

" R U N T E R V O M R A U C H E N "

Evaluierung des Trainingsprogramms
der BZgA
im Medium Hörfunk (NDR)

SCHLUSSBERICHTERSTATTUNG

050046



IMW KÖLN

" R U N T E R V O M R A U C H E N "

Evaluierung des Trainingsprogramms
der BZgA
im Medium Hörfunk (NDR)

SCHLUSSBERICHTERSTATTUNG

Inhalt

0.	Das Raucherentwöhnungsprogramm der BZgA und seine Übertragung auf das Medium Hörfunk I	I
I.	Erfahrungen mit der Evaluation von Raucherentwöhnungskursen	1
1.	Gegenstand des Berichts	1
2.	Zielsetzung des Programms "Runter vom Rauchen"	1
3.	Zielgrößen der Wirksamkeitskontrolle	1
II.	Beschreibung des Untersuchungsansatzes	4
1.	Erhebungstatbestände im Zeitablauf	8
2.	Befragungsmethodik	11
3.	Die Repräsentativität der Untersuchung	14
4.	Stichprobenziehung	17
5.	Datenverarbeitung und Analyse	20
5.1.	Ausfallproblematik	22
5.2.	Die erreichbare Population von Programmangeboten	25
6.	Weitere Kriterien der Erfolgsbeurteilung	26
6.1.	Soziales Klima und säkularer Trend im Rauchverhalten	26
III.	Ergebnisse	28
1.	Die absolute Erfolgsquote: Wie viele Personen schaffen den Nullkonsum?	28
1.1.	Situation zu Programmende	28
2.	Die Erfolgsquote nach 4 1/2 Jahren (im Zeitablauf)	30
3.	Multiplikatorische Wirkungen unterschiedlich erfolgreicher Gruppen zu einzelnen Erhebungszeitpunkten	33
4.	Generalisierungseffekte unterschiedlich erfolgreicher Gruppen	36

5.	Raucher-, Nichtraucherkarrieren	39
5.1.	Demographische Merkmale unterschiedlicher Erfolgsquoten	39
5.2.	Gesundheitsmerkmale unterschiedlich erfolgreicher Gruppen	40
5.3.	Zigarettenkonsum vor dem Kurs	41
5.4.	Situationen starker Versuchung	42
6.	Bewertung des Trainingsprogramms	45
	Anhang	46

O. Das Raucherentwöhnungsprogramm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und seine Übertragung auf das Medium Hörfunk

Das Nichtraucherprogramm

Seit 1978 bieten Volkshochschulen, Krankenkassen und andere Institutionen der Erwachsenenbildung die Kurse "Eine Chance für Raucher - Nichtraucher in 10 Wochen" an. Dieses Programm wurde im Auftrag der Bundeszentrale den Veranstaltern zur Verfügung gestellt und sie führt auch Kursleiterschulungen durch.

Im Kursprogramm werden die Methoden der Selbstkontrolle und Kontaktmanagement verwendet. Der Kurs wird in Gruppen von 10 bis 25 Teilnehmern im Laufe von zehn aufeinanderfolgenden Wochen durchgeführt. Die Sitzungen dauern ca. 1 1/2 Stunden. Ein Informationsabend wird in der Regel vorgeschaltet, u.a. um die Zahl der Abbrecher aufgrund falscher Erwartungen zu reduzieren.

Die Teilnehmer erhalten eine Arbeitsmappe mit Erläuterungen der jeweiligen Programmschritte, Fragebögen, Registrierblöcke, vorgedruckte Verträge usw. Sie enthält auch eine Information für den Kurshelfer, mit dem im Verlauf des Kurses die Verträge geschlossen werden.

Im Programm sind 37 Selbstkontrollregeln vorgegeben, die eine Stimulanskontrolle, eine Reaktionskontrolle oder eine Kontrolle der Konsequenzen bewirken.

In den Verträgen werden das für die Vertragsdauer (eine halbe bzw. später eine ganze Woche) gültige Ziel, d.h. Reduktion, die ausgewählten Selbstkontrollregeln und die Konsequenzen bei Vertragserfüllung oder -bruch (Deponat einer Geldsumme) festgelegt.

Das Nichtrauchertrainingsprogramm wird von einem Kursleiter betreut, dem neben der Erläuterung der einzelnen Schritte die Aufgabe zukommt, das Gruppenpotential zu aktivieren und die Teilnehmer zu motivieren. Die BZgA bietet einwöchige Kursleiterschulungen an, in denen, neben der Erläuterung des Programms, typische schwierige Situationen in Rollenspielen geübt und zusätzliche gruppenspezifische Elemente eingesetzt werden. Die

Kursleiter erhalten außerdem ein Kursleitermanual. Insgesamt sind inzwischen ca. 500 Kursleiter geschult worden. Der Besuch der Kursleiterschulungen ist nicht unbedingt Voraussetzung für die Durchführung der Kurse.

Inzwischen sind seit 1978 ca. 2.000 Kurse im gesamten Bundesgebiet durchgeführt worden. Davon wurden über die Hälfte von Krankenkassen durchgeführt und ca. 25% von Volkshochschulen. Die Aktivitäten der Krankenkassen haben vor allem in den letzten Jahren stark zugenommen.

