

Rygeforebyggelse blandt børn og unge på uddannelsesinstitutioner

En mastercase

Mastercase?

Velkommen til Sundeborgere.dk's mastercase for rygeforebyggelse blandt børn og unge på uddannelsesinstitutioner, som er en syntese af den erfaring på området, der kan findes på Sund By Netværkets vidensdelings platform Sundeborgere.dk. Følgende mastercase baserer sig på erfaringer fra eksisterende rygeforbyggende indsatser målrettet børn og unge på uddannelsesinstitutioner på Sundeborgere.dk og er derfor ikke – i sig selv – udtryk for en aktuel indsats. Der er tale om en kvalitativ analyse der samler tværgående erfaringer og læringspunkter fra rygeforbyggende indsatser målrettet børn og unge. Mastercasen er en tværgående kvalitativ analyse af 11 kommunale casebeskrivelser, som er uploadet på Sundeborgere.dk, og beskriver disse tværgående erfaringer og læringspunkter fra de faktiske cases.

Blandt de eksisterende cases på Sundeborgere.dk er der et betydeligt flertal, der inddrager elementer fra Kræftens Bekæmpelses X:IT-indsats. X:IT er en indsats, der forebygger, at elever i grundskolen begynder at ryge. X:IT er videnskabeligt evalueret, og det konkluderes at indsatsen har god effekt.¹ Mastercasen trækker derfor overvejende på elementer fra X:IT, men inkluderer også andre initiativer fra erfaringer, der er forenelige med X:IT.

Hvad skal mastercasen bruges til?

Formålet med denne mastercase er at sammenfatte en række kommuners fælles erfaringer med indsatser rettet mod at mindske antallet af unge rygere, og opsummerer fællestræk på tværs af de forskellige cases. Denne opsummering vil kunne bruges som inspiration for andre kommuner, i arbejdet med at tilrettelægge egne rygeforebyggende indsatser målrettet børn og unge på uddannelsesinstitutioner. Denne tværgående sammenfatning giver et overblik over de vigtigste erfaringer og læringspunkter fra de 11 kommunale casebeskrivelser, og er dermed en genvej til, at danne sig et overblik over praksiserfaringerne på området.

Hvad er X:IT?

X:IT er en effektiv rygeforbyggende indsats, udviklet af Kræftens Bekæmpelse, målrettet elever i grundskolen.

X:IT baserer sig på tre elementer, der sammen skal holde unge røgfri: Røgfri skoletid, kompetencegivende undervisning og forældreinddragelse.

For yderligere information omkring X:IT og materiale se: <http://www.xit-web.dk/>

Sammenfatning af cases på Sundeborgere.dk

Hvad er indsatsernes formål?

Fælles for de indsatser vi har analyseret er, at de alle har til formål at nedbringe antallet af unge rygere på forskellige uddannelsesinstitutioner.

Hvad er målgruppe & arena for indsatserne?

Den primære arena for de cases, vi har analyseret, har været grundskolen og ungdomsuddannelserne. Indsatserne primære målgruppe er derfor hovedsageligt børn og unge i udskoling, primært 7.-10. klasseselever, samt elever på ungdoms- og erhvervsuddannelser. Den sekundære målgruppe er elever over 20 år, uddannelsesinstitutionernes medarbejdere, samt elevernes forældre.

De inkluderede indsatser formål har fortrinsvis været at forebygge rygestart blandt børn og unge i grundskolen og på ungdomsuddannelserne samt hjælpe dem, som allerede er begyndt at ryge, med at stoppe eller reducere deres forbrug. Fælles for langt størstedelen af de analyserede indsatser er, at de har været flerstrengede, altså har inkorporeret flere forskellige forebyggende tiltag på samme tid, og

¹ X:IT: en rygeforebyggende indsats i folkeskolen (Statens Institut for Folkesundhed, 2017).

anvendt en række sammenlignelige elementer. Disse elementer vil blive beskrevet i de kommende afsnit.

