

Az OEFI dohányzás-megelőzési iskolai oktatócsomag tesztelésének tanulságai

Készítette: Berkes Tímea

Budapest, 2009. május-június

Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék.....	2
Bevezetés.....	4
3-5. osztály	6
A program előtti ismeretek és attitűdök	6
A dohányzással asszociált tartalmak	6
A dohányzás kipróbálása.....	6
Leszokás, függőség	6
A dohányzás hatásai	7
Passzív dohányzás	7
Dohányzás-prevenció	8
A cigaretta összetevői.....	8
Média és reklámok	8
Gazdasági-társadalmi vonatkozások	8
A programról alkotott vélemény	9
Általános visszhang.....	9
Vélemények a feladatokról.....	9
A program által nyújtott új ismeretek	9
Attitűdök és ismeretek a program után	10
A dohányzás kipróbálása és fennmaradása	10
A dohányzás hatásai	10
Passzív dohányzás	10
A cigaretta összetevői.....	10
Társas hatások, dohányzás-prevenció	10
Leszokás, függőség	11
Társadalmi-gazdasági vonatkozások.....	11
6-8. osztály	13
A program előtti ismeretek és attitűdök	13
A dohányzással asszociált tartalmak	13
A dohányzás kipróbálása.....	13
A cigarettázás fennmaradása. Függőség.	13
A dohányzás hatásai	13
A cigaretta összetevői.....	14
Passzív dohányzás	14
Leszokás	14
Társas hatások, dohányzás-prevenció	15
Média, reklámok.....	15
Gazdasági-társadalmi vonatkozások	16
A programról alkotott vélemény	16
Általános visszhang.....	16
Vélemény a feladatokról	16
A program által nyújtott új ismeretek	17
Attitűdök és ismeretek a program után	17
A cigarettázás oka	17
A cigaretta összetevői.....	17
A dohányzás hatásai	17
Passzív dohányzás	18
Leszokás	18
Társadalmi-gazdasági vonatkozások.....	18

Összefoglalás.....	18
Interjúvázlatok.....	21
A program előtti interjú vázлата (kísérleti csoport program előtt, illetve kontrollcsoport) ..	21
Interjúvázlat program után ..	23
Jegyzőkönyv.....	25
3-5. osztály ..	25
Kísérleti csoportok program előtt.....	25
Kísérleti csoportok program után ..	32
Kontrollcsoport 3-5. osztály ..	37
6-8. osztály ..	41
Kísérleti csoportok program előtt.....	41
Kísérleti csoportok program után ..	51
Kontrollcsoport 6-8. osztály: Újvidék téri iskola, 7. osztály (5. kazetta 3. felvétel).....	56

Bevezetés

Az Országos Egészségfejlesztési Intézet által újonnan elkészített dohányzás-megelőzési programot két általános iskolában teszteltük fókuszcsoportos interjúk formájában. A két általános iskola között lényegesen eltért a társadalmi-gazdasági háttér, amivel a tanulók többsége rendelkezett. Az egyik általános iskola a 8. kerületben van, a beszélgetések azt mutatták, hogy a dohányzás nagyon általános jelenség, illetve a dohányzáson kívül a kábítószer és az erőszak is a gyerekek hétköznapi élményeihez tartozik. A másik iskola a XIV. kerületben van, ott nem volt látványosan jelen a dohányzás problémaköre, és az iskola által biztosított oktatási-nevelési feltételek lényegesen jobbnak tűntek. A két, ennyire eltérő iskola kiválasztásának előnye az, hogy a 8. kerületi iskola reprezentálja azokat az iskolákat, ahol a legnagyobb probléma a dohányzás, mivel a tanulók hétköznapi életéhez szervesen hozzátartozik. Ezáltal a program hatékonyságát egy olyan helyszínen tudtuk mérni, ahol a legnagyobb szükség lehet a dohányzás-prevencióra.

A program tesztelésére a fókuszcsoportos interjú módszerét alkalmaztuk. Ez a módszer alkalmas volt arra, hogy egyszerre több tanuló véleményét megtudjuk a programról. Mivel az interjú félig strukturált volt, ezért a beszélgetésnek mindegyik csoportban kialakult a saját dinamikája, ami alkalmat adott arra, hogy a természetes beszélgetéshez a leghasonlóbban minden fontos téma megbeszélésre kerüljön, valamint arra is, hogy olyan témák is felmerüljenek, ami az adott csoport résztvevői számára fontosak, de egy strukturált interjú során nem kerülne rájuk sor. Az eredmények értékelésénél fontos figyelembe venni, hogy a kapott válaszokat bizonyos mértékben befolyásolja a társas kíváncsiság. Ilyen helyzetben az interjúk résztvevői változó mértékben ugyan, de hajlamosak a rájuk nézve kedvezőtlenebb dolgokról nem beszélni, illetve inkább a pozitív véleményüknek hangot adni. A társas kíváncsiság hatását az interjúkészítő semleges interjúvezetéssel, valamint elfogadó légkör kialakításával igyekezett csökkenteni.

A tesztelésben részt vett mindkét korcsoport, akik számára a program készült. Két-két kísérleti csoport volt a 3-5. és a 6-8. osztályból. A programban részt vevő csoportok mellett mindkét korcsoportban volt egy-egy kontrollcsoport is, akiknek a tagjai nem vettek részt a programban. A kontrollcsoport szerepe az volt, hogy összehasonlíthattuk a kísérleti csoportok program előtti tudását és attitűdjeit egy olyan csoporttal, akik később nem kaptak beavatkozást, és így megállapíthattuk, hogy van-e különbség a két csoport között.

A fókuszcsoportos beszélgetések tanórai időkeretben folytak. A 8. kerületi iskolában külön termet kaptunk e célra, egy olyan termet, aminek a berendezése nem hagyományos

osztályteremhez hasonlít, hanem nagyon alkalmas kiscsoportos foglalkozások, játékos, kötetlenebb tevékenységek szervezésére. Ez a helyszín elősegítette az interjúk lefolytatását, a gyerekek kötetlenebbek voltak, és ebből eredően valószínűleg őszintébbek is. A másik iskolában hagyományos osztálytermet rendeztünk át úgy, hogy alkalmas legyen a beszélgetések lefolytatására. Ez a környezet kevésbé volt előnyös, de mivel a termek átrendezésre kerültek, megfelelően le tudtuk folytatni a beszélgetéseket. A programot végző pedagógusok a 8. kerületi iskolában egyik beszélgetésen sem voltak jelen, a XIV. kerületi iskolában a program előtti beszélgetéseken jelen volt a pedagógus, a program utáni beszélgetéseken már nem. Emiatt a program előtti interjúkon a pedagógusok dohányzási szokásaira vonatkozó kérdéseket kihagytuk, mert nem akartuk a résztvevő gyerekeket kellemetlen helyzetbe hozni. A program utáni fókuszcsoporthoz az év végi rövidített órák miatt kissé rövidebb idő állt rendelkezésre.

A következőkben a fókuszcsoporthoz interjúk alapján nyert információt összegezzük. Az összegzés után a beszélgetések interjúvázlatai, valamint a fókuszcsoporthoz beszélgetések jegyzőkönyvei találhatóak meg.

3-5. osztály

A program előtti ismeretek és attitűdök

A kísérleti és a kontrollcsoportok között nem volt lényeges különbség sem az ismeretek, sem az attitűdök tekintetében, így a két csoport elemzését egyszerre közöljük.

A dohányzással asszociált tartalmak

A dohányzás, cigaretta szóval spontán módon asszociált tartalmak mind a kísérleti, mind a kontrollcsoportokban negatívak voltak. A dohányzás rövid- és hosszútávú következményei kerültek szóba (egészségtelen, rákot, halált okozhat; bűdös).

A dohányzás kipróbálása

A dohányzás kipróbálását társas hatással, pontosabban a társaságba való beilleszkedésben játszott szerepével, valamint a dohányzásnak tulajdonított pozitív értékkel magyarázták (a fiatalok azt hiszik, hogy vagányok, menő, mások mondják, hogy próbálják ki). Volt olyan csoport is, ahol azzal indokolták a dohányzás kipróbálását, hogy „*nikotinhiányuk van*”. Előfordult még indokként az, hogy mások dohányzását látják, és emiatt próbálják ki, illetve hogy „*azt hiszi, hogy finom*”, tehát a cigarettázással várható pozitív élmény miatt próbálják ki. Egy csoportban ezzel kapcsolatos saját élmény is megjelent: „*Vannak olyan barátaim, akik cigiznek, és folyton azt mondják, hogy cigizzek. De mondom, hogy sportolok, és nem találok értelmét (annak, hogy cigizzek). Folyton azzal piszkálnak.*” A dohányzás kipróbálását volt, aki azzal indokolta, hogy „*Azzal adják ki a feszültségüket*”, tehát a cigarettázás feltételezett nyugtató hatása miatt próbálják ki a cigarettát az emberek.

Egy csoportban fordult elő, hogy milyen lehet az első élmény. A résztvevők szerint az első élmény kellemetlen („*Először rossz. Elkezd köhögni*”), aztán megszokja a szervezet és így alakul ki a dohányzás szokása.

Leszokás, függőség

A cigarettázás szokásának fennmaradását azzal indokolták, hogy a dohányos már megszokta a cigarettát, és nem tudja abbahagyni, mert „*Ha nem cigiznek, rosszul vannak*”. A függőség fogalma mindegyik csoportban ismert volt, a cigaretta mellett a kábítószerrel, illetve a csokitól és kólától való függőséget említették. A dohányzástól való leszokást mindegyik csoportban nehéznek gondolták; hogy miért nehéz, azt vagy nem indokolták, vagy a fent említett módon azzal hozták összefüggésbe, hogy rosszul vannak, ha nem cigiznek. Ezzel – ugyan nem tudatos módon – a függőséggel hozták összefüggésbe a leszokás nehézségét.

A leszokással kapcsolatban, illetve a reklámokról asszociálva mindegyik csoportban felmerült a nikotintapasz kérdése. Általában hatástalannak, illetve pénzpazarlásnak tartják a nikotintapaszt; egy-két résztvevő említett olyan esetet, amikor valaki le tudott szokni a segítségével.

A dohányzásról való leszokásról szóló internetes oldalra találgatások érkeztek: www.dohanyzasleszokas.hu, emellett a „*tapasz oldalát*” és az orvosos oldalt néznék meg, illetve a google-ben néznének utána.

A dohányzás hatásai

A dohányzás hosszú távú hatásai közül a rák, a tüdőre gyakorolt hatás („*fekete lesz a tüdeje*”), illetve a „*halált okozhat*” mindegyik csoportban előfordult. Emellett a szervezet legyengülése, lassulása (konkrét példával, egy dohányzó edzőtárs példáján keresztül) fordult elő. Az életkornak megfelelően gyakoriak voltak az általános megfogalmazások (árt a szervezetnek). A rövid távú hatások közül a füst, a bűdös, a köhögés került elő. Arra a kérdésre, hogy megnyugtatja-e a dohányost a cigaretta, volt, aki szerint ez igaz, volt, aki szerint nem. Ebben a kérdésben időnként még ugyanazoknál a résztvevőknél is ellentmondásos volt az álláspont. Előfordult, hogy valaki szerint nem igaz, hogy a cigaretta megnyugtatja a dohányost, ugyanakkor a dohányzás indokának pedig a beszélgetés egy másik pontján ezt hozta fel. A dohányzás egyik kiváltó okaként azt említették, hogy feszültségoldás miatt próbálják ki az emberek a cigarettát.

A dohányzás hatásait bemutató bábu szerintük undorító lenne, „*szép fekete*”.

A testsúlyra gyakorolt hatásban mindegyik csoportban egyetértés volt: a cigarettázás a résztvevők szerint csökkenti a testsúlyt.

A dohányzás egyéb hatásai közül a passzív dohányzást említették. Egyéb, az egészségkárosító hatásokon kívüli hatásról nem tettek említést.

Passzív dohányzás

A dohányzás egyéb hatásai között sorolták fel, hogy ha valaki mellett cigarettáznak, akkor később az illető is cigarettázni fog. A passzív dohányzást vagy ugyanolyan károsnak, vagy még károsabbnak tartják, mint magát a dohányzást. A passzív dohányzás sok résztvevőnél volt saját élmény; ebben a helyzetben vagy elmennek onnan, vagy ablakot nyitnak a füst csökkentése érdekében. Megjelent olyan válasz is, amely kevésbé valószínű: „*Eloltom a cigijüket, és eltöröm*”.

Dohányzás-prevenció

Fiatal dohányos lebeszélésére a cigarettázás negatív hatásairól beszélnének neki. Arra a kérdésre, hogy mit mondanának neki, általában általános megfogalmazott válaszokat kaptunk: *„Én azt mondanám, hogy ne cigizzen, mert káros a szervezetnek, meg is lehet halni tüdőrákban.”*. *„szokjon le, mert káros a szervezetnek, inkább sportoljon, ne cigizzen.”* *„A szervezetének is káros, rákot is okozhat, és fiatalabb a szervezete, és káros.”* Emellett a tudónek okozott kár, valamint a cigaretta bűdössége fordult elő érvként. Az életkoruknak megfelelő módon az is többször előkerült érvként, hogy *„nem leszek a barátod, azért, mert cigizel”*. Ha megkínálnák őket, akkor visszautasítanák a cigarettát, előfordult olyan válasz is, hogy *„Kivenném a kezéből és eltörném”*, illetve érdekes válasz volt a következő: *„Én azt mondanám, hogy én sportos vagyok, és ha cigizek, elhanyagolom magamat, és nem hanyagolhatom el magam.”*

A dohányzás kérdése az iskolában tanórákon előkerült. A tanárok cigarettázási szokásaira csak az egyik iskolában tudtunk rákérdezni, ebben a korcsoportban a gyerekek tagadták, hogy tanárokat látnának cigarettázni. A családban is változó, hogy beszélgettek-e erről a témáról: volt, akinél igen, volt, akinél nem.

