

BUNDESZENTRALE

FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG, KÖLN



Wirksamkeitskontrolle von Raucherentwöhnungskursen in
Volkshochschulen und anderen Einrichtungen der
Erwachsenenbildung

- o Jahresnachbefragung bei Teilnehmern aus Kursen im
Frühjahr 1978
- o Halbjahresnachbefragung bei Teilnehmern aus Kursen
im Herbst 1978

050036 B

Projektleitung: G. Weisen, BZgA

Projektdurchführung: Institut für Markt- und Werbeforschung, Köln

Datum: Juli 1979

INHALTSÜBERSICHT

Seite

Vorbemerkung

I. EINFÜHRUNG	1
1. Ausgangspunkt und Ziele der Untersuchung	1
2. Überblick über Stichproben und Verfahren	2
2.1 Gesamtüberblick	2
2.2 Spezielle Anmerkungen zu den Kursen im Frühjahr/Sommer 1978	2
2.3 Spezielle Anmerkungen zu den Kursen im Herbst/Winter 1978	5
II. ERGEBNISSE	5
1. Gesamtüberblick zur Entwicklung des teilnehmer- bezogenen Erfolges	5
1.1 Vorprüfung zum Strukturvergleich der Stichproben und der Stabilität des Systems	5
1.2 Erfolgsgrößen im Überblick	7
2. Vergleichende Analysen	10
2.1 Ergänzende Erfolgskriterien, Multiplikatoreffekte	11
2.2 Erlebte Veränderungen und alternatives Verhalten	11
2.3 Bewertung von Kurs und Kursmaterial	12
2.4 Teilnehmerpotential und Teilnehmer- rekrutierung	13
2.5 Synoptische Übersichten zu den vergleichenden Analysen	14

Vorbemerkung

Die vorliegende Untersuchung 1979 konzentriert sich auf den teilnehmerbezogenen Erfolg der Raucherentwöhnungskurse. Ihre Ergebnisse sind dargestellt in einem Berichts- sowie einem separaten Materialband, der das detaillierte Tabellenmaterial enthält.

Ergebnisse zur Einrichtung und Durchführung der Kurse sind dem ersten Bericht aus dem Jahre 1978 zu entnehmen.

I. EINFÜHRUNG

1. Ausgangspunkt und Ziele der Untersuchung

Im Frühjahr/Frühsummer 1978 fand die erste breitgestreute Erprobungsphase der von der BZGA entwickelten Raucherentwöhnungskurse statt. Die begleitende Aktionskontrolle im Jahr 1978 umfaßte sowohl die Problemkreise Implementation und Streuung der Kurse als auch die Analyse des teilnehmerbezogenen Erfolgs bis zum Zeitpunkt "6 Monate nach Kursende".

Die Ergebnisse für das Jahr 1978 wurden in einem Bericht (November 1978) zusammengefaßt.

Gegenstand des vorliegenden Berichts ist der zweite Untersuchungsabschnitt im Jahr 1979. Nachdem Organisation und Überwachung der Implementation planmäßig seitens der BZGA übernommen wurde, konzentriert sich diese Untersuchungsstufe auf den teilnehmerbezogenen Erfolg, und zwar auf

1. Analyse der Stabilität des Erfolgs der Teilnehmer aus den Kursen im Frühjahr/Frühsummer 1978 ("F/S 78") nach einem Jahr,
2. Analyse des Erfolgs der Teilnehmer aus den Kursen im Herbst/Winter 1978 ("H/W 78") bis zum Zeitpunkt "6 Monate nach Kursende".

Das zweitgenannte Untersuchungsziel leitete sich aus folgenden Informationsbedürfnissen ab:

- o Untersuchung der Frage, inwieweit Teilnehmerstruktur und unmittelbares Kursresultat der ersten normalen Phase (H/W 78) von den Ergebnissen der Testphase (F/S 78) abweichen oder mit diesen Ergebnissen übereinstimmen (struktureller Aspekt).
- o Vergleich der Halbjahresergebnisse der beiden Kursperioden F/S 78 und H/W 78 (Validierung der bereits vorliegenden Ergebnisse und Erfolgsprognosen).
- o Gewinnung einer größeren und das ganze Jahr 1978 repräsentierenden Ausgangsstichprobe für die notwendigen Langzeituntersuchungen.

Insgesamt erlauben diese Untersuchungsergebnisse zuverlässige und - für die Nacherhebungsperioden - gültige Aussagen über Bewährung und Erfolg des Kurssystems in der aktuellen Konzeption.

2. Überblick über Stichproben und Verfahren

2.1 Gesamtüberblick

In Abbildung 1 sind die wichtigsten Daten zu den unterschiedlichen Erhebungen dargestellt. Das Ausgangsmaterial stammte aus Kursen aus dem Frühjahr bzw. Herbst 1978. Dieses konnte nicht vollständig verwertet werden, da es teils ohne Adressen war. Zum anderen war auch nicht immer klar zu erkennen, ob der jeweilige Kurs wirklich in voller Länge stattgefunden hatte. Auch in der bereinigten "Ausgangsstichprobe für die Halbjahresnachbefragung" waren und sind möglicherweise noch einige Fehladressen dieses Typs enthalten.

Die Gesamtreaktionsquoten sind in beiden Halbjahresbefragungen praktisch gleich:

- o 66,3 % in der Halbjahresnachbefragung F/S 78, welche bereits im Herbst 1978 stattfand.
- o 68,1 % in der Halbjahresnachbefragung H/W 78, welche im Mai/Juni 1979 stattfand.

Die Jahresnachbefragung konnte naturgemäß bisher nur für die Kurse F/S 78 durchgeführt werden. In der bereinigten Ausgangsstichprobe wurde eine Gesamtreaktionsquote von 64,1 % erreicht.