Beskrivelse af indsatserne

De analyserede cases på Sundeborgere.dk viser, at kommunerne oplever at flerstrengede tiltag til forebyggelse af rygning blandt børn og unge er velegnede til at mindske rygning blandt unge. Indsatserne lægger sig i mange tilfælde op ad Kræftens Bekæmpelses rygeforebyggende indsats X:IT, hvis formål er at nedbringe andelen af rygere i udskolingen i grundskolen.² På trods af at X:IT i udgangspunktet henvender sig til grundskolen, bruger flere kommuner elementer fra i X:IT, herunder kompetencegivende undervisning og røgfri skoletid, i andre arenaer som fx kurser målrettet lærere på erhvervsskoler, der klæder dem på til at kunne tale med eleverne om deres rygevaner, og håndtere en røgfri skoledag. Indsatserne, som vi har analyseret, gjorde brug af følgende tiltag:

- *Røgfri skoletid*
- *Kompetencegivende undervisning*
- *Røgfri aftaler og forældreinddragelse*
- *Rygestoptilbud på skolen*
- *Fællesskaber, der kan erstatte rygefællesskabet*

Røgfri skoletid

Langt størstedelen af casene på Sundeborgere.dk, som indgår i denne sammenfatning, har gjort brug af Røgfri skoletid. Princippet for Røgfri skoletid er, at elever, lærere, andet personale samt besøgende på skolen ikke må ryge i skoletiden – heller ikke, hvis de forlader skolens område i løbet af dagen. Røgfri skoletid sikrer et røgfrit miljø, samt at eleverne ikke oplever rygning som en naturlig del af deres hverdag.

Kommunerne oplever at have gode erfaringer med at implementere Røgfri skoletid på grundskolen, ungdomsuddannelser, samt erhvervsskoler. Det pointeres dog, at der kan være en udfordring med at få visse elever til at overholde røgfri skoletid, da de har mulighed for at forlade matriklen. Institutionerne er ekstra opmærksomme på disse elever og støtter dem i højere grad. Det erfarer også, at det nødvendigt at lave opsøgende håndhævningsarbejde rundt om skolen, for at eleverne ikke oplever, at lærerne er 'lige glade'. Erfaringer fra sundeborgere.dk med røg- og tobaksfri uddannelsesbyer, bl.a. i Vejle, har været gode. Her implementeres røg- og tobaksfri studietid på alle kommunens uddannelsesinstitutioner samtidigt.

Kompetencegivende undervisning

Flere kommuner har gjort brug af undervisning omkring rygning. I flere tilfælde er undervisningen baseret på X:IT-materialet og udbydes i overensstemmelse med X:IT. Det er hensigten, at undervisningen klæder eleverne på til at vælge rygning fra samt til at modstå presset for at begynde at ryge. Eleverne lærer bl.a. at rygning har konsekvenser – både helbredsmæssige, miljømæssige og økonomiske. Derudover undervises eleverne i, hvilke faktorer der påvirker deres valg, herunder tobaksindustriens metoder, flertalsmisforståelser, og hvordan reklamer påvirker valg. Den kompetencegivende undervisning klæder eleverne på til at træffe informerede valg. Hvis X:IT-materialet benyttes, bør man være opmærksom på at dette er udviklet til et grundskoleniveau. X:IT er ikke udviklet til ungdomsuddannelser. Der er dog erfaringer fra cases på sundeborgere.dk med at facilitere korte samtaler om røgfrihed med eleverne på ungdomsuddannelser, blandt andet ved brug af Very-Brief-Advice. (se f.eks. Sund By Netværkets Very Brief Advice værktøj: <https://sund-by-net.dk/wp-content/uploads/2017/03/VBArygestop.pdf>)

² Velkommen til X:IT (xit-web.dk)

Røgfri aftaler og forældreinddragelse

Et andet vigtigt element, inspireret fra X:IT, er røgfri aftaler, som eleven indgår med forældrene. Den røgfri aftale indebærer, at eleven skriver under på at holde sig røgfri i ét skoleår ad gangen. Aftalen indgås mellem eleven og forældrene, eller en anden voksen med nær relation til barnet/den unge. Som skole kan man vælge at afholde en lodtrækning blandt elever med røgfri aftaler. I slutningen af skoleåret trækkes der lod om en præmie, blandt de elever, der har overholdt deres aftale.

