


Abb. 3: Stand der Tabakpräventionsaktivitäten in den befragten Schulen.

Dass die in der Studie befragten Schulen nur wenig Rauchstopp hilfen für Jugendliche anbieten, mag darin liegen, dass «selektive» Massnahmen im Bereich der Tabakprävention in der Regel weniger Beachtung finden. Als fester Bestandteil der Behandlung der Tabakabhängigkeit von Erwachsenen sind diese Präventionsmassnahmen im schulischen Kontext bisher kaum oder nur wenig verbreitet.<sup>3</sup> Da der gesundheitliche Nutzen eines Rauchstoppes umso grösser ist, je frühzeitiger er stattfindet, und sich eine Abhängigkeit bei Jugendlichen innerhalb von Wochen entwickeln kann, zudem die Konsummuster bei Jugendlichen noch nicht so festgeschrieben sind, erscheinen derartige Angebote allerdings insbesondere für Jugendliche geboten.<sup>4</sup> Im Folgenden wird eine Auswahl von Angeboten vorgestellt, teilweise bestehend, teilweise in der Erprobung.

#### Kurzintervention mit rauchenden SchülerInnen

Unter diesem Titel führt Züri Rauchfrei z.Z. ein Pilotprojekt durch. Die Kurzintervention richtet sich an SchulsozialarbeiterInnen und Lehrpersonen, die eigenen SchülerInnen beim Ausstieg aus dem Rauchen effektive Hilfe anbieten wollen, bspw. wenn diese im Rahmen des Experiments Nichtrauchen mit dem Rauchen beginnen. Die Massnahme umfasst ein bis drei Gespräche à 10 bis 30 Minuten und fokussiert auf Frühintervention. Ein Leitfaden und Workshop unterstützen die Beteiligten bei der Umsetzung. Die Ergebnisse liegen im Januar 2013 vor.

#### feelok

Das Internet-Rauchstoppprogramm [www.feel-ok.ch/tabak-stopp](http://www.feel-ok.ch/tabak-stopp) begleitet Jugendliche in vier Schritten und mit Beispielen beim Ausstieg. Im ersten Schritt klärt der oder die Jugendliche, was für und was gegen das Rauchen spricht und testet seine Abhängigkeit. Der zweite Schritt macht fit für den Rauchstopp, z.B. wie man Verlangen widerstehen kann oder was man im Umgang mit rauchenden FreundInnen zu beachten hat. Im dritten Schritt geht es um Tipps und Tricks für die Zeit nach dem Rauchstopp. Im letzten Schritt wird «geerntet»: Was geholfen hat, wieder rauchfrei zu werden, und wo man stark ist.

#### Aufhören nach Mass

Der Rauchstoppkurs «Aufhören nach Mass» beinhaltet sechs Treffen à 60 bis 90 Minuten mit fünf bis neun Jugendlichen in der Schule, durchgeführt von einer geschulten Trainerin oder einem Trainer. Er wird bis jetzt in Zürich, Zug und Schaffhausen angeboten. Ziel ist es, die Ausstiegsbereitschaft und Selbstwirksamkeit zu stärken und wieder rauchfrei zu werden; spielerische Elemente und Spass sind für die Motivation wichtig. Der Kurs wird mit einer Einführungsveranstaltung in der Schule bzw. direkter Ansprache beworben. Seit 2008 haben rund 100 Jugendliche teilgenommen.<sup>5</sup>

denen Massnahmen einschätzen und zu welchem Bereich der Tabakprävention nähere Informationen gewünscht werden.

Etwas ein Fünftel der Befragten schätzt den Bedarf für tabakpräventive Massnahmen an ihrer Schule für «hoch» oder «sehr hoch» ein. 87% der Schulen im Kanton Zürich wünschten Informationen zu mind. einem Angebotsbereich, im Kanton Bern wollten dies 40%. Der Unterschied in den Kantonen kann darauf zurückgeführt werden,

dass im Kanton Bern mehr Schulleitungen geantwortet haben als im Kanton Zürich: der Kantonsunterschied verschwindet, wenn die Funktion der Antwortenden berücksichtigt wird.