A cigaretta összetevői

A cigaretta összetevői közül a nikotin ismert, emellett a *„dohány”* válasz érkezett még erre a kérdésre.

Média és reklámok

A dohányzást látják filmen, konkrét filmélményük elég sok van ezzel kapcsolatban. Azt nem tudták megfogalmazni, hogy szükséges-e, hogy a szereplő cigarettázzon a filmekben.

Dohányzással kapcsolatos tárgyak többeknek volt. Azzal magyarázzák ezt, hogy az a célja *„hogy cigizzenek az emberek.”* Az egyik csoport egyik résztvevője a következő kérdést fogalmazta meg: *„De ezt nem értem. Leírják, hogy a dohányzás káros, meg lehet tőle halni, de akkor miért készítik ezt a cigit?”*

Gazdasági-társadalmi vonatkozások

A cigaretta árát 455-800 forint közé teszik. Ennél a kérdésnél mindegyik csoportban nagy volt az aktivitás, látszott, hogy erről van saját tapasztalatuk. Általában az is kiderült, hogy a cigaretta ára függ attól, hogy milyen fajta a cigaretta. Egy doboz cigaretta árából legtöbbszörük szerint élelmiszert (kenyeret, tejet, gyümölcsöt) lehetne venni. Öt-tíz doboz cigaretta árából egy kisebb bevásárlást lehetne szerintük megoldani, illetve ruhát, ékszert, cipőt, stb. lehetne venni ebből az összegből.

Az országnak a csoportok résztvevői szerint inkább kára származik a cigarettázásból, de közelebbről nem határozták meg, hogy miben áll az országnak okozott kár. A negatív következmények közül említettek egy-kettőt: a rákot, illetve hogy ha az utcán cigarettázik valaki, akkor mások is rászokhatnak.

A programról alkotott vélemény

Általános visszhang

A program utáni fókuszcsoporthoz érezhető volt, hogy a résztvevőknek pozitív élményt jelentett a programban való részvétel. Részben ennek is köszönhető, hogy a program utáni beszélgetések hangulata kicsit oldottabb volt a program előttinél. A programnak nagyon pozitív visszhangja volt: jól érezték magukat, a feladattípusok is tetszettek.

Mindegyik kísérleti csoportban a bábu tetszett a legjobban; a programról való beszélgetést spontán a báburól szóló élményekkel kezdték. Érdekesnek találták az eszközt, azt, hogy foglalkozhattak vele. Emellett a feladatnak információs szempontból is volt jelentősége: a bábu által közvetített információ között volt, ami meglepetést okozott számukra, mégpedig az, hogy milyen sok betegséget okozhat a dohányzás. Volt, aki megijedt tőle, volt, aki rosszabbra számított. Volt olyan is, aki részletesebb bábura számított („*Én azt gondoltam, hogy mindene meglesz rendesen, a veséje is.*”)

Vélemények a feladatokról

Az imént említettek szerint a legemlékezetesebb feladatnak a bábu bizonyult. A másik feladattípus, ami mindkét kísérleti csoportban tetszést aratott, a szituációs gyakorlat. A fókuszcsoporthoz interjúk során is felidéztek a szituációkat, valódi élményt jelentettek számukra ezek a szituációk.

A képek és a videók is tetszettek, némelyiket (pl. az ősemberes videót) el is mesélték a fókuszcsoporthoz alkalmával.

Olyan feladatot nem említettek, ami nem tetszett nekik.

A program által nyújtott új ismeretek

A program során kapott új információk közül az egyik, ahogy említettük, az volt, hogy a dohányzás milyen sok betegséget okozhat. Ezek közül elsősorban a végtagok vagy ujjak elvesztésének lehetősége, valamint a mellrák jelei ragadták meg figyelmüket. A másik meglepő dolog a tubákolás szó pontos értelme volt: korábban csak a szót ismerték, a jelentését nem tudták pontosan. Szintén meglepetést okozott, hogy a vízipipa is káros. Ezzel kapcsolatban felmerült bennük az a kérdés, hogy a szivar, a pipa, a vízipipa vagy a cigaretta

károsabb-e. Az egyik csoportban erről kisebbfajta vita alakult ki: egymásnak ellentmondó hallomásaik voltak arról, hogy melyik a károsabb. Ez a téma látható érdeklődést váltott ki belőlük, erről szívesen vettek volna több információt.

Attitűdök és ismeretek a program után

A dohányzás kipróbálása és fennmaradása

A cigarettázás fő okának változatlanul azt tartják, hogy az emberek először vagányságból, a társak hatására kipróbálják, aztán rászoknak, aztán már „csak úgy” is cigarettáznak. A cigaretta szokás, van, amikor unalomból is cigarettáznak, illetve idegességből vagy azért, mert valaki magányos: *„Van, amikor szokás a cigaretta, meg unalomból”, „Ha idegesek vagy ha vki magányos, akkor cigarettázik”*. A cigarettázás okáról gondolt nézetek tehát egy kicsit árnyalódtak a foglalkozás hatására: a felsoroltak közül új elem volt az „unalomból” való dohányzás.

A dohányzás hatásai

A dohányzás hatásaival kapcsolatban több betegséget tudtak megnevezni, tehát a meglehetősen általános „káros az egészségre” információ pontosabb lett (Bórrák, tüdőrák, szemhártya, levághatják a lábát, kihullik a haja.). Különös figyelmet keltett a végtagvesztés lehetősége. A dohányzás egyéb hatásai közül a levegőszennyezést, valamint a függöny és a falak elsárgulását említették. E tekintetben tehát bővült a tudásuk: a program előtt csak a passzív dohányzást említették a dohányzás egyéb hatásai közül, a program után pedig a környezetre gyakorolt hatásáról is tudtak.

Passzív dohányzás

A passzív dohányzást változatlanul károsabbnak tartják, mint a dohányzást, és azt gondolják, hogy lehet olyan hatása, hogy valaki rászokik miatta.

A cigaretta összetevői

A dohányzással kapcsolatos ismeretek közül a cigaretta alkotórészeit kérdeztük a fókuszcsoportok résztvevőitől. Az egyik csoportban egy-két dologra tudtak emlékezni abból, amit hallottak (*„Valamilyen növénynek a kiszáritott levele. Vegyszerek. Vécétisztító van benne...”*), a másik csoportban a nikotint említették.

Társas hatások, dohányzás-prevenció

Ha kortársakat látnának dohányozni, akkor van, aki szólna nekik, van, aki nem. Van, aki hatástalannak tartaná, ha szólna az ismerősének: *„Rászólok, aztán egyik fülkön be a*

másikon ki”. A cigarettát nem fogadnák el, ha kínálnák őket, vagy elfogadnák a cigarettát, és az őket kínáló szeme láttára kidobnák a kukába. Az egyik csoportban az egyik résztvevő mesélte, hogy amikor volt a diszkóban, ott mindenki cigizett (vagy ivott), emiatt ő kellemetlen helyzetbe került: *„Úgy kellett bekunyizsam magam”*.

A program utáni beszélgetés oldottabb jellegét jelzi, hogy megkérdezték a beszélgetés résztvevőit, hogy az interjúkészítő, illetve a videofelvétel készítője cigarettázik-e. Miután válaszoltunk a kérdésre, megkérdeztük, hogy ez miért fontos kérdés. A kérdező egy konkrét példát mondott, amikor egy olyan tanárról derült ki, hogy cigarettázik, aki előtte a dohányzás káros voltáról beszélt nekik, és ezt csalódásként élte meg.

A dohányzásról szívesen kérdeznének meg leszokott dohányost.

Leszokás, függőség

A függőség fogalma mindkét csoportban helyesen fordult elő a program utáni beszélgetésekben is. A leszokást változatlanul nehéznek tartják. A nikotintapaszról nem tudtak meg számottevő újdonságot. A leszokás nehézségét az akaraterővel kötötték össze, tehát a leszokás nehézsége és a függőség kialakulása az egyik csoportban egyáltalán nem kapcsolódott össze számukra. *„Ha én rászoknék a cigire nagykoromban, nem hiszem el, hogy olyan nehéz leszokni. Nem veszek cigit és kész. Nem értem, hogy a felnőttek mit találnak nehéznek abban, hogy leszokjanak.”* A másik csoportban említették, hogy azért nehéz leszokni, mert megszokta a nikotint a teste.

A dohányzásról való leszokással kapcsolatban a cikiacigi weboldalt ismerték, tehát ez az új információ megmaradt a program után.

Társadalmi-gazdasági vonatkozások

A foglalkozások után az egyik csoportban egyértelműen maradt az a vélemény, hogy az államnak hátránya származik a cigarettázásból: *„káros, nagyon káros.”* *„de ezt nem értem, hogy miért készítik, ha káros, és miért adják el?”* A másik csoportban többen mondták azt is, hogy hátránya származik az országnak, és azt is, hogy mindkettő. Ehhez hozzátették, hogy aki szívja, *„annak rossz”*. Ebben a csoportban tehát árnyalódott az erről alkotott kép: már nem egyértelműen károsnak tartották az ország számára, hanem azt is látták, hogy előnye is származik belőle, ezt azonban nem tudták pontosabban megfogalmazni.

Az egyik csoportban spontán felmerült, hogy miért nem tiltják be a cigarettát. Szerintük erre az emberek rosszul reagálnának (*„Lehet, hogy elkezdenének tüntetni”*), illetve megpróbálnák kijátszani a jogszabályt (külföldről hoznának be cigarettát, akár úgy is, hogy a határon lefizetik az ellenőrt). Azt viszont megvalósíthatónak gondolták, hogy egyre kevesebb

üzletben legyen kapható a cigaretta. A cigaretta betiltásának pozitív következményének azt tartották, hogy *„mindenki mást csinálna, pl. a cigarettázók nagy része elkezd sportolni”*.

6-8. osztály

A program előtti ismeretek és attitűdök

A kísérleti és a kontrollcsoportok között nem volt lényeges különbség sem az ismeretek, sem az attitűdök tekintetében, így a két csoport elemzését egyszerre közöljük.

A dohányzással asszociált tartalmak

A cigaretta, dohányzás szóval spontán módon összekapcsolt tartalmak ebben a korosztályban is negatívak és általánosak voltak (Bűz, sárga fogak. Halál. Veszély. Tüdőrák. Fekete tüdő. Füst. Káros szenvedély. Környezetszennyezés. Egészségromboló.)

A dohányzás kipróbálása

A cigarettát szerintük elsősorban *„Menőzés miatt. Fiatalok azért, hogy bekerüljenek egy társaságba.”* próbálják ki, divatból, mert azt hiszik, hogy vagányok tőle. Másik oka a cigaretta kipróbálásának, hogy *„Sokan meg azt gondolják, hogy megoldódik a problémájuk”, „ezzel nyugtatják magukat”*. Volt, aki már a kipróbálást azzal magyarázta, hogy *„megvan az a kézmozdulat meg ilyesmi. Meg a nikotin hiányzik, ha nem szívják”*, tehát a kipróbálás és a cigarettától való függés összemosódik. Az, hogy valaki rászokik-e, részben attól függ, hogy milyen társasága van: *„Ha olyan a társaság, ahol nem cigiznek, akkor nem szokik rá. De ha olyan a társaság, hogy cigizik, akkor meg rászokhat.”* A kipróbálásban a családi hatás is szerepet játszik néhány résztvevő szerint: dohányosok családjában nagyobb eséllyel rászoknak a fiatalok.

A cigarettázás fennmaradása. Függőség.

A kipróbálás után azért marad fenn a szokás, mert rászoknak, és a nikotin hiányzik a szervezetnek. A függőség fogalma mindegyik csoportban ismert volt, a nikotin mellett még a drogtól, szerencsejátéktól, alkoholtól, kólától, csokoládétól való függőséget említették. A függőség azt jelenti, hogy a szervezetnek szüksége van rá, és hogy tünetek jelennek meg, ha nincs cigaretta.

A dohányzás hatásai

A dohányzás egészségre gyakorolt hatásáról a következőket említették a beszélgetéseken: halált okoz, tüdőrák, ráncos bőr, öregíti a bőrt, terhes nőknek nem is szabad dohányozni, a méhben meghalhat a kisbaba. Ezek közül a tüdőrák hangzott el mindegyik csoportban, a terhes nők dohányzásának káros volta pedig két csoportban. Rövid távú hatásai

közül a köhögést, illetve a büdös száját említették. Az is előkerült, hogy *„ha gyerek cigizik, megáll a növésben”*.

A dohányzás nyugtató hatásáról megoszlottak a vélemények. Sokan azt mondták, hogy a dohányzás megnyugtatja az embert, mások azt, hogy nem. A nyugtató hatás egy meglepő magyarázatát is hallottuk az egyik csoportban: a dohányzás azért nyugtat, mert a cigarettázás alatt meg tudják beszélni azt a problémát, ami a feszültséget okozta.

A dohányzás szinte mindenki szerint hat a testsúlyra: ha valaki cigarettázik, vékonyabb marad, a leszokás pedig hízással jár (*„Szerintem lefogy a cigarettától. Inkább nem eszik, inkább cigizik. És hogy ha meg abbahagyja, akkor sokat fog enni, és meghízik.”*) Ugyanakkor volt, aki szerint ez nem így van.

A dohányzás hatásait bemutató bábút undorítónak, ijesztőnek feltételezték, és arra számítottak, hogy *„Sárga fogak, feketés tenyerek, meg fekete tüdő”* lesz jellemző, illetve *„Ha élethű, akkor sokkoló”* lesz.

Az egészségünkön kívül a környezetünkre van hatással a cigarettázás (füst, ill. eldobott csikkek), emellett az állatokra, akik ugyanúgy beszívják a füstöt, mint az emberek.

