



IMW KÖLN

FORSCHUNG · PLANUNG  
EVALUIERUNG  
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

050043B

ARCHIVE EXEMPLAR

Reg. No. 13. 2 56



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE

des

Raucherentwöhnungskurses der BZgA  
in Volkshochschulen und anderen  
Einrichtungen der Erwachsenenbildung

7. Nachbefragung

bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978  
(60 Monate nach Kursende)

6. Nachbefragung

bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978  
(54 Monate nach Kursende)

MATERIALBAND

<u>INHALT</u>	Seite
I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND	I
1. Zielsetzungen der Untersuchung und Verknüpfung mit vorangegangenen Untersuchungen	I
1.1 Zielsetzungen	I
1.2 Register der bisher vorliegenden Unter- suchungsberichte	IV
2. Überblick über Stichproben und Verfahren	V
3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes	VIII
3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes	VIII
3.2 Erläuterungen der Tabellenköpfe und Analysegruppen	VIII
3.3 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen	XI
4. Inhaltsregister des Tabellenteils	XII
II. TABELLENTEIL	1 - 102
III. BEFRAGUNGSUNTERLAGEN	103

## I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND

### 1. ZIELSETZUNGEN DER UNTERSUCHUNG UND VERKNÜPFUNG MIT VORANGEGANGENEN UNTERSUCHUNGEN

#### 1.1 Zielsetzungen

Die Raucherentwöhnungskurse der BZgA werden seit 1978 auf breiter Basis an Volkshochschulen und anderen Institutionen der Erwachsenenbildung eingesetzt. Die Teilnehmer dieses ersten Kursjahres 1978 werden seitdem systematisch nachverfolgt. Zu diesem Zweck wurden bisher 5 Untersuchungsstufen durchgeführt, deren Ergebnisse der BZgA in mehreren Einzelberichten und einem zusammenfassenden Materialband bereits vorliegen (siehe Register der bisher vorliegenden Untersuchungsberichte auf Seite V).

Gegenstand des vorliegenden Berichtes ist der 6. und abschließende Untersuchungsabschnitt im Jahr 1983. Dieser Untersuchungsabschnitt konzentriert sich zunächst auf die Fortsetzung bzw. Ergänzung der bisherigen Untersuchungsstufen. Im Vordergrund stehen folgende Zielsetzungen:

- Messung der Quote und Stabilität des teilnehmerbezogenen Erfolgs nach 54 bzw. 60 Monaten.
- Erfassung weiterer Maßstäbe zur Systembewertung (Multiplikatorwirkungen, Verhaltensänderungen im sozialen Umfeld und in anderen Verhaltensbereichen).
- Analyse spezifischer Auswirkungen und Veränderungen im Verhalten der Teilnehmer.
- Verlaufsanalyse der Reduktion und Erfassung typischer Reduktions- bzw. Stabilitätsmuster im Verlauf von 5 Jahren
- Vergleichbarkeit zu entsprechenden anderen Untersuchungen

Ein weiterer Baustein zur Gesamtbewertung der Nichtraucher-Kurse ist der Vergleich der Ergebnisse mit den Daten anderer

Untersuchungen. Bei der Fragebogenkonzeption wie auch bei der Datenaufbereitung und -analyse wurde daher besonders auf die Vergleichbarkeit zu den vorangegangenen Untersuchungsstufen (Längsschnittvergleiche) sowie zu entsprechenden anderen Untersuchungen wie z.B. Nachbefragung der Teilnehmer des NDR-Hörfunkurses (Quervergleiche) geachtet.

Die folgende Übersicht verdeutlicht noch einmal den Zusammenhang zwischen den Erhebungstatbeständen der 6. Untersuchungsstufe und den Erhebungstatbeständen früherer Untersuchungsstufen.

Die Ergebnisse sind in einem separaten Bericht- und Analyseband zusammengefaßt.



## 1.2 Register der bisher vorliegenden Untersuchungsberichte

Das folgende Register gibt einen Überblick über die Berichte zu den bisher durchgeführten Untersuchungsstufen und soll das gezielte Auffinden gewünschter Informationen erleichtern.

Untersuchungsstufe	TITEL	Projekt-Nr./ Erscheinungsdatum
1	Wirksamkeitskontrolle der Raucherentwöhnungskurse in Volkshochschulen und anderen Einrichtungen der Erwachsenenbildung <hr/> Schlußbericht 1978 über den ersten Untersuchungsabschnitt und die erste Nachbefragung	7763 November 1978
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Jahresnachbefragung bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978</li> <li>● Halbjahresnachbefragung bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978</li> </ul>	8901 Juli 1979
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Integration und Reorganisation aller teilnehmerbezogenen Daten</li> <li>● Nachbefragung nach 24 Monaten bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978</li> <li>● Nachbefragung nach 18 Monaten bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978</li> </ul>	8002 Juli 1980
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Nachbefragung bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978 (36 Monate nach Kursende)</li> <li>● Nachbefragung bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978 (30 Monate nach Kursende)</li> </ul>	8102 Juli 1981
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Nachbefragung bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978 (48 Monate nach Kursende)</li> <li>● Nachbefragung bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978 (42 Monate nach Kursende)</li> </ul>	8207 Juli 1982

## 2. OBERBLICK UBER STICHPROBEN UND VERFAHREN

Nach Bereinigung der Stichprobe der 5. Untersuchungsstufe um Adreßausfälle und endgültige Verweigerungen standen für die 6. Untersuchungsstufe insgesamt 392 noch angehbare Adressen zur Verfügung (d.h.ca. 31% der Ausgangsadressen aus dem Jahr 1978). Diese Personen erhielten wie gewohnt einen schriftlichen Fragebogen mit entsprechendem Begleitmaterial sowie einen standardisierten Rückmeldebogen. Nach Ablauf von 3 Wochen wurden die Personen, die bis dahin nicht reagiert hatten, gemahnt. Dabei erhielten sie noch einmal das komplette Befragungsmaterial. Nach weiteren 4 Wochen erfolgte eine zweite Mahnung, und zwar in Form einer ebenfalls standardisierten Rückantwortkarte. Durch dieses mehrstufige Verfahren sollte sichergestellt werden, daß für einen möglichst großen Personenkreis zumindest eine Minimalinformation zum Zwecke der Erfolgsbilanzierung vorliegt.

Die Übersicht auf der folgenden Seite gibt einen Gesamtüberblick über die Stichproben der 6. Untersuchungsstufe sowie über die Reaktion auf die Befragung 1983.

GESAMTREAKTIONSQUOTEN IN DEN BEFRAGUNGSWELLEN		
* BASIS: jeweilige Aussendestichprobe	KURSE* Frühjahr/Sommer 1978 %	KURSE* Herbst/Winter 1978 %
● Nachbefragung nach 6 Mon.	60,3	69,5
● Nachbefragung nach 12 Mon.	59,4	
● Nachbefragung nach 18 Mon.		69,3
● Nachbefragung nach 24 Mon.	67,4	
● Nachbefragung nach 30 Mon.		71,2
● Nachbefragung nach 36 Mon.	67,8	
● Nachbefragung nach 42 Mon.		55,7
● Nachbefragung nach 48 Mon.	47,2	
● Nachbefragung nach 54 Mon.		57,1
● Nachbefragung nach 60 Mon.	48,9	

	STICHPROBEN					
	Kurse Frühj./Sommer 1978		Kurse Herbst/Winter 1978		Gesamt	
	abs.	%	abs.	%	abs.	%
① Ursprüngliche Ausgangsstichprobe für die postalische Nachbefragung	579		695		1.274	
② Ausgangsstichprobe für qualifizierte Verlaufsanalysen (= Teilnehmer, die mit Sicherheit am Kurs teilgenommen haben)	451		566		1.017	
STICHPROBENBEREINIGUNG durch Adreßänderungen und endgültige Verweigerungen im Verlauf von 5 Befragungswellen	395		487		882	
NACHBEFRAGUNG 54 bzw. 60 MONATE NACH KURSENDE						
1. Ausgangsstichprobe	180		212		392	
2. Gesamtreaktionsquote	88	48,9	121	57,1	209	53,3
<u>davon:</u>						
• ausgefüllte Fragebogen	49		66		115	
• unspezifische Verweigerung	11		9		20	
• Verweigerung, weil <u>Mißerfolg</u>	19		30		49	
• Verweigerung, weil Erfolg	1		1		2	
• nicht interpretierbare Rücksendungen	-		-		-	
• Adreßänderung, Todesfälle	8		15		23	
3. Ohne jegliche Information	92	51,1	91	42,9	183	46,7

ENTWICKLUNG DER AUSFALLGRUNDE IN DEN BEFRAGUNGSWELLEN										
	6 Monate %	12 Monate %	18 Monate %	24 Monate %	30 Monate %	36 Monate %	42 Monate %	48 Monate %	54 Monate %	60 Monate %
• wegen Adreßänderung	63,3	56,8	34,5	45,1	12,6	8,9	22,0	25,0	23,4	19,0
• unspezifische Verweigerung	28,6	34,1	15,9	20,6	28,4	31,1	41,5	43,3	14,1	26,2
• Verweigerung wegen Erfolg	2,0	-	7,1	1,0	2,3	4,7	2,4	3,3	1,6	-
• Verweigerung wegen Mißerfolg	6,1	4,5	39,8	31,4	46,0	42,1	29,3	20,0	45,3	45,2
BASIS (Anzahl der endgültigen Verweigerungen)	49	44	113	102	261	190	82	60	64	42

Aufgrund der Steigerung der Verweigerungen wegen Mißerfolg in den letzten Nachbefragungen ist zu vermuten, daß die erfolgreichen Kursteilnehmer in der aktuellen Analysestichprobe überpräsentiert sind. Die in der Grundauszählung ausgewiesenen aktuellen Erfolgszahlen sind daher unter dieser Einschränkung zu interpretieren. Maßgeblich für die Erfolgsbeurteilung insgesamt ist die im Untersuchungsbericht präsentierte Erfolgsbilanzierung auf der Basis der Verlaufsanalyse für alle Kursteilnehmer.

Die in den Tabellen dargestellten Ergebnisse werden primär für Struktur- und Zustandsmerkmale in verschiedenen "Erfolgstypen" verwertet.

### 3. HINWEISE ZUM LESEN DES TABELLENBANDES

#### 3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes

Der Tabellenband enthält folgende Tabellen:

- Auszählungen der Originalfragen

Die Ergebnisse werden in der Reihenfolge des Fragebogens dargeboten. Der genaue Fragenwortlaut ist dem am Ende des Tabellenteils beigefügten Original-Fragebogen zu entnehmen.

- Übersichten und Zusammenfassungen

In einzelnen Fällen werden aus Gründen der Übersichtlichkeit zusätzlich zur Original-Auszählung einzelne Anteilswerte bzw. Scores in Form von Übersichtsblättern beigefügt. Ein entsprechender Hinweis findet sich sowohl im Fragentext als auch im Tabellenregister.

- Auszählung des zusätzlich gebildeten Erfolgsmaßes "Reduktionsniveau"

Hierbei handelt es sich um ein analytisch ermitteltes Merkmal, das aus den Originalangaben der Teilnehmer zum Zigarettenkonsum vor Kursanfang und dem heutigen Konsum gebildet wurde. Es drückt den aktuellen Zigarettenkonsum in Prozent des Konsums vor Kursbeginn aus und erlaubt damit eine präzisere Beurteilung des erreichten Reduktionserfolges als die rein quantitative Konsumangabe.

#### 3.2 Erläuterungen der Tabellenköpfe und Analysegruppen

Jede Tabelle wurde mit 2 unterschiedlichen Tabellenköpfen gerechnet. Die Tabellenköpfe sind weitgehend so konzipiert, daß ein di-

rekter Vergleich mit den Ergebnissen der voraufgegangenen Untersuchungsstufen möglich ist. Obwohl die Besetzungszahlen einzelner Teilgruppen teilweise etwas gering sind, wurde bewußt darauf verzichtet, die Teilgruppen weiter zusammenzufassen. Ein solches Verfahren hätte die Aussagekraft der Ergebnisse beeinträchtigt sowie die Vergleichbarkeit zu anderen Untersuchungen eingeschränkt.

KOPF 1 enthält die zentralen demografischen Merkmale Alter und Geschlecht sowie Angaben zum Kursbesuch. Im einzelnen handelt es sich um folgende Merkmale:

- Geschlecht
  - männlich
  - weiblich
  
- Alter
  - bis 29 Jahre
  - 30 - 39 Jahre
  - 40 - 49 Jahre
  - 50 Jahre und älter
  
- Kursgeneration
  - Frühjahr/Sommer
  - Herbst/Winter
  
- Kursbesuch
  - "Durchhalter" (Personen, die den Kurs bis zum Ende besuchten)
  - "Abbrecher" (Personen, die den Kurs nicht bis zum Ende besuchten)
  
- Psycho-soziale Problembelastung
  - sehr stark
  - stark
  - weniger stark/gar nicht

KOPF 2

- Vertrauen in den Kurserfolg zu Kursbeginn
  - sehr sicher
  - sicher
  - Zweifel
  
- Zigarettenkonsum vorher
  - bis 20 Zigaretten pro Tag
  - 21 - 30 Zigaretten pro Tag
  - 31 und mehr Zigaretten pro Tag
  
- Reduktionsniveau bei Kursende
  - Nullkonsum (Personen, die bei Kursende den Nullkonsum erreicht hatten)
  - 1-50% (Personen, die bei Kursende 50% und weniger ihres Ausgangskonsums rauchten = REDUKTION)
  - 51% und mehr (Personen, die bei Kursende mehr als 50% ihres Ausgangskonsums rauchten = MISSEFOLG)
  
- Reduktionsniveau heute (1983)
  - Nullkonsum (Personen, die den Nullkonsum erreicht haben)
  - 1-50% Reduktion (Personen, die 1-50% ihres Ausgangskonsums rauchen)
  - 51% und mehr (Personen, die heute mehr als 50% ihres Ausgangskonsums rauchen = MISSEFOLG)

Weitere zusammenfassende Tabellen und Übersichten sind im Berichtband enthalten.

### 3.3 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen

- Alle Daten sind aus Vergleichsgründen prozentuiert. Das Kürzel "S-%" steht für Spaltenprozent, gibt also die Prozentuierungsrichtung an.
- Die Basiszahlen der jeweiligen Teilgruppen sind in der ersten Tabellenzeile "Basis (ungewichtet)" angeführt.
- In einigen Tabellengruppen (z.B. "50jährige und älter") ist das "N" geringer als 50. Bei diesen geringen Basiszahlen sind die Prozentwerte nur mit großer Vorsicht zu interpretieren.
- Abweichungen der Prozentsumme von 100 können sich ergeben
  - a) durch die automatische Rundung ( $\pm 2\%$ ),
  - b) wenn aus Gründen der Übersicht nur einzelne Antwortkategorien in Tabellenform zusammengestellt wurden,
  - c) wenn Mehrfachnennungen bei einer Frage möglich waren.