#### Schulen mit hoher und niedriger Tabakpräventionsaktivität

Zur Einschätzung der individuellen Aktivität zur Tabakprävention wurden abschliessend für jede Schule null bis fünf Punkte gemäss folgenden Kriterien vergeben:

1. Implementation eines absoluten Rauchverbots für SchülerInnen
2. Implementation eines absoluten Rauchverbots für Lehrpersonen
3. Durchführung von verhaltenspräventiven Massnahmen im Schuljahr 2011/12
4. Angebote für rauchende SchülerInnen
5. überdurchschnittliches Wissen im Bereich Tabakprävention.

Für jedes erfüllte Kriterium wurde ein Punkt vergeben. Schulen mit null Punkten erfüllten keines der fünf Kriterien (vgl. Abbildung 3).

#### Diskussion

Die Zusammenhangsanalysen ergaben eine Reihe von Indikatoren, die mit der Aktivität einer Schule zur Tabakprävention in Zusammenhang stehen. Hierzu zählen vornehmlich die wahrgenommene Wichtigkeit der Thematik, die eingeschätzte Wirksamkeit der Massnahmen, das eigene Wissen über tabakpräventive Massnahmen und das Vorhandensein einer zuständigen Person für Gesundheitsförderung und Suchtprävention. Die Tatsache, dass die subjektiven Wahrnehmungen der befragten Person, meist der Schulleitung, in starkem Masse mit der Tabakpräventionsaktivität assoziiert ist, zum Teil stärker als die objektiven Gegebenheiten, spricht für eine verstärkte Aufklärung der Schulen, insbesondere im Hinblick auf die Notwendigkeit und Wirksamkeit tabakpräventiver Massnahmen.

Hilfreich kann es zudem sein, bei der Ansprache von Schulen die bisherige Tabakpräventionsaktivität zu berücksichtigen. Während bereits aktive Schulen eher mit konkretem Handlungs- und Umsetzungswissen zu konkreten Programmangeboten und Projekten versorgt werden sollten, kann es bei eher passiven Schulen sinnvoll sein, zunächst allgemeine Informationen zur Sensibilisierung zu vermitteln, z.B. Informationen über die gesundheitliche Bedeutung des Rauchens bei Jugendlichen und über die generelle Wirksamkeit von verhaltens- und verhältnispräventiven Massnahmen.

Die Ergebnisse der Studie können für die Kommunikation mit den Zielgruppen heranzogen werden und ein hilfreicher Beitrag einer sinnvollen Bedarfsplanung und Verteilung von Ressourcen in diesem Bereich sein, wie sie etwa mit den neuen kantonalen Tabakpräventionsprogrammen verlangt werden. ●

#### Literatur

- Curry, S.J./Mermelstein, R.J./Sporer, A.K. (2006): Therapy for specific problems: youth tobacco cessation. Annual Review of Psychology 60: 229-255.  
 DiFranza, J.R./Savageau, J.A./Fletcher, K./Ockene, J.K./Rigotti, N.A./McNeill, A.D./Coleman, M./Wood, C. (2002): The Development of symptoms of tobacco dependence in youth: 30 month follow up data from the DANDY study. Tobacco Control (11): 228-235.  
 Doll, R./Peto, R./Boreham, J./Sutherland, I. (2004): Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. British Medical Journal 328(7455): 1519.  
 Middeke, M. (2006): Ohne Stärkung der Prävention ist jede Gesundheitsreform unvollständig. Deutsche Medizinische Wochenschrift 131(45): 2515-2518.  
 Sargent, J.D./Mott, L.A./Stevens, M. (1998): Predictors of smoking cessation in adolescents. Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine 152(4): 388-393.

#### Endnoten

- 1 Vgl. den Artikel von Keller/Hornung in dieser Ausgabe des SuchtMagazin.
- 2 Vgl. Middeke 2006.
- 3 Vgl. Curry et al. 2006.
- 4 Vgl. Doll et al. 2004; DiFranza et al. 2002; Sargent et al. 1998.
- 5 Ergebnisse der internen Evaluation: [www.rauchfreieschule.ch/?q=node/134](http://www.rauchfreieschule.ch/?q=node/134), Zugriff 29.05.2012.