

Mädchen **SUCHT** Junge



RAUCHEN
Mädchen

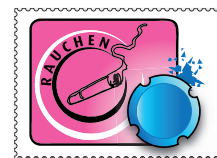
Mädchen SUCHT Junge



Sarah, 15 Jahre, raucht, um schlank zu bleiben. Sie hat festgestellt, dass Nikotin die Verdauung fördert. Außerdem hilft es ihr, weniger zu essen.

Fatma, 13 Jahre, raucht immer mit ihren Freundinnen in der großen Pause. Sie genießt es, bei den älteren Mädchen mit dabei zu sein.

Nadine, 14 Jahre, will gar nicht erst mit dem Rauchen anfangen. Sie macht sich Sorgen um ihre Mutter, die offensichtlich nicht aufhören kann.



Rauchen Mädchen

Tafel 1

Sarah, 15 Jahre, raucht, um schlank zu bleiben. Sie hat festgestellt, dass Nikotin die Verdauung fördert. Außerdem hilft es ihr weniger zu essen.

Fatma, 13 Jahre, raucht immer mit ihren Freundinnen in der großen Pause. Sie genießt es, bei den älteren Mädchen mit dabei zu sein.

Nadine, 14 Jahre, will gar nicht erst mit dem Rauchen anfangen. Sie macht sich Sorgen um ihre Mutter, die offensichtlich nicht aufhören kann.

Ein Mädchen wird gebeten, den Text der Tafel vorzulesen. Danach werden folgende Fragen besprochen:

- Kennt ihr diese Situationen?
- Was denkt ihr darüber?

Es wird deutlich, dass das Thema Rauchen zum Lebensalltag von Jugendlichen gehört.

Jugendliche erleben sowohl rauchende Erwachsene als auch Gleichaltrige zwischen Experimentieren und Abhängigkeit. Gesamtgesellschaftlich gibt es derzeit eine deutliche Tendenz zum Nichtrauchen, die sich auch in den niedrigeren Konsumentenzahlen bei Jugendlichen niederschlägt.

Die Jugendlichen müssen eine eigene Haltung/Einstellung entwickeln, um sich in ihrer Peer-Group zu entscheiden.

Rauchen erfüllt verschiedene Funktionen, z.B. dazugehören, sich erwachsen fühlen, Stress abbauen. Bei Mädchen spielt die beste Freundin oder der umschwärmte Junge beim Konsum bzw. Nichtkonsum eine große Rolle.

Mädchen SUCHT Junge

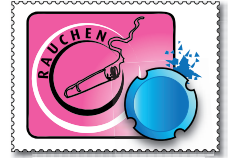


Weißt Du...

... dass im Jahr 2007 das Alter, ab dem Rauchen erlaubt ist, von 16 auf 18 Jahre angehoben wurde und dass das Rauchen in Gaststätten seit 2008 weitgehend verboten ist?

... dass immer weniger Jugendliche rauchen?

... dass viele Kinder und Jugendliche zu Hause oder im Auto Rauch einatmen müssen, obwohl sie selbst Nichtraucher sind?



Tafel 2

Diese Tafel wird von der Begleiterin selbst vorgelesen.

Weißt Du ...

... dass im Jahr 2007 das Alter ab dem Rauchen erlaubt ist von 16 auf 18 Jahre angehoben wurde und dass das Rauchen in Gaststätten seit 2008 weitgehend verboten ist?

- Warum glaubt ihr ist das so?
- Womit hängt das zusammen?

...dass immer weniger Jugendliche rauchen.

- Woran liegt es, das Rauchen „out“ ist?
- Ist das in eurem Freundeskreis auch so?