A cigaretta összetevői

A cigaretta alkotórészeinek a következőket gondolták: nikotin, kátrány, széndioxid, cigi, szűrő, dohány (a nikotin, a kátrány és a dohány több csoportban is előfordult). A szűrőt szerintük azért teszik a cigarettába, hogy ne legyen olyan erős. A szűrős cigarettát tehát gyengébbnek tartják, *„Az erősebbet erősebbnek érzi, a gyengébbet meg megszokásból szívja”* szerintük a dohányos.

Passzív dohányzás

A passzív dohányzást ugyanolyan károsnak vagy még károsabbnak tartják. Saját életükben előfordult már, hogy a társaságukban cigarettáztak. Erre a helyzetre azt mondják, hogy szólnának, hogy zavarja őket a füst, illetve ablakot nyitnának. A beszélgetésekből azonban az derült ki, hogy amikor ilyen helyzetbe kerültek, akkor nem szóltak a cigarettázóknak.

Leszokás

A dohányzásról való leszokás minden résztvevő szerint nehéz. Abban egyetértettek, hogy le lehet szokni, általában akaraterő kérdésének tartják, hogy sikerül-e. Az egyik csoportban az volt a nézőpont, hogy fokozatosan lehet leszokni, tehát a napi cigarettaadag fokozatos csökkentésével, a másik csoportban emellett felmerült az is, hogy egyik pillanatról

a másokra. Ha valakit le szeretnének beszélni, akkor azzal indokolnák, hogy káros az egészségre, rövidebb ideig él, ha dohányzik, illetve hogy a cigaretta drága.

A leszokásról információt vagy a google segítségével szereznének, a témával foglalkozó weboldalt nem ismernek.

Társas hatások, dohányzás-prevenció

A családban sokaknál van dohányos minta, ugyanakkor sok családban előfordult már a dohányzás témája. Általában a dohányzás veszélyeiről beszélgettek, illetve hogy le kell szokni a dohányzást. Volt olyan résztvevő is, ahol ellentmondásos a családi minta: *„Anyukám cigizik, és mindig mondja, hogy ha nagyok leszünk, ne cigizzünk.”* Az iskolában látnak tanárokat is dohányozni, az iskolába menet, vagy a dohányzó helyiségben.

A barátaik közötti dohányzást az egyik csoportban tagadták, egy másik csoportban elismerték, hogy ismernek velük egyidős fiatalot, aki már dohányzik. Egymást lebeszelnék a cigarettázásról, de szerintük érvekre nincs szükség, mert az is tudja az érveket, aki cigarettázik. Arra a kérdésre, hogy elfogadnák-e, ha valaki megkínálná őket cigarettával, tagadó választ adnak. Az egyik csoportban néhányan elmondták, hogy ők már kipróbálták a cigarettát, de *„rossz volt”*, illetve *„Én egyszer, majdnem megfulladtam.”*

Két csoportban mondták azt a résztvevők, hogy a dohányzás témája előfordult tanítási órán, egy csoportban azt, hogy nem. Azt mondták a beszélgetés résztvevői, hogy iskolájukban nem is tudnák elképzelni, hogy normál tanteremben erről a témáról beszélgessenek, csak abban a teremben, ahol a fókuszcsoporthozos beszélgetés is zajlott (*„Ez ilyen nyugtató. Beszélgető terem.”*) A dohányzás témájáról elsősorban egykori vagy mostani dohányosokat szeretnének meghallgatni (*„Aki már régóta dohányzik, és már leszokott. Meg aki még dohányzik és nem tudott leszokni. Meg aki dohányzik, és nem is akar leszokni. Vagy hogy milyen volt, amikor megpróbált leszokni, hány éves korában kezdte, ilyesmi.”*)

Média, reklámok

A cigarettázással kapcsolatos reklámokról ez a korosztály is a nicorette tapasz reklámjaira asszociált. Volt, aki tudta, hogy cigarettareklámot már nem adhat a televízió. A tapasz hatékonyságát nem hiszik el: *„nem is azt reklámozzák, ami az igaz.... Lefekszik, felragassza a tapaszt, aztán... biztos újra rágyújt egy idő múlva.”* Van, aki szerint a tapaszt csak azért reklámozzák, hogy pénzt nyerjenek belőle. A tapasz hatástalansága mindegyik csoportban egyöntetű vélemény volt, más vélemény nem hangzott el a beszélgetéseken. A hatástalanságot sok esetben saját családjukból hozott sikertelen leszokási történetekkel is alátámasztották. A tapasz használatáról ugyanakkor nincsenek pontos információik: *„Egy*

napig [kell használni] – Addig, ameddig nem gondolsz rá. – Szerintem három hétig.” – Szerintem egy fél évig.”

A reklámokon kívül a filmekben látnak cigarettázást. Szerintük a szereplőtől függ, hogy fontos-e, hogy cigarettázik.

Gazdasági-társadalmi vonatkozások

A cigaretta árát az egyik csoportban 400-600 közé tették, a másikban 560-900 közé. Egy doboz árából a beszélgetésben részt vevők szerint lehetne venni csokit, chipset, élelmiszert, fülbevalót. 5-10 doboz árából pedig *„Egy cipőt is, pólót, ruhát, ennivalót is, hasznosabb dolgot. Bevásárolni belőle.”*, illetve *„A vízcsekket be lehet fizetni”*.

A fiatalabb korosztállyal ellentétben azt gondolják, hogy az országnak inkább haszna származik a cigarettázásból. A legtöbben egyértelműen azt gondolták hogy csak haszna van az ország számára a cigarettázásból, néhány résztvevő szerint hátránya. Volt, aki komplexebben látta a kérdést: *„Az az előnye, hogy sok pénz megy az államkasszába, hátránya pedig az, hogy ha idősebbek lesznek, kórházba kell kerülni.”* Az életkornak megfelelő cinikus válasz is érkezett a kérdésre: volt, aki szerint csak haszna van, arra a kérdésre, hogy ez mit jelent pontosan, azt a választ adta, hogy *„Több pénz, többen meghalnak.”*. Ebben a korosztályban is felmerült az a kérdés, hogy *„A dobozokra is rá van írva, hogy szokjanak le, akkor miért árulják?”*

A programról alkotott vélemény

Általános visszhang

A programot ebben a korosztályban is jónak tartották a résztvevők: egyrészt azért, mert jól érezték magukat a foglalkozásokon, másrészt azért, mert sokat megtudtak. Ebben a korosztályban is mindkét csoportban spontán a bábúról (vagy ahogy az egyik csoportban nevezték, a hulláról) kezdtek el beszélni (*„A bábu volt a legkirályabb”*). Felidéztek azokat a betegségeket, amelyeket a bábun láthattak, és ez volt az egyik olyan téma is, ami meglepetést okozott nekik, mert nem gondolták, hogy ennyiféle betegséget okozhat a dohányzás.

Vélemény a feladatokról

A bábun kívül a képeket, a videókat, valamint a szituációkat emelték ki, ezek voltak a legérdekesebb feladatok számukra. Olyan feladat, ami nem tetszett, a legtöbb résztvevő számára nem volt; egy valaki említette, hogy azok a feladatok nem tetszettek neki, ahol sokat kell írni. A legtöbben nem változtatnának semmit a programon, egy valaki említette a videók

minőségét, illetve egy valaki szerint sok volt a videó (ezzel a többiek nem értettek egyet). A programból nem hiányoltak semmit.

A foglalkozás idői keretét a legtöbb feladatra elégnek találták, a bábuval foglalkoztak volna még többet („*a hullával jobban eljászottunk volna*”)

A foglalkozást javasolnák másoknak.

A program által nyújtott új ismeretek

Új információ volt számukra „*a marlboro man halála. Meg hogy mik történhetnek a testünkben*”, tehát a Marlboro man halála mellett a dohányzás által okozott sok betegség. A másik csoportban a bábus látott tüneteket említették meglepőnek: „*A bábus ami volt, hogy elüszkösödhet a lábunk, amputálhatják. Hogy a mellén ilyen fekete volt, hajhullás, a szemhártyája, ráncos, a foga sárga, meg az ujját is le kellett vágni és sárga volt az ujj.*” Emellett a történeti rész jelentett újdonságot: hogy került Európába a dohány. Meglepő információnak találták azt is, hogy a vízpipa károsabb, mint a cigaretta.

Attitűdök és ismeretek a program után

A cigarettázás oka

A cigarettázás okának változatlanul azt tartották, hogy azért cigarettáznak az emberek, hogy menők legyenek, illetve társaságban cigarettáznak. A dohányzás másik oka a stressz, az emberek azt hiszik, hogy megnyugszanak tőle. Legtöbben azt gondolták, hogy nem igaz, hogy a cigarettától megnyugszanak az emberek, de volt, aki szerint igaz.

A cigaretta összetevői

A cigarettában található anyagok közül a program után többet soroltak fel, azonban a cigaretta tényleges alkotórészei közé egyebek is kerültek. A nikotint és a kátrányt mindkét csoport említette, emellett az egyik csoportban még az ammónia és az arzén került említésre, illetve a nem odavaló anyagok közül a magnézium. A másik csoportban még a „*drog*”, illetve „*szén-dioxid*” fordult elő, az első nyilvánvalóan a füves cigaretta hatására, a második pedig azért, mert a szén-monoxiddal összekeverték.

A dohányzás hatásai

A dohányzás következményei közül nagyjából ugyanazokat sorolták fel, mint a program előtt, de utaltak arra, hogy ezeket látták a bábon: „*Halál. Tüdőrák. Köhögés. Sárga fogak, szürke körmök, büdös száj, büdös kéz. Amiket láttunk azon a bábon. Impotencia, a terhességet megszakíthatja, deformálódást okozhat a babában*”

A dohányzás nyugtató hatását illetően, ahogy már említettük, nem volt egyetértés a csoportokban: legtöbben úgy gondolják, hogy nem igaz, hogy megnyugszanak tőle az emberek, viszont volt, aki szerint igaz.

A testsúlyra gyakorolt hatását a program után is így gondolták: ha valaki le akar szokni, akkor néhány kilót felszed.

Az egészségen kívül még a környezetre van hatással szerintük a cigarettázás; a program előtti állapothoz hasonlóan a füst, a csikkek és az állatok kerültek elő.

Passzív dohányzás

A passzív dohányzást még rosszabbnak tartják, mint a dohányzást. Érdekes jelenség volt ugyanakkor, hogy kiderült, hogy az egyik csoportban a passzív dohányzás fogalma nem tisztázott: szerintük passzív dohányos az, *„Aki felkel és nem bírja ki, hogy fél óráig ne gyújtson rá. Aki egyfolytában cigarettázik.”* *„Nikotinfüggők. Meg ha reggel felkelnek és ha fél órán belül rágyújtanak, akkor passzív dohányosok.”* Ez a fogalom-keveredés a program előtti fókuszcsoporton nem derült ki, akkor jól meghatározták a fogalom jelentését. A másik csoportban helyesen ismerték a függőség fogalmát.

Leszokás

A leszokást változatlanul nehéznek tartják, egyrészt a nikotinhány miatt, másrészt pedig akarat kérdésének tartják. Annak, aki le szeretne szokni, azt mondanák, hogy egyen inkább salátát vagy répát. Azt fontosnak tartják, hogy megpróbálják rábeszélni, hogy szokjon le a cigarettáról, de a végeredmény attól függne, hogy *„mennyire önfejű”* az illető.

Társadalmi-gazdasági vonatkozások

Az a kérdés, hogy az országnak előnyös vagy hátrányos a dohányzás, a program után összetettebb válaszokat hozott. Mindkét csoportban megjelentek az előnyök és a hátrányok is: *„Haszna is meg kára is, mert a boltokba megy a pénz, a levegőt meg szennyezik és magukat is.”* *Nekiünk hátrány a nagy cégeknek előny. – Magyarországnak hátrány”*

Összefoglalás

Az újonnan kifejlesztett dohányzásmegelőző program mindegyik kísérleti csoportban sikeresnek mondható: a gyerekek szívesen részt vettek a foglalkozáson, és egyes feladatok valódi bevonódást értek el náluk. Ez azért is fontos, mert a tesztelésben részt vevő egyik iskolában látható módon jelen volt a dohányzás problémája, így olyan környezetben kaptuk ezt az eredményt, ahol talán legnehezebb a hatékony dohányzás-prevenció.

A program elemei közül a dohányzás hatásait megmutató bábu volt a legnagyobb hatással a gyerekekre. Mivel szemléletesen bemutatta a dohányzás hatásait, a gyerekek számára saját élményt jelentett ezzel kapcsolatban. A beszélgetésekből kiderült, hogy szívesen foglalkoztak volna vele hosszabb ideig.

A bábu mellett a videók és a képanyag nyerte el mindegyik korosztály tetszését. Emellett nagyon jelentős, hogy a program első felében található szituációs játékokat is mindegyik csoportban szívesen végezték a tanulók.

A program módosításához nem érkezett javaslat a beszélgetések során. Egy résztvevő említette, hogy azokat a feladatokat kevésbé kedvelte, ahol sokat kellett írni.

A program által nyújtott információ közül meglepőnek és újdonságnak számítottak egyrészt a bábun bemutatott betegségek: a gyerekek meglepődtek azon, hogy mennyi betegséget okozhat a dohányzás. A másik meglepő információ a vízpipával kapcsolatos: nem gondolták, hogy az is káros az egészségre. Ezzel kapcsolatban az egyik csoportban felmerült, hogy szívesen hallottak volna többet a különböző dohányzás-fajtákról, tehát a szivarról, pipáról, és a vízpipáról, összehasonlítva a cigarettával. Több csoportban említett meglepő információ volt a Marlboro man halála.

A program hatására a cigarettázással kapcsolatos tudásszint egyes kérdésekben nőtt. Főleg a fiatalabb korosztálynál figyelhető meg, hogy pontosabb lett a tudásuk a dohányzás következményeivel kapcsolatban. A cigarettában található anyagok közül is többet tudtak megnevezni, bár itt téves információ is hangzott el. A fiatalabb korosztályban inkább a „vicces” megfogalmazásra emlékeztek a gyerekek („*vécétisztító*”).