Übertragung des Kursprogramms auf das Medium Hörfunk

Im November 1979 wurde auf Initiative der BZgA ein Kooperationsprojekt zwischen der BZgA und dem Norddeutschen Rundfunk (NDR) gestartet, mit dem Ziel, die Prinzipien des Raucherentwöhnungsprogramms auf das Medium Hörfunk zu übertragen und dafür ein eigenes Kursprogramm zu entwickeln. Dabei waren zum einen die medienspezifischen Gesetzmäßigkeiten des Hörfunks zu berücksichtigen, zum anderen das vorliegende Programm so zu verändern, daß alle Lernziele im Verlauf von 8 Sendungen realisierbar wurden.

Bei dieser Umsetzung des Trainingsprogramms in eine Art Fernkursus zeichnete die BZgA für die inhaltlich-didaktische Seite verantwortlich, während der NDR die Produktion im Hinblick auf Gesetzmäßigkeiten und Möglichkeiten des Mediums Hörfunk bearbeitete.

Die Sendereihe lief ab Oktober 1980 unter dem Titel "Runter vom Rauchen - ein Kurs zum Abgewöhnen", später auch im Ferienschulfunkprogramm des Westdeutschen Rundfunks.

Medienspezifische Gesichtspunkte der Umsetzung

Die Struktur der Sendung enthielt folgende feste Bestandteile:

- eine stets gleiche Titelmusik;
- einen Moderator, dessen Funktion im Erläutern der Lernziële der Aktivierung der Zuhörer bestand und der als Sympathieträger wirksam war;
- eine Moderatorin, die die Aufgabe hatte, die notwendigen Informationen zu vermitteln;
- einen "skeptischen Raucher" (dargestellt durch einen bekannten Kabarettisten), der durch alle Folgen Ausreden und Widerstände gegen Verhaltensänderung in Form von Sketchen parodierte, die so gestaltet waren, daß sich die Zuhörer identifizieren konnten;
- Einblendungen von Originalausschnitten aus Kursstunden einer Raucher-entwöhnungsgruppe, zur kognitiven Unterstützung der Teilnehmer.

Bei der Produktion der einzelnen Reportageteile wurde darauf geachtet, daß möglichst ein zeitliches Limit von 4 Minuten eingehalten wurde. Die von der BZgA entworfenen Texte wurden durch musikalische Brücken verbunden, um der Sendung Unterhaltungscharakter zu geben und damit auch Hörer zu interessieren, die nicht am Programm teilnehmen wollten.

Der Aufbau einer Kursstunde folgte stets der gleichen Struktur:

- Erkennungsmelodie
- Einstieg in das Thema über Interviews mit Teilnehmern einer Raucher-entwöhnungsgruppe (Originalton)
- Einstieg in das Thema durch den Moderator. Konfrontation der Hörer mit Hilfe von Fragen zu ihrem eigenen Rauchverhalten, mit der Antwortmöglichkeit "Ja" oder "Nein"

- Kurzer Rückblick auf die letzte und Überblick auf die jetzige Sendung
- Interviews mit Teilnehmern einer Raucherentwöhnungsgruppe zu den Schwierigkeiten, die mit der Aufgabenstellung des jeweiligen Kursabschnittes verbunden sind (Originalton)
- Aufforderung an den Hörer, seinen eigenen Bezug dazu zu notieren
- Zusammenfassung durch die Moderatoren und Einordnung in den gesamten Kurs
- Sketch mit Bezug auf die kommenden Selbstkontrollregeln
- Analyse des Sketches und Strategien für den Umgang mit Selbstkontrollregeln
- Formulierung der drei neu hinzukommenden Selbstkontrollregeln
- Mitschnitte aus der Raucherentwöhnungsgruppe über Erfahrungen der Teilnehmer im Umgang mit Selbstkontrollregeln (Originalton)
- Zusammenfassung der Aussagen durch den Moderator
- Entspannungsübung, kombiniert mit Autosuggestion
- Zusammenfassung der Sendung, Ausblick auf die nächste Folge und Erläuterung der "Hausaufgaben"
- Humoristischer Abschluß in Form einer Parodie auf die "Welt der Raucher"
- Schlußmusik

Entwicklung und Implementierung des Hörfunkprogramms

Das Konzept für die Sendungen wurde über einen Zeitraum von ca. 15 Monaten entwickelt. Die Programmdauer wurde dabei auf acht Nachmittags-sendungen von je 45 Minuten Länge festgelegt. Die Ausstrahlung erfolgte sonntags immer zum gleichen Sendetermin, um die Wahrscheinlichkeit der regelmäßigen Teilnahme und damit die Erfolgsaussichten zu erhöhen.

Generell wurde beachtet, daß jeder Kursabschnitt ein in sich abgeschlossenes, spezifisches Lernziel beinhaltete.

Insgesamt wurden im Verlauf der acht Sendungen folgende Bereiche behandelt:

- Selbstbeobachtung
- Reizkontrolle
- Bewältigung von Konflikten, die mit der Verhaltensänderung einhergehen
- Entspannungstraining
- Alternative Verhaltensmöglichkeiten zum Rauchen
- Kontraktmanagement
- Anleitungen zur weiteren selbständigen Durchführung des Programms, zur Stabilisierung und zur Verhinderung von Rückfällen.

