

O S O O 4 4 A



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE

des Raucherentwöhnungskurses der BZgA

im Medium Hörfunk (NDR)

"Runter vom Rauchen"

4. Stufe: Nachbefragung bei Teilnehmern
von Okt./Nov. 1980 30 Monate nach Kursende

MATERIALBAND

ARCHIVEXEMPLAR

Reg.-No. 50044
(13.2.57)

<u>INHALT</u>	Seite
I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND	I
1. Ausgangspunkt und Zielsetzungen der Untersuchung	I
2. Überblick über Stichprobe und Verfahren	V
3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes	VIII
3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes	VIII
3.2 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen	XI
3.3 Spezielle Anmerkungen zu einzelnen Tabellen	XI
II. TABELLENTEIL	1 - 99
III. BEFRAGUNGSUNTERLAGEN	100

I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND

1. Ausgangspunkt und Zielsetzungen der Untersuchung

Ab Oktober 1980 wurde erstmals neben den bereits seit 1978 auf breiter Basis an Volkshochschulen und anderen Institutionen der Erwachsenenbildung eingesetzten Raucherentwöhnungskursen der BZgA eine adaptierte Version im NDR-Hörfunkprogramm eingesetzt.

Die Teilnehmer dieses Kurses wurden nach Abschluß des Kurses von IMW-KÖLN befragt. Die Ergebnisse dieser Befragung liegen in einem zusammenfassenden Ergebnisbericht (März 1981) vor.

Dabei ergaben sich bereits einige im Hinblick auf die von der BZgA verfolgten Zielsetzungen wichtige Befunde:

1. Das durch den NDR-Kurs angesprochene Teilnehmerpotential unterscheidet sich in einigen Merkmalen von dem der VHS-Kurse.
2. Die Erfolgsquoten verteilen sich bei diesem Kurssystem anders als in den VHS-Kursen.
3. Die den Erfolg bzw. Mißerfolg determinierenden Faktoren sind in einzelnen Bereichen systemspezifisch.

Aus den Analysebefunden vom März 1981 konnten bereits einige wichtige Hinweise für notwendige Modifikationen und Optimierungsstrategien für das Kurssystem im Hörfunk abgeleitet werden.

In den Jahren 1981 und 1982 (vgl. Berichte vom August 1981 und vom Juni 1982) wurden die ersten Stufen der Längsschnittuntersuchung zur Untersuchung der Stabilität erzielter Erfolge, anderer Verhaltensänderungen im Zeitraum nach Kursende sowie der subjektiv erlebten Auswirkungen durchgeführt. Diese Untersuchungen umfaßten den Zeitraum bis 6 Monate bzw. bis 18 Monate nach Kursende.

Zielsetzung der jetzt vorliegenden 4. Untersuchungsstufe war die Erfassung der Erfolgsentwicklung nach 30 Monaten als Grundlage für eine vergleichende Erfolgsbewertung. Die Vergleichbarkeit mit den Vorerhebungen und der Längsschnittuntersuchung bei Teilnehmern von VHS-Kursen erforderte eine den bisherigen Wirksamkeitskontrollen entsprechende Methodik sowie eine möglichst weitgehende Abstimmung von Erhebungsinhalten und Analysezielen.

Einen Überblick über die Vergleichbarkeit einzelner Fragenbereiche mit diesen anderen Untersuchungen gibt die folgende Übersicht.

Die wichtigsten Untersuchungsergebnisse sind in einem separaten Berichtsband zusammengefaßt.

ÜBERBLICK ÜBER VERBINDUNGEN ZU ANDEREN ERHEBUNGEN BZW. ERHEBUNGSSTUFEN

1

Fr.- Nr.	Erhebungstatbestand	Analog zu...			
		NB Kurs- ende	NB 6 Monate	NB 18 Monate	VHS-Kurse NB 30 Monate
1.	Kursabbruch	x	x	x	x
2.1	Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	x	x	x	x
2.2	Zigarettenkonsum bei Kursende	x	x	x	x
2.3	Zigarettenkonsum 30 Monate nach Kursende				x
3.	Rauchen von Pfeife und Zigarren	x	x	x	x
4.	Subjektive Beurteilung des Reduktionsver- laufs seit Kursende			x	o
5.	Persönliche Erfolgskurve 1980-1983			x	x
6.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsi- tuationen)	x	x	x	x
7.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	x	x	x	o
8.	Veränderung des Körpergewichts	x	x	x	x
8.1	Aktivitäten zur Reduktion des Körperge- wichtes (F)				o
9.	Veränderung in einzelnen gesundheitsrele- vanten Verhaltensbereichen			x	o
10.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche			x	o
10.1	Lebens- und Verhaltensbereiche, in denen die erlernten Techniken angewendet werden			x	o
11.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme			x	o
12.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freun- des- und Bekanntenkreis seit der Kursteil- nahme			x	o
13.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Ar- beitsplatz seit der Kursteilnahme			x	o
	An Raucher:				
14.	Längste Periode des Null-Konsums			x	o
15.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduktion des Zigarettenkonsums			x	o
15.1	Art der unternommenen Aktivitäten			x	o
16.	Beurteilung des derzeitigen Zigaretten- konsums	x	x	x	o
17.	Bereitschaft zur erneuten Reduktion	x	x	x	o

x = direkte Vergleichbarkeit

o = Vergleichbarkeit zu späteren VHS-Nachbefragungen

ÜBERBLICK ÜBER VERBINDUNGEN ZU ANDEREN ERHEBUNGEN BZW. ERHEBUNGSSTUFEN

2

Fr.- Nr.	Erhebungstatbestand	Analog zu...			VHS-Kurse NB 30 Monate
		NB Kurs- ende	NB 6 Monate	NB 18 Monate	
	An Raucher:				
18.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr			x	o
19.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisierung des Nullkonsums			x	o
19.1	Art der unternommenen Aktivitäten			x	o
20.	Vertrauen in Stabilität des Kursergebnisses	x	x	x	x
21.	Subjektive Bewertung des Einflusses des Kurses auf den heutigen Nullkonsum				o
S.1	Alter	x	x	x	x
S.2	Geschlecht	x	x	x	x
S.3	Wunsch nach Information über die Ergebnisse der Befragung	x	x	x	x

x = direkte Vergleichbarkeit
o = Vergleichbarkeit zu späteren VHS-Nachbefragungen

2. Überblick über Stichprobe und Verfahren

Zu Beginn der Untersuchung war seitens der BZgA die Bereitschaft zur Teilnahme an der wissenschaftlichen Untersuchung als Voraussetzung für eine Einbeziehung in die Untersuchungsstichprobe festgesetzt worden. Zum Startzeitpunkt der 1. Nachbefragung lagen 946 schriftliche Bereitschaftserklärungen vor. Nach Abschluß der 1. Untersuchungsstufe wurde dieses Adreßmaterial bereinigt. Ausgeschieden wurden dabei Personen, die nicht am Kurs teilgenommen hatten, Personen, die erklärtermaßen nicht mehr an der Untersuchung teilnehmen wollten sowie fehlerhafte Adressen. Für die 2. Untersuchungsstufe standen nach dieser Stichprobenbereinigung noch insgesamt 859 angehbare Adressen zur Verfügung (d.h. 91% der Ausgangsadressen der 1. Untersuchungsstufe).

Nach Abschluß der Stichprobenbereinigung der 3. Untersuchungsstufe standen für die vorliegende 4. Untersuchungsstufe noch 606 angehbare Adressen zur Verfügung (d.h. 64,1% der Ausgangsstichprobe der 1. Untersuchungsstufe).

Diese Personen erhielten einen schriftlichen Fragebogen mit entsprechendem Begleitmaterial.

Nach Ablauf von 4 Wochen wurden die Personen, die bis dahin nicht reagiert hatten, gemahnt. Dabei erhielten sie noch einmal das komplette Befragungsmaterial. Nach weiteren 3 Wochen erfolgte eine zweite Mahnung, und zwar in Form einer standardisierten Rückantwortkarte. Durch dieses mehrstufige Verfahren wurde sichergestellt, daß über den Personenkreis, der einen ausgefüllten Fragebogen zurückschickte, hinaus von möglichst vielen weiteren Personen zumindest eine Minimalinformation über den bisher erreichten Reduktionserfolg vorliegt. Die Gesamtreaktionsquote konnte dadurch in annähernd vergleichbarer Höhe wie in der vorausgegangenen Untersuchungsstufe gehalten werden.

Einen Gesamtüberblick hierzu gibt die folgende Übersicht. In diese Übersicht wurden auch Fragebögen und informelle Reaktionen mit einbezogen, die erst nach Auswertungsschluß der 3. Untersuchungsstufe bei uns eingingen. Insofern weichen die Zahlen geringfügig von den im letzten Materialband ausgewiesenen Werten ab.

	(abs.)	%
Ursprüngliche AUSGANGSSTICHPROBE (= Bereitschaftserklärungen zur Teilnahme an der Untersuchung)	946	
UNTERSUCHUNGSSTUFE I: Nachbefragung nach Kursende		
• Gesamtreaktionsquote	820	86,7
• Ohne jegliche Information	126	13,3
STICHPROBENBEREINIGUNG wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	87	
UNTERSUCHUNGSSTUFE II: Nachbefragung 6 Monate nach Kursende		
1. Ausgangsstichprobe	859	
2. Gesamtreaktionsquote	733	85,3
3. Ohne jegliche Information	126	14,7
STICHPROBENBEREINIGUNG wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	68	
UNTERSUCHUNGSSTUFE III: Nachbefragung 18 Monate nach Kursende		
1. Ausgangsstichprobe	794	
2. Gesamtreaktionsquote	661	83,2
3. Ohne jegliche Information	133	16,7
STICHPROBENBEREINIGUNG wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	188	
UNTERSUCHUNGSSTUFE IV: Nachbefragung 30 Monate nach Kursende		
1. Ausgangsstichprobe	606	
2. Gesamtreaktionsquote	488	80,5
<u>davon:</u>		
• ausgefüllte Fragebogen	286	
• unspezifische Verweigerung	62	
• Verweigerung, weil <u>Mißerfolg</u>	93	
• Verweigerung, weil <u>Erfolg</u>	8	
• Verweigerung wegen <u>Nichtteilnahme</u>	-	
• nicht interpretierbare Rücksendungen	-	
• Adreßänderungen, Todesfälle	40	
3. Ohne jegliche Information	117	19,3
STICHPROBENBEREINIGUNG* wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
AUSGANGSSTICHPROBE FÜR WEITERE BEFRAGUNGEN		
	403	
• in % der Ausgangsstichprobe		42,6

*) Die Stichprobenbereinigung ist nicht identisch mit den in der Gesamtreaktionsquote ausgewiesenen Verweigerungen. In der Stichprobenbereinigung werden nur endgültige Verweigerungen der weiteren Mitarbeit erfaßt

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe umfaßt nach letztem Stand noch 403 Personen, d.h. 426 % der ursprünglichen Ausgangsstichprobe. In dieser Ausgangsstichprobe waren jedoch auch solche Personen enthalten, die zwar ursprünglich eine Anmeldung zum Kurs eingeschickt hatten, aber dann doch nicht am Kurs teilgenommen hatten. Aufgrund der Rückmeldungen zu den bisherigen drei Untersuchungsstufen konnten bereits 66 solcher "Nichtteilnehmer" identifiziert werden.

Bereinigt man die ursprüngliche Ausgangsstichprobe um diese 66 Personen, so ergibt sich folgendes Bild:

	(A)	(B)	(C)	(D)
Basis "aktive Teilnehmer"	Befragung nach Kursende 880	Befragung 6 Mon. n. Kursende 848	Befragung 18.Mon.n. Kursende 788	Befragung 30 Mon.n. Kursende 788
● Gesamtreaktionsquote	86,9	85,5	83,2	61,9
● Ausgefüllte Fragebögen (qualifizierte Informationen)	80,2	67,7	48,4	35,9
● Rücksendungen mit inhaltlicher Information insgesamt	81,1	75,8	70,0	48,7

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe beträgt auf der Basis der "aktiven Teilnehmer" also noch 51,1 der Ausgangsstichprobe.

3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes

3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes

Der Tabellenband enthält folgende Tabellen:

- Auszählung der Originalfragen

Diese Tabellen enthalten die Auszählung aller im Fragebogen enthaltenen Fragen. Die offenen Fragen wurden zu diesem Zweck inhaltsanalytisch aufbereitet und auf Datenträger vercodet. Die Ergebnisse werden in der Reihenfolge des Fragebogens dargeboten. Der genaue Fragenwortlaut ist dem am Ende des Tabellenteils beigefügten Originalfragebogen zu entnehmen.

- Übersichten und Zusammenfassungen

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

- Auszählung des neu 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.