A dohányzás okait illetően a főbb nézetek nem változtak, tehát ugyanúgy társas hatásra vezették vissza elsősorban a cigarettázást. Ugyanakkor valamennyire árnyalódott a kép: egyrészt több lehetséges okát tudták megnevezni a dohányzásnak, másrészt az egyik elfogadott ok (az, hogy a cigaretta nyugtat) megkérdőjeleződött számukra. A testsúllyal való összefüggéssel kapcsolatos vélemény nem változott a program hatására.

A leszokást a program előtt is és utána is nehéznek gondolták. A függőség fogalma a legtöbb csoportban a program előtt is és utána is ismert volt. Egy olyan csoport volt, ahol a program után a függőség és a passzív dohányzás fogalma keveredett: az idősebb korosztály egyik csoportjában a program utáni beszélgetésen azt nevezte passzív dohányosnak valaki, aki már felkelés után fél órával cigarettázik, és egyik cigarettát szívja a másik után. Domináló nézet volt, az, hogy a leszokás akaraterő kérdése. A fiatalabb korosztály egyik csoportjában a program után sem kapcsolódott össze a leszokás nehézsége és a függőségről meglévő tudás. A dohányzásról való leszokással kapcsolatban a program után ismert volt a [cikiacigi](#) weboldal.

A nikotintapasszal kapcsolatban a program előtt is és utána is szinte kizárólag negatív vélemények hangzottak el: hogy nem lehet vele leszokni, csak pénzkidobás. Ugyanakkor a tapasztalásokról az ismereteik nem voltak pontosak, és nem is kapcsolódott össze a tapasztalás és a függőség kérdése. Ezt a témát érdemes lenne részletesebben tárgyalni a programban.

A passzív dohányzást a program előtt is és utána is legalább ugyanolyan károsnak tartották, mint magát a cigarettázást. A dohányzás egyéb hatásai közül a környezetszennyezés (a levegő szennyezése, valamint az eldobált csikkek), illetve az állatokra gyakorolt hatás került elő.

A dohányzást a fiatalabb korosztály egyértelműbben károsnak tartja az egész ország szempontjából, míg a nagyobbaknál a foglalkozások előtt inkább a hasznát tartották jelentősnek. Mindkét korcsoportban árnyalódott az ezzel kapcsolatos vélemény. A cigaretta árát mindkét korosztályban pontosan tudták a gyerekek.

Mindkét korosztálynál kérdezték a résztvevők, hogy az interjú készítője dohányzik-e. Ezt azért tartották fontosnak, mert korábban előfordult, hogy egy tanárunk beszélt a dohányzás káros voltáról, és utána kiderült róla, hogy ő is dohányzik. Ez csalódást okozott a gyerekeknek, tehát ebben az esetben fontos volt az, hogy az interjúkészítő nem dohányzik. Ugyanakkor a dohányzásról szívesen meghallgatnák elsősorban leszokott dohányos véleményét, de más dohányosét is.

Összefoglalva tehát a kísérleti foglalkozások sikeresnek tekinthetők abban, hogy sikerrel bevonták a gyerekeket, érdeklődést keltettek, és hosszabb távon is fennmaradt ez az érdeklődés. Ebből a szempontból a program legsikeresebb része a bábu, illetve a szituációs gyakorlatok, valamint a videó- és képanyag. A foglalkozásokon szívesen vettek részt a gyerekek. Nyilvánvalóan az interjú helyzet befolyásolja az adott válaszokat, erősen jelen lehet a társas kíváncsiság hatása, különösen a videofelvétel miatt. Ugyanakkor a beszélgetéseken is érezhető módon bevonódtak a gyerekek a témába, így valószínűleg a társas kíváncsiság torzító hatása nem volt jelentős.

A cigarettázással kapcsolatos ismeretek több helyen pontosabbak lettek, illetve élményszerűvé váltak. Az attitűdök kevésbé változtak. Az ismeretek területén érdemes lenne a programot bővíteni a különböző dohányzási módok összehasonlításával, valamint a leszokás és a függőség összefüggésének részletesebb kifejtésével, illetve a nikotintapasszal kapcsolatos ismeretekkel.

Interjúvázlatok

A program előtti interjú vázlata (kísérleti csoport program előtt, illetve kontrollcsoport)

Interjúvázlat fókuszcsoporthoz beszélgetéshez

- A moderátor rövid bemutatkozása.
 - A gyerekek bemutatkozása.
 - A beszélgetés céljáról: a dohányzással kapcsolatos vélemények és attitűdök vizsgálata.
 - A beszélgetés közbeni viselkedési szabályok ismertetése.
1. Mi jut eszetekbe a cigaretta szóról? Mi jut eszetekbe a dohányzás szóról? Bármit mondhattok, ami csak az eszetekbe jut!
 2. Miért próbálják ki a cigit az emberek? Szerintetek kik próbálják ki a cigit?
 3. Szerintetek miért cigiznek az emberek?
 4. Szerintetek ha valaki cigarettázik, akkor menőbb lesz, több barátja lesz?
 5. Szerintetek, amikor valaki rágyújt, milyen hatással van rá a cigaretta? (Ha nincs elég válasz, segítségül:) Például ha valaki ideges, nyugtalan és rágyújt, azt a cigizés megnyugtatja? vagy ha rossz kedve van, akkor feldobja? Vagy inkább izgatószerként hat?
 6. Szerintetek a cigarettázás befolyásolja a testsúlyt?
 7. Szerintetek a dohányzás milyen hatással van a dohányzó egészségére rövid és hosszútávon?
 8. Tudjátok, hogy mi van a cigiben? És mi történik ezekkel az anyagokkal?
 9. Mit gondoltok, ha élethűen bemutatnánk nektek egy ember-nagyságú bábun, hogy a dohányzás hogyan károsítja a testet, az milyen lenne? Hogyan reagálnátok?
 10. Egészségünkön kívül mire van még hatással a dohányzás? (háziállatok, növények, környezetszennyezés)
 11. Szerintetek, ha valaki beszívja mások cigarettájának a füstjét, az milyen hatással van rá?
 12. Szerintetek a cigizést könnyű vagy nehéz abbahagyni?
 13. Hogyan győznének meg családtagotokat vagy barátotokat arról, hogy nem érdemes dohányozni? Szerintetek hogyan lehetne meggyőzni egy veletek egykorú fiataalt, hogy ne kezdjen el dohányozni?
 14. Ismeritek-e a valamitől vagy valakitől való függést? Előfordult-e valamilyen barátotokkal, családtagokkal, ismerősötökkel, hogy függővé vált valamitől vagy valakitől? Veletek fordult-e már elő ilyesmi?
 15. Beszélgettetek már családtagokban a dohányzásról?
 16. Dohányzik valaki a családtagjaitok közül? (Ha igen): És ti mit gondoltok erről?
 17. Dohányoznak a szüleitek a jelenlétetekben? Milyen gyakran? Hogy érzitek magatokat, amikor a szüleitek vagy családtagjaitok dohányoznak a jelenlétetekben? Hol fordult elő veletek leggyakrabban, hogy mások a jelenlétetekben cigarettáztak? Mit szólnátok ehhez? Jeleztétek-e és ha igen, hogyan jeleztétek a dohányzónak, hogy ez zavar Titeket?

18. Milyen gyakran láttok tanárokat iskolaidő alatt dohányozni az iskola épületében vagy az udvaron?
19. Beszélgettek ebben a tanévben valamelyik órán vagy tanórákon kívül a dohányzásról?
20. Van valaki a barátaitok között, akit már láttatok rágyújtani? Ha a legjobb barátaitok közül valaki megkínálna egy cigarettával, elszívnátok?
21. Kipróbáltatok-e már a cigarettát?
22. (Ha nem): Szerintetek ti később fogtok majd dohányozni? Mi lenne az, ami visszatartana benneteket?
23. (Ha igen): A kipróbálás óta cigarettáztatok már? Rendszeresen cigarettáztok? Miért? Milyen érzés?
24. Tudjátok, hogy mennyibe kerül most egy doboz cigaretta? Szerintetek egy doboz cigaretta árából mit vehetnétek, amire vágytok? És 5-10 doboz árából?
25. Szerintetek inkább haszna, vagy inkább kára származik az országnak abból, hogy az emberek cigarettáznak? Milyen haszna van az országnak a cigarettából? És milyen károkat okoz a dohányzás az országnak?
26. És a dohányiparnak?
27. Láttatok már cigarettareklámot? És mostanában láttatok? Hol? Milyen gyakran? Már nem reklámozhatnak cigarettát a műsorok közötti reklámokban, de szerintetek valahogy máshogy tud-e a tévé cigarettát reklámozni?
28. Milyen gyakran láttok a TV-műsorokban vagy filmekben dohányzó embereket? Szerintetek ha pl. egy filmben rágyújt a szereplő, akkor az fontos a film szempontjából?
29. Van olyan tárgyakok (póló, toll, hátizsák, stb.), amin valamilyen cigarettamárka emblémája, logója van? Szerintetek mi a célja a dohányiparnak az ilyen ajándékosztogatással?
30. Láttatok-e cigiellenes reklámokat, hirdetéseket, műsorokat? Ismertek-e dohányzásellenes weboldalt? Melyeket?

Interjúvázlat program után

Interjúvázlat fókuszcsoporthoz beszélgetéshez

Bevezetés

- Mivel a moderátor és a gyerekek bemutatkozása már megtörtént, ezért rövid visszautalás az elő-fókuszcsoporthoz tapasztaltakra
- A beszélgetés jelenlegi céljáról: a dohányzás-megelőzési programmal kapcsolatos vélemények és attitűdök vizsgálata
- A beszélgetés közbeni viselkedési szabályok ismertetése

A dohányzás prevenció programról általában

1. Az elmúlt napokban egy új programkeretében beszélgettetek tanórán (vagy tanórákon kívül) a dohányzásról. Összességében hogy **érezte magát** a program alatt?
2. Mi volt az **összbenyomások/vélemények** a foglalkozásról?
3. Mi minden **új tanultat** a foglalkozáson?
4. Melyik **feladattípus** tetszett a legjobban? Miért?
5. Melyik feladattípust tartjátok a leghatásosabbnak?
6. Volt olyan feladat, amelyik nem tetszett? Melyik? Miért? Hogyan lehetne úgy átalakítani, hogy tetszen?
7. Milyen más feladatot javasolnátok annak a témakörnek a feldolgozására?
8. Szerintetek hogyan lehetne még hatásosabbá tenni a foglalkozást?
9. Milyen hatást váltottak ki belőletek a képek és animációk?
10. Milyen hatást váltottak ki belőletek a filmrészletek?
11. Milyen hatást tett rátok az az ember-nagyságú bábu, amin élethűen bemutatták nektek, hogy a dohányzás hogyan károsítja a testet? Hogyan reagáltatok rá? Szerintetek hatásosan mutatja be a bábu a dohányzás okozta betegségeket?

A dohányzással és hatásaival kapcsolatos ismeretek és attitűdök

1. Mi jut eszetekbe a cigaretta szóról? Bármit mondhattok, ami csak az eszetekbe jut!
2. Szerintetek miért cigiznek az emberek?
3. Szerintetek a cigizést könnyű vagy nehéz abbahagyni?
4. Szerintetek a dohányzás milyen hatással van az egészségetekre rövid és hosszútávon?
5. Egészségünkön kívül mire van még káros hatással a dohányzás?
6. Tudjátok-e, hogy mi van a cigiben? Milyen anyagokat juttat a dohányos a szervezetébe?
7. Szerintetek a cigarettázás befolyásolja a testsúlyt?
8. Szerintetek, ha valaki ideges, nyugtalan és rágyújt, azt a cigizés megnyugtatja?
9. Szerintetek az ország számára a cigarettából származó adóbevétel vagy a dohányzás okozta költségterhek nagyobbak? Vagyis inkább haszna, vagy inkább kára származik az országnak a rengeteg cigifogyasztásból? És a dohányiparnak?

Ha marad még idő további kérdésekre:

Családi és kortárhatások

31. Hogyan győznének meg családtagokat vagy barátokat arról, hogy nem érdemes dohányozni? Szerintetek hogyan lehetne meggyőzni egy veletek egykorú gyereket/fiatalt, hogy maradjon dohányzásmentes?
32. Ha a legjobb barátaitok közül valaki megkínálna egy cigarettával, elszívnátok?
33. Szerintetek ti később fogtok majd dohányozni? Mi lenne az, ami visszatartana benneteket?

Passzív dohányzás és hatásai

34. Szerintetek, ha beszívjátok mások cigarettájának a füstjét, az árt nektek?
35. Szerintetek, ha egy étteremben vannak dohányzó és nem dohányzó asztalok, vagy van pl. elszívó berendezés, az megvédi a nemdohányzókat a dohányfüst ártalmaitól?

Média és reklámok

36. Milyen gyakran láttok a TV-műsorokban vagy filmekben dohányzó embereket? A filmekben megjelenő dohányzásnak vajon mi van a hátterében?
37. Szerintetek mi a célja a dohányiparnak az ingyenes ajándékosztogatással?
38. Ismertek-e dohányzás ellenes weboldalt? Melyeket?

Jegyzőkönyv

3-5. osztály

Kísérleti csoportok program előtt

Práter utcai iskola, 3. osztály, program előtti interjú (2. kazetta)

Bemutatkozás.

Mi jut eszetekbe, ha azt halljátok, hogy cigaretta vagy dohányzás?

Káros a szervezetnek. ... szennyezi a levegőt. Halált okozhat. Besárgul a fogad. Elöregedik (?) a bőr. Rákot is okozhat.

Miért próbálják ki mégis az emberek a cigarettázást?

Azzal adják ki a feszültségüket.