Zu Beginn jeder Kursstunde wurde zunächst das Tagesthema im Überblick dargestellt, dann von verschiedenen Seiten beleuchtet und in den Kontext des gesamten Kurses eingeordnet. In der darauffolgenden Nachmittags-sendung wurde noch einmal kurz das Lernziel des letzten Nachmittags wiederholt, bevor zum nächsten Lernschritt übergegangen wurde.

Der Stil der Sendungen entsprach einer lebendig gestalteten Unterhaltungssendung, verbunden mit informativen und therapeutischen Elementen (z.B. Anweisungen zur Entspannung).

Ziel dabei war nicht, nur Hörer, die sich das Rauchen abgewöhnen wollen, anzusprechen, sondern alle an der Problematik Interessierten, und jene, die ganz allgemein etwas über Grundregeln der Verhaltensänderung erfahren wollten.

Damit war neben dem symptombezogenen auch ein präventiver Aspekt in der Sendereihe berücksichtigt, der zudem in einer Reihe von den Radiokurs begleitenden Vormittags-Magazinsendungen verstärkt aufgegriffen wurde. Von diesen, insgesamt 35 Magazinelementen mit einer Länge von durchschnittlich 4 Minuten, dienten 11 der Vorbereitung und Begleitung des Radiokurses. Die Spots griffen zentrale Inhalte der Kursstunden auf, lieferten Strategien für Sofort-Aufhörer und Risikofaktorenträger und regten allgemein eine verstärkte Kommunikation über das Rauchen an.

Von den verbleibenden Magazinelementen bezogen sich 23 auf das Thema Primärprävention. Dabei wurden folgende Inhalte thematisiert:

- Einfluß elterlicher Erziehungsstile auf das Selbstwertgefühl der Kinder
- Belastende Faktoren in der Lebenssituation von Jugendlichen
- Lebenssituation, Motive und Konfliktbewältigungsstrategien von nichtrauchenden Jugendlichen
- Wirkung dissonanter Informationen auf Kinder und Jugendliche zum Thema Rauchen -
- Modellwirkung elterlichen Rauchverhaltens auf Kinder
- Anregungen für Gespräche in der Familie über das Thema Rauchen
- Beeinflussung von Eltern in Richtung auf verbesserte Kommunikationsfähigkeit in der Familie
- Kommunikationsformen von Kindern und Jugendlichen zum Thema Rauchen
- Die Bedeutung des Rauchens als eine Form apersonaler Bedürfnisbefriedigung
- Werbung und ihr Einfluß auf Kinder und Jugendliche

Die Spots der Magazinsendungen wurden eine Woche vor Kursbeginn mit täglichen Hinweisen auf den Beginn des Programms gestartet. Während des Kurses wurden dann nur noch zwei Spots pro Woche und zusätzlich zwei Meldungen im Programm gesendet. Zusätzlich wurde, zu Beginn und

am Ende der Kampagne, in zwei Magazinsendungen eine Telefonaktion durchgeführt, bei der die Themen "Rauchen im Betrieb" und "Probleme von Leuten, die in den letzten 8 Wochen mit dem Rauchen aufgehört haben" mit den Hörern über den Sender diskutiert wurden.

Für die erfolgreiche Teilnahme am Kurs war es notwendig, möglichst alle Rundfunksendungen zu verfolgen. Als Hilfestellung für die Teilnehmer konnte über die BZgA ein Begleitheft zum Nichtraucherkurs angefordert werden, in dem noch einmal folgende Bereiche aufgegriffen und erläutert waren

- Registrierung des Konsums mit Hilfe der Strichliste
- Erstellen der Erfolgskurve
- Selbstkontrollregeln
- Motivationshilfen
- Regeln für Nichtraucher

Das Begleitmaterial allein ermöglichte es nicht, den Kurs zu absolvieren, es sollte lediglich die Aufgabenvermittlung der Sendungen unterstützen und trotz eventuell versäumter Sendetermine die Weiterarbeit ermöglichen.

I. ERFAHRUNGEN MIT DER EVALUATION VON RAUCHERENTWÖHNUNGSKURSEN

E I N F Ü H R U N G

1. Gegenstand des Berichtes

Im vorliegenden Bericht werden die Ergebnisse der begleitenden Erfolgskontrolle der Raucherentwöhnungsprogramme der BZgA vorgestellt. Im Mittelpunkt steht dabei die Evaluation des Programms "Runter vom Rauchen", das 1980 im NDR ausgestrahlt wurde. Vergleichend dazu werden die Ergebnisse des Raucherentwöhnungskurses "Nichtraucher in 10 Wochen" der BZgA vorgestellt.

2. Zielsetzung des Programms "Runter vom Rauchen"

Innerhalb der Vielfalt von Angeboten zur Raucherentwöhnung nehmen die Kurssysteme eine besondere Stellung ein: Im Gegensatz zu pharmazeutischen (Kaugummi) oder medizinischen (Akkupunktur, Akkupressur) Methoden sehen sie Rauchen nicht als eine isolierte Verhaltensweise, sondern eingebettet in den Gesamtlebenszusammenhang. Aus diesem Grund bieten sie auch einen ersten Ansatzpunkt für Gesundheitsbildungsmaßnahmen generell. Die hier erlernten Verhaltensweisen und Einsichten können auch in anderen gesundheitsrelevanten Lebensbereichen angewendet werden.