Jede Tabelle wurde mit 2 unterschiedlichen Tabellenköpfen gerechnet. Die Tabellenköpfe sind so konzipiert, daß ein Vergleich zu der vorangegangenen Erhebungsstufe sowie zu anderen Erhebungen (VHS-Kurse) möglich ist:

KOPF 1 enthält die zentralen demografischen Merkmale

• Geschlecht

- männlich
- weiblich

• Alter

- bis 24 Jahre
- 25 - 29 Jahre
- 30 - 39 Jahre
- 40 - 49 Jahre
- 50 Jahre und älter

• Berufsklassifikation

- Selbständige, leitende Angestellte
- mittlere Angestellte, Facharbeiter
- einfache Angestellte, Arbeiter
- Hausfrauen
- Auszubildende

KOPF 2 enthält Merkmale, die das Rauchverhalten und die Art des Umgangs mit dem Kurs betreffen

• Teilnahmeverhalten

- Durchhalter (Personen, die bis zum Ende am Kurs teilgenommen haben)
- Abbrecher (Personen, die nicht bis zum Ende am Kurs teilgenommen haben)

● Reduktionsversuche im sozialen Umfeld des Teilnehmers

- ja (werden berichtet)
- nein (werden nicht berichtet)

● Zigarettenkonsum vorher

- bis 20 Stück pro Tag
- 21 - 30 Stück pro Tag
- 31 Stück und mehr 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 = MISSERFOLG)

● Reduktionsniveau heute (1983)

- Nullkonsum (Personen, die den Nullkonsum erreicht haben)
- 1 - 50 % (Personen, die heute 50% und weniger ihres Ausgangskonsums rauchen = REDUKTION)
- 51% und mehr (Personen, die heute mehr als 50% ihres Ausgangskonsums rauchen = MISSERFOLG)

Weitere zusammenfassende Tabellen und Übersichten sind im Berichtband enthalten.

3.2 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 Teilgruppen (z.B. "50jährige u. älter") ist das "N" geringer als 50. Bei diesen geringen Basiszahlen sind die Prozentwerte nur mit großer Vorsicht zu interpretieren.
- Abweichungen der Prozentsummen 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.

3.3 Spezielle Anmerkungen

- Tabelle 1: In den Teilgruppen, die das Teilnahmeverhalten (Durchhalter/Abbrecher) beschreiben, sind z.T. erhebliche Abweichungen gegenüber den früher gemachten Angaben zu erkennen. So erklären einige der Personen, die sich in der Befragung nach Kursende als Abbrecher bezeichnet hatten, heute, sie hätten am Kurs bis zum Ende teilgenommen. Auf eine EDV-technisch mögliche Korrektur dieser Widersprüchlichkeiten wurde verzichtet, da es sich hier um eine subjektive Angabe handelt, die "weicher" als in den VHS-Kursen definiert ist.

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

1

Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	KOPF 1 Demogra- fische Merkmale	KOPF 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
1.	Kursabbruch	1	50
2.1	Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	2	51
2.2	Zigarettenkonsum bei Kursende	3	52
2.3	Zigarettenkonsum 18 Monate nach Kursende	4	53
2.4	Reduktionsniveau 18 Monate nach Kursende	5	54
3.	Rauchen von Pfeife und Zigarren	6	55
4.	Subjektive Beurteilung des Reduktions- verlaufs seit Kursende	7	56
5.	Persönliche Erfolgskurve 1980-1983	8	57
6.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsi- tuationen)	14	63
6.1	Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark / stark)	18	67
7.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	19	68
7.1	Erlebte Veränderungen durch Reduktion (Anteilswerte : sehr stark / stark)	23	72
8.	Veränderung des Körpergewichts	24	74
8.1	Aktivitäten zur Reduktion des Körperge- wichtes (F)	25	75
9.	Veränderungen in einzelnen gesundheits- relevanten Verhaltensbereichen	26	76
9.1	Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: neu begonnen/verstärkt)	29	79
9.2	Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: vermindert)	30	80
10.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche	31	81
10.1	Lebens- und Verhaltensbereiche, in denen die erlernten Techniken angewendet werden (F)	32	82
11.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme	33	83
12.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freun- des- und Bekanntenkreis seit der Kursteil- nahme	34	84
13.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Arbeits- platz	36	86

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

2

Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	KOPF 1 Demogra- fische Merkmale	KOPF 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
	An Raucher:		
14.	Längste Periode des Nullkonsums (F)	38	88
15.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduktion des Zigarettenkonsums (F)	39	89
15.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	40	90
16.	Subjektive Beurteilung des derzeitigen Zigarettenkonsums (F)	41	91
17.	Bereitschaft zur erneuten Reduktion (F)	42	92
	An Nichtraucher:		
18.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr (F)	43	93
19.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisierung des Nullkonsums (F)	44	94
19.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	45	95
20.	Vertrauen in die Stabilität des Kursergebnisses (F)	46	96
S.1	Alter	47	97
S.2	Geschlecht	48	98
S.3	Wunsch nach Information über die Ergebnisse der Befragung	49	99

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

18 Monate nach Kursende

Kopf 1

- Geschlecht
- Alter
- Berufsgruppe

Tabella 1: Haben Sie an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen oder haben Sie den Kurs vorher abgebrochen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ich habe an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen	55	52	58	49	56	62	56	41	62	59	59	76	44
Ich habe den Kurs vorher abgebrochen	44	47	39	50	43	37	41	59	38	41	41	20	52
KA	1	1	2	1	1	1	3	0	0	0	0	4	3

Tabelle 2.1: Wieviele Zigaretten haben Sie vor Kursbeginn, d.h. im September 1980, durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	206	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Keine Zigaretten	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
1 - 5 Zigaretten	2	2	2	4	1	1	0	0	0	0	0	0	7
6 - 10 Zigaretten	6	3	8	6	3	6	9	6	8	1	7	12	7
11 - 15 Zigaretten	13	14	12	22	13	8	0	24	8	8	10	12	26
16 - 20 Zigaretten	32	27	37	38	35	26	22	35	27	28	45	20	39
21 - 25 Zigaretten	13	16	11	18	15	8	19	0	10	16	3	28	11
26 - 30 Zigaretten	16	14	19	8	18	20	22	24	17	28	21	12	3
31 - 40 Zigaretten	12	16	8	1	10	23	22	0	21	11	10	16	5
41 Zigaretten und mehr	5	6	3	1	3	8	6	12	8	6	3	0	2
KA	1	1	0	1	1	0	0	0	2	1	0	0	0

Tabelle 2.2r Und wieviele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nachdem Sie den Kurs abgebrochen haben durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	walb- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst, Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Keine Zigaretten	29	27	32	27	32	31	31	12	29	34	28	40	31
1 - 5 Zigaretten	19	19	18	24	18	22	3	6	10	20	21	20	23
6 - 10 Zigaretten	17	14	22	18	14	20	13	29	19	14	17	24	18
11 - 15 Zigaretten	10	10	11	15	13	6	3	12	6	11	14	0	15
16 - 20 Zigaretten	12	14	10	8	13	8	25	29	21	8	7	8	10
21 - 25 Zigaretten	1	2	1	1	1	1	3	0	4	0	3	4	0
26 - 30 Zigaretten	7	8	5	5	7	8	9	6	4	10	3	4	2
31 - 40 Zigaretten	2	3	2	0	1	3	3	6	4	3	7	0	0
41 Zigaretten und mehr	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
Kür	2	3	0	1	1	0	9	0	4	1	0	0	2

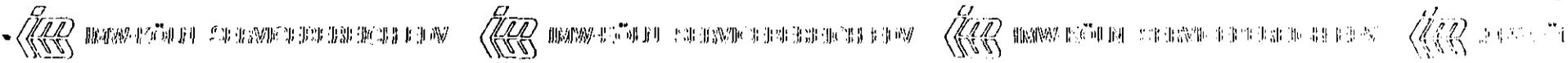


Tabelle 2.3: Und wie steht es heute? Wieviele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Keine Zigaretten	34	34	35	24	38	43	28	35	35	36	38	36	31
1 - 5 Zigaretten	10	10	11	12	14	9	6	6	8	15	0	8	16
6 - 10 Zigaretten	12	8	16	21	8	10	3	6	12	9	17	12	15
11 - 15 Zigaretten	7	6	7	4	6	7	13	12	12	0	0	4	8
16 - 20 Zigaretten	17	17	17	23	18	10	16	24	12	11	28	20	23
21 - 25 Zigaretten	5	6	3	5	4	3	9	0	8	0	0	4	3
26 - 30 Zigaretten	7	8	6	9	6	7	6	6	4	11	10	4	0
31 - 40 Zigaretten	7	9	5	3	7	7	19	6	10	9	7	8	2
41 Zigaretten und mehr	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2
KA	1	1	1	0	0	2	0	6	2	1	0	4	0

Tabelle 2.4: Reduktionsniveau 3 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Nullkonsum (= voller Erfolg)	34	34	35	24	38	43	28	35	35	36	38	36	31
1 - 30 % (= starke Reduktion)	8	9	6	9	8	7	6	6	6	10	0	8	11
31 - 50 % (= Reduktion)	11	9	14	14	10	13	6	6	12	13	17	12	7
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	11	8	15	6	14	10	16	18	12	10	3	12	11
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	12	15	8	9	13	11	13	24	17	16	10	0	8
91 % und mehr (= vollstaendiger Misserfolg)	23	24	21	37	18	14	31	6	17	14	31	28	31
KA	1	1	1	0	0	2	0	6	2	1	0	4	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und saelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Pfeife:													
Ja	5	8	2	5	6	3	6	6	12	3	7	0	3
Nein	76	76	75	83	75	77	63	59	65	84	72	80	77
KA	20	16	23	12	19	20	31	35	23	14	21	20	20
Zigarren/Zigarillos:													
Ja	6	8	5	8	7	3	6	12	6	3	10	4	5
Nein	74	75	73	79	74	78	66	53	65	81	69	80	79
KA	19	17	22	13	19	18	28	35	29	16	21	16	16

Tabelle 4: Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, dass die persoanlichen "Erfolgskurven" seit 1980 sehr unterschiedlich aussehen. Wie wuerden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und selter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Rueckfall beibehalten	19	18	20	10	22	26	22	6	19	21	21	32	16
Zum Kursende hatte ich meinen Zigarettenkonsum reduziert, ohne allerdings den Nullkonsum zu erreichen. Diesen reduzierten Konsum habe ich im wesentlichen bis heute beibehalten koennen	9	10	8	13	13	6	6	6	2	16	3	4	10
Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spuerbar und dauerhaft reduzieren koennen	13	15	10	10	14	14	9	18	15	11	10	4	16
Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern koennen	9	8	10	9	7	13	3	6	10	9	17	8	7
Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum im wesentlichen wieder verstaerkt	18	18	18	22	21	11	22	18	19	16	21	36	16
In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein staendiges "Auf und Ab" zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion	30	29	31	35	24	28	31	47	31	26	28	12	34
KA	2	1	2	1	0	2	6	0	4	0	0	4	0

7

Tabelle 5: 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Am Kursende													
0 Zigaretten	28	27	30	26	31	31	31	12	27	36	24	40	28
1 - 10 Zigaretten	34	31	37	44	31	37	13	29	29	30	41	40	39
11 - 15 Zigaretten	13	13	12	15	14	8	9	24	8	15	14	4	13
16 - 20 Zigaretten	13	15	11	6	15	11	22	24	21	8	10	12	10
21 Zigaretten und mehr	10	11	8	5	10	11	16	12	12	11	10	4	3
KA	2	3	2	4	0	1	9	0	4	0	0	0	7
Weihnachten 1980													
0 Zigaretten	28	25	30	22	33	30	31	12	23	34	28	44	26
1 - 10 Zigaretten	24	23	25	28	17	29	16	29	19	26	21	24	31
11 - 15 Zigaretten	15	14	16	24	10	11	6	24	15	10	10	12	21
16 - 20 Zigaretten	15	18	12	14	24	7	19	18	21	11	21	8	11
21 Zigaretten und mehr	16	19	14	8	17	22	22	18	19	19	21	8	5
KA	2	1	3	4	0	1	6	0	2	0	0	4	5

Tabelle 5: 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					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Selbst. Leit. Ang. S-%	Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Fruehjahr 1981													
0 Zigaretten	30	27	34	22	33	37	34	18	29	36	38	36	26
1 - 10 Zigaretten	16	16	16	19	13	15	13	29	13	16	10	12	25
11 - 15 Zigaretten	17	15	19	21	15	15	13	24	19	15	14	16	18
16 - 20 Zigaretten	17	19	15	26	19	10	16	12	19	6	21	28	21
21 Zigaretten und mehr	18	21	14	10	19	23	19	18	17	25	17	8	8
KA	1	1	2	3	0	0	6	0	2	1	0	0	2
Sommer 1981													
0 Zigaretten	30	27	33	23	35	37	25	12	31	36	28	32	30
1 - 10 Zigaretten	13	13	14	21	6	13	13	18	12	14	14	12	16
11 - 15 Zigaretten	17	17	17	15	19	13	16	35	17	11	7	16	21
16 - 20 Zigaretten	17	18	17	24	19	14	6	18	19	11	28	24	16
21 Zigaretten und mehr	21	25	17	14	21	23	34	18	19	28	24	16	11
KA	2	1	2	3	0	1	6	0	2	0	0	0	5

Tabelle 5: 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Herbst 1981													
0 Zigaretten	27	23	33	21	35	34	16	12	21	35	28	36	25
1 - 10 Zigaretten	15	13	17	22	11	11	16	12	13	15	17	8	23
11 - 15 Zigaretten	16	18	14	18	13	10	19	41	21	11	7	8	21
16 - 20 Zigaretten	21	23	17	27	24	15	16	18	21	10	34	32	20
21 Zigaretten und mehr	20	23	16	10	17	28	28	18	21	29	14	16	8
KA	2	1	4	3	1	1	6	0	2	0	0	0	3
Weihnachten 1981													
0 Zigaretten	27	23	31	15	33	38	16	12	15	36	24	36	21
1 - 10 Zigaretten	14	13	15	21	10	13	13	12	10	18	10	8	21
11 - 15 Zigaretten	16	17	14	18	14	11	19	29	19	10	17	8	26
16 - 20 Zigaretten	19	21	17	32	15	10	13	29	27	6	24	24	18
21 Zigaretten und mehr	22	25	20	12	25	26	34	18	25	30	24	24	8
KA	2	2	3	3	3	1	6	0	4	0	0	0	5