2.2 Spezielle Anmerkungen zu den Kursen im Frühjahr/Sommer 1978

Die verwertbaren Ausgangsadressen stammten aus 51 Kursen. In die Jahresnachbefragung wurden - bis auf Fälle von Adreßänderung - alle Teilnehmer einbezogen, die auch schon in der Halbjahresbefragung angesprochen wurden, und zwar unabhängig davon, ob sie reagiert

Abbildung 1					
	Stichproben und Reaktionen				Erhebungsmethoden
	Kurse im Frñhjahr/Sommer 1978		Kurse im Herbst/Winter 1978		
	abs.	%	abs.	%	
1. Ausgangsmaterial aus den Kursunterlagen	576		761		oAnmeldebogen und/oder Fragebogen zur 1. Kursstunde
2. In den Kursen durchgeführte Nachbefragungen (letzte Kursstunde)	162		267		oFragebogen zur letzten Kursstunde
3. Stichprobenbereinigung durch Adreßmangel, Kursausfälle u.a.	59		62		
4. Ausgangsstichprobe für Halbjahresnachbefragung	517		699		oSchriftlicher Ergb. (+eine Mahnaktion)
o Adreßänderung, Todesfälle	6		24		
5. Bereinigte Ausgangsstichprobe für Halbjahresnachbefragung	511	100 %	675	100 %	
<u>davon:</u>					
o keine Reaktion	172	33,7 %	213	31,6 %	
o unzureichend ausgefüllt, verspätet eingeschickt, verweigert	32	6,3 %	83	12,3 %	
o auswertbare Fragebogen	307	60,0 %	377	55,9 %	
6. Ausgangsstichprobe für Jahresnachbefragung	511		670 ¹⁾		oSchriftlicher Ergb. (+ eine Mahnaktion)
o Adreßänderung, Todesfälle	24				
7. Bereinigte Ausgangsstichprobe für Jahresnachbefragung	487	100 %			
<u>davon:</u>					
o keine Reaktion	175	35,9 %			
o unzureichend ausgefüllt, verspätet abgeschickt, verweigert	89	18,3 %			
o auswertbare Fragebogen	223	45,8 %			
8. Ausgangsstichprobe für Folgebefragung	471 ¹⁾				

1) Zahl geringer wegen 5 bzw. 16 Bitten, keine weiteren Befragungen zuzusenden.

hatten oder nicht. Die Analyse der Rücklaufstruktur in beiden Befragungen zeigt einige auch für die Langfristbeobachtung interessante Befunde:

- o Zwar sind 77 % der auswertbaren Teilstichprobe identisch (171 von 223), aber auch aus den beiden anderen Reaktionsgruppen kommen noch beachtliche Rückläufe.

Abbildung 2:	Reaktionstypen in der Halbjahres- und in der Jahresnachbefragung					
	Halbjahresnachbefragung					
Jahresnachbefragung	auswertbarer Fragebogen		nicht ausgefüllt, verweigert, zu spät		keine Reaktion	
	(abs)	%	(abs)	%	(abs)	%
Ausfall wegen Adreßänderung	(12)	4	(-)	-	(12)	7
Auswertbare Fragebogen	(171)	56	(11)	34	(41)	24
Nicht ausgefüllt, verweigert, zu spät	(46)	15	(16)	50	(27)	16
Keine Reaktion	(78)	25	(5)	16	(92)	53
Summe (Basis)	(307	100	(32)	100	(172)	100

- o Der strukturelle Vergleich zeigte, daß die Stichprobe der Jahresnachbefragung voll vergleichbar mit der der Halbjahresbefragung ist.
- o Nur von 18 % der Ausgangsstichprobe (92 Personen) liegt bisher keinerlei Reaktion auf die Nachbefragung vor.

Da bisher schon von insgesamt 359 Personen (= 70 % der Ausgangsstichprobe) Informationen zum Erfolg nach einem halben und/oder einem Jahr vorliegen und von allen die vorherigen Konsumentintensitäten und Strukturmerkmale, kann

der überwiegende Teil der Teilnehmer gut nachverfolgt werden. Diese Gesamtausschöpfungsquote wird nach bisherigen Erfahrungen noch zu steigern sein.

2.3 Spezielle Anmerkungen zu den Kursen im Herbst/Winter 1978

Die Ausgangsadressen stammen aus 67 Kursen. Gegenüber der Kursstruktur im Frühjahr 1978 war der relative Anteil von Volkshochschulern etwas geringer (57 % gegenüber 69 %). Ansonsten war die Struktur nach den vorliegenden Angaben vergleichbar.

Auch die Reaktionsstruktur ist mit der der Halbjahresnachbefragung F/S 78 vergleichbar. Der einzige bedeutende Unterschied in Kursen und Ablauf besteht darin, daß im Herbst/Winter 1978 keine intensive Rückkoppelung in der Phase der Kursdurchführung bestand. Diese Stichprobe repräsentiert also den auch weiterhin zu erwartenden "Normalfall".

II. ERGEBNISSE

1. Gesamtüberblick zur Entwicklung des teilnehmerbezogenen Erfolges

1.1 Vorprüfung zum Strukturvergleich der Stichproben und der Stabilität des Systems

Zur Validierung der erfolgsbezogenen Aussagen sind zunächst zwei Prüfungen notwendig:

- a) Inwieweit sind die Teilstichproben aus der Gesamtheit der Teilnehmer im Frühjahr/Sommer 1978 (F/S 78) strukturell identisch, und zwar insbesondere im Vergleich
 - o Vorbefragung
 - o Nachbefragung II (6 Monate später)
 - o Nachbefragung III (12 Monate später)
- b) Inwieweit sind die Teilnehmerstrukturen im Frühjahr/Sommer 1978 und die im Herbst/Winter 1978 (H/W 78) vergleichbar ?

Ein positives Ergebnis von Prüfung a) erhärtet die Aussagekraft der Längsschnittuntersuchung. Ein positives Ergebnis von Prüfung b) würde einen direkten Vergleich F/S 78 versus H/W 78 ermöglichen und zudem die Validität der Aussagen im Hinblick auf das Kurssystem maßgeblich verstärken.