3. Zielgrößen der Wirksamkeitskontrolle

Die Wirksamkeitskontrolle der BZgA Raucherentwöhnungsprogramme hat naturgemäß die Erfolgsquote der Kurse, also die Anzahl er-

folgreicher Kursteilnehmer, zu untersuchen. Maßstab hierfür ist zunächst der langfristige Nullkonsum, also der völlige Verzicht auf den Tabakwarenkonsum. Im Zentrum steht deshalb zunächst die Frage, wie groß der Anteil der Teilnehmer ist, die das Ziel "Nullkonum" erreichen und langfristig beibehalten.

Darüber hinaus stellt sich die Frage, wie die Teilnehmer ihre Erfahrungen in ihr Lebensumfeld tragen. Verändern sie durch ihr Verhalten auch das Verhalten ihrer Arbeitskollegen, ihrer Freunde, ihrer Familienmitglieder?

Die Verbreitung des Nichtrauchens ist zu einem Großteil verbunden mit der Vorbildwirkung von ehemals starken Rauchern, die erfolgreich gegen ihren eigenen Tabakkonsum ankämpften. Frage einer Wirksamkeitskontrolle ist es, diese These empirisch zu überprüfen und wichtige Rahmenbedingungen der erfolgreichen Multiplikation zu untersuchen.

Neben dieser "Außenwirkung", d.h. des multiplikatorischen Verhaltens der Teilnehmer, steht drittens die Frage der Generalisierung des Erlernten, also der Übertragung auf andere gesundheitsbezogene Verhaltensweisen, im Brennpunkt dieser Wirksamkeitskontrolle. Welche Effekte treten hier ein, auf welche Lebensbereiche wirken sich die erlernten Techniken aus? Welche Bedingungen fördern diese Generalisierung? Lernen auch nicht erfolgreiche Teilnehmer, also Raucher, für andere Lebensbereiche, in denen sie die Techniken erfolgreicher einsetzen können?

Die Evaluierung der Ergebnisse des Trainingsprogramms auf diesen drei Ebenen der Programmdurchführung stellt die Schwerpunktthemen dieser Untersuchung dar.

In der folgenden Übersicht werden die Zielgrößen der Untersuchung dargestellt.

- Die absolute Erfolgsquote: Wie viele Personen schafften den Nullkonsum?
- Die Multiplikatoreffekte: Welchen Beitrag leisten die Teilnehmer zur weiteren Verbreitung des Nichtrauchens?
- Die Generalisierungseffekte: In welchem Maß werden die erlernten Techniken auch auf andere Lebensbereiche übertragen?

II. BESCHREIBUNG DES UNTERSUCHUNGSANSATZES

Die hier zu beschreibenden charakteristischen Merkmale des verwendeten Untersuchungsansatzes sind wesentlich geprägt durch das der Untersuchung zugrunde liegende Gesamtkonzept zur Evaluierung des Raucherentwöhnungsprogramms der BZgA. Es muß daher zumindest kurz auf dieses Gesamtkonzept und die sich daraus ergebenden forschungsstrategischen Konsequenzen eingegangen werden.

Ausgangspunkt der Überlegungen ist dabei der enge wechselseitige Zusammenhang von Programmentwicklung und Begleitforschung, der entscheidende Bedeutung für die Entwicklung der Evaluationsstrategie hat. Dieser Zusammenhang von Programmentwicklung und Begleitforschung schlägt sich sowohl im Untersuchungsablauf als auch in konzeptionellen Merkmalen des gewählten Untersuchungsansatzes nieder.

Bezüglich des Untersuchungsablaufs lassen sich zunächst drei aufeinander folgende Untersuchungsphasen unterscheiden. Diese Untersuchungsphasen, in denen unterschiedliche Untersuchungsinteressen und Forschungsfragen im Vordergrund stehen, resultieren aus dem jeweils erreichten Stand der Programmentwicklung und dem entsprechenden Informationsbedarf der BZgA.

In der ersten Phase der Untersuchung konzentrierte sich das Interesse überwiegend auf die Messung und Analyse des kurzfristigen absoluten und relativen Reduktionserfolgs sowie auf kurzfristige Multiplikatoreffekte, z.B. im Sinne einer Steigerung des Bekanntheitsgrades des Programms.

Diese Beschränkung resultiert einerseits aus der für diese Untersuchungsphase kennzeichnende Aufgabe der Implementationskontrol-

le, sie begründete sich andererseits aber auch aus der Tatsache, daß effektive Multiplikator- und Generalisierungseffekte erst im weiteren Zeitverlauf, nach einer Stabilisierung der erlernten Verhaltenstechniken, zu erwarten waren.

Die Ergebnisse dieser Fragen wurden in den ersten Berichten präsentiert und werden hier nicht näher dargestellt.

Phase 2 konzentrierte sich auf die Kontrolle des teilnehmerbezogenen Erfolgs und seiner Veränderungen im Zeitablauf.