A fiatalok azért cigiznek, mert olyankor azt hiszik, hogy vagányok.

Aki kipróbálja, milyen érzés lehet először?

Először rossz. Elkezd köhögni.

Szerintem nagyon rossz lehet.

Kipróbálják, utána megszokja a szervezetük, megszokják, hogy cigiznek.

Meg füstöt adnak ki, amikor cigiznek a tüdőből.

Azért nem jó a tüdőnek a füst, mert akkor nem tud olyan gyorsan futni, elfárad nagyon.

Káros a szervezetnek.

És hamarabb meg fognak halni.

És aki nem tudja, hogy neki nem jó a szervezete, és kipróbálja, akkor nem tudja, hogy halált okozhat (?)

Az a leg....

Az emberek tudják, hogy milyen egészségtelen a cigaretta?

Tudják, mert rá van írva a dobozra (többen), hogy a dohányzás káros a szervezetre, halált okozhat.

Van, aki nem tud elaludni a cigi nélkül.

Meg meg is lehet fulladni.

Meg a szobában bűdös lesz, és a gyerekek szívják a cigarettafüstöt.

(családi dohányzást említik)

Ha sokat sportolsz, és nem cigizel...

Papám 18 éves kora óta dohányzik, most 35, és már köhög és fullad. És mondtam neki, hogy ne szív, mert halált okozhat.

Meg azért nem szabad cigit szívni, mert ha valaki terhes, a kisbaba beszívhatja.

Ha valaki cigizik, és beszív, káros, olyan, mintha te is cigiznél.

Miért cigarettáznak mégis?

Azért, mert nem tudják abbahagyni. Ha nem cigiznek, rosszul vannak.

És rászoktak, nem tudnak róla leszokni, mert nem cigiznek, akkor nem bírják ki.

(családi példák említése)

Tapasz. Anyu megvett, mindenhova ragasztott magára, és nem hatott neki.

A tapasztalás nélkül is le tudnának szokni.

(saját család: vki le tudott szokni; egyéb dohányos példák említése)
(testvér is cigizik, egy szobájuk van, mindig rámegy a füst)

mit szoktatok csinálni, ha vki cigizik, amikor ti is ott vagytok?

Köhögni

Ablakot nyitni.

Eloltom a cigijüket, és eltöröm.

A gyerek beszívja a tüdőjébe a cigifüstöt, és akkor el kell menni az orvoshoz.
(Saját tapasztalatok: utcán cigiző gyerekek)

Fiatal cigarettázónak mit mondanátok, hogy miért szokjon le?

(Saját családról beszélnek)

azt mondanám neki, hogy szokjon le, mert káros a szervezetnek, inkább sportoljon, ne cigizzen. Én nagykoromban se fogok cigizni.

(többen is ezt mondják)

Én azt mondanám, hogy ne cigizzen, mert káros a szervezetnek, meg is lehet halni tüdőrákban.

A szervezetének is káros, rákot is okozhat, és fiatalabb a szervezete, és káros.

(saját tapasztalatok)

Ha megérezem a cigifüstöt, fulladok.

Ha lenne egy életnagyságú bábu, az milyen lenne?

Nagyon rossz lenne.

Ha látnátok egy ilyen bábút, mit csinálnátok?

Elfutnék. Kimennék.

Említettétek, hogy nagyon nehéz leszokni.

Felnőtteknek, igen, mert ők már régóta cigarettáznak. Azt úgy nevezik, hogy rászokott, és nem bír leszokni.

Anyu is azt mondta, hogy nem cigizik, mert tízezrek mennek cigire, és mégis cigizik.

Meg el is rohadhatnak tőle a fogak.

Testsúly?

Igen, soványabb lesz. (többen)

Vérszegény lesz a cigarettától.

Az egészségen kívül mire van még hatással?

Ha cigiznek melletted és beszívod, akkor is tiszta fekete lesz a tüdőd.

A levegőbe károsítja és a gyerek beszívja, és ha nagykorában is beszívja, ő is cigizhet.

Fiatalnak mit mondanátok?

(saját élményekről beszélnek)

Én azt mondanám, hogy tegye le a cigit, és kérjen segítséget, hogy mivel tudna leszokni. Úgy kell leszokni a cigarettáról, hogy szívja be a levegőt, aztán ki, és aztán megnyugszik. Saját élmény: édesapja cigizik, de a kistestvér miatt kimegy cigarettázni, és becsukja az ajtót, hogy ne menjen be a füst.

Ha cigiznek körülöttem, akkor rámeleg a bőrödre, a ruhádra, és érezni. (egyik tanárt említik példának, akin érezni, ha a dohányzóba bemegy)

Cigiznek és beszélnek, és büdös a leheletük.

Tanárokat láttok cigizni (az iskolában)?

Nem.

Az iskolában a fiúk a fiúvécében cigiznek, a lányok meg a lányvécében.

Igen. Bele van dobva a csikk a vécébe.

És ki szoktak menni az udvarra cigizni.

A felsősök mindig nálunk szokták szívni a cigit a vécében, és ott dugják el a csikket.

Tanórán beszélgettetek a dohányzásról?

Igen. Magyar- környezetórán. Meg a tűzről, hogy az is milyen káros. És ha nem jól gyújtod el a csikket, akkor tüzet okozhat.

Másodikban meg elsőben volt egy rendőr néni, vele mindig beszélgettünk a dohányzásról is.

Az egyik barátom tíz éves és már dohányzik. (elmeséli, hogy egyszer felgyújtott egy terítőt)

Ha valaki a barátaitok közül valaki cigarettázna, mit mondanátok?

Azt, hogy tedd el, mert nem leszek a barátod, én nem foglalkozok cigizőkkel.

Én azt mondanám neki, hogy a tüdődre is káros.

Én azt mondanám neki, hogy nem leszek a barátod, azért, mert cigizel.

A ciginél van még csúnyább is, a drog (erről beszélnek pár percig)

Hogy hívjuk azt, ha valaki megpróbál leszokni a cigarettáról, vagy ezekről a drogokról, és nem tud?

Függőség.

Mitől még?

Kólától még, csoki, kokain.

(ismét a kábítószerrel beszélnek pár percig)

Filmekben láttatok cigarettázó embereket?

Igen, reklámokban is.

(konkrét filmeket említene)

Ezekben a filmekben muszáj, hogy a szereplő cigarettázzon?

(konkrét filmekről beszélnek)

Térjünk vissza a cigarettázáshoz. Ha egy barátotok ha megkínálna titeket cigarettával, mit csinálnátok?

(többen): nem fogadnák el

Azt mondanám, bocs, de megyek haza.

Én azt mondanám, hogy én sportos vagyok, és ha cigizek, elhanyagolom magamat, és nem hanyagolhatom el magam.

Én azt mondanám, hogy nem, és ha továbbra is cigizel, akkor nem leszek a barátod.

(saját élmények cigiző szomszédról, gyerekről)

Van közöttetek, aki esetleg már kipróbálta a cigarettát?

Dehogysis!

Tudjátok, hogy mennyibe kerül egy doboz cigaretta?

500, 490, 455 (többen mondanak kb. ilyen összeget), 790

Egy doboz cigaretta árából mit lehetne venni?

Kenyeret, tejet, ebben a mai világban egy kenyeret.

Öt vagy tíz doboz cigaretta árából?

Abból sok mindent.

Egy doboz cigarettában 20 szál van.

Nem igaz, 19.

22. (erről vitatkoznak)

A karton az már tízezer meg húszezer forint. Abból már gyümölcsöt...

(saját élmények)

Régebben ezer forintból meg lehetett venni egy boltot. Egy kocsit.

Az én apukám nem cigizett, és mégis rákos lett.

Az országnak inkább kára van a cigarettából, vagy inkább haszna?

Kára. (többen)

Milyen kára?

Rák.

Mert mennek az utcán, és aki nem cigizik, és jön vele szemben, aki cigizik, érzi a cigifüstöt, és ő is akar szívni.

És olyan is volt, hogy valaki direkt ráfújta valakire a cigit, és ment tovább.

Van-e olyan tárgyak, amin valamilyen cigarettamárka szerepel?

Nincs.

Nekem egy forma-1-es pólóm, rajta van, hogy Marlboro.

És olyan telefon is van, ami olyan alakú, mint a marlboro.

Miért vannak ilyen tárgyak?

Hogy cigizzenek az emberek.

De ezt nem értem. Leírják, hogy a dohányzás káros, meg lehet tőle halni, de akkor miért készítik ezt a cigit?

Az van, hogy reklámozzák ezeket a cigarettákat, hogy egy csomó ember szívja őket, és kidobjanak ezeket cigarettára.

(Tapasz)

Tapaszreklám. Saját tapasztalat: apu is vett, tett mindenhova.

Van, akinek hat. És aki egy éve cigizik, annak már megszokta a szervezetet.

Internet. – ismertek-e ilyen oldalt?

Tapasz oldala.

Orvosos oldal.

www.dohanyzasleszokas.hu

be kell írni a google-ba

Még valami hozzátennivaló?

Cigarettával kapcsolatos hozzáfűznivaló nem volt.

Köszönöm a beszélgetést.

Újvidék téri iskola, 5. osztály, program előtti fókuszcsoporth (5. kazetta)

Bemutakozás.

Mi jut eszetekbe a cigarettázásról?

Az én papám dohányzik.

Szívni kell.

Füstöl.

Büdös.

Egészségtelen. Káros.

Halál.

Milyen hatással van az emberre, ha cigarettázik?

Rossz hatással.

(saját példa: edzőtárs cigizik, amióta cigizik, lassabban csinálja a dolgokat) Szerintem lelassítja a szervezetet.

Legyenül a szervezet, betegségek, rák.

Miben káros pontosan?

Árt a szervezetnek.

Rövid távú hatások?

Megnyugtatja.

Megnyugtatja. Erről mit gondoltok?

Ez nem igaz.

Fulladást is okozhat.

Meg állítólag valaki cigarettázás után jobban érzi magát.

Erről mit gondoltok? Volt, aki azt mondta, hogy jobban érzi magát, aki cigarettázik, volt, aki azt, hogy megnyugtatja.

Szerintem ezek nem igazak. Egyik sem.

Én ezt azért mondtam, mert ismerek olyat, aki cigizik, és megkérdeztem, és nekem ezt mondta (hogy megnyugtatja)

Van olyan ember, aki bánatában cigarettázik.

Miért próbálják ki az emberek a cigarettázást?

Azt érzik, hogy vagányabbak.

Az ismerősei és a barátai cigarettáznak, és akkor ő is. Hogy ne legyen különc.

Vannak olyan barátaim, akik cigiznek, és folyton azt mondják, hogy cigizzek. De mondom, hogy sportolok, és nem találom értelmét (annak, hogy cigizzek). Folyton azzal piszkálnak.

Mennyire könnyű leszokni?

Semennyire.

Érdeemes megpróbálni, de nagyon nehéz. (saját példák: pl. papának már tüdőrákja is van emiatt)

... csak pénz.

De úgyis elköltöd másra azt az ötszáz forintot.

Inkább akkor édességre, gyümölcsre... Igen, de legalább nem arra.

Tényleg, azt tudjátok, mennyibe kerül egy doboz cigaretta?

500, 600, 700

Egy doboz cigi árából mi mást lehetne venni?

Kaját. Gabonafélét, zöldséget, gyümölcsöt. Pl. a piacon egy kiló eper 600 forint

Öt- vagy tíz doboz cigaretta árából?

Egy kisebb bevásárlás.

Abból megvan a napi kaja. Az ebéd.

Benzint.

Ruhát, ékszer, cipőt.

Élelmiszert.

Egy jó nagy tüdőrákot.

Bábu, ha lenne, milyen lenne?

Szép fekete.

A vérkeringése is egyre lassabb lenne.

Milyen lenne ez a bábu. Ha látnátok, hogy reagálnátok rá?

...

Undorodnák, az biztos.

Szokjon le mindenki a cigiről.

Ezt miért mondod?

Aki mellett cigiznek, az tökmindegy, hogy cigizik-e vagy nem, mert az rosszabb, mint aki dohányzik. Aki passzív dohányos.

Passzív dohányzásról mit gondoltok?

Pl. ha vki a lakásban dohányzik, és nem megy ki, volt, hogy éreztem, mikor hazamentem, hogy milyen büdös van.

15'36 (a felvétel rossz minősége miatt a többbit nem hallom)

Kísérleti csoportok program után

Újvidék téri iskola, 5. osztály – 6. kazetta, 1.

Hogy tetszett?

Az egész program jól ki van találva, jó volt.

Volt az a bábu...

Mi volt az, ami legjobban tetszett?

A kérdések.

Az a bábu. (többen)

Milyen volt az a bábu?

Érdekes. Különleges.

Milyen volt, amikor először megláttátok?

Hát, elég vicces.

Én megijedtem tőle.

Ezt vártátok kb.?

Nem. Rosszabbnak.

Én azt gondoltam, hogy mindene meglesz rendesen, a veséje is.

...

Volt, ami nem tetszett?

Szerintem nem volt. (többen)

Én mindegyik feladatnál jól éreztem magam.

Én is.

(kiscsoportos feladatok ismerősek nekik)

lehet egy kérdésem? Önök nem tetszenek cigizni?

Nem cigizem. Ez miért fontos?

Mert érdekes, ha valaki olyan csinálja ezt, aki cigarettázik (konkrét példát mond: erdei iskolában derült ki egy tanárról, aki mondta, hogy rossz a cigarettázás, hogy cigizik.)

Kinek a véleményére lennétek leginkább kíváncsiak?

Leszokott dohányos.

...

nekem mindegy, csak ne a szüleim.

Volt-e újdonság, amit tanultatok?

Tubákolás. Ismerős volt a szó, de nem tudta pontosan, mi az. Érdekes volt.

Volt az a bábu és a lábán voltak sebek és ...

A sok betegség, ami rajta volt.

....

hogy ilyen sok betegséget okozhat.