Generell kann festgestellt werden, daß alle Vergleiche über Demografia, Rauchverhalten vor dem Kurs und praktisch alle anderen Merkmale hinweg, die strukturelle Identität belegen. Nirgendwo sind bedeutsame Abweichungen erkennbar, und dies gilt überraschenderweise auch für den Vergleich b). Eine beispielhafte Übersicht über das zentrale Merkmal "Rauchintensität vor Kursbeginn" ist in Abbildung 3 wiedergegeben.

Auffällige Unterschiede ergeben sich interessanterweise nur in zwei Punkten, die mit der Vorinformation vor dem Kurs zusammenhängen:

- o Gegenüber dem Frühjahr ist die relative Bedeutung von Plakaten und Kursverzeichnissen (28 % gegenüber 18 %) und persönlicher Information durch Freunde, Bekannte (16 % gegenüber 11 %) gestiegen.
- o Das Vorvertrauen in den Kurserfolg stieg tendenziell: Nur noch 29 % der Anmelder (gegenüber 42 %) äußerten direkte Zweifel am Kurserfolg.

Zusammenfassend ist festzuhalten, daß das Kurssystem eine Stabilität in folgenden Punkten aufweist:

- o Die tatsächlich erreichte Zielgruppe besteht hochprozentig aus starken Gewohnheitsrauchern ("Habitualisierung") und entspricht somit der impliziten und expliziten Zielvorgabe.
- o Das Kurssystem, bestehend aus Materialien und Organisationsform der Streuung bzw. Implementation bewirkt eine Homogenisierung der Durchführung auch unter sehr heterogenen Rahmenbedingungen (Institutionen und Dozenten).

Damit sind grundsätzlich die Voraussetzungen für eine breitere und dezentralisierte Streuung gegeben, ohne dabei eine "Deformation" von Zielen und Durchführungspraxis befürchten zu müssen.

Abb. 3: Strukturvergleich von Teilstichproben im Längsschnitt am Beispiel "Rauchintensität vor Kursbeginn"

Zigaretten pro Tag	Angabe vor ¹⁾ Kursbeginn (Vorbefragung)	Angabe im ²⁾ Fragebogen zur letzten Kurstunde (Nachbefr. I)	Angabe in ³⁾ Halbjahres- nachbefragung (Nachbe- fragung II)	Angabe in ³⁾ Jahresnach- befragung (Nachbe- fragung III)
	%	%	%	%
Teilnehmer F/S 78				
0 Stück	--	--	--	--
1- 5 Stück	1	1	1	1
6-10 Stück	6	6	5	3
11-15 Stück	10	5	7	8
16-20 Stück	24	15	21	23
21-40 Stück	48	59	54	53
41 Stück und mehr	9	11	9	8
KA	4	3	2	4
BASIS	597	162	307	223
Teilnehmer H/W 78				
0 Stück	--	--	--	
1- 5 Stück	--	--	1	
6-10 Stück	5	4	5	
11-15 Stück	9	8	7	noch nicht erhoben
16-20 Stück	20	16	24	
21-40 Stück	56	60	52	
41 Stück und mehr	10	12	10	
KA	1	1	2	
BASIS	728	267	377	
1) Enthält alle Anmelder einschließlich solcher, die den Kurs nicht besuchten				
2) Enthält nur Durchhalter, die auch in der letzten Stunde anwesend waren				
3) Enthält Durchhalter und Abbrecher				

1.2 Erfolgsgrößen im Überblick

In der folgenden Tabelle 4 ist das wichtigste Erfolgskriterium für beide Kurssemester dargestellt. Hierzu sind folgende Anmerkungen notwendig:

- o Der "Konsum vorher" wurde in jeder Erhebungsphase ermittelt. Wie dargestellt sind die Abweichungen

der Angaben unbeachtlich. Für die Darstellung wurde die Angabe aus Nachbefragung II (nach 6 Monaten) gewählt, da diese Stichprobe am sichersten die tatsächliche Teilnehmerstruktur repräsentiert.

- o Im Gegensatz zu auch üblichen Erfolgsmessungen mit Hilfe des Mittelwertes (durchschnittliche Rauchintensität in der Gesamtstichprobe) wird hier nur der absolute Nullkonsum als Erfolgskriterium gewertet. Dies ist angesichts der nachweisbaren erheblich höheren Rückfallgefahr bei Personen, die sich nicht vollständig vom Rauchen gelöst haben, das einzig zuverlässige Kriterium. Die Angaben zur Reduktion haben eher informativen Wert.
- o Alle Angaben haben eine statistische Fehlertoleranz, die mit ca. ± 5 % anzusetzen ist.

Aus der Tabelle wird unmittelbar einsichtig, daß Erfolgsquoten und Verläufe im Vergleich F/S 78 versus H/W 78 praktisch identisch sind. Weiterhin zeigt sich in der Stichprobe F/S 78, daß der nach 6 Monaten erreichte Zustand auch nach einem Jahr stabil bleibt. Dieses Ergebnis wird durch Detailangaben (siehe Materialband) bestätigt, nach denen der Rückfall in der weit überwiegenden Zahl der Fälle sehr schnell geschieht.

Damit lassen sich folgende Aussagen zum Systemerfolg treffen:

- o Auf die Gesamtzahl aller Teilnehmer bezogen, wird eine mindestens 1 Jahr stabile Erfolgsquote von 20 - 25 % erreicht.
- o Bezogen auf die "Durchhalter", d.h. Personen, die den Kurs über die gesamte Zeit besuchen, ergibt sich eine Erfolgsquote von ca. 30 %.
- o Bezogen auf die "Abbrecher", d.h. Personen, die den Kurs nur eine oder mehrere Stunden besuchen, ist die Erfolgsquote ca. 10 %.