Die kontinuierlichen Nachkontrolluntersuchungen konzentrierten sich auf die Analyse der Stabilität bzw. Veränderung des erreichten Reduktionsergebnisses. Das teilnehmerbezogene Reduktionsergebnis blieb dabei als wesentlicher Einflußfaktor in die Analyse eingeschlossen. Die im Verlauf noch beträchtliche Bewegung in der Erfolgsbilanz der Teilnehmer machte jedoch deutlich, daß mit zunehmender zeitlicher Distanz zur Teilnahme weitere Variablenbereiche an Bedeutung gewannen und in den Analyseansatz aufgenommen werden mußten. Hinzu kamen mit den im Zeitverlauf zunehmenden Analysemöglichkeiten eine Differenzierung der verwendeten Erfolgskriterien sowie die Analyse ergänzender Erfolgsindikatoren als wesentliche Merkmale der Hypothesenbildung im weiteren Untersuchungsverlauf.

Phase 3 hat die Gesamtbilanzierung der Programmergebnisse unter zusätzlicher Berücksichtigung relevanter, auch programm-externer Aspekte zum Gegenstand. In ihr werden die Ergebnisse der Untersuchung nach 54 Monaten unter Berücksichtigung säkularer Trends im Bereich Rauchen bewertet.

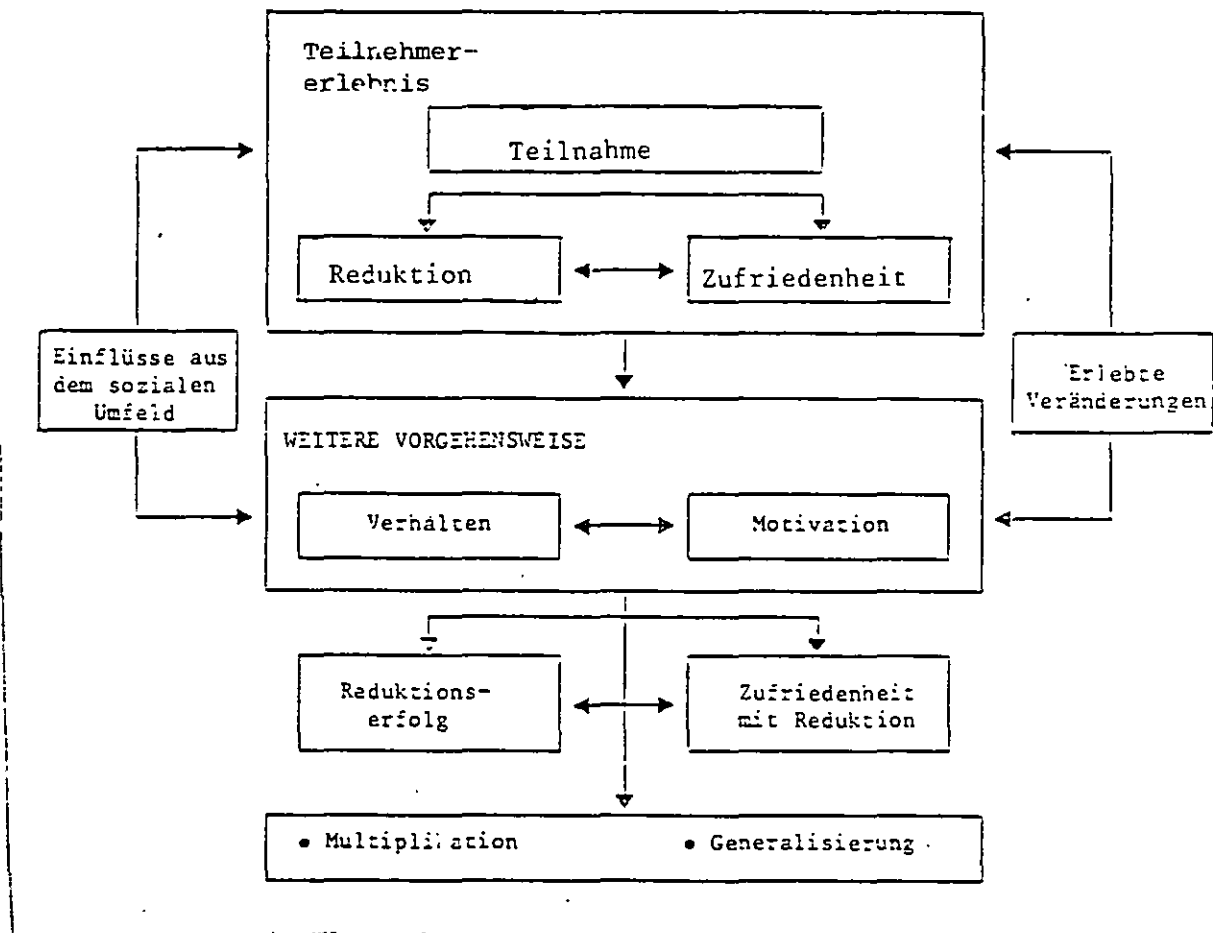
In konzeptioneller Hinsicht ergeben sich folgende charakteristische Merkmale der Studie.

- Die Untersuchung wurde als Langzeituntersuchung konzipiert, die sich auf einen Zeitraum von insgesamt fünf Jahren erstrecken sollte.
- Die Untersuchung wurde als vergleichende Erfolgskontrolle konzipiert, d.h. Methodik und Analyseverfahren sind so angelegt, daß die erzielten Ergebnisse einen direkten Systemvergleich mit dem Kurssystem "Nichtraucher in 10 Wochen" erlauben.