Tabelle 5: 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Fruehjahr 1982													
0 Zigaretten	30	27	34	19	38	40	22	12	21	39	31	40	23
1 - 10 Zigaretten	14	13	15	19	10	16	6	12	13	18	10	4	20
11 - 15 Zigaretten	16	18	14	18	17	10	19	29	19	11	7	16	23
16 - 20 Zigaretten	18	20	16	26	14	14	16	29	21	8	31	16	23
21 Zigaretten und mehr	20	20	19	14	22	20	28	18	21	25	21	24	7
KA	2	2	2	4	0	0	9	0	4	0	0	0	5
Sommer 1982													
0 Zigaretten	30	30	31	19	39	39	22	18	25	38	28	40	25
1 - 10 Zigaretten	17	13	21	21	15	18	9	12	13	19	10	16	25
11 - 15 Zigaretten	14	15	13	18	11	11	16	18	13	13	14	12	20
16 - 20 Zigaretten	17	17	17	22	13	13	19	35	23	9	24	16	16
21 Zigaretten und mehr	20	25	15	19	21	18	28	18	23	23	24	16	13
KA	1	1	2	1	1	0	6	0	2	0	0	0	2

Tabelle 5: 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					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und aelter S-%	Selbst. Leit. Ang. S-%	Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Herbst 1982													
0 Zigaretten	31	29	33	21	36	41	22	18	25	35	38	40	25
1 - 10 Zigaretten	16	14	20	22	15	17	6	12	12	16	17	16	23
11 - 15 Zigaretten	10	9	11	13	10	7	13	6	10	15	0	4	13
16 - 20 Zigaretten	20	21	18	24	13	14	28	41	23	13	21	24	21
21 Zigaretten und mehr	22	26	17	17	26	21	25	24	29	21	24	16	13
KA	2	1	2	4	0	0	6	0	2	0	0	0	5
Weihnachten 1982													
0 Zigaretten	31	31	32	23	36	40	25	18	25	35	41	36	30
1 - 10 Zigaretten	15	14	17	18	15	17	3	12	12	20	3	16	20
11 - 15 Zigaretten	9	6	13	10	10	6	16	6	10	10	3	4	13
16 - 20 Zigaretten	19	19	18	24	13	15	19	41	25	11	21	24	20
21 Zigaretten und mehr	24	29	19	22	26	22	31	24	27	24	31	20	15
KA	1	1	2	3	0	0	6	0	2	0	0	0	3

Handwritten signatures and notes at the bottom of the page.

Tabelle 5: 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	32	80	29	25	61
Fruehjahr 1983													
0 Zigaretten	34	34	34	24	38	44	22	35	33	38	38	36	31
1 - 10 Zigaretten	20	18	23	26	21	18	13	18	19	23	14	20	25
11 - 15 Zigaretten	8	6	11	8	8	8	9	6	10	8	0	8	13
16 - 20 Zigaretten	17	18	16	23	17	10	16	29	15	11	28	20	21
21 Zigaretten und mehr	20	23	15	19	15	20	34	12	21	21	17	16	10
KA	1	1	1	0	1	0	6	0	2	0	3	0	0

Tabelle 6: 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?

	GESANT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	92	80	29	25	61
nach dem Essen													
sehr stark	30	29	32	36	25	31	34	18	31	28	28	32	30
stark	20	23	15	26	17	11	25	35	21	19	24	12	21
weniger stark	19	19	19	17	24	22	13	6	23	19	14	12	20
ueberhaupt nicht	26	25	27	22	29	34	13	12	17	29	34	32	28
KA	5	4	7	0	6	1	16	29	8	6	0	12	2
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet													
sehr stark	10	10	11	12	11	7	13	12	10	8	3	8	20
stark	24	27	22	35	24	21	19	12	21	25	28	32	23
weniger stark	26	27	26	27	22	25	31	35	31	24	31	16	25
ueberhaupt nicht	32	32	32	24	35	44	22	18	31	34	38	32	31
KA	7	5	10	3	8	3	16	24	8	10	0	12	2
zur Entspannung													
sehr stark	15	11	19	14	14	14	25	6	12	16	7	24	13
stark	30	29	30	40	25	30	13	35	33	25	34	28	33
weniger stark	27	32	20	27	29	23	38	12	25	25	34	20	30
ueberhaupt nicht	23	23	22	17	25	32	9	18	23	25	24	20	23
KA	6	5	8	3	7	1	16	29	8	9	0	8	2

Handwritten signatures and marks at the bottom of the page.

Tabelle 6: 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
wenn sich jemand eine Zigarette anzueudet													
sehr stark	8	6	9	4	8	8	13	12	13	6	7	8	7
stark	15	19	11	13	22	14	16	6	13	16	21	8	16
weniger stark	41	40	42	55	43	28	38	35	35	40	41	36	48
ueberhaupt nicht	29	31	27	26	19	47	19	18	31	29	31	36	26
KA	7	4	11	3	7	3	16	29	8	9	0	12	3
waehrend der Arbeitszeit													
sehr stark	12	14	9	9	14	7	28	6	17	15	10	4	8
stark	17	22	11	18	17	16	22	12	25	18	21	16	13
weniger stark	26	25	27	31	24	26	22	24	19	24	24	20	26
ueberhaupt nicht	38	35	42	41	42	46	13	24	29	38	45	48	49
KA	7	4	10	1	4	5	16	35	10	6	0	12	3
In Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.													
sehr stark	37	36	39	47	40	26	31	41	33	34	38	28	39
stark	26	29	22	21	26	26	31	35	33	23	31	28	28
weniger stark	20	20	19	18	18	28	13	6	21	25	14	12	18
ueberhaupt nicht	14	12	16	13	13	18	9	6	10	11	17	24	15
KA	4	3	5	1	3	1	16	12	4	8	0	8	0

Tabelle 6: 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					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
<i>am Morgen</i>													
sehr stark	13	16	14	12	18	15	22	12	15	13	17	24	13
stark	16	21	10	19	14	15	25	0	19	20	14	8	11
weniger stark	15	15	16	22	10	13	13	29	19	13	21	4	18
ueberhaupt nicht	46	44	49	44	53	55	25	24	38	48	48	52	52
KA	7	4	11	4	6	2	16	35	8	8	0	12	5
<i>noch direkt vor dem Zubettgehen</i>													
sehr stark	7	6	9	5	7	5	16	18	10	5	0	8	3
stark	15	13	17	9	22	16	16	0	10	24	10	28	5
weniger stark	20	25	13	31	15	16	9	24	25	15	24	4	31
ueberhaupt nicht	52	53	52	51	51	61	44	35	50	49	66	48	57
KA	6	3	9	4	4	2	16	24	6	8	0	12	3
<i>beim Fernsehen</i>													
sehr stark	6	5	8	6	6	2	13	18	8	8	10	4	0
stark	22	24	19	23	22	20	16	35	25	19	31	12	26
weniger stark	26	27	24	32	21	22	36	12	29	24	17	24	30
ueberhaupt nicht	40	39	40	35	43	55	16	12	33	43	38	44	41
KA	7	5	9	4	8	1	19	24	6	8	3	16	3

Tabelle 6: 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					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Arb.	Ang./Facharb.	Einf. Arb.	Haus-frauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe													
sehr stark	36	31	42	36	31	34	53	35	38	31	28	40	38
stark	26	25	27	24	32	21	22	35	21	26	41	24	23
weniger stark	16	16	16	19	18	15	9	6	15	23	14	12	13
ueberhaupt nicht	19	25	11	21	14	28	6	6	19	15	17	20	23
KA	4	4	5	0	6	2	9	18	6	5	0	4	3
wenn ich mich konzentrieren muss													
sehr stark	21	18	23	18	22	21	28	12	23	15	17	28	21
stark	21	21	21	26	15	20	28	24	27	19	17	16	25
weniger stark	22	27	17	27	31	14	13	24	17	25	38	4	23
ueberhaupt nicht	30	31	30	27	28	45	16	12	25	35	28	40	30
KA	6	3	8	3	4	1	16	29	8	6	0	12	2

Tabelle 6.1) Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und salter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
nach dem Essen	50	53	47	62	42	43	59	53	52	46	52	44	51
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	35	36	33	46	35	28	31	24	31	33	31	40	43
zur Entspannung	44	40	49	54	39	44	38	41	44	41	41	52	46
wenn sich jemand eine Zigarette anzueudet	23	25	20	17	31	22	28	18	27	23	28	16	23
wahrend der Arbeitszeit	29	36	20	27	31	23	50	18	42	33	31	20	21
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	63	65	61	68	67	53	63	76	65	56	69	56	67
am Morgen	31	38	24	31	32	30	47	12	35	33	31	32	25
noch direkt vor dem Zubettgehen	22	19	26	14	29	21	31	18	19	29	10	36	8
beim Fernsehen	28	29	27	29	28	22	28	53	33	26	41	16	26
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgereggt oder geaergert habe	62	56	68	60	63	55	75	71	60	58	69	64	61
wenn ich mich konzentrieren muss	42	40	45	44	38	40	56	35	50	34	34	44	46

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser													
sehr stark	13	12	14	10	14	18	6	6	13	11	17	28	5
stark	20	19	20	19	19	22	16	18	13	25	14	12	23
weniger stark	29	31	28	36	31	24	31	18	23	26	48	20	36
ueberhaupt nicht	35	36	33	31	36	36	41	29	44	35	21	32	34
KA	3	3	5	4	0	0	6	29	6	3	0	8	2
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher													
sehr stark	9	6	12	5	7	16	6	0	12	11	3	16	2
stark	18	19	17	15	26	14	16	18	15	23	21	12	21
weniger stark	28	29	27	31	28	30	16	24	17	28	55	20	28
ueberhaupt nicht	42	44	39	45	39	39	53	29	50	35	21	44	48
KA	4	3	5	4	0	1	9	29	6	4	0	8	2
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar													
sehr stark	8	8	9	8	6	8	13	18	6	10	8	16	8
stark	12	10	14	9	14	17	3	6	8	14	7	12	20
weniger stark	31	31	31	32	33	32	22	24	37	28	55	32	23
ueberhaupt nicht	45	49	40	47	47	41	53	24	44	44	38	32	48
KA	4	3	5	4	0	1	9	29	6	5	0	8	2

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	97	32	17	52	80	29	25	61
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen													
sehr stark	21	19	22	15	25	23	25	6	17	19	38	28	13
stark	16	17	14	15	18	17	9	12	15	20	3	8	25
weniger stark	17	18	17	19	15	15	16	29	21	15	21	8	21
ueberhaupt nicht	41	42	41	45	40	41	44	24	38	41	38	48	39
KA	5	5	6	5	1	3	6	29	8	5	0	8	2
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher													
sehr stark	13	10	16	13	15	14	9	6	15	13	17	12	10
stark	21	21	21	19	18	29	16	18	15	28	21	24	20
weniger stark	30	32	28	33	35	25	28	24	29	23	45	24	38
ueberhaupt nicht	32	34	30	31	32	31	41	24	35	34	17	32	31
KA	4	3	5	4	0	1	6	29	6	4	0	8	2
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt													
sehr stark	22	16	29	18	24	29	9	24	19	20	14	24	25
stark	31	32	30	35	33	28	34	12	33	40	34	20	26
weniger stark	27	32	20	29	26	24	28	24	29	25	24	32	30
ueberhaupt nicht	17	18	17	15	17	18	22	12	13	11	28	16	18
KA	3	3	5	3	0	1	6	29	6	4	0	8	2

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und seltener	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben													
sehr stark	16	12	22	9	18	24	9	18	12	19	24	28	10
stark	22	20	23	23	31	18	16	6	19	24	28	16	21
weniger stark	24	28	19	22	17	26	38	24	35	26	24	9	28
ueberhaupt nicht	34	37	30	41	35	30	31	24	29	28	21	40	39
KA	4	3	5	5	0	1	6	29	6	4	3	8	2
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden													
sehr stark	10	10	11	12	8	10	9	18	10	11	14	8	11
stark	30	28	33	31	28	34	31	12	37	26	38	16	31
weniger stark	32	34	29	27	32	41	28	12	25	39	21	36	31
ueberhaupt nicht	23	24	23	26	32	13	25	29	23	20	24	32	23
KA	4	3	5	5	0	1	6	29	6	4	3	8	3
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt													
sehr stark	3	3	2	1	6	1	0	12	2	3	0	0	5
stark	6	6	6	10	4	7	3	0	2	8	7	8	5
weniger stark	37	38	37	37	40	45	25	12	40	34	45	48	43
ueberhaupt nicht	49	50	48	46	49	46	66	47	48	53	48	36	44
KA	5	3	7	5	1	1	6	29	8	4	0	8	3

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich S-%	Weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und salter S-%	Selbst. Leit. Ang. S-%	Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ich fuehle mich wieder ausgeglichen und zufriedener													
sehr stark	3	5	2	3	3	2	3	18	6	3	0	0	3
stark	15	13	17	17	11	20	16	0	4	14	28	32	11
weniger stark	38	42	34	42	47	37	28	12	38	44	41	28	48
ueberhaupt nicht	39	38	41	35	39	40	47	41	46	36	31	32	36
KA	4	3	5	4	0	1	6	29	6	4	0	8	2
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	17	18	17	18	13	18	28	12	13	15	28	16	18
stark	22	21	23	19	22	24	22	18	19	24	24	12	20
weniger stark	37	36	38	40	42	36	25	35	38	36	34	48	39
ueberhaupt nicht	21	22	19	19	24	22	22	6	23	23	14	20	21
KA	3	3	4	4	0	0	3	29	6	3	0	4	2