Abb. 4: Erfolgsgrößen im Überblick

TEILNEHMER AUS F/S 78		Konsum vorher (aus N III) %	Kons. nach Kursende 6 Monaten (aus N II) %	Kons. nach 6 Monaten (aus N III) %	Kons. nach 12 Monaten (aus N III) %	
Durchhalter	Nullkonsum	-	51	32	32	→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	6	38	17	17	→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	27	8	30	23	→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	66	4	19	26	→ kein Erfolg
"Abbrecher"	Nullkonsum	-	14	10	8	→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	7	31	18	23	→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	32	31	24	30	→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	59	20	45	34	→ kein Erfolg
GESAMT	Nullkonsum	-	37	24	27	→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	6	36	18	17	→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	24	15	23	26	→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	63	3	28	27	→ kein Erfolg
TEILNEHMER AUS H/W 78						
Durchhalter	Nullkonsum	-	56	28		→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	4	32	19		→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	31	8	29		→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	63	3	22		→ kein Erfolg
"Abbrecher"	Nullkonsum	-	13	13		→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	9	35	13		→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	30	38	30		→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	58	11	43		→ kein Erfolg
GESAMT	Nullkonsum	-	40	23		→ voller Erfolg
	1-10 Stück pro Tag	6	33	17		→ starke Reduktion
	11-20 Stück pro Tag	31	19	29		→ geringe Reduktion
	mehr als 21 Stück pro Tag	62	7	30		→ kein Erfolg

In beiden Semestern zusammen gesehen, dürfte der Anteil der Durchhalter bzw. Abbrecher jeweils ca. 50 % betragen haben. Möglicherweise ist auch diese Relation typisch für ein System, das quasi wie ein "Massenmedium", d.h. unter nicht ausgewählten günstigen Bedingungen eingesetzt wird.

Soweit von anderen Entwöhnungsmethoden vergleichbare Ergebnisse vorliegen, ist die bisherige Erfolgsquote als überdurchschnittlich zu werten. Dazu ist anzumerken, daß berichtete höhere Erfolgsquoten meist aus Versuchen mit besonders intensiver Betreuung und Nachbetreuung berichtet werden. Auch wird selten etwas über den Abbrecheranteil berichtet.

Berücksichtigt man, daß die Kurse H/W 78 mit weit geringerer persönlicher und organisatorischer Betreuungsintensität als die Kurse F/S 78 liefen, so ist die gleich hohe Erfolgsquote unter Kosten-Wirksamkeits-Aspekten relativ besser zu bewerten.

Die in der Halbjahresanalyse ermittelten Unterschiede in verschiedenen Teilnehmergruppen hielten sich (im Vergleich F/S 78 versus H/W 78) nur in einem Punkt:

- o Das Vorvertrauen in den Kurs, welches wohl gleichzeitig die Bestimmtheit des Wunsches nach Nullkonsum ausdrückt, korreliert stark mit dem tatsächlichen Erfolg.

Die Unterschiede nach Geschlecht und Alter haben sich nicht bestätigt. Auch hat sich der Erfolgsunterschied zwischen vorher starken und schwachen Rauchern reduziert.

2. Vergleichende Analysen

In den folgenden Abschnitten werden jeweils die Halbjahresnachbefragungen im Vergleich F/S 78 versus H/W 78 sowie die Halbjahresnachbefragung F/S 78 mit der Jahresnachbefragung F/S 78 verglichen. Die Abbildungen bzw. Ergebnissynopsen sind identisch aufgebaut. Sie sind am Ende des Abschnittes zusammengefaßt.

Voranzuschicken ist, daß der Vergleich zwischen F/S 78 und H/W 78 auch in der Detailstruktur der Ergebnisse und Effekte eine praktisch vollständige Identität ergibt. Die hier bedeutsamen Punkte werden deshalb nur summarisch aufgegriffen.

2.1 Ergänzende Erfolgskriterien, Multiplikatoreffekte

In der Analyse 1978 wurde festgestellt, daß über den Kreis der direkten Kursteilnehmer hinaus beachtliche Multiplikatoreffekte entstehen. 43 % aller Durchhalter und 22 % aller Abbrecher konnten Bekannte und Verwandte nennen, die auch das Rauchen einstellten oder reduzierten. 60 - 70 % der Durchhalter und 40 - 50 % der Abbrecher entwickelten starke Kommunikationsintensität in den eigenen Kontaktkreisen. Diese Proportionen sind auch im Herbst/Winter 78 festzustellen.

Eine interessante Weiterentwicklung ergibt sich im Vergleich 6 Monate/12 Monate. Die Kommunikationsintensität läßt tendenziell nach. Dafür werden aber mehr realisierte Erfolge im sozialen Umfeld berichtet, und zwar nennen jetzt 46 % (gegenüber 35 %) der Befragten andere Personen, die aufhörten oder reduzierten, und die durchschnittliche Anzahl der genannten Personen stieg gleichfalls (3 und mehr Personen: 39 % gegenüber 24 % nach 6 Monaten).

Diese Entwicklung ist inhaltlich plausibel und stützt die im ersten Bericht aufgestellte Hypothese, daß über die reine Kommunikation hinaus auch weitere "harte" Erfolge über Multiplikation erzielt werden. Auf jeden Teilnehmer kommen mindestens 1 - 2 weitere Nicht-Teilnehmer, die ohne Kursbesuch ihr Rauchverhalten entscheidend ändern.

2.2 Erlebte Veränderungen und alternatives Verhalten

Verstärkung und subjektiv erlebte "Belohnung" für Verhaltensänderungen oder auch nur den Vorsatz dazu sind wesentliche Voraussetzungen für deren Realisierung und Stabilität.

Verstärkend in diesem Sinne sind sicher auch schon die oben erwähnten Multiplikationswirkungen, die nicht nur aus der Sicht der BZgA erfreulich sind, sondern auch für die Teilnehmer selbst stützend wirken.