Untersuchungsablauf und konzeptionelle Merkmale sind direkter Ausdruck einer Gesamtevaluationsstrategie, die sich an folgenden Zielsetzungen orientiert:

- Berücksichtigung des phasenspezifischen Informationsbedarfs der BZgA.
- Ermittlung realistischer Erfolgsquoten.
- Einbeziehung zusätzlicher Indikatoren zur Validierung bzw. Relativierung der gemessenen Erfolgsquoten.

Übersicht: Vereinfachtes Schema wichtiger Einflußfaktoren auf den
Programmerfolg und Ansatzpunkte für die Evaluierung



1. ERHEBUNGSTATBESTÄNDE IM ZEITABLAUF

Eine wichtige Vorbedingung der Wirksamkeitskontrolle war das Vorliegen zentraler Basisinformationen (z.B. Teilnahme am Trainingsprogramm, Zigarettenkonsum vor und nach der Teilnahme, erreichte Reduktion nach der Teilnahme) für möglichst viele Teilnehmer. Da die Beteiligung an der Begleituntersuchung auf freiwilliger Basis erfolgte, stellte sich das Problem, daß diese Basisinformationen für eine Reihe von Teilnehmern als zeitpunktbezogene Messung nicht vorlagen. Wegen der Wichtigkeit dieser Informationen wurden diese regelmäßig in allen Nachbefragungswellen in Form von retrospektiven Fragestellungen erhoben und so Zug um Zug für möglichst viele Teilnehmer komplettiert. Unter methodischen Aspekten bot diese Vorgehensweise darüber hinaus die Möglichkeit, für die Befragungsteilnehmer, für die diese Informationen als zeitpunktbezogene Messung bereits vorlagen, die Zuverlässigkeit der gemachten Angaben zu kontrollieren. Der dabei festgestellte hohe Grad an Zuverlässigkeit trug wesentlich zur Validierung der insgesamt erhobenen Basisinformationen bei.

Eine weitere Vorbedingung einer adäquaten Wirksamkeitskontrolle war die Erhebung einer Reihe von Indikatoren in Form von Zeitreihen. Diese Notwendigkeit bezog sich insbesondere auf das aktuell erreichte Reduktionsniveau, die wahrgenommenen Auswirkungen der Reduktion und die Versuchungsintensität unterschiedlicher Lebenssituationen. Ziel dieser kontinuierlichen, zeitpunktbezogenen Erhebungen war die Messung von Veränderungen in den betreffenden Bereichen. Zusätzlich wurden zur Validierung und Komplettierung dieser Informationen Fragestellungen aufgenommen, die die Beschreibung und Bewertung solcher Veränderungen durch die Befragungsteilnehmer zum Gegenstand hatten.

Forschungsstrategische, methodische und analysetechnische Notwendigkeiten schränkten den frei verfügbaren Raum für die Aufnahme

spezifischer Fragestellungen stark ein und machten eine sorgfältige Planung und Selektion der Erhebungstatbestände notwendig. Das Ergebnis dieser Notwendigkeit ist, daß sich im Verlauf der Untersuchung einzelne zeitliche Schwerpunkte des Einsatzes bestimmter Erhebungstatbestände bildeten. Dabei war der jeweilige zeitliche Einsatz bestimmter Erhebungstatbestände häufig durch die inhaltliche Logik der entsprechenden Fragenbereiche vorgegeben. So konnte z.B. im Themenbereich "Generalisierungseffekte" davon ausgegangen werden, daß sichtbare und bewußte Verhaltensänderungen erst zu späteren Zeitpunkten zu erwarten waren, während Fragen zum Begleitmaterial und zum Programm in möglichst großer Nähe zur Ausstrahlung der Sendung platziert werden mußten.

Die folgende Abbildung gibt einen Überblick über die Zeiträume, in denen einzelne beispielhafte Bereiche schwerpunktmäßig erhoben wurden.

Abb. : Übersicht zum schwerpunktmäßigen Einsatz beispielhafter Erhebungstatbestandsbereiche

	KA	KE	6M.	1	1/2J.2	1/2J.3	1/2J.4	1/2J.
Basisinformationen (z.B. Teilnahme am Programm, Zigarettenkonsum vor und nach der Teilnahme)								
Informationen zum Trainingsprogramm (z.B. Anzahl gehörter Sendungen, Besitz und Nutzung des Beimaterials, Beurteilung des Trainingsprogrammes)								
Auswirkungen und Ergebnisse der Reduktionsbemühungen(z.B. aktueller Zigarettenkonsum, erlebte Auswirkungen, Intensität der Versuchung zum Rauchen)								
Multiplikatoreffekte (z.B. multiplikatorisches Verhalten, Reduktionsversuche im sozialen Umfeld, Entwicklung der Zahl der Raucher im sozialen Umfeld)								
Generalisierungseffekte (z.B. Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebensbereiche)								

2. BEFRAGUNGSMETHODIK

Die Befragung der Teilnehmer des NDR-Trainingsprogramms "Runter vom Rauchen" wurde in Form einer schriftlichen Befragung im Zeitraum von 1980-1985 durchgeführt.