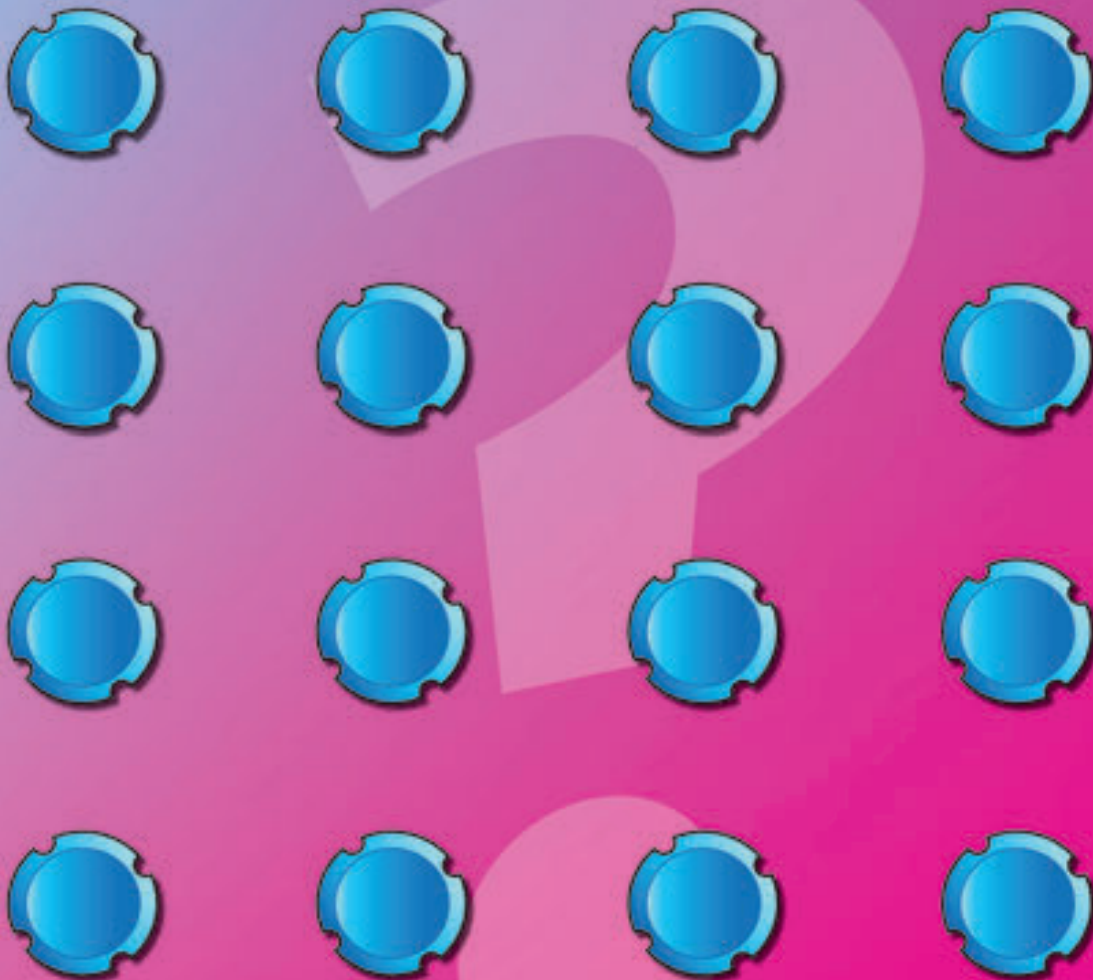
...das viele Kinder und Jugendliche zu Hause oder im Auto Rauch einatmen müssen obwohl sie selbst Nichtraucher sind?

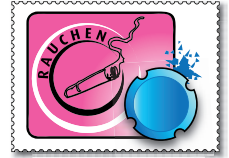
- Wie ist es bei euch zu Hause? Rauchen eure Eltern?
- Wie findet ihr es, dass Eltern rauchen?

Mädchen SUCHT Junge



Warum rauchen Mädchen?





Tafel 3

Warum rauchen Mädchen?

Mädchen wollen

- **genießen**
- **in Kontakt kommen**
- **einem bestimmten Jungen gefallen**
- **cool sein**
- **selbstsicher mit Zigarette sein**
- **erwachsen sein**
- **schlank sein/bleiben/werden**
- **Druck loswerden**
- **den Geschmack spüren**
- **entspannen**
- **dazugehören**
- **mit der besten Freundin etwas Verbotenes ausprobieren**

Die Motive werden in einem Gruppenprozess in der Reihenfolge ihrer Wichtigkeit sortiert.

Es geht um die Diskussion und den Prozess der Meinungsbildung.

Mädchen SUCHT Junge



Wie ist es eigentlich bei Jungen?

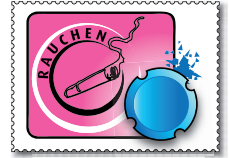
Ältere Jungen und Männer rauchen häufiger, mehr und härtere/stärkere Sorten als Mädchen/Frauen.

Sie rauchen, wenn sie schulisch unter Druck stehen.

Sie sagen, dass ihnen die Zigarette schmeckt.

Sie schätzen das Zusammengehörigkeitsgefühl unter Rauchern in der Clique.

Sie fühlen sich älter und cooler durchs Rauchen.



Tafel 4

Wie ist es eigentlich bei Jungen?

Ältere Jungen und Männer rauchen häufiger mehr und härtere/stärkere Sorten als Mädchen/Frauen.

Sie rauchen, wenn sie schulisch unter Druck stehen.

Sie sagen, dass ihnen die Zigarette schmeckt.

Sie schätzen das Zusammengehörigkeitsgefühl unter Rauchern in der Clique.

Sie fühlen sich älter und cooler durchs Rauchen.

Der Text der Tafel wird von den Schülerinnen selbst vorgelesen.