Der Vergleich zwischen O-Konsumenten und starken Rauchern (vgl. Abbildung 6.1 bis 7.3) enthält weitere Indikatoren zur Erlebens- und Verhaltensänderung. In allen Vergleichen bestätigt sich das bereits 1978 gefundene Ergebnis, daß die Gefühle, nicht mehr abhängig zu sein und seinen Willen (auch gegen sich selbst) durchgesetzt zu haben, zu den positivsten Erlebnissen zählen und Selbstvertrauen und Stabilität des Erreichten stärken.

Auch bestätigt sich der Eindruck, daß im Falle, wo nur reduziert wird, die Rückfallwahrscheinlichkeit in starkes Rauchen sehr hoch ist, Versuchungen stärker und positives Erleben geringer sind. Lediglich bei den O-Konsumenten ist eine tendenzielle Verbesserung auch in den Stabilitätsindikatoren feststellbar (Abbildungen 7.1 bis 7.3).

Im Bereich alternativer Aktivitäten bleiben die Ergebnisse ebenfalls in beiden Vergleichsrichtungen stabil. Die Ergebnisse aus den Kursen F/S 78 sind voll auf die der Kurse H/W 78 übertragbar. Im Vergleich "6 Monate nachher" versus "12 Monate nachher" ergeben sich nur einige tendenzielle Verschiebungen. Während "allgemein mehr essen" und Teilindikatoren hierzu sowie die Indikatoren zu mehr Bewegung tendenziell abnehmen, steigt der Bereich "mehr trinken", übrigens in gleichem Maße für alkoholische wie nicht-alkoholische Getränke. Hier scheint eher eine Verhaltenssubstitution als die - gelegentlich befürchtete - direkte Drogensubstitution stattzufinden.

2.3 Bewertung von Kurs und Kursmaterial

Auch hier sind die 1978 gefundenen Ergebnisse stabil. Kurs und Material werden weit überwiegend positiv beurteilt. Der Kurs stellt auch eine Bereicherung des

sozialen Lebens und Empfindens dar: selbst nach 12 Monaten treffen sich noch 13 % der Befragten mit anderen Teilnehmern. Drei Viertel aller Befragten wären ggf. zur Wiederholung eines solchen Versuchs bereit. Erfreuliches Ergebnis im Hinblick auf das Kursmaterial: Auch nach einem Jahr besitzen noch 79 % der Befragten das Manual. In 28 % der Fälle wird weitere Nutzung des Systems in der Zwischenzeit angegeben. Dabei spielt insbesondere das Wiederaufgreifen der Registrierung (57 %) eine Rolle.

In Verbindung mit den Ergebnissen zur Multiplikationswirkung erweisen sich somit Kurssystem einschließlich der Teilkomponenten als dauerhaft effizient: ein Faktum, das bei der Beurteilung der Kosten-Wirksamkeits-Relation nicht außer Acht zu lassen ist.

2.4 Teilnehmerpotential und Teilnehmerrekrutierung

Die aus den Kursen bzw. Institutionen noch immer berichteten Probleme bei der Teilnehmerrekrutierung führten zur Aufnahme einer entsprechenden Potentialschätzung in die "Jahreserfolgskontrolle 1978 der BZgA" ¹⁾.

An die - hochgerechnet - 15,5 Millionen Zigarettenraucher wurde u.a. eine Frage zur Teilnahmebereitschaft an solchen Kursen gestellt. 9 % oder ca. 1,4 Millionen erklärten eine sehr hohe Bereitschaft, weitere 21 % (ca. 3,2 Millionen) eine grundsätzliche Bereitschaft.

Dieses in absoluter Qualität beachtliche Teilnehmerpotential muß, da die Kurse einen jeweils sehr beschränkten regionalen Einzugskreis haben, auf kleinere Grundgesamtheiten (z.B. eine Stadt mit 100.000 Einwohnern) umgerechnet werden. Und bei einer solchen Umrechnung zeigt sich, daß das "vor Ort" erreichbare Teilnehmerpotential absolut gesehen begrenzt ist. Im Beispielfall würde es zwischen 3.000 und 8.000 Raucher umfassen. In Anbetracht weiterer einschränkender Faktoren (Termin-

1) Siehe Teilbericht "RAUCHEN"

probleme usw.) wird damit die Notwendigkeit gezielter Bekanntgabe weiter deutlich. Wie weiter oben angemerkt, waren gewisse Effekte von Verbesserungen bei der Rekrutierung bzw. Vorinformation schon im Herbst/Winter 1978 spärbar (Plakate, Verzeichnisse, von Mund-zu-Mund-Propaganda). Dennoch bedarf dieser Aspekt angesichts der von Institutionen und Kursleitern berichteten Probleme weiterer Bearbeitung.

2.5 Synoptische Übersichten zu den vergleichenden Analysen

Die folgenden Abbildungen 5 - 7 zeigen jeweils hintereinander die Ergebnisse

- o Kurse F/S 78: Nachbefragung II (nach 6 Monaten)
- o Kurse H/W 78: Nachbefragung II (nach 6 Monaten)
- o Kurse F/S 78: Nachbefragung III (nach 1 Jahr)

Der erste Überblick wurde aus den Bericht 1978 übernommen. Die neuen Überblicke sind identisch aufgebaut, um den direkten Vergleich in beliebiger Richtung zu ermöglichen.

