# Liste von

| **Das spricht für mein Rauchen** | **Das spricht für mein Nichtrauchen** |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

# Liste von Anna

| **Das spricht für mein Rauchen** | **Das spricht für mein Nichtrauchen** |
| --- | --- |
| Ich komme leichter mit anderen in Kontakt. | Ich habe die Kontrolle und bin frei. |
| Ich rauche gerne auf Parties. | Ich bin fitter und leistungsfähiger. |
| Ich esse dann weniger. | Ich spare Geld und kann mit meiner Freundin in die Ferien fahren. |
| Rauchen entspannt mich. | Ich sehe besser aus. |
| Ich habe was zu tun, wenn mir langweilig ist. | Ich kann meiner jüngeren Schwester ein gutes Vorbild sein. |

# Liste von Marc

| **Das spricht für mein Rauchen** | **Das spricht für mein Nichtrauchen** |
| --- | --- |
| Mit einer Zigarette kann ich eine Pause machen. | Ich bin unabhängig von der Zigarette |
| Ich rauche gerne mit meinen Kollegen. | Ich rieche gut. |
| Es macht mir Spass, mit anderen zu rauchen. | Ich kann mir mit dem gesparten Geld einen Töff kaufen. |
| Wenn ich frustriert bin, hole ich mich mit einer Zigarette wieder runter. | Ich nerve andere nicht mehr mit meinem Rauch. |
| Wenn ich nervös bin, habe ich etwas zum Ablenken. | Ich habe keinen Stress mehr mit meiner Freundin. |