Fragen:

- Erlebt ihr es genauso?
- Gibt es Aussagen, die auch für die Mädchen zutreffen?

Es gibt Ähnlichkeiten im Verhalten von Mädchen und Jungen, aber in manchen Bereichen unterscheiden sie sich auch.

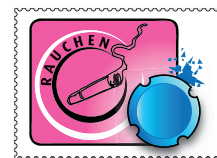
Mädchen SUCHT Junge



Rauchst du?

	Zigaretten	Shisha	E-Zigarette o. E-Shisha
nein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mal probiert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ab und zu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ein Mal pro Woche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
öfters	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
täglich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Jedes Mädchen punktet
bei Zigaretten, Shisha und
E-Zigarette oder E-Shisha



Tafel 5

Rauchst du?

	Zigaretten	Shisha	E-Zigarette E-Shisha
nein			
mal probiert			
ab und zu			
ein Mal pro Woche			
öfters			
täglich			
...			

Es wird nach Konsumerfahrungen gefragt. Jedes Mädchen punktet bei den Bereichen Zigaretten, Shisha, E-Zigarette oder E-Shisha.

Fragen an die Gruppe:

- Was fällt euch auf?
- Was denkt ihr darüber?

Es wird empfohlen die Abfrage jeweils einzeln und verdeckt durchzuführen.

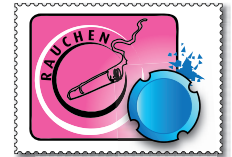
Mädchen SUCHT Junge



In welchen Situationen hast du schon mal probiert?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> morgens auf dem Schulweg | <input type="checkbox"/> mit den Eltern |
| <input type="checkbox"/> auf dem Nachhauseweg | <input type="checkbox"/> wenn ich Alkohol trinke |
| <input type="checkbox"/> heimlich in der Pause | <input type="checkbox"/> im Schullandheim |
| <input type="checkbox"/> zusammen mit der Clique | <input type="checkbox"/> an Silvester |
| <input type="checkbox"/> auf Partys | <input type="checkbox"/> als Mutprobe |
| <input type="checkbox"/> vor oder nach dem Training | <input type="checkbox"/> mit der Freundin (Freund) |

Jede vergibt
zwei Punkte



Tafel 6

In welchen Situationen hast du schon mal probiert?

- morgens auf dem Schulweg
- auf dem Nachhauseweg
- heimlich in der Pause
- zusammen mit der Clique mit der Freundin / mit dem Freund
- auf Partys
- vor oder nach dem Training
- mit den Eltern
- wenn ich Alkohol trinke
- im Schullandheim
- an Silvester
- als Mutprobe

Es wird ein Meinungsbild mit Hilfe von Punkten erstellt. Dabei dürfen maximal drei Punkte verwendet werden. Dies bedeutet, dass Prioritäten gesetzt werden müssen.

Dies sind offensichtlich für Jugendliche kritische Situationen, in denen Rauchen als Unterstützung empfunden wird.

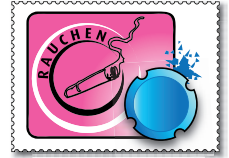
Mädchen SUCHT Junge



Was bestärkt dich, nicht zu rauchen?

- meine Eltern haben es mir verboten
- meine Eltern rauchen und das nervt mich
- meine Eltern rauchen nicht
- meine Eltern haben mir etwas versprochen, wenn ich nicht rauche
- es stinkt
- zu teuer
- meine beste Freundin (Freund) raucht nicht
- meine beste Freundin (Freund) rauch
- in der Clique raucht niemand
- schmeckt mir nicht
- ungesund / will fit bleiben
- gelbe Zähne und unschöne Haut
- Jugendschutzgesetz

Jede Nichtraucherin vergibt max. drei Punkte



Tafel 7

Was bestärkt dich, nicht zu rauchen?

- meine Eltern haben es mir verboten
- meine Eltern rauchen, und das nervt mich
- meine Eltern rauchen nicht
- meine Eltern haben mir etwas versprochen, wenn ich nicht rauche
- es stinkt
- zu teuer
- meine beste Freundin (Freund) raucht nicht
- meine beste Freundin (freund) raucht
- in der Clique raucht niemand
- schmeckt mir nicht
- ungesund / will fit bleiben
- gelbe Zähne und unschöne Haut
- Jugendschutzgesetz

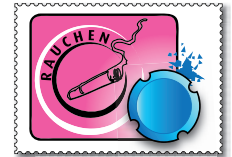
Hier dürfen nur die Nichtraucherinnen maximal drei Punkte vergeben.

Der Fokus liegt auf dem Nichtrauchen! Den Raucherinnen sollte bei diesen Übungen nicht so viel Raum gegeben werden.