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS			1
Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demogra- fische Merkmale	Kopf 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
1.	Kursabbruch	1	52
2.1	Zigarettenkonsum bei Kursende	2	53
2.2	Zigarettenkonsum 54 bzw. 60 Monate nach Kursende	3	54
2.3	Reduktionsniveau 54 bzw. 60 Monate nach Kursende	4	55
3.	Rauchen von Pfeife, Zigarren, Zigarillos	5	56
4.	Persönliche Erfolgskurve 1978 - 1983	6	57
5.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsitu- ationen)	16	67
5.1	Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)	20	71
6.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	21	72
6.1	Erlebte Veränderungen durch Reduktion (Anteilswerte: sehr stark/stark)	25	76
7.	Veränderung des Körpergewichts	26	77
7.1	Aktivitäten zur Reduktion des Körperge- wichts (F)	27	78
8.	Veränderungen in einzelnen gesundheits- relevanten Verhaltensbereichen	28	79
8.1	Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: neu begonnen/verstärkt)	31	82
8.2	Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: vermindert)	32	83
9.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche	33	84
9.1	Lebens- und Verhaltensbereiche, in denen die erlernten Techniken angewendet werden (F)	34	85
10.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme	35	86
11.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freun- des- und Bekanntenkreis seit der Kursteil- nahme	36	87

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS			2
Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demogra- fische Merkmale	Kopf 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
12.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Arbeitsplatz  ● A N R A U C H E R :	38	89
13.	Längste Periode des Nullkonsums (F)	40	91
14.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduktion des Zigarettenkonsums (F)	41	92
14.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	42	93
15.	Subjektive Beurteilung des derzeitigen Zigarettenkonsums (F)	43	94
16.	Subjektive Bewertung des Einflusses des Kurses auf den heutigen Zigarettenkonsum  ● A N N I C H T R A U C H E R :	44	95
17.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr (F)	45	96
18.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisierung des Nullkonsums (F)	46	97
18.1	Art der unternommenen Aktivitäten	47	98
19.	Vertrauen in die Stabilität des Kursergebnisses	48	99
20.	Subjektive Bewertung des Einflusses des Kurses auf den erreichten Nullkonsum	49	100
S.1.	Alter der/des Befragten	50	101
S.2.	Geschlecht der/des Befragten	51	102

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern  
54 bzw. 60 Monate nach Kursende

KOPF 1

- Geschlecht
- Alter
- Kursgeneration
- Kursbesuch
- Psycho-soziale Problembelastung

Tabelle 1: Haben Sie damals den Kurs bis zu Ende besucht oder haben Sie den Kursbesuch vorher abgebrochen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ich habe den Kurs bis zu Ende besucht	84	84	85	71	94	80	91	88	82	97	39	57	94	72
Ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen	16	16	15	29	6	20	9	12	18	3	61	43	6	28
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.1: Und wieviele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nach Ihrem Ausscheiden aus dem Kurs durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT S-X	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-X	weib- lich S-X	bis 29 Jahre S-X	30-39 Jahre S-X	40-49 Jahre S-X	50 Jahre und aeiter S-X	Frueh- jahr S-X	Herbst S-X	Durch- halter S-X	Ab- brecher S-X	sehr stark S-X	stark S-X	weniger stark/ gar nicht S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Keine Zigaretten	48	45	54	35	47	56	57	57	41	58	13	21	54	40
1 - 5 Zigaretten	17	19	15	29	8	12	22	16	18	16	22	29	20	8
6 - 10 Zigaretten	16	15	17	13	25	12	9	10	20	12	26	21	14	20
11 - 15 Zigaretten	8	11	2	10	8	4	9	8	8	7	9	7	6	8
16 - 20 Zigaretten	8	8	7	6	8	12	4	6	9	6	17	14	6	16
21 - 25 Zigaretten	2	1	2	3	0	4	0	2	2	1	4	0	0	4
26 - 30 Zigaretten	2	1	2	3	3	0	0	0	3	0	9	7	0	4
31 - 40 Zigaretten	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
41 Zigaretten und mehr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.2: Und wie steht es heute? Wieviele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Keine Zigaretten	48	51	41	42	53	48	48	49	47	52	35	29	49	60
1 - 5 Zigaretten	5	4	7	13	0	0	9	10	2	5	4	0	6	4
6 - 10 Zigaretten	4	4	5	3	0	12	4	4	5	3	9	0	9	4
11 - 15 Zigaretten	10	7	15	6	8	4	22	4	14	13	0	21	11	8
16 - 20 Zigaretten	14	12	17	10	14	24	9	12	15	9	26	21	14	12
21 - 25 Zigaretten	5	7	2	10	3	4	4	6	5	5	9	0	6	4
26 - 30 Zigaretten	11	14	7	13	17	8	4	14	9	9	17	14	3	8
31 - 40 Zigaretten	2	0	5	3	3	0	0	0	3	2	0	14	0	0
41 Zigaretten und mehr	1	1	0	0	3	0	0	0	2	1	0	0	3	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.3: Reduktionsniveau 5 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBEsuch		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Hullkonsum (= voller Erfolg)	47	50	41	42	53	48	43	49	45	51	35	29	46	60
1 - 30 % (= starke Reduktion)	4	5	2	10	0	0	9	4	5	6	0	7	9	0
31 - 50 % (= Reduktion)	6	8	2	10	6	8	0	4	8	3	17	14	9	4
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	7	9	2	0	8	8	13	6	8	7	4	7	9	0
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	12	11	15	6	11	20	13	16	9	13	13	7	6	12
91 % und mehr (= vollstaendiger Misserfolg)	22	14	37	32	22	16	13	18	24	19	30	36	20	24
KA	2	3	0	0	0	0	9	2	2	1	0	0	3	0

Tabelle 3: Bitte kreuzen Sie an, welche der folgenden Tabakwaren Sie zur Zeit (noch) rauchen.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>115</b>	<b>74</b>	<b>41</b>	<b>31</b>	<b>36</b>	<b>25</b>	<b>23</b>	<b>49</b>	<b>66</b>	<b>86</b>	<b>23</b>	<b>14</b>	<b>35</b>	<b>25</b>
<b>Pfeife:</b>														
Ja	3	5	0	0	8	0	4	0	6	3	4	0	6	4
Nein	69	72	63	84	64	64	61	69	68	64	83	86	69	60
KA	28	23	37	16	28	36	35	31	26	33	13	14	26	36
<b>Zigarren/Zigarillos:</b>														
Ja	5	5	5	6	8	4	0	4	6	7	0	0	6	4
Nein	67	69	63	81	64	60	61	69	65	62	83	86	66	60
KA	28	26	32	13	28	36	39	27	29	31	17	14	29	36

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Am Kursende														
0 Zigaretten	45	43	49	35	47	52	48	53	39	56	9	14	54	36
1 - 10 Zigaretten	35	34	37	42	36	28	30	31	38	29	48	57	31	28
11 - 15 Zigaretten	6	9	0	6	3	4	13	4	8	7	4	7	6	8
16 - 20 Zigaretten	7	8	5	3	11	8	4	4	9	5	17	14	6	12
21 Zigaretten und mehr	4	3	7	10	3	4	0	4	5	1	17	7	0	12
KA	3	3	2	3	0	4	4	4	2	2	4	0	3	4
Weihnachten 1978														
0 Zigaretten	37	38	37	26	39	44	43	39	36	48	9	14	46	32
1 - 10 Zigaretten	19	18	22	23	14	16	26	16	21	16	22	36	14	20
11 - 15 Zigaretten	10	9	12	13	17	4	4	16	6	10	9	7	11	4
16 - 20 Zigaretten	8	9	5	13	3	8	9	6	9	7	13	7	9	8
21 Zigaretten und mehr	17	18	17	13	28	12	13	16	18	12	35	21	11	28
KA	8	8	7	13	0	16	4	6	9	7	13	14	9	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Fruehjahr 1979														
0 Zigaretten	36	36	34	29	39	36	39	39	33	44	13	14	43	32
1 - 10 Zigaretten	14	12	17	10	8	24	17	12	15	13	13	7	11	20
11 - 15 Zigaretten	10	14	5	16	11	4	9	6	14	8	17	21	11	8
16 - 20 Zigaretten	16	12	22	19	8	20	17	20	12	15	17	21	17	12
21 Zigaretten und mehr	19	20	17	16	33	8	13	14	23	16	30	29	14	24
KA	5	5	5	10	0	8	4	8	3	3	9	7	3	4
Sommer 1979														
0 Zigaretten	34	35	32	29	39	36	30	37	32	43	9	14	40	28
1 - 10 Zigaretten	14	9	22	10	8	20	22	14	14	13	13	14	11	16
11 - 15 Zigaretten	9	11	5	10	8	4	13	4	12	8	9	21	9	8
16 - 20 Zigaretten	18	19	17	26	11	24	13	20	17	16	26	21	17	16
21 Zigaretten und mehr	19	20	17	16	33	8	13	16	21	15	35	21	17	28
KA	6	5	7	10	0	8	9	8	5	5	9	7	6	4

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Herbst 1979														
0 Zigaretten	32	34	29	23	36	40	30	33	32	40	13	21	37	24
1 - 10 Zigaretten	13	9	20	10	6	20	22	14	12	12	13	14	11	12
11 - 15 Zigaretten	10	11	7	16	8	0	13	6	12	9	9	21	11	8
16 - 20 Zigaretten	18	19	17	23	14	24	13	22	15	16	26	14	17	20
21 Zigaretten und mehr	20	22	17	19	33	8	13	16	23	17	30	21	17	28
KA	7	5	10	10	3	8	9	8	6	6	9	7	6	8
Weihnachten 1979														
0 Zigaretten	35	36	32	26	39	40	35	37	33	42	17	21	40	28
1 - 10 Zigaretten	10	8	15	10	3	20	13	12	9	8	13	7	9	12
11 - 15 Zigaretten	10	12	7	10	11	0	22	6	14	9	13	29	9	12
16 - 20 Zigaretten	16	15	17	26	8	20	9	16	15	16	17	14	17	8
21 Zigaretten und mehr	21	23	17	19	36	8	13	20	21	17	30	21	17	28
KA	8	5	12	10	3	12	9	8	8	7	9	7	9	12

Tabella 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich	weib- lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Fruehjahr 1980														
0 Zigaretten	37	41	32	29	39	44	39	37	38	44	17	21	46	32
1 - 10 Zigaretten	8	4	15	10	3	12	9	12	5	8	9	0	6	8
11 - 15 Zigaretten	10	9	10	10	8	4	17	8	11	7	17	29	9	12
16 - 20 Zigaretten	17	18	15	23	11	24	9	16	17	15	17	7	17	12
21 Zigaretten und mehr	22	24	17	19	36	12	13	20	23	19	30	29	17	28
KA	7	4	12	10	3	4	13	6	8	7	9	14	6	8
Sommer 1980														
0 Zigaretten	40	45	32	32	42	44	43	41	39	48	17	29	46	36
1 - 10 Zigaretten	8	4	15	10	3	12	9	12	5	8	9	0	6	8
11 - 15 Zigaretten	6	5	7	6	8	4	4	4	8	3	13	21	6	4
16 - 20 Zigaretten	17	18	17	23	8	24	17	16	18	15	22	7	20	16
21 Zigaretten und mehr	22	24	17	19	36	12	13	20	23	19	30	29	17	28
KA	7	4	12	10	3	4	13	6	8	7	9	14	6	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Herbst 1980														
0 Zigaretten	38	41	34	29	39	44	43	41	36	47	13	29	40	36
1 - 10 Zigaretten	11	8	17	13	8	16	9	14	9	12	13	0	11	12
11 - 15 Zigaretten	6	5	7	6	8	4	4	4	8	3	13	21	6	4
16 - 20 Zigaretten	17	18	17	23	11	20	17	18	17	15	22	7	20	12
21 Zigaretten und mehr	20	24	12	19	31	12	13	16	23	16	30	29	17	28
KA	7	4	12	10	3	4	13	6	8	7	9	14	6	8
Weihnachten 1980														
0 Zigaretten	37	38	34	29	39	44	35	39	35	45	13	21	40	36
1 - 10 Zigaretten	12	9	17	13	6	16	17	14	11	12	13	7	11	12
11 - 15 Zigaretten	7	7	7	6	11	4	4	6	8	5	13	21	6	4
16 - 20 Zigaretten	16	15	17	19	8	20	17	16	15	13	22	7	20	12
21 Zigaretten und mehr	22	27	12	23	33	12	13	18	24	19	30	29	17	28
KA	7	4	12	10	3	4	13	6	8	7	9	14	6	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Fruehjahr 1981														
0 Zigaretten	36	38	32	29	36	44	35	37	35	44	13	21	40	36
1 - 10 Zigaretten	12	8	20	13	6	16	17	16	9	12	13	7	11	12
11 - 15 Zigaretten	4	4	5	3	8	0	4	2	6	3	4	7	6	4
16 - 20 Zigaretten	18	20	15	19	14	24	17	14	21	16	22	36	17	8
21 Zigaretten und mehr	23	26	20	26	33	12	17	24	23	19	39	14	23	32
KA	6	4	10	10	3	4	9	6	6	6	9	14	3	8
Sommer 1981														
0 Zigaretten	37	39	32	32	36	40	39	37	36	44	17	21	40	40
1 - 10 Zigaretten	10	8	15	10	3	16	17	16	6	9	13	7	9	8
11 - 15 Zigaretten	5	3	10	3	11	0	4	2	8	6	0	7	9	4
16 - 20 Zigaretten	17	20	12	19	14	28	9	10	23	14	26	36	17	12
21 Zigaretten und mehr	25	27	22	29	33	12	22	31	21	21	39	14	23	28
KA	5	3	10	6	3	4	9	4	6	6	4	14	3	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und seltener S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Herbst 1981														
0 Zigaretten	40	43	34	42	36	40	43	39	41	47	26	21	43	52
1 - 10 Zigaretten	10	8	12	10	0	16	17	14	6	8	13	7	9	8
11 - 15 Zigaretten	4	3	7	0	11	0	4	4	5	5	0	7	6	0
16 - 20 Zigaretten	17	18	15	13	17	28	9	10	21	14	22	29	20	8
21 Zigaretten und mehr	24	26	22	29	33	12	17	29	21	21	35	21	20	24
KA	5	3	10	6	3	4	9	4	6	6	4	14	3	8
Weihnachten 1981														
0 Zigaretten	41	43	37	42	39	40	43	41	41	48	26	21	43	52
1 - 10 Zigaretten	10	8	12	13	0	16	13	14	6	8	13	7	9	8
11 - 15 Zigaretten	5	4	7	0	11	0	9	6	5	6	0	7	6	0
16 - 20 Zigaretten	14	15	12	10	11	28	9	8	18	12	17	36	14	8
21 Zigaretten und mehr	25	27	22	29	36	12	17	27	24	21	39	14	26	24
KA	5	3	10	6	3	4	9	4	6	6	4	14	3	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir heben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Fruehjahr 1982														
0 Zigaretten	43	46	37	42	42	40	48	41	44	48	30	29	46	48
1 - 10 Zigaretten	13	12	15	19	3	16	17	20	8	13	13	7	14	8
11 - 15 Zigaretten	6	4	10	3	11	0	9	6	6	8	0	7	9	0
16 - 20 Zigaretten	12	12	12	6	8	28	9	8	15	8	22	29	11	12
21 Zigaretten und mehr	23	24	20	29	33	12	9	20	24	20	30	21	20	24
KA	3	1	7	0	3	4	9	4	3	3	4	7	0	8
Sommer 1982														
0 Zigaretten	46	50	39	45	44	44	52	45	47	51	30	29	51	48
1 - 10 Zigaretten	11	8	17	26	0	12	9	16	8	9	17	7	11	12
11 - 15 Zigaretten	6	7	5	0	11	0	13	6	6	8	0	7	9	0
16 - 20 Zigaretten	13	12	15	13	8	24	9	10	15	9	22	29	14	12
21 Zigaretten und mehr	19	20	17	16	33	12	9	18	20	17	26	21	14	20
KA	4	3	7	0	3	8	9	4	5	5	4	7	0	8