Dohányzás hatásai?

(azt hallotta, hogy a mai negyvenesek rövidebb ideig fognak élni, mint a mai ötvenes-hatvanasok)

Az volt meglepő, hogy a vízpipa 50x ártalmasabb.

Tudtam, hogy a vízpipa káros, de hogy ennyire, azt nem gondoltam.

Azt nem tudom, hogy a szivar károsabb vagy a cigaretta. Azt mondják, a szivarban több káros anyag van.

Én azt hallottam, hogy a cigaretta azért károsabb, mint a szivar, mert...

Nekem azt mondták, hogy a pipa...

Én az t hallottam, hogy a vízpipában egy szívás annyi, mint száz cigi.

Miért fontos, hogy melyik károsabb?

(saját élmények vízpipázásról)

Van-e olyan, amelyik nem annyira káros? (vízipipa, pipa, szivar, cigaretta közül)

...

Én úgy látom, a különböző típusok érdekelnek titeket. Erről még szívesen hallottatok volna, ugye?

Videók, képek, hogy tetszettek?

...

(dohányos arckrém)... az nagyon tetszett.

(nicorett tapaszos)

Nicorett tapasztól mit tudtatok meg?

Semmit.

Könnyebb leszokni vele.

Nehéz leszokni v könnyű?

Nehéz

Miért?

Hogy hívjuk, ha vki annyira hozzászokott, hogy hiányzik a szervezetének?

Nikotinfüggőség

Le tud vki szokni a cigarettázásról?

Nagy akarattal

Ha ő is akarja

(saját példa, ... hogy szokott le)

Ha én rászoknék a cigire nagykoromban, nem hiszem el, hogy olyan nehéz leszokni. Nem veszek cigit és kész. Nem értem, hogy a felnőttek mit találnak nehéznek abban, hogy leszokjanak.

...

Ismertek-e weboldalt?

Cikiacigi

Nem lehetséges, hogy egyszer azt fogják csinálni, hogy betiltják a cigaretta árusítását? Mi lenne, ha nem forgalmaznák a cigit?

Szerintetek mi lenne a következménye, ha betiltanák a cigarettát?

Negatív az lenne, hogy az emberek hogy reagálnának rá. A pozitív, hogy mindenki mást csinálna, pl. a cigarettázók nagy része elkezd sportolni.

Lehet, hogy elkezdenének tüntetni.

Szerintem egyre kevesebbet kéne árusítani.

Nem mindegyik üzletben lehetne kapni cigit.

...

mondjuk ha otthon természeténél a cigarettát, az meg nem jó. Nem lenne...

Mit jelent, hogy rosszul reagálnának az emberek?

Az emberek fellázadnának.

Ha itt megszüntetnék, akkor még külföldről tudnak cigarettát szerezni. (erről beszélnek pár percig) még az is lehet, hogy a határon fizetnek az ellenőrnek, hogy áthozzák.

...

milyen anyagok vannak a cigarettában?

Valamilyen növénynek a kiszáritott levele.

Vegyszerek. Vécétisztító van benne...

Hogy hívjuk, amikor folytonossá vált a cigarettázás?

Függőség.

Vannak olyanok, akiket a cigizés nem nyugtatja meg, hanem a kábítószer.

Államnak inkább előnye v hátránya

Hátránya (többen)

Mindkettő (többen)

Aki szívja, annak rossz.

Akkor miért cigarettáznak az emberek?

Vagányságból először, aztán rászoktak, utána csak úgy,

Én úgy vagyok vele, hogy nagy hülyeség, nem találok értelmét.

Ha vki megkínálna cigarettával?

Lenne a közelben szemetes, elfogadnám és kidobnám.

...

ha megtudnátok vkiről, aki egykorú veletek, hogy cigizik, mit csinálnátok?

(saját példák, környezetben 11-13 éves cigizők)

Kellene velük vmit csinálni?

Rászólok, aztán egyik fülükön be a másikon ki.

Ha a ... lenne szó, úgy állcsúcson verném, hogy ...

Én azt hallottam, hogy ha csak a füstöt érzi, az még ártalmasabb.

Én úgy tartom, hogy ez magánügy, de ha közöttünk cigizik, és azt mondom neki, hogy ne cigizzen... szerintem nem rám tartozik,

De ha a legjobb barátod, csak szólsz neki.

Télen voltunk diszkóban, és mindenki cigizik. Nem kaptam levegőt.

Aki nem cigizett, az ivott. Úgy kellett bekunyizsam magam.

Még valamit szeretnétek hozzátenni?

Ne cigizzen senki.

Köszönöm a beszélgetést.

Práter u., 3. osztály (7. kazetta, 2. felvétel)

Hogy tetszett nektek ez az óra?

Jó volt. Nagyon tetszett. (a báburól beszélgetnek spontán)
A fogai sárga lesz, rákos lesz, a melle... a tüdeje fekete lesz, a lába... csak négy lábujja van.
Meg .. az ér. A lába meg ilyen zöldes micsodás volt, sebes.

Tetszett az a bábu?

Igen.
...benyomta a szemét a babának.

Hogy tetszettek a képek?

És volt az a dagadt néni, aki ült a fotelben, unatkozott és cigizett.
Meg hogy egy bácsi a kislányával nézte a tévét, akkor is cigizett, amikor... akkor is, amikor építkezett, akkor is.

Melyik feladat tetszett a legjobban?

Hogy el kellett játszani ilyen dolgokat.
Beszélgettünk, hogy mit jelentenek. Meg eljátszottuk, hogy cigiznek és...
(az egyik szituációról beszéltek)

Volt film, az ősemberes.

Volt-e olyan feladat, ami nem tetszett?

Nem volt.
de mi mindenkinél előbb csináltuk meg a képet...

kiscsoportban dolgozni hogy tetszett?

Jó volt

Mi volt meglepő?

Semmi
Nekem az volt a meglepő, hogy ha szívja vki a cigit, akkor ... de néztük, hogy a szemmel, tüdővel, lábbal, kézzel, mellel is lesz baj.

Milyen betegséget okozhat?

Rák, tüdő, leamputálják a lábát.
De nem volt ujja.

Mi van a cigarettában?

Nikotin.

Leszokni könnyű v nehéz?

nehéz

... egy csomó tapaszt vett, és nem tudott leszokni. Három hétig nem cigizett, aztán visszazokott.

Azért nehéz leszokni, mert ideges lesz, vagy magányos, és akkor cigaretta.
(saját élmények, ki hogy kért cigit)

miért nehéz leszokni?

Megszokta a nikotint a teste. És ha le akar szokni, akkor kívánja.
És ha nem elég erős, nem tud leszokni.

Ha vki ideges, megnyugtató a cigaretta?

Igen. (saját példák)
Van, amelyiket nem.

Vettünk cigirágót, és meggyújtotta az unokatesóm és égett.

Ha valakinek erős a szervezete, akkor bírja a cigarettát? (saját példákra reagálva)

Igen.

Ez így van?

Igen

Nem így van

Ha vkinek nem olyan a szervezete, akkor is szívja a cigarettát, mert vagány akar lenni, érted?
Annak nem kell erősnek lenni, hogy szívja a cigit.

Ha vki nem cigarettázik, de mellette cigarettázik vki?

Jobban káros, mintha szívna a cigit, mert a füst többet okoz.

Az már enyhe dohányzás.

Ha vki beszívja a füstöt, lehet, hogy megkívánja a szervezete, és ő is fog cigarettázni.

Milyen hatása van még a ciginek az egészségünkön kívül?

Bőrrák, tüdőrák, szemhártya, levághatják a lábát, kihullik a haja.

Szennyezi a levegőt.

És ha itt cigizel, a függöny besárgul, a fal besárgul, az ajtó is.

Szennyezi a környezetet. Sok ember eldobálja a cigarettacsikket vagy csak a felét szívja el.
(saját élmények)

miért cigarettáznak az emberek?

Idegesek.

A fiatalok azért, mert a barátaik...

(kihívják őket reggelizni)

(7/3. felvétel)

Van, amikor szokás a cigaretta, meg unalomból

Ha idegesek vagy ha vki magányos, akkor cigarettázik.

(saját élmények, füvezésről, cigizésről)

Az országnak inkább káros v. hasznos?

káros, nagyon káros

de ezt nem értem, hogy miért készítik, ha káros, és miért adják el?

Azt sem értem, hogy miért árulnak drogot, ha elkábulnak tőle

Vki mondta, hogy a pipa nem olyan káros. Mit gondoltok erről?

A víz pipa károsabb.

A sima pipa is.

(saját élmények vízpipáról)

Kontrollcsoport 3-5. osztály

Práter utcai iskola, 3. osztály (3. kazetta)

Bemutakozás

Cigaretta szóról mi jut eszetekbe?

Károsítja az egészséget.

Nikotin.

Ha cigiznek, füst van, bűdös van.

Öregíti a bőrt.

És halált okoz.

Miért próbálják ki az emberek a cigarettát?

Nikotinhiányuk van.

Mondják nekik, hogy próbálják ki.

Ki próbálja ki?

Felnőttek, kisgyerekek.

(saját élmények)

Elég sokan kipróbálják...

Belehalnak.

Szerintetek miért dohányoznak mégis az emberek?

Mert meglátnak egy embert, akik cigiznek, és ők is.

Nagyon sűrűn cigiznek az emberek, és akkor ők is.

Fekete lesz a .. a cigitől.

Kipróbálja, azt hiszi, hogy finom.

Milyen hatásai lehetnek annak, ha valaki cigarettázik?

Köhögni fog tőle

Bűdös a füsttől

A tüdeje fekete lesz

Hosszabb távon milyen hatásai lehetnek.

A tüdő...

Ha lenne egy olyan bábu, amin megmutatnánk nektek, hogy milyen hatásai lehetnek a cigarettázásnak, az milyen lenne?

Jó lenne

Rossz lenne

...

Hogy hívjuk, amikor valaki nem tudja abbahagyni, mert rászokik?

Függő.

Ismertek más függőséget is?

Drogfüggőség (többen)

Kokain.

Aki cigarettázik, mit mond, miért cigarettázik?

Van, amikor valaki cigarettázik, és más beszívja a füstöt...

Amikor más cigarettájának a füstjét beszívjuk, az milyen hatással van?

Káros. (többen)

Megnyugtatja az embereket a cigarettázás?

Dehogyan! (többen)

Felpörgeti őket?

Van, aki azt mondja, hogy azért nem szokik le, mert akkor meghízik.

És ez igaz, hogy a cigarettázás hat a testsúlyra?

Igen.

Tehát akkor azt mondjátok, hogy van, akit felpörget a cigaretta, és nem nyugtat meg senkit.

Hogyha idegesek, akkor szokták szívni.

Miért cigarettázik, aki ideges?

Lenyugtatja.

Családban van, aki dohányzik?

Igen (többen, sorolják, hogy kik)

Mit mondanátok a cigarettázó családtagoknak?

Ne cigizzetek. (többen)

Mert sárga lesz a fogad.

...

Szokjon le.

Könnyű leszokni a cigarettáról?

Szerintem nem. (többen)

Nikotintapasz. Reklámból.

Mit gondoltok róla?

Nem hatásos.

Csak pénzpazarlás.

Honnan lehet infóhoz jutni?

Gyógyszertárból.

Egy doboz cigaretta mennyibe kerül?

5-600, 800, 550.

Egy doboz cigaretta árából mi mást lehetne venni?

Ruhát. Gyújtót. Gyrost. Sütit. Ezt-azt.

És 5-10 doboz árából?

Cipőt. Egy... kaját. ...Ceruzát, tolltartót, festéket...

Az országnak inkább káros vagy hasznos?

Káros. Károsítja a bőrt. Meg a fogaidat.

Szennyezi a levegőt.

Főleg akkor, amikor ez a gazdasági válság van.

Én azt nem értem az emberekben, miért nem inkább valami értelmes dologra költik a pénzüket.

Az egészségi hatásokon kívül van-e más hatása?

(beszélgessünk a drogról!)

Maradjunk a cigarettánál!

Fiatalnak mit mondanátok, aki cigarettázik?

Mondanám, hogy ne szívjátok.

(saját élmények)

Ne dohányozz, mert halált okoz.

Családban beszélgettetek a cigarettázásról?

Nem. Igen. (mindkettőt többen)

Aki már beszélgetett, milyen témák kerültek elő?

17 éves kor alatt nem is szabad dohányozni. (saját élmények: 12 éves unokatestvér már cigarettázik. És minden drogot kipróbált már...)

Itt az iskolában a nagyok is cigarettáznak. (többen több példát mondanak)

Füveznek itt az iskolában.

És órán előkerült a cigaretta?

Igen.

(saját élmény dohányzó iskolatársról)

Tanárokkal beszélgettetek a cigarettázásról?

Nem.

Tanárokat láttok cigarettázni?

Igen.

Ritkán szokott.

Ha benneteket megkínálna valaki cigarettával, mit csinálnátok?

Kivenném a kezéből és eltörném.

Van valaki, aki már kipróbálta a cigarettát?

(kábitószertéma előkerül)

Mi van a cigarettában?

Károsítja a levegőt.

És károsítja több szervünket is. Köhögünk meg ilyenek és így hamarabb meg fogunk halni.

Mert a dohányzás halált okoz.

(saját élmény)

Mi van a cigarettában?

Nikotin.

Dohány.

Kérdezhetek valamit? Ön cigizik?

Én nem.

És Ön.

Én sem.

Ez miért volt fontos?

... (nem hallom rendesen)

Ha beszélgethetnétek itt az iskolában a cigarettázásról, miről szeretnétek beszélgetni?

Az iskolában majdnem az összes gyerek cigizik, több gyerek cigizik, mint tanár.

A tanárok is cigiznek.

Csak táborban cigiznek.

Ha zavar titeket valaki más cigarettájának a füstje, akkor mit szoktatok csinálni?