Abb. 5.1: Vergleichende Analyse von "Durchhaltern" und "Abbrechern"

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

<u>Vergleichsmaßstab</u> ▼	"Durchhalter" (n = 198)	"Abbrecher" (n = 105)
<u>Frage 1:</u> Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde.	8-10 Stunden	5-6 Stunden (starke Streuung!)
<u>Frage 2.1:</u> Stunde des Abbruchs	—	5. - 6. Stunde (starke Streuung!)
<u>Frage 2.2:</u> Gründe für Abbruch	—	1) Persönliche Gründe, insbesondere Terminlage 2) Kurs, insbesondere einzelne Techniken und soziale Dimension 3) Misserfolgserwartung
<u>Frage 3.3:</u> Heutiger Konsum	0- Konsum : 32% 1-10 Stück : 18% 11-20 Stück : 30% mehr als 21 St.: 19%	0- Konsum : 10% 1-10 Stück : 18% 11-20 Stück : 24% mehr als 21 St. : 45%
<u>Frage 7:</u> Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kursstunden	56%	30%
<u>Frage 9:</u> Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms	45% insbes.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln	28% insbes.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln
<u>Frage 10:</u> Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	68%	51%
<u>Frage 11:</u> Können weiterer potentieller Teilnehmer	22%: andere zur Teilnahme bewegt 12%: kenne andere	12%: andere zur Teilnahme bewegt 5%: kenne andere
<u>Frage 13:</u> Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	43% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	22% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
<u>Frage 14:</u> • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kursbesuches für andere • Weitergabe des Trainingsprogramms	69% 62% 58% 12%	37% 33% 26% 10%

...

Abb. 5.1: Fortsetzung		
KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)		
Vergleichsmaßstab ▼	"Durchhalter" (n = 198)	"Abbrecher" (n = 105)
Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Teilnehmern	25%	4%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis	zufrieden : 45% eingeschränkt : 16% unzufrieden : 38%	zufrieden : 16% eingeschränkt : 14% unzufrieden : 56%
Frage 20: Spaß an der Teilnahme	89%	43%
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente		
• Dauer des Kurses	55%	57%
• Kurshelfer	76%	49%
• Kursunterlagen	88%	71%
• Strenge Kontrolle	67%	45%
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	21%	18%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen		
• besser als andere	47%	20%
• schlechter als andere	4%	17%
• gleich / KA	49%	63%

Abb. 5.2: Vergleichende Analyse von "Durchhaltern" und "Abbrechern"

KURSE H/W 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab	"Durchhalter" (n = 239)	"Abbrecher" (n = 135)
<u>Frage 1:</u> Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde.	8-10 Stunden	4-6 Stunden (starke Streuung!)
<u>Frage 2. 1:</u> Stunde des Abbruchs	—	5. - 6. Stunde (starke Streuung!)
<u>Frage 2. 2:</u> Gründe für Abbruch	—	1) Persönliche Gründe, insbesondere Terminlage und mangelnde Motivation 2) Kurs, insbesondere Kurskonzeption und einzelne Techniken
<u>Frage 3. 3:</u> Heutiger Konsum	0-Konsum: 28% 1-10 Stück: 19% 11-20 Stück: 29% mehr als 21 Stück: 22%	0-Konsum: 13% 1-10 Stück: 13% 11-20 Stück: 30% mehr als 21 Stück: 43%
<u>Frage 5:</u> Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kursstunden	41%	26%
<u>Frage 9:</u> Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms	37% insb.: • Selbstkontrollregeln • Registrierung • Lesen	24% insb.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln
<u>Frage 10:</u> Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	65%	63%
<u>Frage 11:</u> Kennen weiterer potentieller Teilnehmer	18%: andere zur Teilnahme bewegt 9%: kenne andere	16%: andere zur Teilnahme bewegt 9%: kenne andere
<u>Frage 13:</u> Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	39% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	24% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
<u>Frage 14:</u> • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kursbesuches für andere • Weitergabe des Trainingsprogramms	67% 56% 60% 14%	47% 45% 32% 14%

Abb. 5.2: Fortsetzung
KURSE H/W 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab ▼	"Durchhalter" (n = 239)	"Abbrecher" (n = 135)
Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Teilnehmern	19%	8%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis	zufrieden: 38% eingeschränkt: 16% unzufrieden: 43%	zufrieden: 12% eingeschränkt: 12% unzufrieden: 66%
Frage 20: Spaß an der Teilnahme	84%	44%
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente		
• Dauer des Kurses	72%	56%
• Kursleiter	74%	54%
• Kursunterlagen	91%	71%
• Strenge Kontrolle	67%	52%
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	26%	30%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen		
• besser als andere	46%	30%
• schlechter als andere	9%	27%
• gleich / KA	45%	53%

Abb. 5.3: Vergleichende Analyse von "Durchhaltern" und "Abbrechern"

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG III (nach 1 Jahr)

Vergleichsmaßstab ▼	"Durchhalter" (n = 165)	"Abbrecher" (n = 53)
Frage 1: Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde.	8-10 Stunden	5-8 Stunden
Frage 2.1: Stunde des Abbruchs	X	X
Frage 2.2: Gründe für Abbruch	X	X
Frage 3.3: Heutiger Konsum	0-Konsum: 32% 1-10 Stück: 47% 11-20 Stück: 25% mehr als 21 Stück: 26%	0-Konsum: 8% 1-10 Stück: 23% 11-20 Stück: 30% mehr als 21 Stück: 34%
Frage 7: Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kursstunden	50%	19%
Frage 9: Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms	30% insb.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln	21% insb.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln
Frage 10: Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	53%	49%
Frage 11: Kennen weiterer potentieller Teilnehmer	13%: andere zur Teilnahme bewegt 8%: kenne andere	6%: andere zur Teilnahme bewegt 8%: kenne andere
Frage 13: Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	49% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	38% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
Frage 14: • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kursbesuches für andere • Weitergabe des Trainingsprogramms	54% 55% 48% 12%	36% 32% 19% 9%

Abb. 5.3: Fortsetzung		
KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG III (nach 1 Jahr)		
Vergleichsmaßstab ▼	"Durchhalter" (n = 165)	"Abbrecher" (n = 53)
Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Teilnehmern	16%	4%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis	zufrieden: 41% eingeschränkt: 13% unzufrieden: 44%	zufrieden: 17% eingeschränkt: 13% unzufrieden: 66%
Frage 20: Spaß an der Teilnahme	 	
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente • Dauer des Kurses • Kursshelfer • Kursunterlagen • Strenge Kontrolle	 	
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	26%	21%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen • besser als andere • schlechter als andere • gleich / KA	 	