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Herbst 1982														
0 Zigaretten	47	47	46	45	53	40	48	47	47	52	30	36	49	52
1 - 10 Zigaretten	11	9	15	19	0	16	13	16	8	9	17	7	14	8
11 - 15 Zigaretten	6	5	7	0	8	0	17	4	8	8	0	14	9	0
16 - 20 Zigaretten	14	14	15	16	11	24	4	10	17	12	17	29	17	8
21 Zigaretten und mehr	18	22	12	19	25	12	13	18	18	15	30	14	11	24
KA	3	3	5	0	3	8	4	4	3	3	4	0	0	8
Weihnachten 1982														
0 Zigaretten	46	49	41	39	53	44	48	47	45	50	35	29	46	56
1 - 10 Zigaretten	10	7	17	19	0	12	13	12	9	12	4	7	11	12
11 - 15 Zigaretten	10	8	12	3	14	4	17	8	11	10	9	14	11	4
16 - 20 Zigaretten	14	14	15	16	11	24	4	8	18	10	22	36	17	8
21 Zigaretten und mehr	17	20	12	23	22	8	13	20	15	15	26	14	14	16
KA	3	3	2	0	0	8	4	4	2	2	4	0	0	4

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Fruehjahr 1983														
0 Zigaretten	48	53	39	42	56	44	48	51	45	52	35	21	49	56
1 - 10 Zigaretten	12	12	12	19	3	16	13	16	9	12	13	7	17	8
11 - 15 Zigaretten	10	7	15	6	8	8	17	4	14	12	4	29	9	8
16 - 20 Zigaretten	9	5	15	10	6	16	4	4	12	6	13	14	14	8
21 Zigaretten und mehr	20	22	17	23	28	12	13	20	20	17	30	29	11	16
KA	2	1	2	0	0	4	4	4	0	1	4	0	0	4

Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- Jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
<b>nach dem Essen</b>														
sehr stark	28	27	29	32	33	28	13	27	29	28	30	50	20	16
stark	21	23	17	19	17	20	30	22	20	16	30	29	29	12
weniger stark	12	8	20	13	8	20	9	10	14	12	13	7	11	24
ueberhaupt nicht	35	36	32	35	36	28	39	33	36	40	22	14	40	40
KA	4	5	2	0	6	4	9	8	2	5	4	0	0	8
<b>wenn mir jemand eine Zigarette anbietet</b>														
sehr stark	13	12	15	23	8	8	13	10	15	12	22	36	11	8
stark	19	20	17	26	19	16	13	22	17	19	17	14	23	12
weniger stark	23	23	22	6	22	36	30	24	21	23	17	29	14	16
ueberhaupt nicht	41	39	44	45	44	36	35	35	45	42	39	21	51	52
KA	4	5	2	0	6	4	9	8	2	5	4	0	0	12
<b>zur Entspannung</b>														
sehr stark	15	12	20	19	17	4	17	12	17	15	13	29	11	12
stark	25	24	27	35	28	28	4	29	23	23	35	21	26	20
weniger stark	21	23	17	10	17	32	30	16	24	20	22	29	26	20
ueberhaupt nicht	33	32	34	35	33	32	30	31	35	36	26	21	37	36
KA	6	8	2	0	6	4	17	12	2	6	4	0	0	12

Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
wenn sich jemand eine Zigarette anzuendet														
sehr stark	9	4	17	13	11	0	9	6	11	9	9	21	9	8
stark	13	12	15	13	6	28	9	14	12	12	17	21	14	0
weniger stark	28	31	22	32	28	32	17	29	27	28	30	43	23	24
ueberhaupt nicht	44	45	44	42	50	36	48	39	48	45	39	14	54	56
KA	6	8	2	0	6	4	17	12	2	6	4	0	0	12
waehrend der Arbeitszeit														
sehr stark	10	7	17	13	6	12	13	6	14	10	13	14	11	8
stark	17	16	17	6	31	12	13	14	18	17	13	21	17	12
weniger stark	18	20	15	29	11	20	13	18	18	15	26	29	23	8
ueberhaupt nicht	46	46	46	48	44	52	39	45	47	49	39	29	49	56
KA	9	11	5	3	8	4	22	16	3	8	9	7	0	16
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.														
sehr stark	29	30	27	42	33	24	9	27	30	27	43	36	29	20
stark	22	20	24	16	22	24	26	29	17	19	22	36	20	12
weniger stark	18	19	17	19	17	12	26	10	24	21	9	14	23	28
ueberhaupt nicht	28	27	29	23	25	36	30	31	26	30	22	14	26	32
KA	3	4	2	0	3	4	9	4	3	3	4	0	3	8



Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
am Morgen														
sehr stark	20	18	24	10	28	24	17	22	18	17	30	36	11	12
stark	13	15	10	13	8	16	17	10	15	13	13	21	20	8
weniger stark	10	9	12	13	14	4	9	8	12	9	13	14	14	8
ueberhaupt nicht	49	47	51	61	44	52	35	47	50	52	39	29	51	56
KA	8	11	2	3	6	4	22	12	5	8	4	0	3	16
noch direkt vor dem Zubettgehen														
sehr stark	10	7	17	10	11	8	13	10	11	10	13	21	6	8
stark	10	11	10	6	11	12	13	14	8	9	9	14	9	4
weniger stark	24	27	20	35	19	28	13	20	27	21	39	43	31	16
ueberhaupt nicht	48	46	51	48	53	48	39	43	52	52	35	21	54	56
KA	7	9	2	0	6	4	22	12	3	7	4	0	0	16
beim Fernsehen														
sehr stark	9	7	12	10	11	8	4	6	11	8	9	7	11	4
stark	12	16	5	10	14	20	4	14	11	8	26	21	6	12
weniger stark	30	27	34	35	28	28	26	24	33	29	30	43	34	24
ueberhaupt nicht	41	39	44	45	42	36	39	41	41	47	26	21	49	44
KA	9	11	5	0	6	8	26	14	5	8	9	7	0	16

Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
<b>zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geaergert habe</b>														
sehr stark	32	31	34	29	33	36	30	35	30	33	35	50	23	20
stark	17	15	22	16	17	24	13	16	18	15	22	29	26	8
weniger stark	13	12	15	23	11	8	9	16	11	13	17	7	9	16
ueberhaupt nicht	31	34	27	32	33	28	30	22	38	34	22	14	40	44
KA	6	8	2	0	6	4	17	10	3	6	4	0	3	12
<b>wenn ich mich konzentrieren muss</b>														
sehr stark	17	20	12	13	17	28	13	12	21	17	22	29	14	12
stark	24	23	27	26	28	20	22	24	24	26	22	29	34	8
weniger stark	14	11	20	16	8	16	17	18	11	13	13	14	11	16
ueberhaupt nicht	39	39	39	45	42	32	35	35	42	40	39	29	40	56
KA	5	7	2	0	6	4	13	10	2	5	4	0	0	8

Tabelle 5.1: Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
nach dem Essen	49	50	46	52	50	48	43	49	48	44	61	79	49	28
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	32	32	32	48	28	24	26	33	32	30	39	50	34	20
zur Entspannung	40	36	46	55	44	32	22	41	39	38	48	50	37	32
wenn sich jemand eine Zigarette anzuendet	22	16	32	26	17	28	17	20	23	21	26	43	23	8
waehrend der Arbeitszeit	27	23	34	19	36	24	26	20	32	28	26	36	29	20
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	50	50	51	58	56	48	35	55	47	45	65	71	49	32
am Morgen	33	32	34	23	36	40	35	33	33	30	43	57	31	20
noch direkt vor dem Zubettgehen	21	18	27	16	22	20	26	24	18	20	22	36	14	12
beim Fernsehen	21	23	17	19	25	28	9	20	21	16	35	29	17	16
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgereggt oder geesergert habe	50	46	56	45	50	60	43	51	48	48	57	79	49	28
wenn ich mich konzentrieren muss	42	43	39	39	44	48	35	37	45	43	43	57	49	20

Tabella 6: Wenn Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich S-%	weib-lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh-jahr S-%	Herbst S-%	Durch-halter S-%	Ab-brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
<b>Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser</b>														
sehr stark	16	16	15	16	17	20	9	20	12	19	9	7	17	8
stark	15	18	10	16	17	12	13	12	17	15	13	14	17	20
weniger stark	34	38	27	42	28	32	35	35	33	35	35	36	26	36
ueberhaupt nicht	27	20	39	23	31	24	30	24	29	24	30	36	34	12
KA	9	8	10	3	8	12	13	8	9	7	13	7	6	24
<b>Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher</b>														
sehr stark	14	14	15	13	17	12	13	20	9	16	9	7	14	4
stark	18	22	12	16	11	28	22	8	26	20	17	21	17	36
weniger stark	29	28	29	35	33	16	26	29	29	29	26	29	31	24
ueberhaupt nicht	30	27	34	32	31	28	26	35	26	27	35	36	29	12
KA	10	9	10	3	8	16	13	8	11	8	13	7	9	24
<b>Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar</b>														
sehr stark	8	7	10	6	11	4	9	6	9	9	4	7	11	4
stark	12	15	7	3	11	28	9	14	11	16	0	7	6	12
weniger stark	30	30	32	48	22	24	26	31	30	28	35	36	37	28
ueberhaupt nicht	40	39	41	39	47	28	43	41	39	38	48	43	37	32
KA	10	9	10	3	8	16	13	8	11	8	13	7	9	24

Tabelle 6: Wann Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen														
sehr stark	27	27	27	26	22	24	39	35	21	30	17	14	20	32
stark	9	9	7	0	19	8	4	10	8	10	0	0	11	4
weniger stark	18	14	27	23	19	12	17	22	15	19	17	21	23	12
ueberhaupt nicht	33	36	27	48	31	36	13	20	42	29	52	57	31	32
KA	13	14	12	3	8	20	26	12	14	12	13	7	14	20
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher														
sehr stark	18	19	17	23	25	8	13	22	15	21	13	0	20	16
stark	12	15	7	6	8	28	9	12	12	12	13	7	11	16
weniger stark	35	32	39	42	31	24	43	37	33	37	30	50	31	32
ueberhaupt nicht	23	24	22	23	28	24	17	18	27	21	26	36	26	12
KA	11	9	15	6	8	16	17	10	12	9	17	7	11	24
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt														
sehr stark	11	14	7	13	17	4	9	10	12	14	4	0	14	12
stark	30	31	27	23	33	28	35	33	27	34	9	29	26	20
weniger stark	30	30	29	35	25	40	17	29	30	23	57	50	20	44
ueberhaupt nicht	17	14	24	23	17	12	17	16	18	19	17	14	29	4
KA	12	12	12	6	8	16	22	12	12	10	13	7	11	20

Tabelle 6: Wann Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben														
sehr stark	16	18	12	6	17	16	26	18	14	17	13	14	14	16
stark	26	26	27	26	22	28	30	24	27	34	4	29	29	16
weniger stark	23	24	22	39	19	20	13	29	20	17	39	14	26	28
ueberhaupt nicht	23	23	24	26	33	20	9	18	27	22	30	29	23	20
KA	11	9	15	3	8	16	22	10	12	9	13	14	9	20
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden														
sehr stark	13	14	12	10	14	16	13	10	15	15	9	0	14	16
stark	28	23	37	23	28	36	26	29	27	30	22	29	34	8
weniger stark	30	35	20	42	31	24	17	31	29	30	26	43	26	28
ueberhaupt nicht	18	16	22	19	19	8	26	20	17	16	26	21	14	28
KA	11	12	10	6	8	16	17	10	12	8	17	7	11	20
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt														
sehr stark	6	7	5	6	6	0	13	8	5	7	4	0	3	16
stark	7	8	5	3	14	4	4	8	6	9	0	7	9	0
weniger stark	39	42	34	52	19	48	43	39	39	36	52	64	26	44
ueberhaupt nicht	36	32	41	32	50	32	22	33	38	38	26	21	51	20
KA	12	11	15	6	11	16	17	12	12	9	17	7	11	20

Tabelle 6: Wann Sie jetzt nach fuehf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich S-%	weib-lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und seltener S-%	Frueh-jahr S-%	Herbst S-%	Durch-halter S-%	Ab-brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ich fuehle mich wieder ausgeglichener und zufriedener														
sehr stark	9	9	7	13	8	4	9	10	8	9	9	0	9	12
stark	17	22	10	10	28	12	17	24	12	22	0	0	17	12
weniger stark	32	32	32	39	19	44	30	27	36	29	43	64	23	36
ueberhaupt nicht	30	26	37	32	33	24	26	27	32	30	30	29	40	20
KA	12	11	15	6	11	16	17	12	12	9	17	7	11	20
Ich fuehle mich im alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet														
sehr stark	10	8	12	10	8	16	4	6	12	9	13	29	6	0
stark	17	19	15	13	19	28	9	12	21	19	13	21	29	8
weniger stark	37	41	29	39	42	28	35	43	32	38	26	29	29	40
ueberhaupt nicht	23	20	29	32	19	12	30	24	23	23	30	14	26	28
KA	13	12	15	6	11	16	22	14	12	10	17	7	11	24