Die Nachbefragung erfolgte in 5 Befragungswellen als postalische Befragung. Mit Ausnahme der ersten Nachbefragungen, die 1-4 Wochen nach Ende der Sendungen erfolgte, fanden die Befragungen im Abstand von ca. 12 Monaten statt. Befragungszeitraum war jeweils die Zeit im Februar/März des jeweiligen Jahres.

Das entscheidende Problem des eingeschlagenen Verfahrens war natürlich, trotz der generellen Freiwilligkeit der Teilnahme an der Untersuchung:

- ausreichend hohe Rückläufe, die genügend Analysekapazität sicherstellten, zu erreichen;
- qualitätsspezifische Ausfälle, die zu Verzerrungen der Struktur der jeweiligen Stichprobe geführt hätten, zu vermeiden.

Diesen beiden grundsätzlichen Problemen wurde von Anfang an durch entsprechende Organisation des Aussendeverfahrens und die Gestaltung des Aussendematerials entgegenzuwirken versucht. Erkenntnisse, die in diesem Zusammenhang im Verlauf der Befragung anfielen, wurden zu einer laufenden systematischen Verbesserung der Verfahrenstechnik genutzt.

Die eingeschlagene Verfahrensweise beruhte dabei auf zwei Grundprinzipien:

Erstens wurde versucht, die Befragung zu einem kommunikativen Sy-

stem mit einem ständigen Feed-back der Ergebnisse an die Befragungsteilnehmer auszubauen. Aus der mit diesem Prinzip gemachten Erfahrung kann rückblickend heute gesagt werden, daß es erheblich zur Beibehaltung ausreichend hoher Rücklaufquoten beigetragen hat. Es gibt darüber hinaus auch Hinweise darauf, daß es auch zur Stabilität der Reduktionsbemühungen der Teilnehmer beigetragen hat.

Daneben stand die Bemühung um Sicherstellung von Minimalinformationen. Diesem Prinzip wurde sowohl durch entsprechende Gestaltung des Erhebungsmaterials (Beilage eines Kurzfragebogens) als auch durch die Einbeziehung informeller Reaktionen in die Analyse Rechnung getragen.

Kennzeichen des Aussendeverfahrens war eine mehrstufige Vorgehensweise. Innerhalb jeder Befragungswelle fanden insgesamt 3 Ansprachen der potentiellen Befragungsteilnehmer statt:

1. Zusendung der Befragungsunterlagen mit Anschreiben und Begleitmaterial (u.a. Ergebnis-Information).
2. Erste Mahnung mit nochmaliger Zusendung der Befragungsunterlagen.
3. Zweite Mahnung mit der Bitte um Rücksendung der ausgefüllten Befragungsunterlagen oder eines Kurzfragebogens mit den Minimalinformationen (Raucher - Nichtraucher).

Auf der Basis dieser Verfahrensweise konnten im Verlauf von 5 Befragungswellen folgende Gesamtreaktionsquoten erzielt werden (s. Tabelle, S. 13).

Tab. : Überblick über die Gesamtreaktionsquoten der Nachbefragungen von Teilnehmern der VHS-Kurse und des NDR-Hörfunkurses

Basis: jeweilige Aussende- stichprobe	NDR Trainings- programm 1980	VHS-Kurse 1978
	%	%
1. Nachbefragung (ca. 1-2 Monate nach Sende- schluß)	86,7	75,1
2. Nachbefragung (6 Monate)	85,3	65,1
3. Nachbefragung (18 Monate)	83,2	67,4
4. Nachbefragung (30 Monate)	82,2	68,4
5. Nachbefragung (42 Monate)	79,2	51,8
6. Nachbefragung (54 Monate)	78,3	53,3

Diese außergewöhnlich hohen Reaktionsquoten der Teilnehmer, die auch deutlich über denen vergleichbarer Untersuchungen liegen (z.B. Nachuntersuchungen bei Teilnehmern der VHS-Kurse) lassen sich nur durch eine äußerst hohe Teilnahme- und Multiplikationsmotivation erklären. Offensichtlich war es den Untersuchungsteilnehmern wichtig, daß ihre Erfahrungen mit den Sendungen für weitere Ausstrahlungen bzw. Modifikationen des Trainingsprogramms genutzt werden.

3. DIE REPRÄSENTATIVITÄT DER UNTERSUCHUNG

In diesem Zusammenhang ist die Frage nach der Repräsentativität der Befragungsteilnehmer zu einzelnen Befragungszeitpunkten für die Gesamtheit der Teilnehmer von großer Bedeutung.

Wird die Teilnehmersauswahl völlig beliebig vorgenommen, so besteht die Gefahr, überproportional erfolgreiche oder nicht erfolgreiche Teilnehmer in die Stichprobe einzubeziehen. Ideal ist eine Auswahl, die einen repräsentativen Querschnitt der Gesamtteilnehmer darstellt.