Nach jeder Tafel und dem Verteilen von Punkten wird ein anschließendes Gespräch geführt.

Abschlussfrage: Was fällt euch bei den Ergebnissen auf?

Rollenspiele



20 Minuten

Alternative 1:

Die Begleiterin gibt zwei Situationen zur Auswahl vor:

Du überlegst dir mit deiner besten Freundin, ob ihr eine Zigarette ausprobieren wollt. In der ersten Spielsituation lässt du dich von deiner Freundin zum Rauchen überreden, in der zweiten Situation lehnt du dieses Angebot ab.

Ein netter Typ bietet dir auf der Party eine Zigarette an. Du findest ihn sympathisch und nimmst die Zigarette an. In der zweiten Situation lehnt du dankend die Zigarette ab.

Sie bittet die Mädchen, zu zweit zusammenzugehen und sich für eine Situation zu entscheiden. Anschließend spielen sie diese Situation in zwei Varianten:

- I. mit der Entscheidung für das Rauchen
- II. mit der Entscheidung gegen das Rauchen

Danach wechseln die Mädchen die Rollen und spielen noch einmal sowohl die Zustimmung als auch die Ablehnung.

Zunächst wird gefragt, ob ein Paar seine Rollenspiele vorspielen möchte.

Reflexion mit der gesamten Gruppe:

- Welche Erfahrungen habt ihr beim Zustimmung gemacht?
- Welche Erfahrungen habt ihr beim Ablehnen gemacht?
- Welche Argumente wurden genannt?

Alternative 2:

Die Begleiterin gibt folgende Situation vor:

In der Clique rauchen alle. Sie wollen dich dazu überreden mitzurauchen. Aus Angst, aus der Clique ausgeschlossen zu werden, wagst du es nicht, die Zigarette abzulehnen. In der zweiten Spielsequenz lehnt du die Zigarette ab, auch auf die Gefahr hin, dass alle dich blöd finden werden.

Sie bittet die Mädchen, mindestens zu fünft zusammenzugehen. Anschließend spielen sie diese Situation in zwei Varianten:

- I. mit der Entscheidung für das Rauchen
- II. mit der Entscheidung gegen das Rauchen.

Danach wechseln die Mädchen die Rollen, sodass nun ein anderes Mädchen sich entscheiden muss, ob sie raucht oder nicht.

Zunächst wird gefragt, ob eine Gruppe ihre Rollenspiele vorspielen möchte.

Reflexion mit der gesamten Gruppe:

- Welche Erfahrungen habt ihr beim Zustimmung gemacht?
- Welche Erfahrungen habt ihr beim Ablehnen gemacht?
- Welche Argumente wurden genannt?

Zigaretten als Requisiten werden nicht eingesetzt!

Interessant ist, dass in der Regel die Varianten, in denen das Rauchen abgelehnt wird, länger dauern und damit anstrengender zu spielen sind.

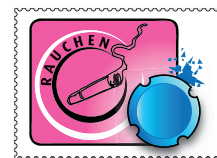
Mädchen SUCHT Junge



Was will ICH?

Was?

***Was vereinbaren WIR
gemeinsam?***



Tafel 8

Was will ICH? Was vereinbaren WIR gemeinsam?

Sowohl jede Einzelne als auch die Gruppe überlegen nun, welche Konsequenzen sie aus dem Workshop ziehen möchten, und vereinbaren Regeln, die aufgeschrieben werden und im Klassen-/Gruppenraum hängen bleiben sollen. Es ist sinnvoll, in den darauffolgenden Wochen immer wieder auf die Vereinbarungen einzugehen.

Die Vereinbarungen könnten folgende Bereiche beinhalten:

Nichtrauchen bestärken: Ich will nicht rauchen / nein sagen, wenn ich eine Zigarette angeboten bekomme / Wir als Clique verführen andere nicht zum Rauchen ...

Klassen-/Gruppenklima verbessern: Wir schaffen ein gutes Klassenklima und „mobben“ nicht / klären Probleme / unternehmen was zusammen ...

Hilfe bei Problemen: mit jemandem darüber reden / Tagebuch schreiben / was Schönes machen ...

Rauchen einschränken bzw. aufhören: im Internet nach Tipps schauen / mit Freundin ausmachen gemeinsam aufzuhören ...

Wichtig ist, dass die Vereinbarungen von den Mädchen positiv formuliert werden. Es ist sinnvoll, einen festen Zeitrahmen zu vereinbaren, nach dem eine Reflexion erfolgt.

Werden spezifische Probleme während des Workshops deutlich (z.B. Nikotinabhängigkeit, Selbstverletzung, Essstörungen, Probleme in der Familie), ist es sinnvoll, sich kollegial innerhalb der Schule bzw. mit externen Stellen zu beraten und weitere Handlungsschritte zu überlegen.