Tabelle 6.1: Persoenlich erlebte Veraenderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	30	34	24	32	33	32	22	33	29	34	22	21	34	28
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	32	35	27	29	28	40	35	29	35	36	26	29	31	40
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	20	22	17	10	22	32	17	20	20	26	4	14	17	16
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen	36	36	34	26	42	32	43	45	29	41	17	14	31	36
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher	30	34	24	29	33	36	22	35	27	33	26	7	31	32
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt	41	45	34	35	50	32	43	43	39	48	13	29	40	32
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben	42	43	39	32	39	44	57	43	41	51	17	43	43	32
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	41	36	49	32	42	52	39	39	42	45	30	29	49	24
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	13	15	10	10	19	4	17	16	11	16	4	7	11	16
Ich fuehle mich wieder ausgeglicher und zufriedener	26	31	17	23	36	16	26	35	20	31	9	0	26	24
Ich fuehle mich im alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet	27	27	27	23	28	44	13	18	33	28	26	50	34	8

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach fuenf Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen:  
Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschraenken, Veraenderungen Ihres Koerpergewichtes  
festgestellt?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich	weib- lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ja, ich habe abgenommen	5	3	10	6	6	0	9	2	8	6	4	21	3	4
Nein, mein Koerpergewicht hat sich praktisch nicht veraendert	39	41	37	55	33	24	43	35	42	35	48	43	43	36
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein frueheres Gewicht erreicht	12	14	10	3	14	24	9	12	12	15	4	14	17	0
Ja, ich habe etwas zugenommen	24	30	15	19	22	32	26	29	21	26	26	7	17	36
Ja, ich habe stark zugenommen	18	14	27	16	25	16	13	20	17	19	17	14	17	24
KA	1	0	2	0	0	4	0	2	0	0	0	0	3	0

Tabelle 7.1: WENN ZUGEHOMMEN: Was haben Sie getan, um Ihr Gewicht wieder zu reduzieren?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	63	42	21	12	22	18	11	30	33	51	11	5	18	15
weniger essen	22	24	19	8	18	28	36	23	21	20	36	60	11	20
Diaet	25	19	38	25	23	22	36	20	30	29	9	40	22	27
bewusster/gezielter essen	8	7	10	0	14	11	0	3	12	8	9	0	11	13
weniger Alkohol trinken	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sport treiben	6	10	0	8	14	0	0	10	3	8	0	0	6	0
weniger Suessigkeiten	5	5	5	0	9	6	0	10	0	6	0	0	6	0
Sonstiges	2	0	5	8	0	0	0	3	0	0	9	0	0	7
KA	32	36	24	50	23	33	27	30	33	29	36	0	44	33

Tabella 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Fruah- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
<b>Konsum alkoholischer Getraenke</b>														
habe ich neu begonnen	1	1	0	0	0	0	4	2	0	0	4	0	0	4
hat sich verstaerkt	12	12	12	10	11	20	9	12	12	14	4	0	14	12
ist wie vor dem Kurs	56	59	49	65	64	44	43	47	62	53	61	64	54	56
hat sich vermindert	14	15	12	19	8	16	13	24	6	14	17	7	11	8
gab es bei mir nie	16	12	22	6	17	16	26	10	20	17	13	29	17	16
KA	2	0	5	0	0	4	4	4	0	1	0	0	3	4
<b>Konsum nicht-alkoholischer Getraenke</b>														
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstaerkt	21	22	20	19	14	8	48	22	20	23	17	7	23	28
ist wie vor dem Kurs	72	73	71	81	78	84	39	67	76	70	83	86	71	64
hat sich vermindert	1	0	2	0	3	0	0	2	0	0	0	0	0	0
gab es bei mir nie	3	4	2	0	6	4	4	2	5	5	0	7	3	4
KA	3	1	5	0	0	4	9	6	0	2	0	0	3	4

Tabelle 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln														
habe ich neu begonnen	1	0	2	0	0	0	4	2	0	1	0	0	0	0
hat sich verstaerkt	5	7	2	0	6	4	13	6	5	6	4	7	0	8
ist wie vor dem Kurs	47	46	49	55	36	56	43	47	47	45	52	57	43	44
hat sich vermindert	9	9	7	10	6	12	9	10	8	9	4	14	3	4
gab es bei mir nie	37	38	34	35	53	24	26	31	41	37	39	21	51	40
KA	2	0	5	0	0	4	4	4	0	1	0	0	3	4

Tabelle 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark weniger stark/ gar nicht S-%	
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
<b>Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten</b>														
hat sich verstaerkt	10	5	17	13	14	8	0	10	9	9	9	7	11	8
ist wie vor dem Kurs	78	88	61	84	72	88	70	76	80	78	87	79	74	76
hat sich vermindert	9	5	15	0	14	0	22	8	9	9	4	7	11	12
KA	3	1	7	3	0	4	9	6	2	3	0	7	3	4
<b>Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet</b>														
hat sich verstaerkt	11	11	12	3	19	16	4	14	9	12	9	14	11	4
ist wie vor dem Kurs	63	65	59	77	50	56	70	53	70	59	83	57	66	80
hat sich vermindert	21	23	17	16	28	24	13	24	18	23	9	14	20	12
KA	5	1	12	3	3	4	13	8	3	6	0	14	3	4

Tabelle 8.1: Negative Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte; neu begonnen/verstaerkt)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	waniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Konsum alkoholischer Getraenke	13	14	12	10	11	20	13	14	12	14	9	0	14	16
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	6	7	5	0	6	4	17	8	5	7	4	7	0	8
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	10	5	17	13	14	8	0	10	9	9	9	7	11	8
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaaet	11	11	12	3	19	16	4	14	9	12	9	14	11	4

Tabelle 8.2: Positive Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte; hat sich vermindert)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Konsum alkoholischer Getraenke	14	15	12	19	8	16	13	24	6	14	17	7	11	8
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	9	9	7	10	6	12	9	10	8	9	4	14	3	4
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	9	5	15	0	14	0	22	8	9	9	4	7	11	12
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet	21	23	17	16	28	24	13	24	18	23	9	14	20	12

Tabelle 9: In dem Kurs, an dem Sie vor fuenf Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- und Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernaehrung oder allgemein bewusster leben), oder haben Sie an sehnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ae.) teilgenommen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	16	15	17	13	14	36	0	16	15	15	17	7	14	16
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	8	5	12	6	11	8	4	4	11	9	4	14	9	4
Ja, ich habe an Kursen mit aehnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilge- nommen	4	1	10	6	3	4	4	4	5	5	4	7	0	8
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	69	72	61	71	72	49	78	67	69	67	74	71	69	69

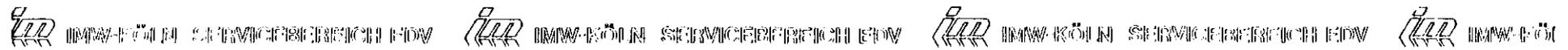


Tabelle 9.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich S-%	weib-lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh-jahr S-%	Herbst S-%	Durch-halter S-%	Ab-brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	31	16	15	8	10	11	2	12	19	24	6	4	8	6
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	6	6	7	0	0	18	0	0	11	4	17	0	13	17
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	16	25	7	13	10	27	0	42	0	13	33	0	13	0
Kurse zum Ernaehrungs-verhalten	19	19	20	25	10	18	50	50	0	17	33	0	13	0
Selbsthilfegruppen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Selbsterfahrungsgruppen	3	6	0	13	0	0	0	0	5	0	17	0	0	17
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	3	6	0	0	0	9	0	8	0	4	0	0	0	0
Arbeitsplatz	6	13	0	0	10	9	0	8	5	8	0	0	0	17
Alkoholkonsua	10	13	7	13	0	9	50	8	11	13	0	0	13	0
Medikamentenkonsum	6	6	7	13	0	9	0	0	11	4	17	25	0	0
Ernaehrungsverhalten	26	13	40	38	20	27	0	8	37	25	33	50	38	33
Reizbarkeit / Nervositaet	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	3	0	7	0	10	0	0	0	5	4	0	0	13	0
Sonstiges	16	19	13	25	20	9	0	25	11	13	17	25	13	0
KA	13	13	13	0	30	9	0	0	21	17	0	25	13	17

Tabella 10: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	welb- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
1978:														
Kein Raucher	37	38	34	13	53	32	48	37	36	40	26	36	37	32
1 Raucher	36	36	34	48	28	36	30	35	36	36	43	43	34	36
2 Raucher	13	12	15	16	14	16	4	16	11	12	9	7	11	12
3 Raucher	7	8	5	10	0	16	4	4	9	6	9	0	9	12
4 und mehr Raucher	5	4	7	13	6	0	0	4	6	3	13	7	9	4
KA	3	1	5	0	0	0	13	4	2	3	0	7	0	4
1983:														
Kein Raucher	43	47	37	23	53	44	57	49	39	49	26	36	46	28
1 Raucher	38	35	44	42	36	44	30	33	42	35	52	43	34	56
2 Raucher	8	8	7	10	8	12	0	8	8	7	9	7	9	4
3 Raucher	4	5	2	13	0	0	4	2	6	3	4	7	6	4
4 und mehr Raucher	3	1	7	10	3	0	0	4	3	2	9	0	6	4
KA	3	3	2	3	0	0	9	4	2	3	0	7	0	4

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
1978:														
ausschliesslich Raucher	5	4	7	3	0	16	4	6	5	5	9	7	6	0
ganz ueberwiegend Raucher	28	26	32	35	31	16	26	29	27	28	22	36	26	12
Raucher etwas in der Uebersahl	21	24	15	26	19	12	26	18	23	22	22	21	23	28
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	27	24	32	26	28	32	22	31	24	27	30	21	29	24
Nichtraucher etwas in der Uebersahl	9	12	2	3	11	12	9	4	12	7	13	7	6	20
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	7	7	3	8	8	9	8	6	8	0	7	9	4
ausschliesslich Nichtraucher	1	0	2	3	0	0	0	2	0	0	4	0	0	4
KA	3	3	2	0	3	4	4	2	3	3	0	0	3	8

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
1983:														
ausschliesslich Raucher	1	1	0	0	0	4	0	0	2	1	0	0	3	0
ganz ueberwiegend Raucher	13	8	22	16	14	8	13	12	14	10	22	29	9	4
Raucher etwas in der Ueberzahl	10	15	0	13	8	8	9	8	11	8	13	21	9	8
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	22	20	24	29	19	24	13	20	23	19	39	21	29	24
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	27	26	29	19	39	8	39	20	32	30	17	14	29	32
ganz ueberwiegend Nichtraucher	23	26	20	19	17	40	22	33	17	27	4	14	20	20
ausschliesslich Nichtraucher	3	3	5	3	3	8	0	4	3	3	4	0	3	8
KA	1	1	0	0	0	0	4	2	0	1	0	0	0	4

Tabella 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Fruehjahr	Herbst	Durchhalter	Abbrecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
1978:														
ausschliesslich Raucher	3	1	5	3	3	4	0	6	0	2	4	0	0	0
ganz ueberwiegend Raucher	21	22	20	26	28	8	17	22	20	19	30	21	20	20
Raucher etwas in der Ueberszahl	25	30	17	26	17	32	30	24	26	23	26	7	40	20
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	16	19	10	13	14	20	17	14	17	15	17	36	6	16
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	10	12	5	3	8	8	22	2	15	12	4	14	9	20
ganz ueberwiegend Nichtraucher	10	8	12	16	11	8	0	10	9	12	4	7	11	4
ausschliesslich Nichtraucher	3	4	2	6	3	4	0	4	3	5	0	7	0	4
KA	13	4	29	6	17	16	13	16	11	13	13	7	14	16

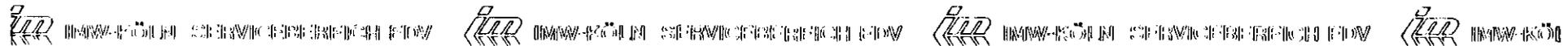


Tabella 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brucher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
1983:														
ausschliesslich Raucher	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ganz ueberwiegend Raucher	6	4	10	13	6	0	4	4	8	3	17	14	3	12
Raucher etwas in der Uebersahl	10	11	7	10	17	0	9	14	6	8	4	0	6	12
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	10	12	7	6	6	20	13	12	9	9	17	29	3	4
Nichtraucher etwas in der Uebersahl	30	38	17	26	25	36	39	20	38	30	35	21	43	36
ganz ueberwiegend Nichtraucher	26	26	27	32	28	28	13	20	30	31	9	21	29	24
ausschliesslich Nichtraucher	5	4	7	6	6	4	4	10	2	7	0	7	3	0
KA	12	5	24	6	14	12	17	18	8	10	17	7	14	12

Tabelle 13: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die laengste Periode, waehrend der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	38	24	19	18	13	12	25	37	42	16	10	19	11
nie Nullkonsum erreicht	44	42	46	42	50	54	25	32	51	38	63	50	42	55
bis 1 Monat	6	8	4	16	0	0	8	4	8	5	13	20	5	9
2 - 3 Monate	10	13	4	0	28	0	8	4	14	12	6	10	11	9
4 - 6 Monate	13	11	17	5	11	23	17	16	11	14	0	10	11	18
7 - 12 Monate	5	5	4	0	0	8	17	4	5	5	6	0	11	0
mehr als 12 Monate	3	0	8	5	6	0	0	8	0	5	0	0	0	0
KA	23	24	21	32	11	23	25	36	14	24	19	20	21	9

Tabelle 14: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	38	24	19	18	13	12	25	37	42	16	10	19	11
Ja	42	50	29	42	50	31	42	48	38	48	19	60	42	9
Nein	50	37	71	53	44	54	50	44	54	45	69	40	47	82
KA	8	13	0	5	6	15	8	8	8	7	13	0	11	9

Tabelle 14.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Fruehjahr	Herbst	Durchhalter	Abbrecher	sehr stark	stark	weniger stark/gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	26	19	7	8	9	4	5	12	14	20	3	6	8	1
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	15	16	14	13	22	25	0	25	7	15	0	0	25	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	19	21	14	25	22	0	20	25	14	20	33	17	25	0
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	8	5	14	13	11	0	0	0	14	10	0	0	13	100
Unterstuetzung im Freundes-, Bekannten- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
staerkerer Kontakt zu Nichtraucherern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehoeert	8	5	14	25	0	0	0	0	14	5	33	33	0	0
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	4	0	14	0	0	0	20	0	7	5	0	17	0	0
Anderer Entwoehnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	8	11	0	13	0	25	0	8	7	10	0	0	0	0
KA	38	42	29	13	44	50	60	42	36	35	33	33	38	0