Tabelle 7.11: Persönlich erlebte Veränderungen (Anteilsuerte: sehr stark/stark)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	33	31	34	29	33	40	22	24	27	36	31	40	28
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	27	25	29	21	33	30	22	18	27	34	24	28	23
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	20	18	23	17	19	25	16	24	13	24	7	28	28
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen	36	36	36	31	43	40	34	18	33	39	41	36	38
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher	34	32	37	32	33	43	25	24	31	40	38	36	30
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt	53	48	58	53	57	56	44	35	52	60	48	44	51
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben	38	32	45	32	49	43	25	24	31	43	52	44	31
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	41	38	43	42	36	45	41	29	46	38	52	24	43
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	9	10	8	12	10	8	3	12	4	10	7	8	10
Ich fuehle mich wieder ausgeglicherener und zufriedener	19	18	20	19	14	22	19	18	10	16	28	32	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	39	39	39	37	35	43	50	29	33	39	52	28	38

Tabelle 8: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ja, ich habe abgenommen	8	10	7	13	7	8	3	6	6	6	7	8	13
Nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	49	49	48	56	50	40	44	59	46	45	55	44	57
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	12	13	11	10	18	10	13	0	12	15	14	4	10
Ja, ich habe etwas zugenommen	21	20	22	15	14	29	28	24	25	19	24	24	15
Ja, ich habe stark zugenommen	9	7	12	4	11	13	9	12	12	14	0	16	5
KA	1	1	1	1	0	0	3	0	0	1	0	4	0

Tabelle 8.1: WENN ZUGENOMMEN: Was haben Sie getan, um Ihr Gewicht wieder zu reduzieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	121	62	59	23	31	45	16	6	25	38	11	11	18
weniger essen	17	16	17	9	16	22	13	17	16	18	18	36	11
Diaet	19	13	25	22	13	27	6	17	16	13	27	18	22
bewusster/gezielter essen	11	8	14	13	10	16	0	0	8	13	9	0	17
weniger Alkohol trinken	1	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
Sport treiben	17	24	8	22	16	11	19	33	24	18	27	0	11
geraucht	9	8	10	9	13	4	19	0	16	3	9	18	11
Gewichtskontrolle	1	0	2	4	0	0	0	0	0	3	0	0	0
Sonstiges	2	3	0	0	3	2	0	0	0	3	0	0	6
KA	25	26	24	22	29	16	44	33	20	29	9	27	22

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Konsum alkoholischer Getraenke													
habe ich neu begonnen	1	0	2	0	0	1	3	0	2	0	0	4	0
hat sich verstaerkt	7	9	5	10	6	7	6	6	10	9	3	4	5
ist wie vor dem Kurs	58	58	59	55	61	60	50	71	56	58	52	40	70
hat sich vermindert	19	18	20	18	22	20	16	12	17	19	31	20	15
gab es bei mir nie	14	14	13	15	11	13	22	6	15	14	14	24	10
KA	1	1	2	1	0	0	3	6	0	1	0	8	0
Konsum nicht-alkoholischer Getraenke													
habe ich neu begonnen	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3	0	0
hat sich verstaerkt	21	23	20	27	25	15	19	18	25	25	17	8	25
ist wie vor dem Kurs	72	71	73	67	69	80	63	76	71	68	72	76	70
hat sich vermindert	3	3	4	3	3	2	9	0	0	5	3	4	5
gab es bei mir nie	1	1	2	0	3	0	6	0	2	1	3	4	0
KA	2	2	2	3	0	2	3	6	2	1	0	8	0

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln													
habe ich neu begonnen	0	0	1	0	0	0	3	0	0	1	0	0	0
hat sich verstaerkt	1	2	1	1	1	1	0	6	0	3	3	0	0
ist wie vor dem Kurs	41	37	46	37	44	38	41	65	42	41	28	44	46
hat sich vermindert	7	6	8	6	4	11	9	0	10	8	3	4	5
gab es bei mir nie	48	54	40	54	50	47	41	24	48	44	66	40	49
KA	2	1	4	1	0	2	6	6	0	4	0	12	0

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten													
hat sich verstaerkt	17	15	19	15	19	20	16	0	13	14	28	20	13
ist wie vor dem Kurs	73	75	71	73	72	74	72	82	75	75	69	60	80
hat sich vermindert	7	8	7	9	8	5	9	6	12	8	3	8	7
KA	2	2	3	3	0	2	3	12	0	4	0	12	0
Reizbarkeit und allgemeine Hervositaet													
hat sich verstaerkt	11	8	14	12	8	7	22	18	13	13	10	16	7
ist wie vor dem Kurs	68	73	63	64	79	70	56	53	63	70	66	60	79
hat sich vermindert	19	18	20	22	13	22	19	12	23	14	24	12	15
KA	2	1	4	3	0	1	3	18	0	4	0	12	0

Tabella 9.1: Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte; neu begonnen/verstärkt)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Konsum alkoholischer Getraenke	8	9	7	10	6	8	9	6	12	9	3	8	5
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	2	2	2	1	1	1	3	6	0	4	3	0	0
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	17	15	19	15	19	20	16	0	13	14	28	20	13
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaaet	11	8	14	12	8	7	22	18	13	13	10	16	7

Tabelle 9.2: Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: hat sich vermindert)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Konsum alkoholischer Getraenke	19	18	20	18	22	20	16	12	17	19	31	20	15
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	7	6	8	6	4	11	9	0	10	8	3	4	5
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	7	8	7	9	8	5	9	6	12	8	3	8	7
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaeet	19	18	20	22	13	22	19	12	23	14	24	12	15

Tabelle 10: In dem Kurs, an dem Sie vor 2 1/2 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.ae.) teilgenommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	19	16	21	14	19	23	19	12	19	20	21	20	16
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	6	6	6	1	8	7	9	6	6	11	3	8	0
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	4	3	5	1	1	8	0	12	6	1	3	12	0
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	71	74	68	82	71	63	69	71	67	69	69	60	82

Tabelle 10.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In HUE- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	79	39	40	13	20	32	9	5	16	25	8	9	10
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	5	0	10	8	10	0	11	0	6	4	0	22	0
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	5	8	3	0	5	3	0	40	6	4	13	0	0
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	4	3	5	0	5	3	11	0	13	4	0	0	0
Kurse zum Ernaehrungs- verhalten	6	5	8	0	5	9	11	0	6	12	0	11	0
Selbsthilfegruppen	1	0	3	0	0	3	0	0	6	0	0	0	0
Selbsterfahrungsgruppen	3	3	3	0	5	3	0	0	0	0	0	0	10
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	10	10	10	31	15	3	0	0	0	16	25	0	20
Arbeitsplatz	4	3	5	0	10	3	0	0	6	8	0	0	0
alkoholkonsum	19	21	18	31	20	13	22	20	13	12	13	33	40
Medikamentenkonsum	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ernaehrungsverhalten	41	38	43	77	40	38	22	0	25	48	63	22	70
Reizbarkeit / Nervositaet	3	3	3	0	0	6	0	0	0	4	0	0	0
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	11	13	10	8	10	16	11	0	0	12	13	11	20
KA	22	23	20	0	25	22	33	40	31	20	13	22	0

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
1980:													
Kein Raucher	27	28	25	23	22	34	25	24	31	29	34	16	21
1 Raucher	34	36	31	29	39	34	34	24	33	33	24	36	44
2 Raucher	18	16	21	21	15	13	19	47	17	19	7	24	11
3 Raucher	11	12	9	15	13	8	9	0	8	11	17	4	13
4 und mehr Raucher	9	6	11	8	11	8	13	0	12	6	17	12	7
KA	2	2	2	4	0	2	0	6	0	3	0	8	3
1983:													
Kein Raucher	38	42	33	29	38	48	28	41	38	46	34	32	28
1 Raucher	27	27	27	23	31	26	31	24	31	16	24	28	41
2 Raucher	19	17	21	26	17	9	28	29	23	19	14	24	13
3 Raucher	8	8	8	13	6	8	6	0	6	9	10	4	10
4 und mehr Raucher	6	5	7	4	10	5	6	0	2	5	17	8	5
KA	3	3	3	5	0	3	0	6	0	5	0	4	3

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
1980:													
ausschliesslich Raucher	3	1	5	3	3	5	0	0	0	1	7	8	0
ganz ueberwiegend Raucher	35	32	37	49	39	33	9	6	27	29	38	32	48
Raucher etwas in der Ueberszahl	22	26	17	21	18	22	41	12	23	24	31	20	21
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	22	25	20	19	21	23	25	35	33	25	10	8	18
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	9	10	8	5	8	9	19	12	12	11	10	8	7
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	5	8	3	8	6	6	24	6	8	0	12	7
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	3	0	0
KA	2	1	3	1	1	1	0	12	0	1	0	12	0

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
1983:													
ausschliesslich Raucher	1	0	2	1	0	1	0	0	0	0	3	4	0
ganz ueberwiegend Raucher	18	16	20	28	17	16	6	6	13	10	28	28	26
Raucher etwas in der Uebersahl	13	13	13	21	10	9	16	6	12	9	14	8	20
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	21	23	18	19	15	29	19	12	23	30	10	8	16
Nichtraucher etwas in der Uebersahl	29	31	27	22	38	24	31	41	29	30	34	24	26
ganz ueberwiegend Nichtraucher	17	17	18	8	18	18	28	35	23	19	7	20	11
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	3	0	0
KA	1	1	2	1	1	1	0	0	0	1	0	8	0

Tabella 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
1980:													
ausschliesslich Raucher	6	5	7	8	10	2	3	0	8	3	17	12	0
ganz ueberwiegend Raucher	24	23	26	22	28	30	19	6	23	29	24	12	23
Raucher etwas in der Ueberzahl	21	25	17	24	17	21	22	24	19	19	17	20	30
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	20	24	16	21	18	21	22	24	31	21	17	8	23
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	14	15	12	13	15	11	19	12	13	19	14	0	13
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	5	9	6	8	8	3	6	4	8	3	8	10
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	1	1	0	0	3	0	0	1	3	0	0
KA	7	3	13	5	4	7	9	29	2	1	3	40	2

Handwritten signatures and notes at the bottom of the page.

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
1983:													
ausschliesslich Raucher	2	0	5	5	1	1	3	0	0	0	14	8	0
ganz ueberwiegend Raucher	15	17	13	19	14	16	9	6	19	10	24	4	15
Raucher etwas in der Uebersahl	14	16	12	17	15	14	9	6	10	14	3	16	23
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	19	20	17	23	14	20	13	29	27	21	10	4	23
Nichtraucher etwas in der Uebersahl	21	24	18	15	25	20	38	12	21	26	17	20	21
ganz ueberwiegend Nichtraucher	17	17	18	14	24	16	19	12	17	23	21	8	15
ausschliesslich Nichtraucher	3	3	2	1	3	3	3	6	4	3	7	4	0
KA	8	3	14	5	4	10	6	29	2	4	3	36	3

Tabelle 14: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die laengste Periode, waehrend der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	190	104	86	59	46	51	23	11	35	51	18	16	43
nie Nullkonsum erreicht	53	56	49	51	46	49	61	91	57	53	67	44	40
bis 1 Monat	8	12	3	8	11	10	0	0	3	10	11	6	12
2 - 3 Monate	9	6	14	12	7	12	9	0	9	10	6	6	14
4 - 6 Monate	7	5	9	7	4	6	17	0	6	4	6	13	9
7 - 12 Monate	7	7	7	7	9	4	9	9	9	2	6	0	14
mehr als 12 Monate	5	4	7	3	9	8	0	0	3	8	0	19	0
KA	11	12	10	12	15	12	4	0	14	14	6	13	12

Tabelle 15: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	190	104	86	59	46	51	23	11	35	51	18	16	43
Ja	51	55	45	41	65	51	48	45	60	55	50	39	40
Nein	48	43	55	59	33	47	52	55	37	45	50	63	58
KA	1	2	0	0	2	2	0	0	3	0	0	0	2

Tabelle 15.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	57	39	24	30	26	11	5	21	28	9	6	17
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	9	9	10	13	3	19	0	0	5	7	22	33	12
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	23	30	13	21	20	19	45	20	29	36	33	0	12
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	7	9	5	17	10	0	0	0	10	7	22	0	6
Unterstuetzung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	1	2	0	0	3	0	0	0	5	0	0	0	0
staerkerer Kontakt zu Nichtrauchern	1	0	3	0	0	4	0	0	5	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehoeert	14	12	15	13	23	12	0	0	5	7	11	17	29
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	3	4	3	0	3	4	0	20	5	7	0	0	0
Anderere Entwoeahnungsmethoden	2	2	3	0	0	0	9	20	5	4	0	0	0
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	11	7	18	8	10	19	9	0	14	11	0	17	6
Sonstiges	25	23	28	25	20	23	36	40	14	18	11	33	35
KA	3	4	3	4	7	0	0	0	5	4	0	0	0

Tabelle 16: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und selter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	190	104	86	59	46	51	23	11	35	51	18	16	43
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschaenkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	11	12	9	14	9	6	17	9	11	6	0	13	19
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemuehen, ihn weiter einzuschaenken	53	52	55	53	54	55	48	55	49	55	56	63	53
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffe, ihn einzuschaenken	35	35	36	34	35	37	35	36	37	39	44	25	26
KA	1	2	0	0	2	2	0	0	3	0	0	0	2

