

Nervenkitzel gegen Tabaksucht

Nichtrauchertraining im Soester Kletterpark für INI-Schüler
„Wir verbieten das Rauchen nicht. Es gibt keinen Zwang, damit aufzuhören“

SOEST • Mittwoch früh im Soester Kletterpark, mehrere Meter hoch über dem Boden: Langsam setzt Stefanie Bienkowski einen Fuß vor den anderen, hält sich an Seilen und Holzstücken fest, um zum nächsten Baum zu gelangen. „Lebensgefahr!“ steht auf einem Blechschild, rote Schrift auf weißem Grund.

Der Nervenkitzel tut Stefanie gut. Hier, in luftiger Höhe, zwischen brauner Erde und grünem Blätterdach, kann die 17-Jährige ihre Sucht verdrängen: Ihre Gier nach Tabak, Kippen, Zigaretten, das teure, gesundheitsschädliche Verlangen, das sie seit ihrem 13. Lebensjahr fest im Griff hält.

Stefanie Bienkowski ist Schülerin am INI-Berufskolleg in Lippstadt, sie ist angehende Sozialhelferin. Gemeinsam mit elf weiteren Jugendlichen im Alter von 16 bis 21 Jahren nimmt sie seit mehreren Wochen am dritten Nichtrauchertraining teil. Der Motivationskursus ist für die Schüler aus dem Kreis Soest kostenlos, er dauert acht Wochen und besteht aus wöchentlichen Treffen. Dabei reflektieren die Jugendlichen ihre eigene Sucht, überlegen sich aber auch, wie sie ihren Tabakkonsum langfristig reduzieren oder sogar stoppen können. Eines dieser Treffen fand jetzt erstmals im Soester Kletterpark statt.

Das Nichtrauchertraining leitet Schulsozialarbeiterin

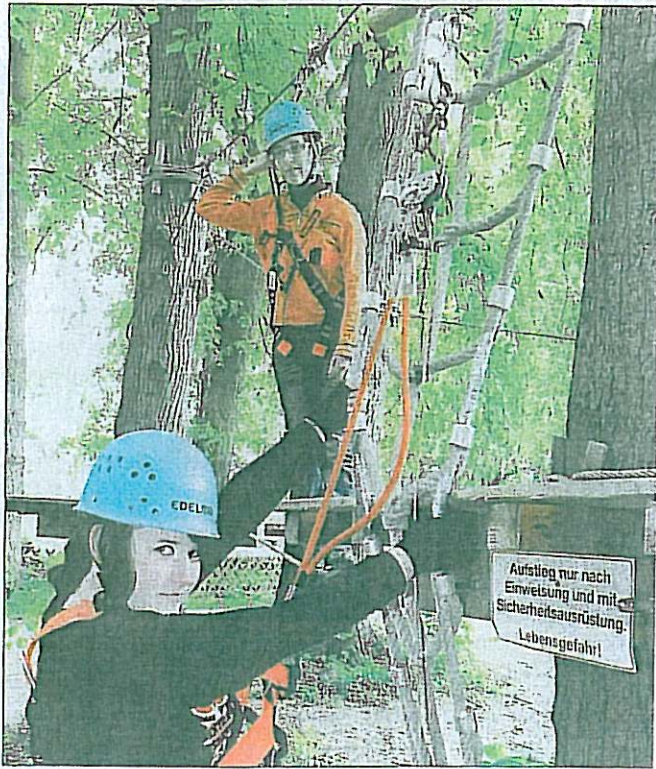
Birgit Holthoff in Kooperation mit Suchtberaterin Cornelia Witt vom Gesundheitsamt. Holthoff hat keine überzogenen Erwartungen: „Viele Schüler haben schon einige Versuche hinter sich, mit dem Rauchen aufzuhören. Wir verbieten das Rauchen nicht. Es gibt keinen Zwang, damit aufzuhören. Aber wir helfen den Jugendlichen dabei, einen Weg aus ihrer Sucht zu finden.“

Täglichen Konsum um fünf Zigaretten reduziert

Stefanie Bienkowski hat früher 25 Kippen täglich geraucht, inzwischen sind es „nur“ noch 20. „Ich drehe mir meine Zigaretten selber. Das ist billiger“, sagt die 17-Jährige. Ob sie damit Aufhören will? „Jaaaaa...“, sagt Stefanie, „aber nicht sofort“.

Ihre Mitschülerin Svenja Liemann ist schon ein paar Schritte weiter. Die 18-Jährige aus Neuengeseke hat „mit 13, 14 Jahren“ mit dem Rauchen angefangen und die Zigaretten jahrelang mit ihrem Taschengeld finanziert. Dank des Nichtrauchertrainings hat Svenja ihren Konsum halbiert, von zehn auf fünf Zigaretten täglich.

Die ehemalige Clarenbach-Schülerin hat ihre Ziele fest vor Augen: „Ich will mit dem Rauchen aufhören“, sagt Svenja, greift zum Kletterseil und zieht sich weiter zum nächsten Baum. • dpz



Im Soester Kletterpark, zwischen brauner Erde und grünem Blätterdach, können Stefanie Bienkowski (unten) und Svenja Liemann ihre Zigarettensucht verdrängen. • Foto: Dahm

Nervenkitzel gegen Kippen

SOEST • Im Rahmen eines Nichtrauchertrainings waren gestern zwölf Schüler im Soester Kletterpark. Die 16- bis 21-Jährigen sind schon seit Jahren süchtig nach Zigaretten, haben teilweise schon mit 13, 14 Jahren mit dem Rauchen angefangen. In luftiger Höhe konnten sie ihre Sucht für ein paar Minuten verdrängen. yourzz.fm →