

Schulung zur KursleiterIn

Die IFT-Gesundheitsförderung schult anhand eines detailliert ausgearbeiteten Manuals Fachkräfte zu qualifizierten KursleiterInnen und bereitet sie intensiv auf die Beratung rauchender Patienten vor. Mit der Schulung **Rauchfrei nach Hause !?** erwerben die TeilnehmerInnen die Berechtigung zur Durchführung des Programms und zur Nutzung der Kursmaterialien.

Die bundesweiten Schulungen richten sich an Fachkräfte, die in Kliniken in der Beratung von Patienten tätig sind. Sie sollten eine Ausbildung in einem Gesundheits- oder Sozialberuf aufweisen oder Vorerfahrungen in der Patientenberatung oder Gesundheitsförderung haben, zum Beispiel in der Diabetes- oder Ernährungsberatung. Um das Kurskonzept erfolgreich umsetzen zu können, sollten die KursleiterInnen NichtraucherInnen sein.

Die aktuellen Termine zur Kursleiterausbildung und Informationen zu **Rauchfrei nach Hause !?** finden Sie unter: www.rauchfrei-nach-hause.de

Anfragen beantworten wir gerne:
Tel.: 089 / 36 08 04 90
Mail: info@ift-gesundheit.de

IFT | IFT · Gesundheitsförderung
Gesellschaft mbH
München

Montsalvatstraße 14, 80804 München
Tel.: 089 / 36 08 04 90, Mail: info@ift-gesundheit.de
www.ift-gesundheit.de, www.rauchfrei-nach-hause.de

In Kooperation mit

IFT Institut für Therapieforschung
Parzivalstraße 25, 80804 München

Deutsches Netz Rauchfreier Krankenhäuser
und Gesundheitseinrichtungen, Berlin (DNRfK)

© 2010 IFT-Gesundheitsförderung



IFT | IFT · Gesundheitsförderung
Gesellschaft mbH
München

Rauchfrei nach Hause !?



Das Rauchfrei Programm – Klinikversion

Entwickelt für Rehabilitationskliniken
Kompaktes Gruppenprogramm für alle
rauchenden Patienten
Schulungen für Fachkräfte

Rauchfrei nach Hause!?

Ein Klinikaufenthalt ist für rauchende Patienten, die sich wegen körperlicher oder psychischer Erkrankungen in stationärer Behandlung befinden, eine ideale Gelegenheit zum Ausstieg aus dem Tabakkonsum. Daher sollten Rehabilitationskliniken im Sinne einer hohen Versorgungsqualität Tabakentwöhnung standardmäßig in ihr Angebot aufnehmen.

Das Programm **Rauchfrei nach Hause!?** wurde speziell für den Einsatz in stationären Einrichtungen der medizinischen Rehabilitation entwickelt und erfolgreich erprobt. Es spricht sowohl abstinenzmotivierte als auch ambivalente Raucher an.

Konzeptionelle Ausrichtung

Rauchfrei nach Hause!? vereint neueste Konzepte der Motivationsforschung und Verhaltenstherapie. Die eingesetzten Methoden haben sich in klinischen Studien und Metaanalysen als wirksam erwiesen und entsprechen somit den Leitlinien der wissenschaftlichen Fachgesellschaften (AWMF-Leitlinien) und Empfehlungen der WHO zur Behandlung der Tabakabhängigkeit.

Vor allem die Ergebnisse der wissenschaftlichen Studien des IFT Institut für Therapieforschung zur Wirksamkeit intensiver Raucherentwöhnung in Kliniken (WIRK-Studien 2001-2006) und die erfolgreiche bundesweite Durchführung des Rauchfrei Programms durch die IFT-Gesundheitsförderung haben die Klinikversion **Rauchfrei nach Hause!?** geprägt.

Methoden

Auf der Basis eines ganzheitlichen Konzeptes werden kognitiv-emotionale Verfahren zum Aufbau eines Problembewusstseins, zur Veränderung von Einstellungen und zur Förderung der Motivation angewendet.

Die dem Programm **Rauchfrei nach Hause!?** zugrundeliegende Leitlinie ist die Motivierende Gesprächsführung, nach der drei Bedingungen für den Raucher erfüllt sein müssen, damit er sein Verhalten ändert:

- Der Raucher benötigt ein wichtiges Motiv, um auch mögliche Nachteile des Nichtrauchens akzeptieren zu können.
- Der Raucher fühlt sich in der Lage, rauchfrei leben zu können.
- Der Raucher erkennt für sich, dass der richtige Zeitpunkt für eine Veränderung gekommen ist.

Ziel des Programms ist, diese drei Bedingungen zu schaffen und in der Folge durch ein zielorientiertes Vorgehen eine Verhaltensänderung für ein rauchfreies Leben nachhaltig zu fördern sowie das hohe Rückfallrisiko zu reduzieren.

Die nationalen wie internationalen Leitlinien zur Tabakentwöhnung empfehlen eine Kombination aus Beratung und medikamentöser Unterstützung. Das vorliegende Programm beinhaltet eine mögliche Kombination mit einer Medikation, schreibt diese jedoch nicht zwingend vor. Es liegt im Ermessen der jeweiligen Klinik, ob und wie eine Kombination des Programms mit einer Medikation umgesetzt wird.

Struktur

Aufgrund seiner kompakten Form und seiner offenen Struktur passt sich das Programm **Rauchfrei nach Hause!?** optimal an den klinischen Alltag der allgemeinen Rehabilitationskliniken an. Die kompakte Form kommt der begrenzten Verweildauer der Patienten entgegen, die offene Struktur ermöglicht es den stetig wechselnden Patienten zu jeder Kursstunde in das laufende Programm einzusteigen. So können bei einem Aufenthalt von beispielsweise 18 Tagen jeweils zwei Kursstunden pro Woche angeboten werden. Es ist aber auch ohne Weiteres möglich, den Kurs mit einer geschlossenen Gruppe durchzuführen.

Zeitlicher Ablauf

Rauchfrei nach Hause!? besteht aus sechs Kursstunden à 60 Minuten. Die Kursstunden sind im Ablauf gleich aufgebaut, setzen jedoch unterschiedliche inhaltliche Schwerpunkte. Sie verstehen sich dabei als Puzzlestücke, die sich ergänzen und zusammen ein „komplettes Bild“ ergeben.