Tabelle 17: Wie gross ist Ihre Bereitschaft, jetzt noch einmal einen Kurs oder eine andere Methode zur Einschränkung des Rauchens auszuprobieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	190	104	86	59	46	51	23	11	35	51	18	16	43
Ich werde es auf jeden Fall noch mal versuchen	64	65	62	51	70	71	61	82	71	67	44	88	53
Ich werde es nur dann versuchen, wenn mir die Methode auch wirklich erfolgversprechend erscheint	24	23	26	29	24	22	22	18	17	25	44	6	21
Ich werde es wahrscheinlich nicht noch einmal versuchen	8	8	8	19	2	4	4	0	0	8	11	0	21
Ich werde es auf keinen Fall noch einmal versuchen	3	2	3	2	2	2	9	0	9	0	0	0	2
KA	2	2	1	0	2	2	4	0	3	0	0	6	2

Tabelle 18: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Hüllkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	50	46	19	26	36	9	6	17	29	11	9	18
...sehr leicht	22	20	24	21	27	19	22	17	24	17	45	22	22
...leicht	52	52	52	47	46	64	44	33	35	66	27	78	39
...eher schwer	19	22	15	16	19	14	33	33	35	14	18	0	22
...sehr schwer	5	4	7	11	4	3	0	17	6	3	0	0	11
KA	2	2	2	5	4	0	0	0	0	0	9	0	6

Tabelle 19: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	50	46	19	26	36	9	6	17	29	11	9	18
Ja	29	34	24	21	38	22	22	67	41	10	27	11	50
Nein	61	54	70	60	58	69	56	17	47	79	73	78	44
KA	9	12	7	11	4	8	22	17	12	10	0	11	6

Tabelle 19.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn-lich	weib-lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	28	17	11	4	10	8	2	4	7	3	3	1	9
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	4	6	0	0	0	0	50	0	14	0	0	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	7	6	9	0	0	25	0	0	29	0	0	0	0
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	11	6	18	25	10	13	0	0	14	33	0	0	11
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	4	0	9	0	0	13	0	0	0	0	33	0	0
Radikal aufgehoeert	21	29	9	0	40	0	50	25	29	33	0	0	33
Anti-Raucher-Medikamente	4	0	9	0	10	0	0	0	0	0	0	100	0
Akkupunktur	4	6	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	11
Anderere Entwoeohnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	18	24	9	25	10	25	0	25	14	0	0	0	22
Sonstiges	18	12	27	25	10	13	0	50	0	0	67	0	11
KA	11	12	9	25	10	13	0	0	0	33	0	0	11

Tabelle 20: Wie ueberzeugt sind Sie, dass Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft balbehalten werden?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	50	46	19	26	36	9	6	17	29	11	9	18
Ich bin vollkommen sicher, dass ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	69	70	67	63	69	69	89	50	76	62	82	99	67
Ich bin sicher, dass ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	27	26	28	21	27	31	11	50	24	34	18	11	17
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	3	2	4	11	4	0	0	0	0	3	0	0	11
KA	1	2	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	6

Tabelle S.1: Alter des/dar Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	Weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf./ Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
bis 19 Jahre	3	5	2	13	0	0	0	0	2	0	0	0	10
20 - 29 Jahre	36	34	39	85	53	0	0	0	17	29	59	28	62
30 - 39 Jahre	36	34	38	0	46	80	0	0	33	48	31	44	26
40 - 49 Jahre	13	13	13	0	0	13	81	0	23	14	7	16	2
50 - 59 Jahre	6	8	4	0	0	0	13	76	17	4	0	8	0
60 - 69 Jahre	1	1	2	0	0	0	0	24	2	1	0	0	0
70 Jahre und aelter	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	4	5	3	3	1	7	6	0	6	5	3	4	0

Tabelle S.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGERICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
maennlich	54	100	0	54	57	47	56	71	71	54	52	0	61
weiblich	46	0	100	46	43	53	44	29	29	46	48	100	33
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 9.3: Wuenschen Sie eine Information ueber die Ergebnisse dieser Befragung?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		maenn- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und aelter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In- Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	154	132	78	72	87	32	17	52	80	29	25	61
Ja	86	85	86	85	90	85	84	76	85	85	83	92	90
Nein	10	10	11	14	7	8	9	24	8	10	14	8	10
KA	4	5	3	1	3	7	6	0	8	5	3	0	0

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

18 Monate nach Kursende

Kopf 2

- Teilnahmeverhalten
- Reduktionsversuche im sozialen Umfeld
- Zigarettenkonsum vorher
- Reduktionsniveau bei Kursende
- Reduktionsniveau heute

Tabelle 1: Haben Sie an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen oder haben Sie den Kurs vorher abgebrochen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Ich habe an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen	55	84	29	58	53	51	58	57	66	64	37	62	57	47	
Ich habe den Kurs vorher abgebrochen	44	14	69	40	47	46	42	41	30	36	62	37	41	51	
KA	1	1	1	2	0	2	0	2	4	0	1	1	2	2	

Tabelle 2.1: Wieviele Zigaretten haben Sie vor Kursbeginn, d.h. im September 1980, durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Hull- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Hull- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Keine Zigaretten	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	
1 - 5 Zigaretten	2	1	2	2	2	4	0	0	3	1	2	1	2	2	
6 - 10 Zigaretten	6	6	5	5	8	12	0	0	9	4	5	5	13	3	
11 - 15 Zigaretten	13	14	12	17	9	25	3	0	16	11	13	16	7	13	
16 - 20 Zigaretten	32	28	35	31	32	46	29	5	25	43	26	23	39	35	
21 - 25 Zigaretten	13	14	12	12	17	5	30	7	15	11	14	13	15	13	
26 - 30 Zigaretten	16	15	18	15	20	6	33	16	13	15	22	19	11	16	
31 - 40 Zigaretten	12	13	11	12	9	0	4	51	10	13	14	11	7	15	
41 Zigaretten und mehr	5	6	4	5	4	1	0	21	8	3	5	9	2	3	
KA	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	4	0	

Tabelle 2.2: Und wieviele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nachdem Sie den Kurs abgebrochen haben durchschnittlich pro Tag geraucht?

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	S-%	Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Keine Zigaretten	29	37	22	38	19	35	19	31	79	16	4	49	30	14	
1 - 5 Zigaretten	19	22	16	21	17	23	16	13	9	33	12	12	30	19	
6 - 10 Zigaretten	17	18	16	15	22	16	24	11	1	28	20	12	20	21	
11 - 15 Zigaretten	10	6	14	6	15	13	13	0	3	10	17	6	7	15	
16 - 20 Zigaretten	12	7	16	9	12	8	17	15	3	6	26	8	7	17	
21 - 25 Zigaretten	1	2	1	1	3	1	2	2	0	1	3	2	0	2	
26 - 30 Zigaretten	7	2	12	7	7	3	8	15	5	2	14	4	4	10	
31 - 40 Zigaretten	2	2	2	1	4	0	0	10	0	2	4	2	0	3	
41 Zigaretten und mehr	0	0	1	0	1	0	0	2	0	0	1	1	0	0	
KA	2	2	1	3	0	2	1	2	1	3	0	3	2	1	

Tabelle 2.3: Und wie steht es heute? Wieviele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Keine Zigaretten	34	43	26	40	27	33	33	39	56	30	21	100	0	0	
1 - 5 Zigaretten	10	11	10	15	6	18	4	3	14	13	5	0	48	3	
6 - 10 Zigaretten	12	9	14	11	13	17	10	2	10	17	7	0	37	10	
11 - 15 Zigaretten	7	8	5	7	8	7	10	0	4	11	5	0	7	11	
16 - 20 Zigaretten	17	13	22	13	21	18	20	10	9	17	25	0	7	34	
21 - 25 Zigaretten	5	4	5	3	6	2	8	5	0	3	10	0	0	10	
26 - 30 Zigaretten	7	4	10	5	10	4	9	11	3	6	12	0	0	15	
31 - 40 Zigaretten	7	6	8	4	10	0	4	26	3	4	14	0	0	15	
41 Zigaretten und mehr	0	1	0	0	0	0	0	2	0	0	1	0	0	1	
KA	1	1	1	1	0	1	1	2	3	0	1	0	0	0	

Tabelle 2.4: Reduktionsniveau 3 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONSD- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	S-%	ja nein		bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.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-%
					S-%	S-%									
BASIS (UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Nullkonsum (= voller Erfolg)	34	43	26	40	27	33	33	39	56	30	21	100	0	0	
1 - 30 % (= starke Reduktion)	8	8	7	10	5	11	4	5	9	11	3	0	41	0	
31 - 50 % (= Reduktion)	11	13	10	10	12	11	15	7	9	20	4	0	59	0	
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	11	10	12	13	7	10	12	11	13	11	11	0	0	24	
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	12	9	15	8	19	6	15	21	0	13	21	0	0	26	
91 % und mehr (= vollstaendiger Misserfolg)	23	15	29	16	30	28	20	15	11	16	40	0	0	50	
KA	1	1	1	1	0	1	1	2	3	0	1	0	0	0	

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SÖZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- Ab- halter brecher			Ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	99	54	131	
Pfeife:															
Ja	5	5	4	6	4	4	8	3	4	6	5	1	6	8	
Nein	76	71	80	77	74	79	71	75	79	72	78	82	74	72	
KA	20	24	16	17	22	18	21	21	18	22	17	17	20	21	
Zigarren/Zigarillos:															
Ja	6	6	7	4	11	8	6	3	3	7	9	1	4	11	
Nein	74	69	79	76	71	74	75	75	80	72	74	82	72	70	
KA	19	25	14	19	18	18	19	21	18	21	17	17	24	18	

Tabella 4: Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, dass die persoelichen "Erfolgskurven" seit 1980 sehr unterschiedlich aussehen. Wie wuerden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben?

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	S-%	Durch- halter	Ab- brecher	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	136	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Rueckfall beibehalten	19	25	14	25	12	20	15	25	50	10	4	54	2	0	
Zum Kursende hatte ich meinen Zigarettenkonsum reduziert, ohne allerdings den Nullkonsum zu erreichen. Diesen reduzierten Konsum habe ich im wesentlichen bis heute beibehalten koennen	9	11	8	11	9	11	9	7	10	14	5	1	28	8	
Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spuerbar und dauerhaft reduzieren koennen	13	3	21	9	17	13	13	10	3	4	30	5	2	23	
Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern koennen	9	12	5	9	9	8	12	5	4	19	2	16	15	1	
Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum im wesentlichen wieder verstaerkt	18	23	14	17	20	16	15	20	13	22	19	4	13	31	
In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein staendiges "Auf und Ab" zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion	30	23	36	27	32	31	36	20	19	29	40	18	35	36	
KA	2	2	1	2	1	1	0	7	3	2	1	1	6	1	

Tabelle 5: 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM "SOZIALEN UMFELD"		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter			Ab- brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103			136	89	61	80	103	101	98	54	131
am Kursende																
0 Zigaretten	28	36	22	37	18			34	17	33	79	15	3	49	28	12
1 - 10 Zigaretten	34	40	29	33	37			39	37	18	8	59	30	23	46	37
11 - 15 Zigaretten	13	8	16	8	19			13	16	8	4	11	22	9	9	18
16 - 20 Zigaretten	13	7	17	10	15			10	17	15	3	8	26	7	7	20
21 Zigaretten und mehr	10	7	13	9	11			2	11	25	4	5	20	10	4	12
KA	2	3	2	3	0			3	2	2	4	3	0	2	6	2
Weihnachten 1980																
0 Zigaretten	28	37	20	36	18			32	16	34	74	17	3	52	24	10
1 - 10 Zigaretten	24	29	20	29	22			31	21	13	13	43	15	18	43	21
11 - 15 Zigaretten	15	13	16	9	20			16	18	7	5	17	21	5	17	21
16 - 20 Zigaretten	15	9	20	10	20			13	20	13	4	10	29	8	6	24
21 Zigaretten und mehr	16	8	23	13	17			5	22	33	4	12	32	13	9	22
KA	2	4	1	3	1			3	2	0	1	3	1	3	2	2

Tabelle 5: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%	S-%
BASIS(URGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Fruehjahr 1981															
0 Zigaretten	30	40	23	41	19	34	19	39	71	21	8	56	24	13	
1 - 10 Zigaretten	16	20	13	20	13	24	13	3	11	23	13	12	31	12	
11 - 15 Zigaretten	17	15	18	14	22	23	16	5	4	25	19	6	20	24	
16 - 20 Zigaretten	17	13	21	10	23	14	26	13	8	17	26	11	13	24	
21 Zigaretten und mehr	18	11	23	13	22	4	24	39	5	14	33	12	11	25	
KA	1	1	1	2	0	1	2	0	1	0	2	2	0	2	
Sommer 1981															
0 Zigaretten	30	41	20	40	19	34	21	33	70	22	6	60	22	10	
1 - 10 Zigaretten	13	16	12	17	11	20	9	5	11	17	11	6	30	11	
11 - 15 Zigaretten	17	15	18	10	26	19	24	2	5	22	20	6	22	22	
16 - 20 Zigaretten	17	13	22	13	19	15	22	15	8	20	23	11	19	22	
21 Zigaretten und mehr	21	13	27	17	24	10	21	46	5	16	40	14	7	32	
KA	2	2	1	3	0	2	2	0	1	2	1	2	0	2	