Tabella 15: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/gar nicht
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	38	24	19	18	13	12	25	37	42	16	10	19	11
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	8	3	17	16	0	8	8	12	5	10	6	0	11	18
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemuehen, ihn weiter einzuschraenken	55	63	42	53	56	62	50	64	49	52	50	60	47	45
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffe, ihn einzuschraenken	31	24	42	26	39	23	33	20	38	31	38	40	32	27
KA	6	11	0	5	6	8	8	4	8	7	6	0	11	9

Tabelle 16: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEN gebracht hat, welcher der folgenden Aussagen wuerden Sie zustimmen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Fruehjahr	Herbst	Durchhalter	Abbrecher	sehr stark	stark	weniger stark/gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	38	24	19	18	13	12	25	37	42	16	10	19	11
Den Nullkonsum habe ich zwar nicht erreicht. Die Teilnahme an dem Kurs hat mir aber sehr dabei geholfen, meinen Zigarettenkonsum zumindest zeitweise oder hinsichtlich der Zahl der gerauchten Zigaretten zu kontrollieren	55	55	54	53	44	46	83	60	51	60	38	50	53	64
Die Teilnahme an dem Kurs hat sich ueberhaupt nicht gelohnt. Ich habe weder meinen Zigarettenkonsum beeinflussen koennen noch hat der Kurs mir in anderer Weise genuetzt	11	8	17	26	11	0	0	12	11	7	25	10	11	18
Fuer die Kontrolle bzw. Reduktion meines Zigarettenkonsums hat mir der Kurs nichts oder nur sehr wenig gebracht. Trotzdem war der Kursbesuch fuer mich von Nutzen	26	26	25	16	39	38	8	20	30	26	31	40	21	9
KA	8	11	4	5	6	15	8	8	8	7	6	0	16	9

Tabelle 17: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und seiter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	36	17	12	18	12	11	24	29	44	7	4	16	14
...sehr leicht	57	53	65	83	50	50	45	54	59	55	71	25	69	50
...leicht	32	39	18	8	33	42	45	29	34	32	29	50	25	36
...eher schwer	2	0	6	8	0	0	0	4	0	2	0	0	0	0
...sehr schwer	6	6	6	0	11	8	0	4	7	7	0	25	6	7
KA	4	3	6	0	6	0	9	8	0	5	0	0	0	7

Tabelle 18: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich	weib-lich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Frueh-jahr	Herbst	Durch-halter	Ab-brecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	36	17	12	18	12	11	24	29	44	7	4	16	14
Ja	19	19	18	17	28	25	0	17	21	18	14	25	19	21
Nein	68	69	65	75	67	67	64	71	66	68	71	50	69	64
KA	13	11	18	8	6	8	36	13	14	14	14	25	13	14

Tabelle 10.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	10	7	3	2	5	3	0	4	6	8	1	1	3	3
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	10	14	0	0	0	33	0	0	17	13	0	0	0	33
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	10	0	33	50	0	0	0	25	0	13	0	0	0	0
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Unterstuetzung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
staerkere Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehoeert	40	43	33	0	60	33	0	25	50	50	0	100	33	33
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Andere Entwoeohnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persoerliche Methoden / 'Tricks'	10	14	0	50	0	0	0	0	17	0	100	0	0	33
Sonstiges	10	0	33	0	20	0	0	25	0	13	0	0	33	0
KA	20	29	0	0	20	33	0	25	17	13	0	0	33	0



Tabella 19: Wie ueberzeugt sind Sie, dass Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Fruehjahr	Herbst	Durchhalter	Abbrecher	sehr stark	stark	weniger stark/gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	36	17	12	18	12	11	24	29	44	7	4	16	14
Ich bin vollkommen sicher, dass ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	75	72	82	83	61	67	100	67	83	75	86	75	81	79
Ich bin sicher, dass ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	21	25	12	17	33	25	0	29	14	20	14	0	13	21
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	4	3	6	0	6	8	0	4	3	5	0	25	6	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 20: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEN gebracht hat, welcher der folgenden Aussagen wuerden Sie zustimmen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn-lich S-%	weib-lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh-jahr S-%	Herbst S-%	Durch-halter S-%	Ab-brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	36	17	12	18	12	11	24	29	44	7	4	16	14
Die Teilnahme an dem Kurs war entscheidend dafuer, dass ich den Nullkonsum erreicht habe	55	56	53	50	50	50	73	50	59	61	29	25	81	43
Die Teilnahme an dem Kurs hat mir sehr geholfen. Aber ohne ergaenzende Methoden und Hilfen hätte ich den Nullkonsum nicht erreicht	19	17	24	17	22	25	9	25	14	20	0	50	13	7
Die Teilnahme an dem Kurs hat auch dazu beigetragen, dass ich heute nicht mehr rauche. Entscheidend fuer meinen heutigen Nullkonsum waren jedoch andere Dinge	23	22	24	17	28	25	18	21	24	18	43	25	6	43
KA	4	6	0	17	0	0	0	4	3	0	29	0	0	7

Tabelle S.1: Alter des/der Befragten

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Frueh- jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	sehr stark S-%	stark S-%	weniger stark/ gar nicht S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
bis 19 Jahre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 - 29 Jahre	16	12	22	58	0	0	0	10	20	13	30	21	17	24
30 - 39 Jahre	22	23	20	32	42	0	0	20	23	24	17	7	31	24
40 - 49 Jahre	29	28	29	0	44	68	0	35	24	27	26	29	23	16
50 - 59 Jahre	14	16	10	0	0	24	43	10	17	17	4	14	20	4
60 - 69 Jahre	7	7	7	0	0	0	35	8	6	7	9	7	3	20
70 Jahre und aelter	3	4	0	0	0	0	13	6	0	3	0	0	0	4
KA	10	9	12	10	14	8	9	10	11	8	13	21	6	8

Tabelle S.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				KURSGENERATION		KURSBESUCH		PSYCHO-SOZIALE PROBLEMBELASTUNG		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und seiter	Fruehjahr	Herbst	Durchhalter	Abbrecher	sehr stark	stark	weniger stark/ gar nicht
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	74	41	31	36	25	23	49	66	86	23	14	35	25
maennlich	64	100	0	58	64	68	70	61	67	62	74	57	57	76
weiblich	36	0	100	42	36	32	30	39	33	38	26	43	43	24
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern  
54 bzw. 60 Monate nach Kursende

KOPF 2

- Vertrauen in Kurserfolg
- Reduktionsniveau bei Kursende
- Reduktionsniveau heute

Tabelle 1: Haben Sie damals den Kurs bis zu Ende besucht oder haben Sie den Kursbesuch vorher abgebrochen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ich habe den Kurs bis zu Ende besucht	84	91	80	83	87	77	89	95	82	45	87	75	85
Ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen	16	9	20	17	13	23	11	5	18	55	13	25	15
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.1: Und wieviele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nach Ihrem Ausscheiden aus dem Kurs durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Keine Zigaretten	48	59	39	41	51	42	49	84	9	9	69	33	28
1 - 5 Zigaretten	17	16	22	14	20	16	14	3	36	9	9	33	21
6 - 10 Zigaretten	16	16	18	14	18	13	16	3	32	18	7	17	26
11 - 15 Zigaretten	8	3	12	7	7	13	5	3	11	18	7	8	9
16 - 20 Zigaretten	8	3	6	17	4	10	11	3	9	27	4	8	13
21 - 25 Zigaretten	2	3	0	3	0	3	3	2	0	9	4	0	0
26 - 30 Zigaretten	2	0	2	3	0	3	3	0	2	9	0	0	4
31 - 40 Zigaretten	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
41 Zigaretten und mehr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.2: Und wie steht es heute? Wieviele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweif	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Keine Zigaretten	48	53	41	52	47	48	49	69	23	36	100	0	0
1 - 5 Zigaretten	5	6	6	3	9	3	0	5	2	9	0	33	2
6 - 10 Zigaretten	4	6	4	3	7	3	3	2	9	0	0	25	4
11 - 15 Zigaretten	10	6	12	7	18	3	5	10	11	0	0	17	19
16 - 20 Zigaretten	14	9	18	14	16	13	14	12	16	18	0	25	28
21 - 25 Zigaretten	5	3	6	7	4	10	3	2	9	9	0	0	13
26 - 30 Zigaretten	11	13	12	7	0	16	22	0	23	27	0	0	28
31 - 40 Zigaretten	2	3	0	3	0	3	3	0	5	0	0	0	4
41 Zigaretten und mehr	1	0	0	3	0	0	3	0	2	0	0	0	2
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.3: Reduktionsniveau 5 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Nullkonsum (= voller Erfolg)	47	53	39	52	47	48	49	69	23	36	100	0	0
1 - 30 % (= starke Reduktion)	4	3	8	0	4	3	5	5	5	0	0	42	0
31 - 50 % (= Reduktion)	6	9	4	7	4	3	11	5	9	0	0	58	0
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	7	3	10	3	2	3	16	2	16	0	0	0	17
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	12	16	12	10	13	6	16	10	16	9	0	0	30
91 % und mehr (= vollstaendiger Misserfolg)	22	16	22	28	29	35	3	9	32	55	0	0	53
KA	2	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 3: Bitte kreuzen Sie an, welche der folgenden Tabakwaren Sie zur Zeit (noch) rauchen.

	GESAMT S-X	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-X	sicher S-X	Zwei- fel S-X	bis 20 Ziga- retten S-X	21-30 Ziga- retten S-X	31 und mehr Ziga- retten S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
<b>Pfeife:</b>													
Ja	3	3	4	0	2	3	5	0	7	9	2	8	4
Nein	69	59	73	76	64	74	68	64	70	82	63	92	68
KA	28	38	22	24	33	23	27	36	23	9	35	0	28
<b>Zigarren/Zigarillos:</b>													
Ja	5	0	10	3	9	3	3	3	7	9	2	0	11
Nein	67	59	69	76	62	74	65	64	66	82	61	92	66
KA	28	41	20	21	29	23	32	33	27	9	37	8	23

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Am Kursende													
0 Zigaretten	45	56	37	38	49	42	43	83	7	0	65	33	26
1 - 10 Zigaretten	35	28	43	34	40	29	32	9	68	36	22	42	47
11 - 15 Zigaretten	6	6	8	3	2	10	8	0	14	9	4	8	9
16 - 20 Zigaretten	7	0	6	17	2	16	5	3	5	36	4	0	13
21 Zigaretten und mehr	4	3	4	7	2	3	8	3	2	18	4	8	4
KA	3	6	2	0	4	0	3	2	5	0	2	8	2
Weihnachten 1978													
0 Zigaretten	37	44	33	31	38	35	38	71	2	0	59	17	17
1 - 10 Zigaretten	19	22	27	3	29	10	14	10	32	9	7	33	28
11 - 15 Zigaretten	10	13	8	14	11	16	5	9	14	9	6	8	17
16 - 20 Zigaretten	8	0	10	14	9	10	5	2	16	9	6	8	11
21 Zigaretten und mehr	17	13	16	28	2	23	32	7	20	64	15	17	21
KA	8	9	6	10	11	6	5	2	16	9	7	17	6

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VUERHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Fruehjahr 1979													
0 Zigaretten	36	41	33	31	39	32	35	67	0	9	63	8	11
1 - 10 Zigaretten	14	13	18	3	22	10	5	10	20	0	4	33	19
11 - 15 Zigaretten	10	16	14	0	11	10	11	5	16	18	4	17	17
16 - 20 Zigaretten	16	9	12	31	20	16	11	5	27	27	6	8	30
21 Zigaretten und mehr	19	16	16	31	4	26	32	10	25	45	20	25	17
KA	5	6	6	3	4	6	5	2	11	0	4	8	6
Sommer 1979													
0 Zigaretten	34	38	31	31	31	32	38	60	2	18	65	8	4
1 - 10 Zigaretten	14	16	16	7	24	6	5	12	18	0	4	33	19
11 - 15 Zigaretten	9	9	10	3	11	10	5	7	11	9	2	17	15
16 - 20 Zigaretten	18	16	16	28	22	16	16	7	30	36	6	8	36
21 Zigaretten und mehr	19	16	18	28	7	29	27	10	27	36	20	25	17
KA	6	6	8	3	4	6	8	3	11	0	4	8	9

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-X	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Herbst 1979													
0 Zigaretten	32	34	27	34	31	26	38	55	2	27	63	8	2
1 - 10 Zigaretten	13	16	14	7	22	6	5	12	16	0	4	33	17
11 - 15 Zigaretten	10	9	12	3	11	13	5	9	11	9	6	17	13
16 - 20 Zigaretten	18	19	14	28	22	23	11	9	27	36	6	0	38
21 Zigaretten und mehr	20	16	22	24	7	26	32	12	30	27	19	33	19
KA	7	6	10	3	7	6	8	3	14	0	4	8	11
Weihnachten 1979													
0 Zigaretten	35	41	29	34	38	26	38	59	5	27	67	17	2
1 - 10 Zigaretten	10	9	14	3	18	6	3	9	14	0	2	33	13
11 - 15 Zigaretten	10	9	12	7	11	10	11	7	14	18	4	8	19
16 - 20 Zigaretten	16	13	14	24	20	19	8	7	25	27	6	0	32
21 Zigaretten und mehr	21	16	22	28	7	26	35	12	32	27	19	33	21
KA	8	13	8	3	7	13	5	7	11	0	4	8	13

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>115</b>	<b>32</b>	<b>49</b>	<b>29</b>	<b>45</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>58</b>	<b>44</b>	<b>11</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>47</b>
<b>Fruehjahr 1980</b>													
0 Zigaretten	37	41	33	38	38	32	38	59	9	27	70	17	2
1 - 10 Zigaretten	8	13	8	0	16	6	0	10	7	0	0	25	13
11 - 15 Zigaretten	10	9	12	7	9	10	11	7	11	18	2	17	17
16 - 20 Zigaretten	17	13	16	21	22	19	8	9	25	27	4	0	36
21 Zigaretten und mehr	22	19	22	28	7	26	38	12	34	27	20	33	21
KA	7	6	8	7	9	6	5	3	14	0	4	8	11
<b>Sommer 1980</b>													
0 Zigaretten	40	41	37	41	42	35	38	60	14	27	72	17	6
1 - 10 Zigaretten	8	13	8	0	16	6	0	10	7	0	0	25	13
11 - 15 Zigaretten	6	9	6	3	4	6	8	3	9	9	0	17	11
16 - 20 Zigaretten	17	13	18	21	22	19	11	10	23	36	4	0	38
21 Zigaretten und mehr	22	19	22	28	7	26	38	12	34	27	20	33	21
KA	7	6	8	7	9	6	5	3	14	0	4	8	11