Abb. 6.1: Vergleichende Analyse zwischen jetzigen 0-Konsumenten und jetzigen starken Rauchern (21 und mehr Stück)

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab	0-Konsumenten (n = 75)	starke Raucher (n = 86)
Frage 1: Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde	8-10 Stunden	7-8 Stunden (starke Streuung!)
Frage 2: Abbrecherquote	15%	55%
Frage 3.1: Konsumintensität vor Kursbeginn		
1-10 Stück	7%	1%
11-20 Stück	35%	6%
21 und mehr Stück	58%	93%
Frage 3.2: Konsumintensität nach letzter Kursstunde		
0-Konsum	89%	10%
1-10 Stück	6%	28%
11-20 Stück	2%	32%
21 und mehr Stück	1%	29%
Frage 7: Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kursstunden	41%	42%
Frage 9: Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms (Werte in mittleren Gruppen höher)	33%	31%
	insbes.: • Lesen • Selbstkontrollregeln • Selbstbelohnung	insbes.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln
Frage 10: Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	70%	57%
Frage 11: Kennen weiterer potentieller Teilnehmer	29% : andere zur Teilnahme bewegt 15% : kenne andere	16% : andere zur Teilnahme bewegt 9% : kenne andere
Frage 13: Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	46% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	25% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
Frage 14: • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kursbesuches für andere • Weitergabe des Trainingsprogramms	73% 58% 64% 17%	37% 36% 30% 5%

Abb. 6.1: Fortsetzung		
KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)		
Vergleichsmaßstab	0-Konsumenten (n = 75)	starke Raucher (n = 86)
▼		
Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Kursteilnehmern	25%	12%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis		
• zufrieden	93	2
• eingeschränkt	5	10
• unzufrieden	-	79
Frage 20: Spaß an der Teilnahme	95%	59%
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente		
• Dauer des Kurses	80%	52%
• Kurshelfer	77%	55%
• Kursunterlagen	84%	79%
• strenge Kontrolle	74%	50%
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	20%	22%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen		
• besser als andere	57%	24%
• schlechter als andere	-	8%
• gleich / KA	43%	67%

Abb. 6.2: Vergleichende Analyse zwischen jetzigen 0-Konsumenten und jetzigen starken Rauchern (21 und mehr Stück)

KURSE H/W 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab	0-Konsumenten (n = 86)	starke Raucher (n = 110)
Frage 1: Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde	8-10 Stunden	8-10 Stunden
Frage 2: Abbrecherquote	20%	30%
Frage 3.1: Konsumintensität vor Kursbeginn		
1-10 Stück	5%	-
11-20 Stück	30%	8%
21 und mehr Stück	59%	91%
Frage 3.2: Konsumintensität nach letzter Kurssrunde		
0-Konsum	86%	15%
1-10 Stück	7%	29%
11-20 Stück	5%	36%
21 und mehr Stück	-	17%
Frage 7: Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kurssunden	26%	46%
Frage 9: Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms (Werte in mittleren Gruppen höher)	19% insb.: • Selbstkontrollregeln • Lesen • Selbstbelohnung	31% insb.: • Registrierung • Lesen • Selbstkontrollregeln
Frage 10: Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	71%	58%
Frage 11: Kennen weiterer potentieller Teilnehmer	29%: andere zur Teilnahme bewegt 9%: kenne andere	48%: andere zur Teilnahme bewegt 10%: kenne andere
Frage 13: Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	50% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	20% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
Frage 14: • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kursbesuches für andere • Weitergabe des Trainingsprogramms	84% 77% 67% 26%	50% 32% 40% 14%

Abb. 6.2: Fortsetzung		
KURSE H/W 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)		
Vergleichsmaßstab ▼	0-Konsumenten (n = 86)	starke Raucher (n = 118)
Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Kursteilnehmern	17%	14%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis		
• zufrieden	86%	7%
• eingeschränkt	3%	12%
• unzufrieden	5%	76%
Frage 20: Spaß an der Teilnahme	80%	69%
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente		
• Dauer des Kurses	78%	65%
• Kursleiter	68%	69%
• Kursunterlagen	87%	84%
• strenge Kontrolle	70%	62%
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	29%	23%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen		
• besser als andere	52%	33%
• schlechter als andere	12%	14%
• gleich / KA	36%	53%

Abb. 6.3: Vergleichende Analyse zwischen jetzigen 0-Konsumenten und jetzigen starken Rauchern (21 und mehr Stück)

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG III (nach 1 Jahr)

<u>Vergleichsmaßstab</u> ▼	0-Konsumenten (n = 51)	starke Raucher (n = 65)
<u>Frage 1:</u> Anzahl der Stunden, an denen teilgenommen wurde	9-10 Stunden	8-10 Stunden
<u>Frage 2:</u> Abbrecherquote	7%	32%
<u>Frage 3.1:</u> Konsumintensität vor Kursbeginn		
1-10 Stück	2%	-
11-20 Stück	26%	8%
21 und mehr Stück	62%	88%
<u>Frage 3.2:</u> Konsumintensität nach letzter Kursstunde		
0-Konsum	87%	18%
1-10 Stück	7%	31%
11-20 Stück	5%	26%
21 und mehr Stück	-	20%
<u>Frage 7:</u> Nachträglicher Wunsch nach weiteren Kursstunden	29%	44%
<u>Frage 9:</u> Nachträgliche Nutzung des Trainingsprogramms (Werte in mittleren Gruppen höher)	insb.: • 16% • Lesen	insb.: • 22% • Lesen • Registrierung
<u>Frage 10:</u> Gespräche mit anderen Personen über den Kurs	59%	41%
<u>Frage 11:</u> Kennen weiterer potentieller Teilnehmer	26%: andere zur Teilnahme bewegt 15%: kenne andere	6%: andere zur Teilnahme bewegt 5%: kenne andere
<u>Frage 13:</u> Multiplikatorwirkung im Verwandten- und Bekanntenkreis	58% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören	47% begannen, das Rauchen einzuschränken oder damit aufzuhören
<u>Frage 14:</u> • Erklärung des Systems gegenüber anderen Personen	66%	43%
• Versuch der Überzeugung anderer	70%	38%
• Empfehlung des Kursbesuches für andere	67%	34%
• Weitergabe des Trainingsprogramms	16%	6%