Tabelle 5: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null- konsum	1-50%	51%	Null- konsum	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Herbst 1981															
0 Zigaretten	27	37	19	35	19	30	21	30	59	22	8	62	13	7	
1 - 10 Zigaretten	15	21	10	20	11	25	7	3	18	19	8	7	41	10	
11 - 15 Zigaretten	16	13	19	14	18	19	18	5	8	20	18	6	13	23	
16 - 20 Zigaretten	21	16	24	14	27	18	27	16	10	20	29	8	26	28	
21 Zigaretten und mehr	20	12	26	15	23	6	22	46	5	16	36	14	7	29	
KA	2	1	3	2	1	1	4	0	1	2	2	2	0	3	
Weihnachten 1981															
0 Zigaretten	27	35	18	33	19	28	24	28	54	22	10	63	11	5	
1 - 10 Zigaretten	14	17	12	20	9	24	7	3	19	17	8	9	35	9	
11 - 15 Zigaretten	16	15	17	14	19	20	18	3	13	22	12	5	24	19	
16 - 20 Zigaretten	19	14	23	15	20	21	20	13	6	18	30	5	15	31	
21 Zigaretten und mehr	22	16	29	14	32	5	29	51	6	18	40	14	13	33	
KA	2	3	1	3	0	3	2	2	3	2	1	3	2	2	

Tabelle 5: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VEPSCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Fruehjahr 1982															
0 Zigaretten	30	37	24	38	21	31	26	34	61	23	13	72	11	6	
1 - 10 Zigaretten	14	15	14	17	13	23	7	5	13	19	10	8	39	8	
11 - 15 Zigaretten	16	15	18	17	17	18	21	5	11	19	17	5	20	23	
16 - 20 Zigaretten	18	16	20	13	24	21	19	11	8	19	25	5	17	27	
21 Zigaretten und mehr	20	14	24	12	25	6	24	44	5	17	35	6	11	34	
KA	2	4	1	3	0	2	3	0	3	2	1	3	2	2	
Sommer 1982															
0 Zigaretten	30	37	24	37	22	29	29	36	54	26	16	79	11	2	
1 - 10 Zigaretten	17	20	14	22	13	28	8	5	19	20	12	5	48	13	
11 - 15 Zigaretten	14	14	14	14	15	16	19	2	10	17	14	4	22	18	
16 - 20 Zigaretten	17	13	22	12	24	17	21	11	9	21	20	2	11	30	
21 Zigaretten und mehr	20	15	24	14	25	10	19	46	6	14	38	8	7	35	
KA	1	1	1	1	1	1	3	0	1	1	1	2	0	2	

Tabelle 5: 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- halter		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
Herbst 1982																
0 Zigaretten	31	37	24	37	22	29	30	34	54	27	16	82	11	2		
1 - 10 Zigaretten	16	19	15	19	15	27	9	3	21	20	9	7	52	8		
11 - 15 Zigaretten	10	8	12	8	13	13	11	2	1	15	12	1	13	15		
16 - 20 Zigaretten	20	18	22	21	20	19	25	13	13	22	23	2	13	34		
21 Zigaretten und mehr	22	16	27	13	30	10	21	48	10	14	40	6	9	39		
KA	2	3	1	3	0	1	3	0	1	2	1	2	2	2		
Weihnachten 1982																
0 Zigaretten	31	38	24	37	24	31	29	36	55	29	15	83	13	2		
1 - 10 Zigaretten	15	16	15	19	11	25	9	2	19	18	9	4	52	8		
11 - 15 Zigaretten	9	10	8	8	11	13	10	0	4	15	8	2	15	12		
16 - 20 Zigaretten	19	16	22	19	19	18	25	11	10	20	25	2	13	33		
21 Zigaretten und mehr	24	17	30	15	35	12	25	51	11	17	43	7	7	44		
KA	1	2	1	2	0	1	2	0	1	1	1	2	0	2		

Tabelle 5: 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHIVEAU HEUTE						
	Durch- Ab- halter brecher			REDUKTIONSHIVEAU IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	S-%	S-%	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Fruehjahr 1983														
0 Zigaretten	34	41	27	39	29	34	30	39	55	30	22	97	4	0
1 - 10 Zigaretten	20	21	20	26	15	31	13	7	24	25	12	0	76	11
11 - 15 Zigaretten	8	8	8	8	9	10	11	0	5	13	6	0	9	14
16 - 20 Zigaretten	17	13	21	14	20	18	19	11	9	17	24	1	9	32
21 Zigaretten und mehr	20	14	24	13	26	7	24	41	6	15	36	0	2	42
KA	1	2	0	1	1	0	2	2	1	0	1	2	0	1

Tabelle 6: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Ra- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Ra- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
nach dem Essen														
sehr stark	30	24	36	22	40	24	36	38	11	34	43	1	24	56
stark	20	21	19	19	19	17	24	20	10	22	25	10	26	24
weniger stark	19	19	19	22	17	24	15	15	25	16	17	16	37	14
ueberhaupt nicht	26	32	20	31	19	30	20	25	45	26	11	64	11	3
KA	5	4	6	6	4	6	6	3	9	2	5	8	2	4
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet														
sehr stark	10	8	12	9	14	13	9	7	13	6	13	1	9	18
stark	24	24	25	22	24	26	19	30	19	20	34	4	28	37
weniger stark	26	24	29	27	26	25	31	21	13	34	30	15	31	33
ueberhaupt nicht	32	38	26	35	30	31	30	38	48	33	19	71	24	7
KA	7	6	8	8	6	6	10	5	9	7	5	8	7	5
zur Entspannung														
sehr stark	15	12	17	11	17	12	19	15	10	11	23	3	7	27
stark	30	25	34	26	38	30	31	26	24	30	35	10	37	41
weniger stark	27	29	25	27	25	27	22	31	24	30	26	23	37	24
ueberhaupt nicht	23	28	16	28	17	24	20	25	33	25	12	54	13	4
KA	6	5	7	8	3	7	7	3	10	4	5	9	6	4

Tabelle 6: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHI- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIWEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIWEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
wenn sich jemand eine Zigarette anzueudet														
sehr stark	8	8	7	6	10	7	7	11	5	6	12	2	4	13
stark	15	12	18	10	23	14	17	16	6	13	26	2	19	24
weniger stark	41	40	41	40	41	46	37	33	39	40	43	24	48	50
ueberhaupt nicht	29	35	24	35	21	26	29	36	41	34	16	63	22	8
KA	7	5	9	8	5	7	10	3	9	8	4	8	7	5
während der Arbeitszeit														
sehr stark	12	7	16	9	13	9	12	16	6	7	21	0	4	23
stark	17	17	18	19	18	16	20	15	8	17	25	2	19	28
weniger stark	26	30	22	20	32	24	25	34	20	30	28	14	33	33
ueberhaupt nicht	38	40	36	46	31	46	33	31	56	40	23	76	39	11
KA	7	6	7	7	6	6	10	3	10	6	4	8	6	5
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.														
sehr stark	37	28	45	28	50	36	39	36	19	33	55	9	43	56
stark	26	28	25	28	22	27	25	25	23	31	24	12	30	34
weniger stark	20	24	15	22	16	18	20	21	23	25	12	37	19	8
ueberhaupt nicht	14	18	10	17	10	15	11	15	30	9	6	36	6	1
KA	4	2	5	4	2	4	4	3	6	2	3	6	4	2

Tabelle 6: 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	Ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.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)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
am Morgen														
sehr stark	15	10	20	12	19	11	15	26	6	13	26	2	7	29
stark	16	13	18	14	17	13	16	25	5	17	24	1	19	27
weniger stark	15	16	15	12	20	15	13	18	11	15	20	8	15	21
ueberhaupt nicht	46	53	39	54	37	54	46	28	69	49	26	80	52	18
KA	7	7	7	8	6	7	10	3	9	7	5	9	7	5
noch direkt vor dem Zubettgehen														
sehr stark	7	3	12	7	8	6	9	8	5	6	11	1	4	14
stark	15	12	16	12	16	7	21	21	4	17	22	0	15	26
weniger stark	20	19	21	16	25	22	16	20	10	21	26	4	30	27
ueberhaupt nicht	52	60	45	58	48	59	46	48	73	50	39	87	44	30
KA	6	6	6	7	4	6	8	3	9	6	3	8	7	3
beim Fernsehen														
sehr stark	6	5	7	4	11	4	8	8	5	5	9	0	4	12
stark	22	19	25	21	22	19	26	21	8	23	32	4	19	37
weniger stark	26	20	31	21	31	24	26	30	18	24	34	9	28	37
ueberhaupt nicht	40	49	30	47	30	47	30	36	60	43	20	77	44	9
KA	7	7	7	7	6	6	10	5	10	5	6	10	6	5

Tabelle 6: 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u. mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u. mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u. mehr Miss- erfolg		
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgereggt oder geaergert habe																
sehr stark	36	31	41	30	41	30	38	46	19	40	47	8	35	58		
stark	26	22	29	23	30	31	25	15	28	20	29	19	31	27		
weniger stark	16	19	12	17	15	15	17	16	19	18	11	26	13	10		
ueberhaupt nicht	19	24	14	25	11	20	15	21	29	19	10	42	19	2		
KA	4	4	5	4	4	4	6	2	6	2	4	5	2	4		
wenn ich mich konzentrieren muss																
sehr stark	21	16	26	15	26	15	22	31	14	19	28	1	17	37		
stark	21	18	24	19	24	18	31	15	13	18	32	9	24	29		
weniger stark	22	24	20	24	21	29	12	21	15	24	25	21	20	24		
ueberhaupt nicht	30	37	24	37	23	33	27	30	50	33	13	61	31	7		
KA	6	5	6	6	5	6	7	3	9	5	3	7	7	3		

Tabelle 6.1: Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
nach dem Essen	50	45	55	41	59	40	60	57	21	56	67	11	50	79		
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	35	32	37	31	38	38	28	36	31	26	47	5	37	55		
zur Entspannung	44	37	51	37	55	42	51	41	34	41	57	13	44	68		
wenn sich jemand eine Zigarette anzueudet	23	20	26	17	33	21	24	28	11	18	38	4	22	37		
waehrend der Arbeitszeit	29	24	34	28	31	25	33	31	14	24	46	2	22	51		
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	63	56	70	56	73	63	64	61	41	64	79	21	72	90		
am Morgen	31	24	38	26	37	24	30	51	11	30	50	3	26	56		
noch direkt vor dem Zubettgehen	22	15	28	19	23	13	30	30	9	22	33	1	19	40		
beim Fernsehen	28	24	33	24	33	24	34	30	13	28	41	4	22	49		
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgereggt oder gesaengert habe	62	53	69	53	71	61	63	61	46	60	75	28	67	85		
wenn ich mich konzentrieren muss	42	34	50	34	50	32	54	46	26	38	59	10	41	66		

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser														
sehr stark	13	17	9	13	14	11	16	13	19	16	6	29	11	2
stark	20	22	17	26	11	26	10	18	35	17	9	42	19	4
weniger stark	29	29	29	29	27	32	31	20	30	31	27	19	44	31
ueberhaupt nicht	35	27	42	28	45	25	39	49	14	33	53	9	22	59
KA	3	4	3	4	4	5	3	0	3	3	5	1	4	5
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher														
sehr stark	9	10	7	10	8	7	12	8	13	10	5	23	2	1
stark	18	21	15	24	11	21	10	21	29	17	10	39	17	3
weniger stark	28	30	27	27	26	29	33	18	29	31	24	26	48	20
ueberhaupt nicht	42	34	48	35	50	38	39	52	28	38	56	10	30	70
KA	4	5	3	4	5	5	6	0	3	4	5	2	4	6
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar														
sehr stark	8	9	8	10	6	10	6	8	13	8	5	19	7	0
stark	12	13	10	14	10	13	11	11	16	12	9	21	11	5
weniger stark	31	37	25	35	24	35	26	28	38	34	22	45	44	15
ueberhaupt nicht	45	36	53	37	55	37	53	51	30	43	59	12	33	74
KA	4	5	3	4	5	5	4	2	4	4	5	2	4	6

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Mis- serfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Mis- serfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	90	54	131
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen														
sehr stark	21	26	15	22	20	20	22	20	36	18	11	50	13	2
stark	16	16	16	22	5	21	11	10	28	16	6	24	20	7
weniger stark	17	19	15	14	21	18	19	11	13	24	13	17	33	10
ueberhaupt nicht	41	33	49	35	48	35	42	56	20	37	63	6	30	73
KA	5	5	5	6	6	6	6	3	4	5	7	2	4	9
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher														
sehr stark	13	16	10	17	10	11	15	15	19	14	8	33	6	2
stark	21	25	18	24	17	25	17	20	38	21	7	39	31	4
weniger stark	30	32	28	29	29	35	28	23	29	34	28	21	39	33
ueberhaupt nicht	32	23	40	26	40	24	36	43	13	27	52	6	20	56
KA	4	4	3	4	5	5	4	0	3	4	5	1	4	6
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Entschluss, das Rauchen einzuschraenken, bestaetigt														
sehr stark	22	21	22	23	18	24	27	11	24	23	20	32	20	15
stark	31	30	33	38	25	31	29	33	31	33	28	31	35	28
weniger stark	27	30	23	26	24	29	16	38	33	24	24	27	31	25
ueberhaupt nicht	17	16	18	10	27	13	24	18	10	17	24	10	11	25
KA	3	4	3	3	5	4	4	0	3	3	5	1	2	6