Elmegyek onnan.(többen)

(saját élmények)

Én elmegyek, kinyitom az ablakot.

(saját élmények – iskolai dohányzás)

Ha lenne szó az iskolában a cigarettázásról, akkor miről szeretnétek hallani?

Semmiről, én kimegyek.

Hogy nem szabad cigizni.

Kitől szeretnétek?

Inkább a szüleinktől (többen)

(felborul a beszélgetés rendje: játszani akarnak)

Reklámok.

Tapasz.

Cigarettamárkás dolguk van-e.

Van.

Nincs.

6-8. osztály

Kísérleti csoportok program előtt

Práter utcai iskola, 6. osztály (1. kazetta)

(eleje hiányzik)

Úgy hallom, hogy egy csomó negatív dolgot mondtatok, ugye? Akkor szerintetek miért próbálják ki mégis a cigarettát az emberek?

Mert ezzel nyugtatják magukat.
Hobbiból.

Hobbiból? Ezt hogy érted? Ez mit jelent, hogy hobbiból?

- Szerintem megvan az a kézmozdulat meg ilyesmi. Meg a nikotin hiányzik, ha nem szívják.

- Valaki meg divatból is csinálja.

Ez mit jelent, hogy divatból?

- Hát, azt hiszi, hogy vagány tőle.

Kik próbálják ki szerintetek a cigarettát?

Gyerekek.

Felnőttek.

Középkorúak

Tizenhattól, ...

Szerintem akinek a szülei dohányoznak, ő is dohányozni fog.

Nem biztos.

Szerintem se

Aki egyszer kipróbálta a cigarettát, az miért folytatja?

- Függő lesz.

Az mit jelent, hogy függő lesz?

- Rászokik nagyon a cigarettára. Rossz, hogy nem megy nikotin a szervezetébe

És az miért rossz? Mi történik akkor, ha nem megy nikotin a szervezetébe?

- ideges lesz.

- feszült.

Ha valaki elkezd cigarettázni, akkor azt könnyű abbahagyni, vagy nehéz?

Többen: nehéz!

Miért nehéz abbahagyni?

Mert ha kimegy az utcára és nagyon sok ember dohányzik, és bemegy a boltba, látja a cigarettát, megveszi,..

És naponta elszív egy fél dobozzal vagy eggyel, akkor ugyanúgy feszült lesz, hiánya lesz belőle, úgy érzi a szervezete.

Például ha valaki cigarettázik, akkor a testsúlya változik?

Igen, fogy.

Vékonyabb lesz, és a szeme alatt ilyen fekete lesz.

Szerintem lefogy a cigarettától. Inkább nem eszik, inkább cigizik. És hogy ha meg abbahagyja, akkor sokat fog enni, és meghízik.

És hogy ha valaki abbahagyja, akkor

- azzal pótolja a cigarettát

- ha nem nyúl a cigihez, akkor inkább eszik.

Ha valaki cigarettázik, akkor több barátja lesz?

Szerintem nem, mert valaki nem szereti a füstöt, valaki mondjuk igen

Az egészségre milyen hatása van a cigarettának, rövid távon is meg hosszú távon is?

Mondtatok már néhány dolgot

- tüdőrák, halálos, ráncos bőr, öregíti a bőrt, terhes nőknek nem is szabad dohányozni, a fiatalok..

Ha látnátok egy olyan bábut, amin be van mutatva, hogy milyen hatása van a cigarettának, az milyen lenne? Milyen lenne az a bábu szerintetek?

- Undorító.

És ha megmutatnák nektek, akkor hogy reagálnátok rá?

- Fúj! (nevetés)

Egyébként mi van a cigarettában?

Nikotin, kátrány, széndioxid, cigi, szűrő, dohány.

A szűrőt miért teszik a cigarettába?

Ne legyen túl erős

Jobb, ha vki a gyengébbet szívja?

Ugyanolyan, csak mást érez.

Nem, mert az erősebben több ezek a nikotin meg ezek, a gyengébben kevesebb.

Mit jelent, hogy mást érez, aki gyengébbet szív?

Az erősebbet erősebbnek érzi, a gyengébbet meg megszokásból szívja.

Az egészségen kívül mire van hatással?

Bőrünkre

Környezetünkre - szennyezi a levegőt,

Milyen hatással van, ha vki, aki nem dohányzik, beszívja a cigarettafüstöt?

Köhög, megfájdul a feje, szédül,

Van-e olyan a környezetetekben, aki már megpróbált leszokni?

Apukám.

Sikerült?

Nem (többen)

Ha nektek kéne megpróbálni rábeszélni pl. szüleiteket, hogy hagyja abba a cigarettázást, mivel próbálnátok rábeszélni?

Semmivel. (többen)

Nikotintapasz. (t próbáljanak)

Ha veletek egykorú v. kicsit idősebb fiatal próbálnátok lebeszélni, akkor mit mondanátok?

Belehalhat.

Ismertek fiatal, aki dohányzik?

Igen

És olyan is, aki már megpróbált leszokni?

Mit mondanátok neki, hogy szokjon le?

Hogy lehet, hogy ha nem cigizne, tovább is élne.

Nagykorában milyen hátrányai lesznek. ... Tüdeje fekete lesz.

Beszéltetek-e a dohányzásról a családban?

Anyukám cigizik, és mindig mondja, hogy ha nagyok leszünk, ne cigizzünk.

Többen bólogatnak.

Miről?

Szokjon le róla.

Mit szoktál mondani, miért szokjon le?

Semmit. Mert káros.

Ha vki rágyújt, amikor ott vagytok, akkor mit szoktatok csinálni?

Kinyitom először is az ajtót, és ahol cigizik, onnan kimegyek.

Anyuék mindig az erkélyen szoktak. Azt mondják, ne szívjuk mi is azt, amit ők.

Ha egy társaságban zavarna a cigaretta, szólnátok? Vagy előfordult már ilyen?

Szólnák, hogy ne cigizzél már, mert engem zavar.

Akkor mondaná, hogy akkor menjek el onnan.

Nem nagyon szóltak eddig.

Tanárokat láttok-e dohányozni?

Igen, sokat, amikor jönnek az iskolába, meg a dohányzóban.

Órán előfordult-e a téma?

Nem.

Van-e a barátaitok között, aki cigarettázik?

Nincs

Ha vki megkínálna titeket egy cigarettával, akkor kipróbálnátok?

Nem (többen).

Van már valaki, aki kipróbálta a cigarettát?

Igen.

Milyen volt?

Rossz volt.

Én egyszer, majdnem megfulladtam.

Azt mondják, ha nem tudózik le, akkor...

És ti fogtok később cigarettázni?

Nem tudom.

Mitől függ, h. vki rászokik-e?

Kipróbálja és tetszik-e neki.

Otthon a környezetben ha cigarettáznak, és beszívjuk a füstöt, egy idő után nekünk is rossz lenne, ha nem szívnanánk be.

Merthogy azt mondtátok, aki kipróbálta, hogy nem volt jó, hogy rossz volt. És mégis sokan rászoknak. Mi lehet az oka?

Ha már többször cigiznek, akkor nem köhögnek tőle, megszokta a tüdeje.

Ez azt jelenti, hogy először azért volt rossz, mert nincsenek hozzászokva?

Mennyibe kerül egy doboz?

4-600 körül mondják.

Mit lehetne mást venni?

Csokoládét, csipszet, egy szép fülbevalót.

5-10 doboz árából?

Egy cipőt is, pólót, ruhát, ennivalót is, hasznosabb dolgot. Bevásárolni belőle.

Az országnak inkább kára vagy haszna származik belőle?

Mindkettő. Haszna az, hogy ... és kára az, hogy szennyezi a levegőt.

Inkább haszna, mert több boltban árulnak cigit. A dobozokra is rá van írva, hogy szokjanak le, akkor miért árulják?

A dohányzás súlyosan károsítja az ön és környezete egészségét.

Cigaretta-reklámot láttatok?

Nem

Régebben?

Igen

Milyenek voltak?

Nikotintapaszos reklámot. ... nem is azt reklámozzák, ami az igaz.

Lefekszik, felragassza a tapaszt, aztán... biztos újra rágyújt egy idő múlva.

Nem is lehet leszokni drasztikusan, mert mondjuk egy nap alatt elszív egy doboz cigit, aztán leteszi, ...

Fokozatosan: úgy le lehet szokni, hirtelen nem.

Ez után a családban tapasztaltakat beszéljük meg: többen megpróbálták leszokni tapasztal, nem sikerült.

Tapaszt hogyan kell használni?

Egy napig.
Addig, ameddig nem gondolsz rá. Szerintem három hétig.
Szerintem egy fél évig.

Meg tud-e jelenni a reklámokon kívül máshogy a cigarettázás a tévében?

Inkább a boltokban.

Filmekben

Láttatok-e ilyen filmet?

Sorozatban láttam. (több példát mondanak) –

Ezekben a filmekben fontos, hogy a szereplő cigarettázzon?

Igen (egy konkrét szereplőt mondanak, hogy ő úgy vezeti le a feszültségét)

Van-e olyan tárgyatok, amin cigarettamárka van?

Töltő.

Miért adnak ilyen ajándéktárgyakat.

Nekik hasznos.

Ismertek-e olyan forrást, ahol információhoz lehet jutni a leszokásról?

Gyógyszertárban. Vagy a boltokban.

Boltokban nem, ott inkább kínálják.

Internetes oldalt ismertek-e?

Nem. (kitalált oldalt mondanak)

Be kell ütni a google-ba.

www.nikotintapas.hu. – megmutatja, hogy kell használni, hol lehet venni.

Ha lenne egy olyan óra, amikor ezzel foglalkozhatnátok, mire lennétek kíváncsi?

(nincs válasz)

Vagy kit szeretnétek hallani?

Aki már régóta dohányzik, és már leszokott. Meg aki még dohányzik és nem tudott leszokni.

Meg aki dohányzik, és nem is akar leszokni.

Vagy hogy milyen volt, amikor megpróbált leszokni, hány éves korában kezdte, ilyesmi.

El tudtok képzelni egy ilyen órát az iskolában?

Nem.

Ebben a teremben.

A többiben miért nem?

Ez ilyen nyugtató. Beszélgető terem.

A mi termünkben nem tudnám elképzelni.

Tényleg megnyugszik a cigarettától, aki cigizik?

(többen) Igen. Mert ha nem cigizik, akkor meg feszült.

Akkor az lehet a fő oka, hogy valaki cigarettázik, hogy vki ideges és meg szeretne nyugodni?

Nem. Megszokta, aki már 30 éve cigarettázik, annak már a kézmozdulata megvan, megszokás, meg hiányozna a szervezetének.

Olyan, mint vki nem tud leszokni a kóláról vagy a csokoládéről.

Ezt hogy hívjuk?

Függőség.

Mivel kapcsolatban alakulhat még ki?

Drog. Játék, szerencsejátékok

Köszönöm a beszélgetést!

Újvidék utcai iskola, 8. osztály, program előtt (5. kazetta, 2. felvétel)

Bemutatkozás, keretek

Mi jut eszetekbe, ha azt halljátok, cigarettázás?

Búz, sárga fogak. Halál. Veszély. Tüdőrák. Fekete tüdő.

Füst.

Feszültségkeltés csökkentése.

Miért próbálják ki az emberek a cigarettát?

Mert menőnek hiszik. Kiderült, hogy nem menő.

Beilleszkedéshez.

Ez mit jelent?

Ha társaságba kerül, ahol cigiznek, valószínűleg mindenki cigizik.

Menőnek kell lenni.

Miért cigarettáznak az emberek?

Mert már megszokásból is. Csak úgy odanyúl, és kész.

Miért folytatják az emberek?

Nikotin miatt. Mert rászoknak.

Szükség, hiányzik

Ez mit jelent, hogy rászoknak?

Hát, mint a drog. Kell a szervezetének.

Tünetek jelennek meg, ha nincs cigaretta.

Ezt az állapotot hogy hívjuk?

Függőség.

Mástól való függőség?

Alkohol, drog, pénz, hatalom.

Milyen hatásai lehetnek, ha vki cigarettázik?

Hamarabb meghalhat.

Tüdőrák. Impotenciát okozhat. A méhben meghalhat a kisbaba.

Rövid távú hatása?

Köhög.

Miért cigarettáznak az emberek?

Jól esik nekik? Én nem tudom.

Dohánygyárok.

Stresszoldás.

Az igaz, hogy ha vki cigarettázik, nyugodtabb lesz tőle?

Azt mondják, de állítólag nem igaz.

Igaz az, hogy felpörgeti az embert?

Füves cigi igen.

Mi van a cigarettában?

Nikotin. Kátrány.

Dohány.

Báb milyen lenne?

Sárga fogak, feketés tenyerek, meg fekete tüdő. Kicsit elszíneződne.

Hogy reagálnátok rá?

Ha élethű, akkor sokkoló.

Ijesztő.

Leszokni könnyű v nehéz?

Nehéz. Hát attól függ.

Ha van akaratereje.

Ha vkit le szeretnétek beszélni, mit mondanátok?

Ne szívjon, és akkor nem kell rinyálni, hogy nem tud kifizetni ezt meg azt.

Ha szeretne még normális életet élni, szexuálisan is, akkor szokjon le minél hamarabb.

Vannak ellenpéldák, hogy 90 éves a néni, és cigizik.

Le szeretnétek beszélni a cigarettázásról?

Igen.

Gyengébb a teherbírása a cigitől

A környezetében ha cigarettáznak?

Az még károsabb.

Miért károsabb a passzív dohányzás?

... viszont nem lesz szájrákja.

Családban van, aki cigarettázik?

Igen, sajnos.

Ha a jelenlétetekben cigarettáznak..

Kiküldöm az udvarra.

Mi a tapasztalatotok, figyelembe veszik, ha szóltok?

Nálunk igen.

Veletek egyidős dohányzót ismertek?

Igen.