Tabella 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Herbst 1980													
0 Zigaretten	38	47	33	34	38	35	38	62	9	18	72	8	4
1 - 10 Zigaretten	11	13	10	10	22	10	0	12	11	9	4	33	15
11 - 15 Zigaretten	6	9	6	3	4	6	8	3	9	9	0	17	11
16 - 20 Zigaretten	17	9	20	21	22	19	11	10	23	36	4	0	38
21 Zigaretten und mehr	20	16	22	24	4	23	38	9	34	27	17	33	21
KA	7	6	8	7	9	6	5	3	14	0	4	8	11
Weihnachten 1980													
0 Zigaretten	37	47	29	34	36	35	38	62	7	18	72	8	2
1 - 10 Zigaretten	12	13	14	7	22	10	0	12	11	9	4	33	15
11 - 15 Zigaretten	7	9	6	7	7	6	8	3	11	9	0	17	13
16 - 20 Zigaretten	16	6	20	21	22	19	5	10	18	36	4	0	34
21 Zigaretten und mehr	22	19	22	24	4	23	43	9	39	27	17	33	26
KA	7	6	8	7	9	6	5	3	14	0	4	8	11

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Fruehjahr 1981													
0 Zigaretten	36	47	29	31	36	32	38	60	7	18	70	8	2
1 - 10 Zigaretten	12	13	12	10	22	10	0	12	11	9	2	33	17
11 - 15 Zigaretten	4	6	6	0	4	3	5	3	5	9	2	8	6
16 - 20 Zigaretten	18	9	22	21	22	16	16	14	23	27	6	17	34
21 Zigaretten und mehr	23	19	24	31	7	32	38	9	41	36	17	25	32
KA	6	6	6	7	9	6	3	2	14	0	4	8	9
Sommer 1981													
0 Zigaretten	37	44	31	34	38	29	41	59	11	18	74	8	0
1 - 10 Zigaretten	10	13	12	7	20	6	0	10	9	9	0	33	15
11 - 15 Zigaretten	5	6	4	3	4	6	5	5	7	0	2	8	9
16 - 20 Zigaretten	17	13	24	10	18	19	16	14	18	36	6	17	32
21 Zigaretten und mehr	25	19	24	38	11	35	35	10	43	36	17	25	36
KA	5	6	4	7	9	3	3	2	11	0	2	8	9

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Herbst 1981													
0 Zigaretten	40	44	35	38	47	29	41	60	16	27	80	8	2
1 - 10 Zigaretten	10	13	10	7	18	6	0	9	9	9	0	33	13
11 - 15 Zigaretten	4	6	6	0	4	3	5	5	5	0	0	8	9
16 - 20 Zigaretten	17	13	20	14	16	23	14	14	18	27	6	8	32
21 Zigaretten und mehr	24	19	24	34	7	35	38	10	41	36	13	33	36
KA	5	6	4	7	9	3	3	2	11	0	2	8	9
Weihnachten 1981													
0 Zigaretten	41	44	35	41	47	32	41	62	16	27	81	8	2
1 - 10 Zigaretten	10	13	8	10	20	3	0	9	9	9	0	25	15
11 - 15 Zigaretten	5	6	8	0	4	6	5	7	5	0	0	17	9
16 - 20 Zigaretten	14	13	18	10	16	13	14	14	14	18	4	17	26
21 Zigaretten und mehr	25	19	27	31	4	42	38	7	45	45	13	25	40
KA	5	6	4	7	9	3	3	2	11	0	2	8	9

Tabella 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Fruehjahr 1982													
0 Zigaretten	43	44	39	45	47	42	38	64	18	27	85	0	4
1 - 10 Zigaretten	13	16	12	14	22	6	5	12	14	9	2	58	13
11 - 15 Zigaretten	6	6	6	7	4	6	8	9	5	0	2	8	11
16 - 20 Zigaretten	12	13	16	7	13	10	14	9	14	27	2	8	26
21 Zigaretten und mehr	23	19	22	24	7	35	32	5	43	36	7	25	40
KA	3	3	4	3	7	0	3	2	7	0	2	0	6
Sommer 1982													
0 Zigaretten	46	44	43	52	49	45	43	67	23	27	89	17	4
1 - 10 Zigaretten	11	16	8	10	20	3	5	9	14	9	0	50	13
11 - 15 Zigaretten	6	3	8	7	7	6	5	9	5	0	2	8	11
16 - 20 Zigaretten	13	16	16	7	13	16	11	9	16	27	2	8	28
21 Zigaretten und mehr	19	19	18	21	4	29	30	5	34	36	6	17	36
KA	4	3	6	3	7	0	5	2	9	0	2	0	9

Tabelle 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.  
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Herbst 1982													
0 Zigaretten	47	47	41	52	44	48	49	66	27	27	89	8	9
1 - 10 Zigaretten	11	13	10	14	20	3	5	10	11	9	0	50	13
11 - 15 Zigaretten	6	3	8	7	9	6	3	7	7	0	0	8	13
16 - 20 Zigaretten	14	19	14	10	16	16	11	10	18	18	4	17	26
21 Zigaretten und mehr	18	16	20	17	7	26	27	5	30	45	6	17	34
KA	3	3	6	0	4	0	5	2	7	0	2	0	6
Weihnachten 1982													
0 Zigaretten	46	50	41	48	42	52	46	67	20	36	93	8	2
1 - 10 Zigaretten	10	9	8	14	20	3	3	10	9	9	0	33	15
11 - 15 Zigaretten	10	6	12	7	13	10	5	7	16	0	0	17	19
16 - 20 Zigaretten	14	19	12	14	16	13	14	10	18	18	4	25	23
21 Zigaretten und mehr	17	13	22	17	7	23	27	3	32	36	2	17	36
KA	3	3	4	0	2	0	5	2	5	0	2	0	4

Tabella 4: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.

Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-X	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-X	sicher S-X	Zwei- fel S-X	bis 20 Ziga- retten S-X	21-30 Ziga- retten S-X	31 und mehr Ziga- retten S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Fruehjahr 1983													
0 Zigaretten	48	47	45	52	44	55	46	71	20	36	96	8	2
1 - 10 Zigaretten	12	16	10	14	22	3	5	9	16	9	2	50	13
11 - 15 Zigaretten	10	6	12	7	16	3	8	9	14	0	0	25	17
16 - 20 Zigaretten	9	9	10	7	11	10	5	9	7	18	0	8	19
21 Zigaretten und mehr	20	19	20	21	4	29	32	2	41	36	0	8	47
KA	2	3	2	0	2	0	3	2	2	0	2	0	2

Tabella 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u. mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u. mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
nach dem Essen													
sehr stark	28	25	24	38	18	39	32	12	48	36	4	33	55
stark	21	25	27	10	27	13	19	10	34	18	6	42	32
weniger stark	12	9	14	10	16	13	8	14	7	27	13	8	13
ueberhaupt nicht	35	38	29	41	36	32	35	55	11	18	72	0	0
KA	4	3	6	0	4	3	5	9	0	0	6	17	0
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet													
sehr stark	13	13	14	14	11	16	14	3	25	18	4	8	26
stark	19	22	18	14	22	16	16	12	25	27	2	58	28
weniger stark	23	19	20	34	22	19	27	19	30	18	9	8	43
ueberhaupt nicht	41	44	41	38	38	48	38	57	20	36	78	17	4
KA	4	3	6	0	7	0	5	9	0	0	7	8	0
zur Entspannung													
sehr stark	15	9	16	17	13	13	19	5	32	0	2	25	28
stark	25	28	18	34	29	26	22	17	34	36	7	42	43
weniger stark	21	22	29	10	20	19	24	14	27	36	17	17	28
ueberhaupt nicht	33	38	27	38	31	39	30	53	7	27	67	0	2
KA	6	3	10	0	7	3	5	10	0	0	7	17	0

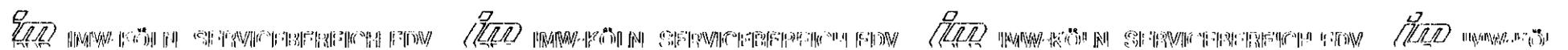


Tabella 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
wenn sich jemand eine Zigarette anzuendet													
sehr stark	9	6	8	10	7	13	8	2	20	0	2	8	17
stark	13	16	12	10	16	13	11	7	23	9	2	25	23
weniger stark	28	28	27	34	24	23	38	16	41	45	11	42	45
ueberhaupt nicht	44	47	43	45	47	48	38	66	16	45	78	8	15
KA	6	3	10	0	7	3	5	10	0	0	7	17	0
waehrend der Arbeitszeit													
sehr stark	10	3	12	14	9	10	14	3	20	9	0	8	23
stark	17	19	10	24	24	13	11	14	20	18	6	0	34
weniger stark	18	22	24	7	13	26	19	5	36	18	6	42	28
ueberhaupt nicht	46	47	41	55	47	48	43	67	18	45	81	33	9
KA	9	9	12	0	7	3	14	10	5	9	7	17	6
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.													
sehr stark	29	28	27	34	27	32	30	12	45	55	4	42	55
stark	22	19	27	17	20	19	24	19	27	9	11	42	28
weniger stark	18	9	22	21	18	19	19	21	16	18	26	0	15
ueberhaupt nicht	28	41	18	28	31	29	22	43	9	18	56	0	2
KA	3	3	6	0	4	0	5	5	2	0	4	17	0

Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u. mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u. mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
am Morgen													
sehr stark	20	13	20	28	13	16	32	5	39	27	4	8	43
stark	13	19	16	3	9	23	11	9	18	18	2	25	23
weniger stark	10	6	12	14	16	10	5	7	16	9	6	8	17
ueberhaupt nicht	49	56	41	52	51	48	46	69	23	45	80	33	17
KA	8	6	10	3	11	3	5	10	5	0	9	25	0
noch direkt vor dem Zubettgehen													
sehr stark	10	3	12	14	9	13	11	3	20	9	0	0	26
stark	10	6	14	10	7	16	11	7	16	9	0	8	23
weniger stark	24	31	22	24	24	19	30	12	41	27	7	58	36
ueberhaupt nicht	48	56	41	48	51	48	43	67	20	55	83	17	15
KA	7	3	10	3	9	3	5	10	2	0	9	17	0
beim Fernsehen													
sehr stark	9	6	12	3	9	3	14	3	18	0	2	8	17
stark	12	9	16	10	7	19	14	5	18	27	2	17	23
weniger stark	30	38	24	34	33	26	30	21	43	27	9	50	49
ueberhaupt nicht	41	44	37	41	40	45	38	60	16	36	76	8	9
KA	9	3	10	10	11	6	5	10	5	9	11	17	2

Tabelle 5: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geaergart habe													
sehr stark	32	16	39	38	38	26	32	21	50	27	7	50	57
stark	17	25	18	10	11	26	19	14	23	18	9	17	28
weniger stark	13	25	6	14	16	13	11	10	14	27	15	25	9
ueberhaupt nicht	31	31	27	38	29	32	32	47	11	27	61	0	4
KA	6	3	10	0	7	3	5	9	2	0	7	0	2
wenn ich mich konzentrieren muss													
sehr stark	17	6	22	21	11	16	27	10	30	9	2	33	32
stark	24	34	20	24	27	29	19	14	39	27	11	25	40
weniger stark	14	16	14	10	24	13	3	12	18	9	11	25	15
ueberhaupt nicht	39	41	35	45	33	39	46	55	14	55	70	0	13
KA	5	3	8	0	4	3	5	9	0	0	6	17	0

Tabelle 5.1: Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 und mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
nach dem Essen	49	50	51	48	44	52	51	22	82	55	9	75	87
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	32	34	33	28	33	32	30	16	50	45	6	67	53
zur Entspannung	40	38	35	52	42	39	41	22	66	36	9	67	70
wenn sich jemand eine Zigarette anzueudet	22	22	20	21	22	26	19	9	43	9	4	33	40
während der Arbeitszeit	27	22	22	38	33	23	24	17	41	27	6	8	57
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	50	47	53	52	47	52	54	31	73	64	15	83	83
am Morgen	33	31	37	31	22	39	43	14	57	45	6	33	66
noch direkt vor dem Zubettgehen	21	9	27	24	16	29	22	10	36	18	0	8	49
beim Fernsehen	21	16	29	14	16	23	27	9	36	27	4	25	40
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe	50	41	57	48	49	52	51	34	73	45	17	67	85
wenn ich mich konzentrieren muss	42	41	43	45	38	45	46	24	68	36	13	58	72

Tabelle 6: Wenn Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-X	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser													
sehr stark	16	19	10	14	9	23	19	26	5	9	31	0	2
stark	15	3	18	24	18	16	11	22	5	18	30	8	0
weniger stark	34	41	33	28	42	26	30	31	36	36	28	50	36
ueberhaupt nicht	27	22	31	31	22	26	32	10	45	36	6	25	51
KA	9	16	8	3	9	10	8	10	9	0	6	17	11
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher													
sehr stark	14	16	10	14	7	19	19	22	5	9	28	0	2
stark	18	19	18	21	20	13	19	19	16	18	31	8	4
weniger stark	29	28	31	24	38	23	24	29	30	27	28	33	30
ueberhaupt nicht	30	22	33	38	27	35	27	17	41	45	6	42	53
KA	10	16	8	3	9	10	11	12	9	0	7	17	11
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar													
sehr stark	8	6	8	7	7	10	8	14	2	0	17	0	0
stark	12	13	14	10	16	6	14	17	9	0	19	17	4
weniger stark	30	38	29	28	36	26	27	28	34	27	31	50	23
ueberhaupt nicht	40	28	41	52	33	48	41	29	45	73	26	17	62
KA	10	16	8	3	9	10	11	12	9	0	7	17	11