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHIVEAU HEUTE			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	S-%	REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE					
					ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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			
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131				
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben																		
sehr stark	16	21	12	19	15	17	18	13	29	16	8	43	6	1				
stark	22	23	20	22	21	25	20	16	31	20	14	33	33	8				
weniger stark	24	25	23	28	17	26	19	26	20	30	21	20	35	22				
ueberhaupt nicht	34	26	41	28	41	27	37	44	18	30	51	3	22	62				
KA	4	4	4	4	6	5	6	0	3	4	6	1	4	7				
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden																		
sehr stark	10	9	12	13	5	10	8	15	11	11	10	13	19	5				
stark	30	37	24	34	28	30	31	28	36	36	19	29	33	29				
weniger stark	32	30	33	33	27	32	28	36	39	29	30	42	30	26				
ueberhaupt nicht	23	20	26	16	34	22	27	21	10	21	36	15	17	33				
KA	4	4	5	4	6	5	6	0	4	3	6	1	2	8				
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt																		
sehr stark	3	3	3	4	1	3	3	2	3	3	3	4	4	2				
stark	6	5	7	6	6	10	2	5	10	5	4	5	13	4				
weniger stark	37	39	36	45	28	44	29	34	40	45	29	50	43	27				
ueberhaupt nicht	49	48	50	39	60	37	61	59	43	44	59	39	37	61				
KA	5	5	4	5	5	7	4	0	5	4	5	2	4	7				

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch-	Ab-	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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		
		halter	brecher												S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
Ich fuehle mich wieder ausgeglichener und zufriedener																
sehr stark	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	5	7	0	2		
stark	15	19	11	17	13	18	13	11	21	18	6	31	13	5		
weniger stark	38	43	35	46	28	43	34	36	55	39	26	43	57	27		
ueberhaupt nicht	39	31	47	29	52	31	45	49	19	36	58	18	26	60		
KA	4	4	3	4	5	5	4	0	3	4	5	1	4	6		
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	17	16	19	16	17	15	19	20	14	15	24	4	19	26		
stark	22	22	22	21	22	23	19	23	21	24	20	19	22	23		
weniger stark	37	38	36	40	33	43	34	30	43	37	33	56	39	23		
ueberhaupt nicht	21	20	21	19	25	15	25	28	20	21	20	19	17	24		
KA	3	4	2	4	3	4	3	0	3	3	4	1	4	5		

Tabelle 7.1: Persönlich erlebte Veränderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHIVEAU HEUTE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE					
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	Hüll- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Hüll- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%			
						bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.mehr Ziga- retten S-%						
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	33	40	26	39	24	38	26	31	54	33	15	70	30	5
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	27	31	22	34	18	28	22	30	41	27	15	62	19	4
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	20	22	18	24	16	23	17	20	29	19	14	41	19	5
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen	36	43	31	45	25	41	34	30	64	34	17	74	33	9
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	34	40	29	41	26	36	31	34	56	35	15	71	37	5
Ich wurde haeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt	53	51	55	61	44	54	56	44	55	56	48	62	56	44
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben	38	44	32	40	36	42	38	30	60	36	22	76	39	9
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	41	46	36	47	33	40	39	43	48	47	29	42	52	34
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	9	8	10	11	7	13	6	7	13	8	7	9	17	5
Ich fühle mich wieder ausgeglichenener und zufriedener	19	22	14	21	15	21	17	15	24	21	11	38	13	7

Tabelle 7.1: Persönlich erlebte Veränderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- bracher	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Ich fühle mich im alltäglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet	39	37	41	37	39	38	38	43	35	39	44	23	41	49

Tabelle 8: Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Ja, ich habe abgenommen	8	9	8	9	6	9	8	8	6	10	9	6	13	8
Nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	49	43	54	44	56	52	45	46	34	50	60	22	48	68
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	12	13	10	14	9	10	18	8	18	12	7	17	7	10
Ja, ich habe etwas zugenommen	21	22	20	22	19	21	19	25	31	18	15	38	24	8
Ja, ich habe stark zugenommen	9	13	7	10	9	7	10	13	10	11	8	16	7	5
KA	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	2

Tabelle 8.1: WEHN ZUGENOMMEN: Was haben Sie getan, um Ihr Gewicht wieder zu reduzieren?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONSH- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20	21-30	31	Hull-	1-50%	51%	Hull-	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg
BASIS(UNGEWICHTET)	121	64	54	72	38	51	42	28	47	42	30	70	21	29	
weniger essen	17	23	9	13	26	14	17	21	17	19	13	23	5	16	
Diaet	19	20	15	18	18	24	17	14	19	19	17	23	19	10	
bewusster/gezielter essen	11	9	11	10	9	8	12	14	9	14	10	11	14	7	
weniger Alkohol trinken	1	0	2	0	3	0	0	4	0	0	3	1	0	0	
Sport treiben	17	19	15	21	13	22	14	11	19	17	13	11	24	24	
geraucht	9	8	11	7	13	4	10	18	2	12	17	0	5	34	
Gewichtskontrolle	1	2	0	1	0	0	2	0	0	2	0	1	0	0	
Sonstiges	2	0	4	3	0	0	5	0	2	0	3	3	0	0	
KA	25	19	33	28	18	29	24	18	32	17	23	26	33	14	

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Konsum alkoholischer Getraenke														
habe ich neu begonnen	1	1	1	1	0	1	0	2	3	0	0	1	0	1
hat sich verstaerkt	7	6	8	8	6	7	11	3	9	4	10	7	6	8
ist wie vor dem Kurs	58	54	62	60	61	58	60	57	53	61	59	58	54	60
hat sich vermindert	19	21	18	17	19	18	18	21	19	20	18	23	22	15
gab es bei mir nie	14	18	10	13	12	15	10	16	16	14	12	10	19	15
KA	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	0	2
Konsum nicht-alkoholischer Getraenke														
habe ich neu begonnen	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1
hat sich verstaerkt	21	22	21	21	20	26	17	18	24	23	18	24	31	15
ist wie vor dem Kurs	72	71	72	72	72	68	79	70	66	70	77	67	61	79
hat sich vermindert	3	4	3	4	2	3	2	5	8	2	1	6	4	1
gab es bei mir nie	1	2	1	1	2	1	1	3	0	3	1	0	2	2
KA	2	1	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			Ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg		
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln																
habe ich neu begonnen	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1		
hat sich verstaerkt	1	1	2	1	2	2	1	0	0	0	4	1	0	2		
ist wie vor dem Kurs	41	37	45	40	44	42	45	34	35	42	46	40	33	45		
hat sich vermindert	7	5	9	10	2	6	4	15	10	5	8	9	7	5		
gab es bei mir nie	48	55	41	47	48	48	45	51	53	50	41	49	57	44		
KA	2	1	3	1	5	2	3	0	3	3	1	1	2	3		

Tabelle 9: Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHIVEAU HEUTE						
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHIVEAU HEUTE								
		S-%	S-%	S-%	Ja	nein	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg		
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Anzahl und Menge der eingenenommenen Mahlzeiten														
hat sich verstaerkt	17	16	18	16	18	15	16	23	20	17	14	29	17	8
ist wie vor dem Kurs	73	72	76	74	72	74	75	69	66	75	78	63	72	81
hat sich vermindert	7	9	5	7	7	9	7	5	11	5	7	6	7	8
KA	2	4	1	3	3	2	2	3	3	4	1	2	4	2
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet														
hat sich verstaerkt	11	12	10	10	13	9	15	10	8	12	13	10	9	11
ist wie vor dem Kurs	68	63	73	65	73	70	64	70	64	66	73	62	67	73
hat sich vermindert	19	22	14	21	13	19	18	18	26	19	12	26	22	12
KA	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3

Tabelle 9.1: Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte; neu begonnen/verstärkt)

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVERO VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVERO BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVERO HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg
BASISKUNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131			
Konsum alkoholischer Getraenke	8	7	9	9	6	7	11	5	11	4	10	8	6	9			
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	2	1	3	2	2	2	2	0	0	0	5	1	0	3			
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	17	16	18	16	18	15	16	23	20	17	14	29	17	8			
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	11	12	10	10	13	9	15	10	8	12	13	10	9	11			

Tabelle 9.2: Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: hat sich vermindert)

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Halt- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Halt- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131	
Konsum alkoholischer Getraenke	19	21	18	17	19	18	18	21	19	20	18	23	22	15	
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	7	5	9	10	2	6	4	15	10	5	8	9	7	5	
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	7	9	5	7	7	9	7	5	11	5	7	6	7	8	
Reizbarkeit und allgemeine Nervositäet	19	22	14	21	13	19	18	18	26	19	12	26	22	12	

Tabelle 10: In dem Kurs, an dem Sie vor 2 1/2 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.äe.) teilgenommen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	19	16	20	17	19	16	19	23	16	24	15	18	19	19
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	6	4	7	6	7	7	4	7	6	8	4	4	11	5
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	4	6	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	7	2
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	71	72	71	71	72	72	72	69	74	64	76	74	61	73

Tabelle 10.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVEAU VERSUCHE IM SÖZIALEN UMFELD			ZIGARETTENKONSUM VORIER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch-	Ab-	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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			
		halter	brecher												S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	79	35	42	41	30	34	25	20	20	36	23	24	20	34			
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	5	6	5	7	3	9	0	5	5	8	0	8	5	3			
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	5	9	2	5	3	9	4	0	5	0	13	4	10	0			
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	4	6	2	5	3	0	8	5	10	3	0	8	0	3			
Kurse zum Ernaehrungs- verhalten	6	6	7	10	3	6	12	0	20	0	4	13	0	6			
Selbsthilfegruppen	1	0	2	0	0	0	4	0	0	0	4	0	5	0			
Selbsterfahrungsgruppen	3	0	5	2	3	0	4	5	0	0	9	0	0	6			
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	10	9	12	12	10	15	4	10	20	6	9	8	15	9			
Arbeitsplatz	4	3	5	5	3	6	4	0	0	6	4	0	10	3			
Alkoholkonsum	19	26	12	12	23	12	24	25	10	22	22	4	20	29			
Medikamentenkonsum	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Ernaehrungsverhalten	41	46	38	46	37	53	20	45	45	44	30	54	45	29			
Reizbarkeit / Nervositaet	3	0	2	2	0	3	4	0	0	3	4	0	5	3			
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Sonstiges	11	11	10	12	7	12	12	10	5	14	13	8	15	12			
KA	22	11	31	17	30	15	24	30	15	22	26	13	15	32			

Tabelle 11: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- halter Ab- brecher		ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u. 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-%		
		S-%	S-%												S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	266	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
1980:																
Kein Raucher	27	29	24	31	20	23	29	31	25	31	24	24	30	27		
1 Raucher	34	33	35	31	39	35	35	28	46	29	28	42	33	27		
2 Raucher	18	19	17	15	21	23	16	11	15	19	19	16	24	18		
3 Raucher	11	10	12	13	8	11	7	16	6	9	17	8	4	16		
4 und mehr Raucher	9	7	10	8	9	5	12	11	4	11	11	8	7	10		
KA	2	2	2	2	3	3	1	2	4	1	2	1	2	3		
1983:																
Kein Raucher	38	40	35	41	32	32	44	41	41	42	30	54	35	25		
1 Raucher	27	27	28	26	31	32	25	20	36	25	22	24	33	27		
2 Raucher	19	20	17	17	21	21	16	20	15	17	25	15	22	21		
3 Raucher	8	5	11	10	6	9	7	8	3	8	13	2	6	14		
4 und mehr Raucher	6	5	6	4	7	2	9	8	1	7	8	3	0	10		
KA	3	2	3	3	3	4	0	3	4	2	3	1	4	4		

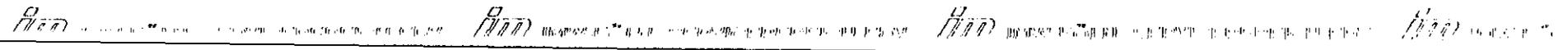


Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
				Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
1980:																
ausschliesslich Raucher	3	1	3	1	4	2	4	2	1	4	2	2	6	2		
ganz ueberwiegend Raucher	35	35	33	32	35	34	36	34	28	42	34	35	39	34		
Raucher etwas in der Ueberzahl	22	16	29	25	19	23	21	21	29	17	22	19	28	22		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	22	23	22	24	22	23	21	23	23	19	25	24	15	24		
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	9	16	3	8	13	8	8	13	9	8	11	9	7	9		
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	7	7	10	2	9	6	3	9	5	7	8	6	5		
ausschliesslich Nichtraucher	1	0	1	0	2	0	1	2	1	1	0	1	0	1		
KA	2	2	1	1	3	1	2	2	1	4	0	1	0	3		

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter			Ab- brecher		Ja nein		bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
1983:																
ausschliesslich Raucher	1	1	1	0	1	1	0	2	1	0	1	0	2	1		
ganz ueberwiegend Raucher	18	16	19	15	20	17	20	16	11	21	20	14	13	23		
Raucher etwas in der Ueberzahl	13	13	13	13	12	13	10	16	11	13	15	10	11	16		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	21	16	25	22	19	25	15	20	21	20	21	18	17	24		
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	29	32	25	29	32	26	36	23	31	29	27	32	33	24		
ganz ueberwiegend Nichtraucher	17	19	15	20	13	16	18	20	21	14	17	23	24	10		
ausschliesslich Nichtraucher	1	0	1	0	2	0	1	2	1	1	0	1	0	1		
KA	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	0	1	0	2		

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	69	61	80	103	101	98	54	131		
1980:																
ausschliesslich Raucher	6	6	5	5	8	6	9	0	1	6	9	4	4	8		
ganz ueberwiegend Raucher	24	27	22	24	23	18	28	33	25	34	15	31	26	20		
Raucher etwas in der Ueberzahl	21	22	20	20	21	24	18	20	24	18	22	16	33	20		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	20	16	24	17	25	21	22	16	21	16	25	15	17	24		
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	14	13	14	19	9	15	10	15	13	12	17	16	6	15		
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	7	7	8	6	7	4	10	9	6	7	10	6	5		
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	0	1	1	1	1	0	0	2	0	1	2	0		
KA	7	7	7	6	7	8	7	7	8	7	6	6	7	8		