Közöttetek van-e?

-

Egymást lebeszelnétek a cigarettázásról?

Ha lehet, igen.

És mit mondanátok.

Hogy ne cigizzen.

Mivel érvelnétek?

Nem kéne érvelni.

Biztos ő is tudja az érveket.

Akkor miért cigarettázik mégis?

Barátai is cigiznek.

Nem hisz benne.

Nagyobbnak látszanak.

Más hatása az egészségen kívül?

Szennyezi a környezetet. Füst meg hogy így eldobja.

Mennyibe kerül?

560-900.

Egy doboz árért mit lehetne venni?

Csokit.

5-10 doboz?

A vízcsekket be lehet fizetni.

Államnak haszna vagy kára?

Haszna. Csak haszna.

Ez mit jelent?

Több pénz, többen meghalnak.

Még milyen következményei lehetnek?

Indíthatnak mindenféle kampányt. Ez haszna és kára is.

Reklámok?

Pl. nicorette tapasztreklám. Meg a hirdetések, hogy szokjon le. Kamu.

Tapaszcól többieknek mi a véleménye?**Szükség van-e ilyen reklámra?**

Nekünk semmi szükség, de akinek kell a pénz, annak van.

Cigaretta-reklámot láttatok-e?

Nem, mert betiltották.

Tévében valóban nem lehet direkt módon cigarettát reklámozni. Filmet láttatok-e, ahol cigarettáznak?

Igen. (konkrét példa)

Mindig fontos, hogy a szereplő cigarettázzon?

Egyáltalán nem, csak a pénz kedvéért.

Dohányzásellenes reklám fontos a televízióban?

Nem.

Elmehetnek erre a hülyeségre, de egy hét múlva ötszörösen visszajön.

Nikotintapaszcól tudtok-e valamit?

Este felrakom...

És az pótolja a nikotint.

Mennyire hatásos?

Semennyire. Max. a pénzt költik.

Miért van arra szükség, hogy a nikotint visszapótolja a szervezetbe?

Max. az akarat.

Láttatok-e, akit leszokott.

Nem.

Igen (ketten)

Le lehet szokni a cigarettázásról?

Le.

Egyik pillanatról a másikra vagy fokozatosan?

Fokozatosan. (többben)

Hogyan?

Mindig egyre kevesebb cigit szív el.

Kell hozzá akarat, mert visszajöhet akármikor.

Mikor jöhet vissza?

Amikor cigiszünet van.

Amikor egyébként rá szokott gyújtani

Családban beszélgettetek-e?

Nem, mert nem cigiznek.

Igen.

Milyen témák?

Veszélyei.

Iskolában órán beszélgettetek-e?

Igen

Témák:

Mit okoz, passzív dohányzás.

Ha le szeretne szokni, információhoz hogy juthat?

www.nincs...?

Gugli – káros hatások

Le fogok szokni –ennyi.

Weboldalt ismertek?

nem

Cigarettázás – testsúly?

Van, aki azért cigizik, hogy ne hízzon el.

Szerintem ez is hülyeség.

Ez tényleg így van?

Nem.

Ha leszokik, meghízik – ez így van?

Ez már lehet.

Eszik helyette.

Lehet más oka is.

Kísérleti csoportok program után

Újvidék téri iskola, 8. osztály (7. kazetta, 1. felvétel)

Hogy éreztétek magatokat a programon?

Jól. Jó volt. Jól éreztük magunkat.

Melyik volt a legérdekesebb?

A hulla. A bábu. (többen)

A többiből a videó. (tűz, nem azért találtuk fel)

Utána a információk.

Olyan feladat volt, ami nem tetszett?

Ahol sokat kellett írni.

Nem volt olyan.

Minden jó volt. Ez így pont jó.

Új információ?

A marlboro man halála. Meg hogy mik történhetnek a testünkben.

Hogy találták ezt az egészet, hogy jött Európába.

Volt vmi, amit érdekesnek találtak volna, de nem szerepelt?

Szerintem minden benne volt (többen)

Mit változtatnátok?

A videók minőségét. Nagyon megjátszottak voltak a magyarok.

Sok volt a videó.

Nem.

Elég volt az idő?

Túl össze kellett kapni magunkat.

A kiscsoportosokra volt elég idő, a hullával jobban eljátszottunk volna.

Könnyű leszokni v nehéz

Akarat kérdése.

Nehéz

Ha segítenek nekik és elhatározza.

A leszokást még mi nehezíti meg?

A nikotinhiány.

Meg hogy nem tudjuk elkölteni mire a pénzt.

Hogy hívjuk, amikor a szervezet jelzi a nikotinhiányt?

Elvonási tünetek.

Nikotin, kátrány, ammónia, arzén, mindenféle... magnézium.

Miért cigarettáznak?

Menők legyenek

Társaságban.
 Attól menő az ember, hogy cigizik
 Nem attól menő
 A stressztől is
 Azt hiszik megnyugszanak
És megnyugszanak?
 Dehogyan, kamu szöveg.

Testsúly

Összefügg. Ha leszokunk, meghízunk, mert elkezdünk enni.

A társadalom számára előny vagy hátrány?

Előny
 Nekünk hátrány a nagy cégeknek előny
 Magyarországnak hátrány
 Inkább a nagyvárosokban van
 Előnye, hogy mindenki költekezik, hátránya a cigicsikkek meg amit beszívunk.

Mit mondanátok annak, aki le szeretne szokni?

Megpróbálnánk rábeszélni, de attól függ, mennyire önfejűek.

Ha megkínálnának cigivel?

Én nem fogadnám el.
 Én szívesen elfogadnám, azt mondja a – nem azt mondtam, nem fogadnám el

Saját tapasztalat van?

Nincs.

Ha most hallanátok azt a szót, hogy cigaretta, mi jutna eszetekbe?

A bűz. A liftben is vannak, akik cigiznek, megfullad az ember.
 A következményei.

Milyen következménye lehet?

Halál.
 Tüdőrák
 Köhögés
 Sárga fogak, szürke körmök, bűdös száj, bűdös kéz.
 Amiket láttunk azon a bábón.
 Impotencia, a terhességet megszakíthatja, deformálódást okozhat a babában.

Ha más cigifüstjét beszívjátok?

Az még rosszabb, mert passzív.

Mire van még hatása?

Környezetünkre – a füst, csikkek
 „súlyosan károsítja az ön és környezetében élők egészségét”

volt-e meglepő?

A hullán amik voltak, mindenféle sérülések
 A bábu volt a legkirályabb.

Vízpipa, hogy károsabb, mint a cigaretta.

Javasolnátok-e ezt a programot?

Persze. Itt nem nagyon cigiznek az emberek, de ki tudja, pl. a nyolcadik kerületben. Szerintem lenne sikere biztos.

Még valami hozzátennivaló?

-

Köszönöm a beszélgetést.

Práter u.6. osztály, program után (7. kazetta, 4.)

Hogy éreztétek magatokat?

Jó volt. (többen) sokat megtudtunk

Főleg az utolsó órán. Egy műbábun voltak bőrrákok...

Megmutatja, hogy milyen lesz, ha vki dohányzik.

(a bábun látható tünetekről beszélnek)

milyen volt azzal a bábuval dolgozni?

Nagyon jó volt, hogy elképzeltük.

Mi tetszett még?

A képek

A vetítés

Meg amikor az első órán el kellett játszani szituációkat.

A marlboró ember.

Meg az, amikor randizol és cigizel, mintha egy disznóól mellett. Jó volt nagyon

Volt-e, ami nem tetszett?

Nem

Mi volt, ami meglepő volt?

A bábun ami volt, hogy elüszkösödhet a lábunk, amputálhatják. Hogy a mellén ilyen fekete volt, hajhullás, a szemhártyája, ráncos, a foga sárga, meg az ujját is le kellett vágni és sárga volt az ujj.

Miért cigarettáznak az emberek?

Megszokás hiányozna nekik a nikotin.

Mi van a cigiben?

Nikotin, kátrány, drog. Szén-dioxid.

Könnyű vagy nehéz abbahagyni?

Nagyon nehéz

Miért?

Nikotinfüggők. Meg ha reggel felkelnek és ha fél órán belül rágyújtanak, akkor passzív dohányosok.

A passzív dohányos az kicsoda?

Aki felkel és nem bírja ki, hogy fél óráig ne gyújtson rá. Aki egyfolytában cigarettázik.

Ha vki nem dohányzik, de mellette igen?

Káros.

Az egészségünkön kívül mire lehet még hatása?

Környezetünk.

Állatok, a füst zavarja őket.

Ha vki cigarettázik, az megnyugtatta?

Igen.

Ez káros szerintem

Lelkibetegségek miatt is lehet, egyedüllét miatt.

Testsúly?

Ha le akar szokni, felvesz egy-két kilót

Mivel próbálnátok vkit rábeszélni, hogy szokjon le?

Egyen inkább.

Találjon ki vmi más foglalatosságot

És mit egyen?

Akkor még jobban meghízik. Salátákat. Ha érzi, hogy dohányozna, egyen meg egy répát.

Az országnak kára v. haszna?

Haszna is meg kára is, mert a boltokba megy a pénz, a levegőt meg szennyezik és magukat is.

Kiscsoportos foglalkozások ideje?

Elég volt

Még valami?

Nem.

Akkor köszönöm a beszélgetést.

Kontrollcsoport 6-8. osztály: Újvidék téri iskola, 7. osztály (5. kazetta 3. felvétel)

Bemutakozás. Keretek.

Mi jut eszetekbe a dohányzás szóról?

Káros szenvedély

Környezetszennyezés.

Egészségromboló.

Milyen hatásai lehetnek?

Tüdőrák.

Fulladás.

Szájfertőzés

Báb – milyen lenne?

Fekete lenne a tüdeje.

Sárga az ujjja.

Fogai is sárgák lesznek

Büdös a szája.

Hogy reagálnátok egy ilyen bábura?

Kicsit rossz lenne (?)

Miért próbálják ki az emberek?

Menőzés miatt. Fiatalok azért, hogy bekerüljenek egy társaságba.

Sokan meg azt gondolják, hogy megoldódik a problémájuk.

Azt hiszik, hogy ... lesz.

Feszültek.

Miért folytatják a cigarettázást?

Nikotinfüggő

Az mit jelent?

... a szervezet

másfajta függőség?

Drog vagy alkohol.

Nyugtatja az embert?

Szerintem nem

Igen. Ha idegesek, elszívnek egy szál cigit és megnyugszanak.

Ezzel mindenki egyetért?

Nem.

Meg tudják beszélni az alatt a problémát, ami okozza a feszültséget.

A cigarettázás csak a cigizőre van hatással?

Nem. ha beszívják a cigarettafüstöt.

Passzív dohányzás mennyire káros?

Ugyanolyan káros.

Ha erősebb a szervezete, akkor nem olyan káros, ha gyengébb, akkor igen.

Előfordult-e, hogy környezetetekben cigarettáztak?

Igen.

Családban cigiznek?

Igen.

Mi történik, ha rágyújtanak, amikor ott vagytok?

Levegőztetés.

Mit csináltok, ha rágyújt vki.

Megkérem, hogy menjen arrébb.

Az egészségünkön kívül mire van még hatása?

Környezetre, állatokra. Csikket eldobálják.

Állatokra milyen hatás?

Ők is beszívják.

Országnak inkább előnye v hátránya?

Előnye

Hátránya

Az az előnye, hogy sok pénz megy az államkasszába, hátránya pedig az , hogy ha idősebbek lesznek, kórházba kell kerülni.

Cigaretta-reklámot láttok?

Nem. mert megszüntették

Nicorette tapasz.

Lehet-e cigizést látni a tévében?

Igen

Filmekben fontos, hogy a szereplő cigizzen?

Szereplőtől függ, h fontos-e

Ha nem fontos egy szerephez, miért cigizik mégis?

...

vagy már nem bírja ki azt az időt, amíg forgatnak.

Nikotintapasz mennyire lehet hatásos?

Semennyire.

Aki annyira rászokott, azon nem fog segíteni.

Információ leszokással kapcs-ban?

Interneten.

Gugli

Gyógyszertárakban

Hogyan lehet leszokni?

Egyik pillanatról a másikra.

Akaratfüggő.

Fokozatosan

Ha ismerős cigarettázna, és szeretnétek, ha leszokna, mit mondanátok?

Érveket, hogy miért érdemes leszokni.

Ne szennyezze tovább a környezetet.

És napi egy doboz cigi 500 v 600 ft., mennyi más dologra lehetne költeni.

Család tudná meggyőzni.

Családban könnyebben le tudják beszélni, mint baráti körben?

Családban könnyebb.

Attól függ, mert ha a családtagok is cigiznek, akkor nehezebb leszokni.

Mennyibe kerül?

Attól függ, milyen. 650

Mit lehetne venni?

Élelmiszert.

5-10 doboz?

Karácsonyi ajándékot.

Ruhát.

Családban beszélgettetek?

Igen

Miről?

Le kell szokni.

Iskolában előfordult?

Igen

Milyen témák

Milyen hatásai vannak.

Testsúlyra van-e hatása?

Van, lefogyunk. Mikor leszokunk, meghízunk

Mondjuk kívánja a cigarettát, és helyette eszik.

A cigarettázás csökkenti az étvágyat.

Olyat is hallottam, ha gyerek cigizik, megáll a növésben.

Rövid távú hatásai?

Köhögés

Büdös lesz a szája.

Próbáltatok-e a cigarettát, ill. beszélgettetek-e arról, hogy milyen első alkalommal?

Köhög tőle, ...

Miért folytatják?

Az utcán látják, hogy sokan dohányoznak.

Ha megkínálják, és elfogad egy szálát, végül rászokik.

Társaságban mi történik, ha vki cigarettázik?

Ha olyan a társaság, ahol nem cigiznek, akkor nem szokik rá. De ha olyan a társaság, hogy cigizik, akkor meg rászokhat.