Tabelle 6: Wenn Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-X	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-X	sicher S-X	Zwei- fel S-X	bis 20 Ziga- retten S-X	21-30 Ziga- retten S-X	31 und mehr Ziga- S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X	Null- konsum S-X	1-50% Re- duk- tion S-X	51% u.mehr Miss- erfolg S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	59	44	11	54	12	47
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen													
sehr stark	27	38	18	28	29	26	27	38	18	9	48	8	9
stark	9	9	6	14	9	6	11	16	2	0	15	0	4
weniger stark	18	13	24	14	24	13	14	7	27	36	6	42	26
ueberhaupt nicht	33	28	37	34	24	42	38	26	39	55	24	33	45
KA	13	13	14	10	13	13	11	14	14	0	7	17	17
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher													
sehr stark	18	22	18	10	16	19	22	29	7	9	39	0	0
stark	12	13	8	21	20	13	3	16	7	18	22	8	2
weniger stark	35	34	39	31	36	29	41	33	39	36	26	50	43
ueberhaupt nicht	23	16	24	31	16	29	24	10	34	36	6	25	40
KA	11	16	10	7	13	10	11	12	14	0	7	17	15
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Entschluss, das Rauchen einzuschaerken, bestaetigt													
sehr stark	11	13	12	3	9	6	19	10	16	0	17	17	4
stark	30	38	29	28	33	23	32	34	25	27	37	17	26
weniger stark	30	19	31	41	36	35	19	29	25	55	30	50	26
ueberhaupt nicht	17	19	18	17	13	23	16	12	23	18	7	0	32
KA	12	13	10	10	9	13	14	14	11	0	9	17	13

Tabelle 6: Wann Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben													
sehr stark	16	16	16	10	13	13	22	28	2	9	33	0	0
stark	26	28	22	34	31	32	16	34	18	18	35	33	15
weniger stark	23	22	29	17	22	19	27	14	32	36	22	33	21
ueberhaupt nicht	23	19	24	28	22	26	24	14	34	36	4	17	49
KA	11	16	8	10	11	10	11	10	14	0	6	17	15
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden													
sehr stark	13	16	10	7	11	6	22	14	11	18	20	0	9
stark	28	34	22	31	36	23	24	31	25	27	33	25	23
weniger stark	30	25	31	38	27	29	32	31	30	18	31	50	21
ueberhaupt nicht	18	13	24	17	18	29	11	14	23	27	9	8	32
KA	11	13	12	7	9	13	11	10	11	9	6	17	15
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt													
sehr stark	6	3	4	3	4	3	11	9	2	9	9	0	4
stark	7	6	6	10	9	3	8	7	9	0	6	8	9
weniger stark	39	53	35	38	44	29	41	36	41	45	50	58	21
ueberhaupt nicht	36	19	45	41	31	52	30	36	36	36	28	17	51
KA	12	19	10	7	11	13	11	12	11	9	7	17	15

Tabelle 6: Wenn Sie jetzt nach fuenf Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ich fuehle mich wieder ausgeglichener und zufriedener													
sehr stark	9	6	10	3	4	6	16	14	2	9	19	0	0
stark	17	25	14	17	27	16	8	22	16	0	28	8	9
weniger stark	32	31	33	38	31	29	35	29	34	36	31	42	30
ueberhaupt nicht	30	19	33	34	27	35	30	22	36	45	15	33	47
KA	12	19	10	7	11	13	11	12	11	9	7	17	15
Ich fuehle mich im alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet													
sehr stark	10	9	14	0	7	13	11	9	11	9	4	8	17
stark	17	13	14	28	27	10	14	9	32	9	15	25	19
weniger stark	37	38	37	41	40	29	38	43	25	45	39	33	34
ueberhaupt nicht	23	22	22	24	13	35	27	26	20	27	33	17	15
KA	13	19	12	7	13	13	11	14	11	9	9	17	15

Tabelle 6.1: Persoenlich erlebte Veraenderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	30	22	29	38	27	39	30	48	9	27	61	8	2
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	32	34	29	34	27	32	38	41	20	27	59	8	6
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	20	19	22	17	22	16	22	31	11	0	35	17	4
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen	36	47	24	41	38	32	38	53	20	9	63	8	13
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher	30	34	27	31	36	32	24	45	14	27	61	8	2
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Entschluss. das Rauchen einzuschraenken, bestaetigt	41	50	41	31	42	29	51	45	41	27	54	33	30
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben	42	44	39	45	44	45	38	62	20	27	69	33	15
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	41	50	33	38	47	29	46	45	36	45	54	25	32
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	13	9	10	14	13	6	19	16	11	9	15	8	13
Ich fuehle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	26	31	24	21	31	23	24	36	18	9	46	8	9
Ich fuehle mich im alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet	27	22	29	28	33	23	24	17	43	18	19	33	36

76

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach fuerf Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschraenken, Veraenderungen Ihres Koerpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ja, ich habe abgenommen	5	3	10	0	2	3	11	5	7	0	0	17	9
Nein, mein Koerpergewicht hat sich praktisch nicht veraendert	39	34	45	38	47	42	27	29	48	55	20	50	57
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein fruehbares Gewicht erreicht	12	9	8	21	9	13	14	14	9	9	17	8	6
Ja, ich habe etwas zugenommen	24	22	24	28	27	26	22	24	25	27	31	17	19
Ja, ich habe stark zugenommen	18	28	12	14	16	13	27	26	11	9	31	8	6
KA	1	3	0	0	0	3	0	2	0	0	0	0	2

Tabelle 7.1: WENN ZUGENOMMEN: Was haben Sie getan, um Ihr Gewicht wieder zu reduzieren?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fal	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	63	19	22	18	23	16	23	37	20	5	43	4	15
weniger essen	22	16	32	22	17	19	30	22	20	40	21	50	20
Diaet	25	21	9	39	35	25	17	22	35	20	19	25	47
bewusster/gezielter essen	8	11	14	0	0	19	9	11	0	20	12	0	0
weniger Alkohol trinken	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sport treiben	6	0	9	6	0	6	13	8	5	0	7	0	7
weniger Suessigkeiten	5	11	5	0	4	13	0	5	5	0	7	0	0
Sonstiges	2	0	0	6	4	0	0	0	0	20	0	0	7
KA	32	42	32	28	39	19	30	32	35	0	35	25	20

Tabelle 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- tion erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- tion erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>115</b>	<b>32</b>	<b>49</b>	<b>29</b>	<b>45</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>58</b>	<b>44</b>	<b>11</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>47</b>
<b>Konsum alkoholischer Getraenke</b>													
habe ich neu begonnen	1	0	2	0	0	0	3	0	0	9	0	0	2
hat sich verstaerkt	12	13	12	14	9	13	16	17	9	0	19	0	9
ist wie vor dem Kurs	56	53	53	55	56	48	59	52	57	64	57	50	53
hat sich vermindert	14	9	14	21	16	13	14	16	14	9	11	42	11
gab es bei mir nie	16	19	18	10	18	23	8	12	20	18	11	8	23
KA	2	6	0	0	2	3	0	3	0	0	2	0	2
<b>Konsum nicht-alkoholischer Getraenke</b>													
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstaerkt	21	13	29	21	24	19	19	22	18	27	26	17	17
ist wie vor dem Kurs	72	78	65	76	67	77	73	67	77	73	69	83	72
hat sich vermindert	1	0	2	0	2	0	0	2	0	0	0	0	2
gab es bei mir nie	3	3	4	3	4	0	5	3	5	0	2	0	6
KA	3	6	0	0	2	3	3	5	0	0	4	0	2

Tabelle 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln													
habe ich neu begonnen	1	3	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0
hat sich verstaerkt	5	9	4	0	4	6	5	5	5	9	6	8	4
ist wie vor dem Kurs	47	31	53	55	47	45	49	48	50	27	41	50	53
hat sich vermindert	9	16	4	7	7	10	11	12	5	9	13	0	6
gab es bei mir nie	37	34	39	38	38	35	35	29	41	55	37	42	34
KA	2	6	0	0	2	3	0	3	0	0	2	0	2

Tabelle 8: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten													
hat sich verstaerkt	10	9	8	14	11	10	8	12	7	9	15	8	4
ist wie vor dem Kurs	78	78	76	79	71	84	81	72	84	82	76	92	77
hat sich vermindert	9	3	16	3	13	0	11	10	7	9	6	0	15
KA	3	9	0	3	4	6	0	5	2	0	4	0	4
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet													
hat sich verstaerkt	11	6	16	7	13	10	11	10	11	18	9	8	15
ist wie vor dem Kurs	63	59	63	66	56	71	62	57	68	64	61	67	62
hat sich vermindert	21	22	20	21	22	13	27	26	16	18	24	25	17
KA	5	13	0	7	9	6	0	7	5	0	6	0	6

Tabelle 0.1: Negative Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte) neu begonnen/verstaerkt)

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Konsum alkoholischer Getraenke	13	13	14	14	9	13	19	17	9	9	19	0	11
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	6	13	4	0	7	6	5	7	5	9	7	8	4
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	10	9	8	14	11	10	8	12	7	9	15	8	4
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet	11	6	16	7	13	10	11	10	11	18	9	8	15

Tabella 8.2: Positive Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte: hat sich vermindert)

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Konsum alkoholischer Getraenke	14	9	14	21	16	13	14	16	14	9	11	42	11
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	9	16	4	7	7	10	11	12	5	9	13	0	6
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	9	3	16	3	13	0	11	10	7	9	6	0	15
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaaet	21	22	20	21	22	13	27	26	16	18	24	25	17

Tabelle 9: In dem Kurs, an dem Sie vor fünf Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- und Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewusster leben), oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ä.) teilgenommen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	16	22	16	7	13	19	16	16	18	9	11	17	21
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	8	3	6	14	9	6	8	7	9	9	4	8	13
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	4	9	2	3	9	3	0	5	2	9	6	0	4
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	68	66	67	76	69	61	73	67	68	73	74	75	60

Tabelle 9.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- tion erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- tion erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	31	10	12	7	13	9	9	15	13	3	11	3	17
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	6	0	17	0	8	11	0	7	0	33	9	0	6
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	16	30	8	14	15	22	11	20	15	0	27	33	6
Kurse zum Ernaehrungs- verhalten	19	30	8	29	23	22	11	27	15	0	36	33	6
Selbsthilfegruppen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Selbsterfahrungsgruppen	3	0	8	0	8	0	0	0	0	33	9	0	0
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	3	10	0	0	0	0	11	7	0	0	9	0	0
Arbeitsplatz	6	20	0	0	0	11	11	7	8	0	0	0	12
Alkoholkonsum	10	0	8	29	15	0	11	13	8	0	0	0	18
Medikamentenkonsum	6	0	17	0	0	0	22	0	15	0	0	0	12
Ernaehrungsverhalten	26	20	33	14	31	33	11	27	23	33	18	33	29
Reizbarkeit / Nervositaet	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	3	0	0	14	0	11	0	7	0	0	9	0	0
Sonstiges	16	10	25	14	15	11	22	13	15	33	9	0	24
KA	13	10	8	14	15	0	22	0	31	0	0	33	18

Tabella 10: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
1978:													
Kein Raucher	37	41	37	24	33	26	51	41	32	36	48	25	28
1 Raucher	36	28	43	34	27	45	38	38	36	18	31	50	36
2 Raucher	13	16	10	17	18	10	11	16	11	9	13	8	15
3 Raucher	7	13	4	7	9	10	0	2	9	18	4	17	6
4 und mehr Raucher	5	3	4	10	7	10	0	2	7	18	2	0	11
KA	3	0	2	7	7	0	0	2	5	0	2	0	4
1983:													
Kein Raucher	43	44	41	38	38	35	59	52	36	36	59	33	30
1 Raucher	38	34	43	41	42	45	27	34	43	36	31	42	45
2 Raucher	8	16	6	3	2	13	11	7	9	9	4	8	13
3 Raucher	4	6	6	0	4	3	3	2	5	9	2	17	2
4 und mehr Raucher	3	0	2	10	7	3	0	2	5	9	2	0	6
KA	3	0	2	7	7	0	0	3	2	0	2	0	4

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
1978:													
ausschliesslich Raucher	5	3	6	7	9	6	0	7	5	0	7	8	2
ganz ueberwiegend Raucher	28	28	22	34	29	29	24	24	34	18	22	17	36
Raucher etwas in der Ueberzahl	21	16	31	10	22	16	22	21	20	18	20	33	17
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	27	34	22	28	22	32	30	26	27	36	31	33	21
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	9	3	10	14	4	13	11	10	5	18	11	8	6
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	16	4	3	7	3	11	9	7	0	4	0	13
ausschliesslich Nichtraucher	1	0	0	3	2	0	0	0	0	9	0	0	2
KA	3	0	4	0	4	0	3	3	2	0	4	0	2

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Mißerfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Mißerfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
1983:													
ausschliesslich Raucher	1	0	0	3	2	0	0	0	2	0	0	8	0
ganz ueberwiegend Raucher	13	16	14	7	7	26	11	9	20	9	6	8	23
Raucher etwas in der Ueberzahl	10	3	16	7	7	6	16	10	9	9	7	33	6
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	22	22	18	28	22	23	22	17	23	45	24	17	21
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	27	13	31	38	29	26	24	26	27	27	30	25	23
ganz ueberwiegend Nichtraucher	23	41	18	14	27	19	22	31	18	0	28	8	21
ausschliesslich Nichtraucher	3	6	0	3	4	0	5	5	0	9	4	0	4
KA	1	0	2	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga- -	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%	9-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
1978:													
ausschliesslich Raucher	3	6	2	0	2	3	3	2	5	0	2	0	4
ganz ueberwiegend Raucher	21	13	27	21	22	16	24	21	18	36	22	8	23
Raucher etwas in der Ueberzahl	25	19	24	31	29	13	27	26	27	0	26	58	13
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	16	22	8	21	9	19	22	12	18	27	17	8	17
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	10	6	14	7	11	10	8	9	11	9	9	0	13
ganz ueberwiegend Nichtraucher	10	13	8	7	9	16	5	10	7	18	9	8	11
ausschliesslich Nichtraucher	3	0	6	3	2	3	5	5	2	0	2	8	4
KA	13	22	10	10	16	19	5	16	11	9	13	8	15

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
1983:													
ausschliesslich Raucher	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ganz ueberwiegend Raucher	6	6	4	7	7	10	3	2	9	18	0	0	15
Raucher etwas in der Ueberzahl	10	6	10	14	13	3	8	14	5	0	9	8	9
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	10	22	4	10	7	10	16	9	9	27	11	17	9
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	30	19	41	28	31	26	32	26	39	18	35	42	21
ganz ueberwiegend Nichtraucher	26	25	24	28	27	29	24	29	25	18	30	8	28
ausschliesslich Nichtraucher	5	3	6	3	4	3	8	7	5	0	2	17	6
KA	12	19	10	10	11	19	8	14	9	18	13	8	13