Derudover er der erfaring med forældreinddragelse i grundskolerne, da forældrenes holdninger til rygning smitter af på børnene. Der er ingen erfaring fra Sundeborgere.dk med hverken røgfri aftaler eller forældreinddragelse på ungdoms- eller erhvervsuddannelserne.

Rygestoptilbud på skolen

En betydelig del af indsatserne på Sundeborgere.dk tilbyder eller henviser til rygestoptilbud til elever og lærere. Der er erfaring med at udbyde rygestopforløb både på uddannelsesinstitutionen og i samarbejde med kommunen. Der er også et eksempel på, at rygestopforløb til forældre udbydes på de enkelte skoler, hvis der er tilslutning og behov for det. Derudover opfordres elever, der ønsker at stoppe med at ryge, til at bruge Stoplinien og Xhale-app'en, der er særligt udviklet til unge.

Fællesskaber, der kan erstatte rygefællesskabet

Nogle af indsatserne understøtter udvikling og facilitering af pauseaktivitet og fællesskaber, der kan erstatte rygefællesskabet og udarbejder konkrete aktiviteter på baggrund af den enkelte institutions behov i forbindelse med Røgfri skoletid. Der er bl.a. erfaring med åben hal, musik i pausen eller lignende. Én skole har erfaring med at facilitere en temadag, hvor alle elever kan være med at udvikle aktiviteterne.

Hvordan er indsatserne organiseret og forankret?

Der er stor variation i organiseringen af indsatserne på Sundeborgere.dk. Ikke desto mindre, er der erfaring med at skolelederen på de enkelte uddannelsesinstitutioner, i samarbejde med de involverede medarbejdere på skolen, har ansvaret for, at den flerstrengede indsats bliver implementeret lokalt.

Flere indsatser udpeger en tovholder, som skal koordinere indsatsen. Denne kan være en frikøbt medarbejder fra skolen. Desuden peger flere kommuner på, at indsatsen forankres bedst, hvis implementeringen sker i et tæt samarbejde med kommunen, altså skolechefen eller konsulenter på børne- og ungeområdet – og med konsulenter fra Kræftens Bekæmpelse med som lokal rådgivning.

De peger også på, at en enkelt lærer ikke bør stå alene med arbejdet; opgaver bør fordeles mellem ledelsen, koordinatore og undervisere på skolen, ud fra den enkelte institutions ressourcer og logistiske muligheder. Erfaringerne indikerer, at organisering og samarbejdspartnere varierer afhængigt af hvilken uddannelsesinstitution indsatsen udbydes på.

Hvad koster indsatserne?

Der er få sammenlignelige oplysninger omkring de økonomiske forhold i indsatserne på Sundeborgere.dk, men da meget af det brugte materiale enten er gratis eller kun koster meget lidt, udgør udgifterne primært arbejdstimer til medarbejderne på uddannelsesinstitutionen samt i

kommunen. Nogle kommuner indordner indsatsen under de eksisterende økonomiske rammer og allokerer medarbejdertimer til indsatsen. Andre har fået ekstern bevilling til at finansiere indsatsen. Der er også erfaring med at kommunen frikøber en person på skolen til at koordinere indsatsen i op til 80 timer om året.

Oversigt over analyserede indsatsbeskrivelser

Case på Sundeborgere.dk	
	Tobaksforebyggelse – en sammenhængende indsats 13-20 år
	Tobaksforebyggelse på ungdomsuddannelser i Ringsted Kommune
	Røgfri Skoletid i Københavns Kommune: Rygevanerundersøgelse 2018, før-måling.
	Flerstrengt indsats mod tobak i grundskolen i Odense
	Røgfri Skoletid i grundskolen
	X:IT – Forebyg rygning i grundskolen
	Røgfri skoletid på Viby Gymnasium og HF i Aarhus Kommune
	Rejseholdet i rygeforebyggelse
	Forebyggelse af rygestart hos børn i grundskoler
	Røgfri Erhvervsskoler
	Røg- og tobaksfri uddannelses by