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-Z	Durch-	Ab-	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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		
		halter	brecher												S-Z	S-Z
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
1983:																
ausschliesslich Raucher	2	4	1	1	5	3	3	0	1	3	3	2	0	4		
ganz ueberwiegend Raucher	15	14	16	12	17	10	20	20	14	15	17	14	9	18		
Raucher etwas in der Ueberzahl	14	14	14	17	11	17	10	13	14	15	14	13	13	15		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	19	19	20	19	19	23	17	13	20	17	20	17	20	18		
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	21	19	24	24	19	22	20	21	23	21	21	19	30	20		
ganz ueberwiegend Nichtraucher	17	19	14	19	17	16	16	23	21	17	16	23	19	13		
ausschliesslich Nichtraucher	3	3	3	2	5	1	6	2	0	4	4	4	2	2		
KH	8	8	7	7	7	8	8	8	8	9	6	6	7	9		

Tabelle 14: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die laengste Periode, waehrend der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHI- VEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHI- VEAU HEUTE			REDUKTIONSHI- VEAU HEUTE					
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	REDUKTIONSHI- VEAU BEI KURSENDE		REDUKTIONSHI- VEAU HEUTE			REDUKTIONSHI- VEAU HEUTE					
				ja S-%	nein 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)	190	78	109	95	75	92	60	38	36	73	80	2	54	131
nie Nullkonsum erreicht	53	51	53	40	69	46	58	61	17	58	65	0	35	61
bis 1 Monat	8	8	8	9	5	7	12	5	6	8	9	0	6	9
2 - 3 Monate	9	5	13	14	4	10	10	8	11	12	6	0	19	6
4 - 6 Monate	7	8	6	7	5	8	3	11	14	7	4	0	9	6
7 - 12 Monate	7	8	6	9	4	11	2	5	22	4	1	0	13	5
mehr als 12 Monate	5	10	2	9	1	7	5	3	19	3	1	0	9	3
KA	11	10	12	11	11	13	10	8	11	8	14	100	9	10

Tabelle 15: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%
BASIS(UNGEWICHTET)	190	78	109	95	75	92	60	38	36	73	80	2	54	131		
Ja	51	42	56	56	41	49	57	45	50	42	58	0	59	48		
Nein	40	55	44	42	59	50	43	53	47	56	43	0	41	52		
KA	1	3	0	2	0	1	0	3	3	1	0	100	0	0		

Tabelle 15.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIVEAU VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	
BASIS(UNGEWICHTET)	96	33	61	53	31	45	34	17	18	31	46	0	32	63		
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	9	9	10	4	19	7	12	12	11	13	7	0	22	3		
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	23	33	18	23	29	20	18	41	17	32	20	0	16	27		
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	7	3	10	9	6	11	6	0	22	0	7	0	6	8		
Unterstuetzung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	1	0	2	2	0	2	0	0	0	0	2	0	0	2		
staerkerer Kontakt zu Nichtrauchern	1	0	2	2	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0		
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Radikal aufgehoeert	14	12	13	13	13	13	15	12	17	6	15	0	9	16		
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Akkupunktur	3	6	2	2	3	2	0	12	0	3	4	0	3	3		
Anderes Entwoehnungsmethoden	2	3	2	2	0	0	6	0	0	0	4	0	0	2		
Besondere persoenliche Methoden / 'Tricks'	11	9	11	13	3	13	15	0	0	16	13	0	13	11		
Sonstiges	25	24	26	28	23	27	24	24	33	19	26	0	25	29		
KA	3	0	5	2	3	4	3	0	0	6	2	0	3	3		

Tabelle 16: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u. 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)	190	78	109	95	75	92	60	38	36	73	80	2	54	131
Ich habe meinen Zigaretten- konsum etwas eingeschaenkt und bin mit meinem derzei- tigen Konsum zufrieden	11	12	10	15	5	13	6	8	17	14	5	0	22	6
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemuehen, ihn weiter einzuschaenken	53	56	51	49	61	53	63	37	58	51	53	0	63	50
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffe, ihn einzuschaenken	35	29	39	34	33	33	28	53	22	34	43	0	15	44
KA	1	3	0	2	0	1	0	3	3	1	0	100	0	0

Tabelle 17: Wie gross ist Ihre Bereitschaft, jetzt noch einmal einen Kurs oder eine andere Methode zur Einschränkung des Rauchens auszuprobieren?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%
GASIS(UNGEWICHTET)	190	78	109	95	75	92	60	38	36	73	80	2	54	131		
Ich werde es auf jeden Fall noch mal versuchen	64	67	61	64	59	57	70	71	61	64	64	0	63	64		
Ich werde es nur dann versuchen, wenn mir die Methode auch wirklich erfolgsversprechend erscheint	24	19	28	22	28	25	25	21	17	22	30	0	19	27		
Ich werde es wahrscheinlich nicht noch einmal versuchen	9	5	10	6	12	13	5	0	14	7	6	0	9	8		
Ich werde es auf keinen Fall noch einmal versuchen	3	5	1	5	0	4	0	3	6	4	0	0	9	0		
KA	2	4	0	2	1	1	0	5	3	3	0	100	0	1		

Tabelle 18: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nikotinkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- bracher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Hu11- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Hu11- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	56	38	61	28	44	29	23	44	30	21	96	0	0	
...sehr leicht	22	21	24	28	14	23	28	13	30	10	24	22	0	0	
...leicht	52	52	50	46	57	43	52	70	50	67	33	52	0	0	
...eher schwer	19	21	16	20	18	25	14	13	16	17	29	19	0	0	
...sehr schwer	5	2	11	5	7	7	3	4	5	0	14	5	0	0	
KA	2	4	0	2	4	2	3	0	0	7	0	2	0	0	

Tabelle 19: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	96	56	38		61	28	44	29	23	44	30	21	96	0	0
Ja	29	27	34		26	43	30	31	26	23	23	52	29	0	0
Nein	61	66	53		64	54	66	55	61	68	70	38	61	0	0
EA	9	7	13		10	4	5	14	13	9	7	10	9	0	0

Tabelle 19.1: WEHH JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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)	28	15	13	16	12	13	9	6	10	7	11	28	0	0
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	4	7	0	6	0	8	0	0	10	0	0	4	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	7	7	8	0	17	0	11	17	10	14	0	7	0	0
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	11	20	0	13	8	15	0	17	20	14	0	11	0	0
Unterstuetzung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	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	0
Erneute Kursteilnahme	4	7	0	0	8	0	11	0	0	14	0	4	0	0
Radikal aufgehört	21	13	31	31	9	15	22	33	10	14	36	21	0	0
Anti-Raucher-Medikamente	4	7	0	0	8	0	11	0	0	14	0	4	0	0
Akkupunktur	4	0	8	6	0	0	11	0	0	0	9	4	0	0
Anderer Entwöhnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	18	27	8	13	25	15	11	33	30	0	18	18	0	0
Sonstiges	18	13	23	19	17	31	11	0	10	29	18	18	0	0
KA	11	0	23	13	8	15	11	0	10	0	18	11	0	0

Tabelle 20: Wie ueberzeugt sind Sie, dass Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALER UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-%
BASISUNGEWICHTET)	96	56	38	61	28	44	29	23	44	30	21	96	0	0		
Ich bin vollkommen sicher, dass ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	69	71	66	72	64	61	76	74	68	77	57	69	0	0		
Ich bin sicher, dass ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	27	25	29	23	32	30	24	26	27	20	38	27	0	0		
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	3	2	5	3	4	7	0	0	5	0	5	3	0	0		
KA	1	2	0	2	0	2	0	0	0	3	0	1	0	0		

Tabelle S.1: Alter des/der Befragten

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSM- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
bis 19 Jahre	3	4	3	4	2	7	1	0	4	4	3	3	2	5
20 - 29 Jahre	36	33	39	35	38	49	35	11	36	36	37	30	44	39
30 - 39 Jahre	36	34	30	36	38	28	40	48	40	38	32	37	39	34
40 - 49 Jahre	13	16	10	13	11	9	12	23	15	14	11	11	11	15
50 - 59 Jahre	6	7	5	5	7	4	8	7	0	5	12	6	2	7
60 - 69 Jahre	1	1	2	2	1	3	0	0	0	1	3	2	2	1
70 Jahre und älter	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	4	5	3	4	4	1	3	11	5	3	3	11	0	0

Tabelle S.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIV- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIV- BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIV- HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. 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)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131
maennlich	54	49	59	54	52	51	48	69	54	40	68	53	52	55
weiblich	46	51	41	46	48	49	52	31	46	60	32	47	48	45
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle S.3) Wuenschen Sie eine Information ueber die Ergebnisse dieser Befragung?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	S-Z	Durch- Ab- halter brecher		Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.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-Z	S-Z												S-Z	S-Z
BASIS(UNGEWICHTET)	286	134	147	156	103	136	89	61	80	103	101	98	54	131		
Ja	86	85	86	88	84	86	88	82	88	84	87	83	89	87		
Nein	10	10	10	8	13	13	9	8	9	12	10	7	9	13		
KA	4	4	3	4	3	1	3	10	4	4	3	10	2	0		

Befragungsunterlagen

1. ALLGEMEINE HINWEISE

Dieser Fragebogen wird an eine repräsentative Auswahl von Teilnehmern des NDR-Nichtraucher-Trainings „Runter vom Rauchen“ verschickt. Auch an solche Teilnehmer, die nicht bis zum Ende mitgemacht haben. Wenn der Kurs verbessert werden soll, brauchen wir die Antworten und Meinungen aller Personen: sowohl die der erfolgreichen Teilnehmer wie auch die Meinung der Personen, die aus bestimmten Gründen nicht am gesamten Kurs teilnahmen oder nicht den gewünschten Erfolg hatten.

- Deshalb unsere Bitten:
- ① Füllen Sie den Fragebogen bitte vollständig aus. Wir bitten um Verständnis, wenn sich einzelne Fragen aus der letzten Befragung nochmals wiederholen. Da die Auswertung anonym erfolgt, müssen diese Angaben nochmals erhoben werden.
 - ② Schicken Sie den Fragebogen möglichst schnell im beiliegenden frankierten Rückumschlag zurück. Die erste Auswertung soll möglichst noch im April 1983 abgeschlossen werden.
 - ③ 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												
1. Haben Sie an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ bis zu Ende teilgenommen oder haben Sie den Kurs vorher abgebrochen? Ich habe an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ bis zu Ende teilgenommen 1 Ich habe den Kurs vorher abgebrochen 2		1	4. Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, daß die persönlichen „Erfolgskurven“ seit 1980 sehr unterschiedlich aussehen. Wie würden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben? Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Rückfall beibehalten 1 Zum Kursende hatte ich meinen Zigarettenkonsum reduziert ohne allerdings den Nullkonsum zu erreichen. Diesen reduzierten Konsum habe ich im wesentlichen bis heute beibehalten können 2 Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spürbar und dauerhaft reduzieren können 3 Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern können 4 Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum im wesentlichen wieder verstärkt 5 In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein ständiges „Auf und Ab“ zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion 6		10												
2.1 Wieviele Zigaretten haben Sie vor Kursbeginn, d. h. im September 1980, durchschnittlich pro Tag geraucht? Ich habe täglich etwa <u> </u> Zigaretten geraucht		2-3															
2.2 Und wie viele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nachdem Sie den Kurs abgebrochen haben durchschnittlich pro Tag geraucht? Ich habe täglich etwa <u> </u> Zigaretten geraucht		4-5															
2.3 Und wie steht es heute? Wie viele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag? Jetzt rauche ich täglich etwa <u> </u> Zigaretten		6-7															
3. Bitte kreuzen Sie an, welche der folgenden Tabakwaren Sie zur Zeit (noch) rauchen.																	
<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">ja</td> <td style="text-align: center;">nein</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Pfeife</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">8</td> </tr> <tr> <td>Zigarren / Zigarillos</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">9</td> </tr> </table>		ja	nein		Pfeife	1	2	8	Zigarren / Zigarillos	1	2	9					
	ja	nein															
Pfeife	1	2	8														
Zigarren / Zigarillos	1	2	9														

WAS HAT SICH AUSSERDEM VERÄNDERT?

Wenn Sie jetzt nach 2 1/2 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

44

Wenn „zugenommen“

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

9. Wie haben sich seit Ihrer Kursteilnahme 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	45
Konsum nicht alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	46
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	1	2	3	4	5	47
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	X	2	3	4	X	48
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	X	2	3	4	X	49

10. In dem Kurs, an dem Sie vor 2 1/2 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 50
- ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg 1 51
- ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen 1 52
- nein, ich habe nichts von dem unternommen 1 53

10.1 Um welche Bereiche ging es da?

MEHR ODER WENIGER RAUCHER IN IHREM UMFELD?

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

11. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 für Ihre anderen Familienangehörigen (außer Ihnen selbst!) an.

	1980	1983
kein Raucher		
1 Raucher		
2 Raucher		
3 Raucher		
4 und mehr Raucher		

54
55

FREUNDES- UND BEKANNTENKREIS

12. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	1980	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		

56
57

ARBEITSPLATZ / ARBEITSKOLLEGEN

13. Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen können, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1983 für Ihre Arbeitskollegen an.

	1980	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		

58
59