Tabelle 13: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die laengste Periode, waehrend der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifal	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	16	30	14	26	16	19	18	36	7	2	12	47
nie Nullkonsum erreicht	44	50	43	43	35	44	58	11	53	86	0	17	53
bis 1 Monat	6	0	7	14	4	0	16	6	6	14	0	25	2
2 - 3 Monate	10	13	7	7	4	6	21	11	11	0	0	17	9
4 - 6 Monate	13	19	10	7	15	19	0	33	3	0	0	0	15
7 - 12 Monate	5	0	10	0	4	0	11	11	3	0	0	0	6
mehr als 12 Monate	3	6	3	0	8	0	0	11	0	0	0	8	2
KA	23	19	23	29	31	31	5	17	31	0	100	33	17

Tabelle 14: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	16	30	14	26	16	19	18	36	7	2	12	47
Ja	42	50	37	43	31	44	53	28	53	14	0	42	43
Nein	50	44	53	50	58	50	42	67	36	86	0	42	55
KA	8	6	10	7	12	6	5	6	11	0	100	17	2

Tabelle 14.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	26	8	11	6	8	7	10	5	19	1	0	5	20
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	15	25	9	17	25	29	0	40	11	0	0	20	15
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	19	25	18	17	25	29	10	40	16	0	0	20	20
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	8	13	0	0	13	0	10	20	5	0	0	20	5
Unterstuetzung im Freundes-, Bekannten- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
staerkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehoeert	8	0	0	33	0	14	10	0	11	0	0	20	5
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	4	0	0	17	13	0	0	0	5	0	0	0	5
Andere Entwoehnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	8	0	18	0	0	14	10	0	11	0	0	0	10
KA	38	38	55	17	25	14	60	0	42	100	0	20	40

Tabelle 15: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFÖLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VÖRHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	16	30	14	26	16	19	18	36	7	2	12	47
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	9	13	7	7	15	6	0	17	3	14	0	17	6
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemuehen, ihn weiter einzuschränken	55	56	63	36	46	50	68	61	50	57	0	42	60
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffe, ihn einzuschränken	31	25	23	50	27	38	32	17	39	29	0	25	34
KA	6	6	7	7	12	6	0	6	8	0	100	17	0

Tabelle 16: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEN gebracht hat, welcher der folgenden Aussagen wuerden Sie zustimmen?

	GESAMT S-%	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher S-%	sicher S-%	Zwei- fel S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 und mehr Ziga- S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	16	30	14	26	16	19	18	36	7	2	12	47
Den Nullkonsum habe ich zwar nicht erreicht. Die Teilnahme an dem Kurs hat mir aber sehr dabei geholfen, meinen Zigarettenkonsum zumindest zeitweise oder hinsichtlich der Zahl der gerauchten Zigaretten zu kontrollieren	55	69	63	21	62	50	47	67	50	43	0	50	57
Die Teilnahme an dem Kurs hat sich ueberhaupt nicht gelohnt. Ich habe weder meinen Zigarettenkonsum beeinflussen koennen noch hat der Kurs mir in anderer Weise genuetzt	11	6	13	14	8	25	5	6	11	29	0	8	13
Fuer die Kontrolle bzw. Reduktion meines Zigarettenkonsums hat mir der Kurs nichts oder nur sehr wenig gebracht. Trotzdem war der Kursbesuch fuer mich von Nutzen	26	13	17	57	19	13	47	17	31	29	0	25	28
KA	8	13	7	7	12	13	0	11	8	0	100	17	2

Tabelle 17: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei- fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	16	19	15	19	15	18	40	8	4	52	0	0
...sehr leicht	57	63	53	47	53	60	61	60	63	25	58	0	0
...leicht	32	25	42	33	42	27	22	30	13	75	31	0	0
...eher schwer	2	0	0	7	0	0	6	3	0	0	2	0	0
...sehr schwer	6	6	5	7	0	13	6	3	25	0	6	0	0
KA	4	6	0	7	5	0	6	5	0	0	4	0	0

Tabella 18: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sahr sicher	sicher	Zwei-fal	bis 20 Ziga-ratten	21-30 Ziga-ratten	31 und mehr Ziga-	Null-konsum	1-50% Re-duk-tion	51% u.mehr Miss-erfolg	Null-konsum	1-50% Re-duk-tion	51% u.mehr Miss-erfolg
		S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	53	16	19	15	19	15	18	40	8	4	52	0	0
Ja	19	13	21	27	11	27	22	15	38	25	19	0	0
Nein	68	75	74	60	84	67	56	75	63	25	69	0	0
KA	13	13	5	13	5	7	22	10	0	50	12	0	0

Tabelle 18.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		s- %	sicher s- %	Zwei- fel s- %	bis 20 Ziga- retten s- %	21-30 Ziga- retten s- %	31 und mehr Ziga- retten s- %	Null- konsum s- %	1-50% Re- duk- tion s- %	51% u.mehr Miss- erfolg s- %	Null- konsum s- %	1-50% Re- duk- tion s- %	51% u.mehr Miss- erfolg s- %
BASIS(UNGEWICHTET)	10	2	4	4	2	4	4	6	3	1	10	0	0
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	10	0	25	0	0	25	0	17	0	0	10	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	10	0	0	25	0	0	25	17	0	0	10	0	0
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Unterstuetzung im Freundes-, Bekannten- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
staerkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehoeert	40	50	0	75	0	50	50	50	33	0	40	0	0
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Andere Entwoehnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	10	0	25	0	50	0	0	0	0	100	10	0	0
Sonstiges	10	0	25	0	0	25	0	0	33	0	10	0	0
KA	20	50	25	0	50	0	25	17	33	0	20	0	0



Tabelle 20: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEN gebracht hat, welcher der folgenden Aussagen wuerden Sie zustimmen?

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Miss-erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	53	16	19	15	19	15	18	40	8	4	52	0	0
Die Teilnahme an dem Kurs war entscheidend dafuer, dass ich den Nullkonsum erreicht habe	55	63	42	53	58	53	50	68	13	0	54	0	0
Die Teilnahme an dem Kurs hat mir sehr geholfen. Aber ohne ergaenzende Methoden und Hilfen h"utte ich den Nullkonsum nicht erreicht	19	13	26	20	11	7	39	18	25	25	19	0	0
Die Teilnahme an dem Kurs hat auch dazu beigetragen, dass ich heute nicht mehr rauche. Entscheidend fuer meinen heutigen Nullkonsum waren jedoch andere Dinge	23	25	21	27	32	33	6	15	38	75	23	0	0
KA	4	0	11	0	0	7	6	0	25	0	4	0	0

Tabelle S.1: Alter des/der Befragten

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zweifel	bis 20 Zigaretten	21-30 Zigaretten	31 und mehr Zigaretten	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg	Nullkonsum	1-50% Reduktion	51% u. mehr Misserfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
bis 19 Jahre	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20 - 29 Jahre	16	13	18	14	18	23	8	9	20	36	11	25	19
30 - 39 Jahre	22	19	18	34	16	23	30	26	18	18	22	42	17
40 - 49 Jahre	29	38	27	21	33	29	24	31	30	18	28	17	34
50 - 59 Jahre	14	13	18	10	18	6	14	12	18	0	11	8	17
60 - 69 Jahre	7	3	8	10	7	6	8	7	5	18	7	8	6
70 Jahre und älter	3	3	2	0	4	0	3	5	0	0	6	0	0
KA	10	13	8	10	4	13	14	10	9	9	15	0	6

Tabelle S.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT	VERTRAUEN IN DEN KURSERFOLG ZU KURSBEGINN			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		sehr sicher	sicher	Zwei-fel	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 und mehr Ziga-	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	115	32	49	29	45	31	37	58	44	11	54	12	47
maennlich	64	53	73	59	51	65	78	60	66	73	69	83	53
weiblich	36	47	27	41	49	35	22	40	34	27	31	17	47
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Befragungsunterlagen

# Nichtraucher in 10 Wochen Ein Trainingsprogramm

Entwickelt und herausgegeben von der  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

TEILNEHMER-  
BEFRAGUNG NACH  
FÜNF JAHREN

## SCHLUSSBILANZ NACH 5 JAHREN

Dies ist der letzte Fragebogen, mit dem wir uns an die Teilnehmer des Trainingsprogramms NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEM aus dem Jahr 1978 wenden. Viele hundert Teilnehmer haben nicht nur den Kurs, sondern auch die anschließenden jährlichen Befragungen „durchgehalten“. Dafür sagen wir Ihnen herzlichen Dank!

Mittlerweile haben tausende anderer Raucher an diesem Kurs teilgenommen. Die Kurse und Erfolgsquoten konnten weiter verbessert werden. Vor allem auch durch die Untersuchung, an der Sie bisher teilnahmen.

Wir wollen nach 5 Jahren eine abschließende Bilanz erstellen.

Deshalb unsere Bitten:

- ① Füllen Sie diesen Fragebogen bitte vollständig aus. Schicken Sie den Fragebogen möglichst schnell im beiliegenden Freiumschlag zurück. Die erste Auswertung soll möglichst noch im April 1983 abgeschlossen werden.
- ② Sollten Sie an dieser Befragung aus bestimmten Gründen nicht teilnehmen können oder wollen, bitten wir um Rücksendung des leeren Fragebogens. Möglichst mit einer kurzen Angabe Ihrer Gründe auf dem beigefügten Rückmeldebogen. Damit ersparen Sie sich und uns die Zusendung weiteren Materials.

Wir danken für Ihr Verständnis und Ihre Mühe!

## 2. HINWEISE ZUM AUSFÜLLEN DES FRAGEBOGENS

### 1. Wer füllt den Fragebogen aus?

Derjenige oder diejenige, dessen Namen als Adresse auf dem Umschlag angegeben ist. Und zwar sollte der (die) Betreffende den Fragebogen aufmerksam durchlesen, auf die Hinweise bei einzelnen Fragestellungen achten und den Fragebogen mit allen Fragen bitte sorgfältig und ohne fremde Hilfe ausfüllen.

### 2. Wie wird der Fragebogen ausgefüllt?

Indem man bei jeder Frage in die zutreffenden Antwortfelder ein Kreuz macht bzw. indem man seine persönliche Meinung zu einer Frage einträgt, wenn es keine vorgeschriebenen Antwortmöglichkeiten gibt.

### 3. Warum diese sorgfältigen Hinweise?

Weil es immer wieder vorkommt, daß Fragebogen unvollständig ausgefüllt zurückgeschickt werden; sei es daß eine Frage übersehen wurde oder einfach vergessen wurde. In diesem Fall wäre die Mühe, die man sich beim Ausfüllen ansonsten gegeben hat, umsonst. Denn unvollständige Fragebogen sind für die Auswertung leider wertlos.

### 4. Was tun, wenn etwas unklar ist?

Rufen Sie doch einfach bei uns an: Tel.-Nr. 02 21 / 40 30 66  
Herr Prause gibt Ihnen gerne Auskunft.

KA 

0	1
---	---

Frgb.-Nr. 

--	--	--	--

Proj.-Nr. 

--

		BZ			BZ												
<p>Sie haben im Jahr 1978 an diesem Raucherentwöhnungskurs teilgenommen, weil Sie Ihren Zigarettenkonsum einstellen bzw. reduzieren wollten.</p> <p>1. Haben Sie damals den Kurs bis zu Ende besucht oder haben Sie den Kursbesuch vorher abgebrochen?</p> <p>ich habe den Kurs bis zu Ende besucht <input type="checkbox"/> 1</p> <p>ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen <input type="checkbox"/> 2</p>		1	<p>2.2 Und wie steht es heute? Wie viele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?</p> <p>Jetzt rauche ich täglich etwa ___ Zigaretten</p>		4-5												
<p>2.1 Und wie viele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nach Ihrem Ausscheiden aus dem Kurs durchschnittlich pro Tag geraucht?</p> <p>Ich habe täglich etwa ___ Zigaretten geraucht</p>		2-3	<p>3. Bitte kreuzen Sie an, welche der folgenden Tabakwaren Sie zur Zeit (noch) rauchen.</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th></th> <th>ja</th> <th>nein</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Pfeife</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>Zigarren / Zigarillos</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>7</td> </tr> </tbody> </table>			ja	nein		Pfeife	1	2	6	Zigarren / Zigarillos	1	2	7	
	ja	nein															
Pfeife	1	2	6														
Zigarren / Zigarillos	1	2	7														

**WAS HAT SICH AUSSERDEM VERÄNDERT?**

BZ

7. Wenn Sie jetzt nach 5 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?

- ja, ich habe abgenommen 1
- nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert 2
- ja, ich hatte nach Kursende zunächst zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht 3
- ja, ich habe etwas zugenommen 4
- ja, ich habe stark zugenommen 5

49

Wenn „zugenommen“

7.1 Was haben Sie getan, um Ihr Gewicht wieder zu reduzieren?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8. Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	habe ich neu begonnen	hat sich verstärkt	ist wie vor dem Kurs	hat sich vermindert	gab es bei mir nie	
Konsum alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	50
Konsum nicht alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	51
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	1	2	3	4	5	52
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	X	2	3	4	X	53
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	X	2	3	4	X	54

9. In dem Kurs, an dem Sie vor fünf Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- oder Verhaltensbereichen angewendet (z. B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewußter leben)? Oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u. ä.) teilgenommen?

- ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet 1 55
- ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg 1 56
- ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen 1 57
- nein, ich habe nichts von dem unternommen 1 58

9.1 Um welche Bereiche ging es da?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**MEHR ODER WENIGER RAUCHER IN IHREM UMFELD?**

BZ

Die eigenen Bemühungen, das Rauchen einzustellen, haben ja oft auch Einfluß auf das Verhalten der Personen, mit denen man in Kontakt steht. Die folgenden Fragen beziehen sich auf solche möglichen Zusammenhänge.

**FAMILIE**

10. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 für Ihre anderen Familienangehörigen (außer Ihnen selbst!) an.

	1978	1983
kein Raucher		
1 Raucher		
2 Raucher		
3 Raucher		
4 und mehr Raucher		

59  
- 60

**FREUNDES- UND BEKANNTENKREIS**

11. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	1978	1983
ausschließlich Raucher		
ganz überwiegend Raucher		
Raucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher		
Nichtraucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
ganz überwiegend Nichtraucher		
ausschließlich Nichtraucher		

61  
- 62

**ARBEITSPLATZ / ARBEITSKOLLEGEN**

12. Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen können, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1983 für Ihre Arbeitskollegen an.

	1978	1983
ausschließlich Raucher		
ganz überwiegend Raucher		
Raucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher		
Nichtraucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
ganz überwiegend Nichtraucher		
ausschließlich Nichtraucher		

63  
- 64