Abb. 6.3: Fortsetzung

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG III (nach 1 Jahr)

Vergleichsmaßstab	0-Konsumenten (n = 61)	starke Raucher (n = 65)
▼ Frage 18: Nachträgliches Treffen mit anderen Kursteilnehmern	20%	12%
Frage 19: Zufriedenheit mit Kursergebnis • zufrieden • eingeschränkt • unzufrieden	90% 2% 2%	8% 9% 81%
Frage 20: Spaß an der Teilnahme		
Frage 21: Positive Bewertung einzelner Kurselemente • Dauer des Kurses • Kursleiter • Kursunterlagen • strenge Kontrolle		
Frage 22: Bekanntheit anderer Kurse oder Systeme	—	32%
Frage 23: Vermutete Eignung des Systems im Vergleich zu anderen Systemen • besser als andere • schlechter als andere • gleich / KA		

Abb. 7.1: Vergleichende Analyse zwischen unterschiedlich erfolgreichen Gruppen

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab	0-Konsum (n = 75) %	1-10 Stück (n = 55) %	11-20 Stück (n = 84) %	21 u. m. Stück (n = 86) %
Frage 12: Erlebte Auswirkungen				
• Ich fühle mich jetzt gesünder/wesentlich besser	57	24	8	4
• Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	41	15	4	3
• Die finanzielle Ersparnis macht sich bemerkbar	39	22	8	5
• Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	65	20	8	9
• Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher	57	27	8	4
• Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestärkt	59	64	40	27
• Es tut mir gut, anderen und mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	72	40	17	5
Frage 15: Veränderungen des Körpergewichts				
• stark zugenommen	28	11	13	8
• etwas zugenommen	43	40	24	15
• abgenommen	-	-	1	5
• nicht verändert	27	45	57	60
Frage 16: Alternative Gewohnheiten angenommen	79	75	57	57
Frage 17: Situationen starker Versuchung				
• nach dem Essen	18	64	88	71
• wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	5	34	45	39
• zur Entspannung	23	38	57	57
• wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	10	15	30	37
• während der Arbeitszeit	8	12	46	50
• in Gesellschaft ...	33	60	85	67
• am Morgen	7	18	43	51
• vor dem Zubettgehen	5	5	25	36
• beim Fernsehen	8	25	52	56
• zwischendurch mal	13	28	45	41
• bei Konzentration	29	56	68	62

Abb. 7.2: Vergleichende Analyse zwischen unterschiedlich erfolgreichen Gruppen

KURSE H/W 78: NACHBEFRAGUNG II (nach 6 Monaten)

Vergleichsmaßstab	0-Konsum (n = 86) %	1-10 Stück (n = 63) %	11-20 Stück (n = 110) %	21 u. m. Stück (n = 118) %
Frage 12: Erlebte Auswirkungen				
• Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	53	31	4	7
• Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	48	16	6	6
• Die finanzielle Ersparnis macht sich bemerkbar	43	24	5	5
• Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	63	24	15	10
• Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher	72	37	2	5
• Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestärkt	64	73	44	34
• Es tut mir gut, anderen und mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	74	34	18	6
Frage 15: Veränderungen des Körpergewichts				
• stark zugenommen	33	10	16	19
• etwas zugenommen	38	27	17	13
• abgenommen	-	8	4	-
• nicht verändert	26	51	57	62
Frage 16: Alternative Gewohnheiten angenommen	72	70	57	53
Frage 17: Situationen starker Versuchung				
• nach dem Essen	20	62	73	76
• wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	10	33	38	42
• zur Entspannung	21	38	56	64
• wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	10	24	24	30
• während der Arbeitszeit	6	11	35	56
• in Gesellschaft ...	44	70	74	73
• am Morgen	7	15	27	59
• vor dem Zubettgehen	2	9	22	33
• beim Fernsehen	7	16	43	53
• zwischendurch mal	11	15	43	30
• bei Konzentration	20	38	55	69

Abb. 7.3: Vergleichende Analyse zwischen unterschiedlich erfolgreichen Gruppen

KURSE F/S 78: NACHBEFRAGUNG III (nach 1 Jahr)

Vergleichsmaßstab ▼	0-Konsum (n = 61) %	1-10 Stück (n = 39) %	11-20 Stück (n = 58) %	21 u. m. Stück (n = 65) %
Frage 12: Erlebte Auswirkungen				
• Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	56	11	5	6
• Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	44	13	4	2
• Die finanzielle Ersparnis macht sich bemerkbar	37	24	5	2
• Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	64	11	7	5
• Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher	51	18	7	3
• Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestärkt	49	49	28	19
• Es tut mir gut, anderen und mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	69	36	5	4
Frage 13: Veränderungen des Körpergewichts				
• stark zugenommen	34	10	12	11
• etwas zugenommen	41	36	29	12
• abgenommen	2	-	2	6
• nicht verändert	16	54	53	62
Frage 16: Alternative Gewohnheiten angenommen	70	67	62	46
Frage 17: Situationen starker Versuchung				
• nach dem Essen	13	77	79	69
• wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	7	38	43	40
• zur Entspannung	16	38	51	50
• wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	8	20	24	40
• während der Arbeitszeit	4	18	35	60
• in Gesellschaft ...	27	59	78	63
• am Morgen	2	18	36	46
• vor dem Zubettgehen	-	16	26	40
• beim Fernsehen	7	30	47	40
• zwischendurch mal	3	20	40	46
• bei Konzentration	14	41	72	56