Diese Repräsentativität darf jedoch nicht nur auf den Zeitpunkt einer ersten Nachbefragung beschränkt bleiben, sondern muß auch über den gesamten Untersuchungszeitraum (in unserem Fall 4 1/2 Jahre) erhalten bleiben. Hierbei muß von vornherein mit einer Quote von Teilnehmern gerechnet werden, die nach ein oder zwei Befragungen nicht mehr auffindbar sind oder eine weitere Untersuchungsteilnahme ablehnen. Eine Beschränkung auf ein zu kleines Sample könnte hier u.U. zur Folge haben, daß nach einem Jahr nur noch ein harter Kern erfolgreicher Teilnehmer an der Untersuchung teilnimmt, und somit die Repräsentativität für das Gesamt der Teilnehmer nicht mehr gewährleistet ist.

Die folgende Tabelle beinhaltet einen Strukturvergleich der jeweiligen Stichproben zu einzelnen Befragungszeitpunkten.

Tab. : Vergleichender Überblick zur demografischen Struktur der Untersuchungsstichprobe zu einzelnen Befragungszeitpunkten

	Gesamt der Anforderer	Kurs- ende	6 Monate nach Kursende	18 Monate nach Kursende	30 Monate nach Kursende	42 Monate nach Kursende	54 Monate nach Kursende
	z	z	z	z	z	z	z
• Geschlecht							
- männlich	53	53	53	51	54	52	52
- weiblich	47	47	47	49	46	48	48
• Alter							
- bis 29 Jahre	49	50	50	51	52	49	53
- 30-39 Jahre	29	30	31	31	30	33	31
- 40-49 Jahre	12	12	10	11	11	14	10
- 50 Jahre und älter	9	8	9	6	6	4	6
• Familienstand							
- ledig, allein- stehend	55	56	57	66	59	57	55
- verheiratet, fes- ter Partner	45	44	43	34	41	43	45
• Berufstätigkeit							
- ja	82	82	81	83	85	82	82
- nein	18	18	19	17	15	18	18
N =	946	706	575	385	286	201	156

Der Stichprobenvergleich verdeutlicht die Repräsentativität der einzelnen Untersuchungsstichproben für die Gesamtheit der Anforderer von Begleitmaterial hinsichtlich der wichtigsten demografischen Merkmale.

Hinsicht der Merkmale "Zigarettenkonsum vor und nach der Teilnahme" ergeben sich vor allem hinsichtlich des Konsums nach der Teilnahme einige Veränderungen. Die folgende Tabelle veranschaulicht, welche Angaben die Befragungsteilnahme an den einzelnen Befragungswellen in der ersten Nachbefragung machten.

Tab. :

	Gesamt	Kursbefragung	6 Monate nach Kursende	18 Monate nach Kursende	30 Monate nach Kursende	42 Monate nach Kursende	54 Monate nach Kursende
<u>Konsum vor der Teilnahme</u>							
- bis 10 Zig.	7	7	7	7	8	6	6
- 11-15 Zig.	10	11	12	13	13	12	15
- 16-20 Zig.	24	24	25	26	27	27	27
- 21-40 Zig.	50	50	49	48	43	46	42
- 41 Zig. und mehr	9	8	7	7	9	9	10
<u>Konsum nach der Teilnahme</u>							
- Nullkonsum		21	22	26	28	32	31
- bis 10 Zig.		36	37	36	35	34	36
- 11-15 Zig.		13	13	11	12	12	13

Feststellbar ist eine zunehmende Überrepräsentation erfolgreicher Kursteilnehmer im zeitlichen Verlauf der Untersuchung. Diese Entwicklung hat zur Folge, daß eine zeitpunktbezogene Erfolgsbilanz auf der Basis einer Auswertung der zu diesem Zeitpunkt ausgefüllten Fragebogen jeweils ein zu positives Bild vermittelt. Diese Verzerrung konnte jedoch durch die Entwicklung geeigneter Analyseverfahren (zeitraumbezogene Erfolgsbilanzierung unter Einfluß auch informeller Reaktionen) ausgeglichen werden.

4. STICHPROBENZIEHUNG

Für die Aussagekraft der Ergebnisse einer Wirksamkeitskontrolle ist von besonderer Bedeutung die Frage, auf welche Untersuchungsstichprobe sich diese Ergebnisse beziehen. Die Messung realistischer Erfolgsquoten macht es insbesondere erforderlich, möglichst alle Kursteilnehmer, d.h. auch die, die mit wenig Erfolg teilnahmen, in die Untersuchung einzubeziehen.

Die Teilnahme an der Begleituntersuchung erfolgte auf freiwilliger Basis. Ausgangsstichprobe für die Untersuchung waren die ersten 946 Anforderer von Begleitmaterial, welches in der BZgA zu bestellen war. Diese Personen hatten gleichzeitig eine "Bereitschaftserklärung" zur Teilnahme an der wissenschaftlichen Untersuchung ausgefüllt. Über die Verarbeitung ihrer Angaben mittels EDV und über die strenge Anonymität der Auswertung nach den Datenschutzvorschriften wurden sie dabei informiert. Als Motivation zur Beteiligung an der Untersuchung wurden die Anforderer darauf hingewiesen, daß die Ergebnisse der BZgA als Basis zur ständigen Verbesserung und Weiterentwicklung des Trainingsprogramms dienen sollten. Gleichzeitig wurde eine systematische Rückkoppelung der Ergebnisse in Form von Ergebnisinformationen für alle Untersuchungsteilnehmer in Aussicht gestellt.

Von entscheidender Bedeutung ist die Frage der Repräsentativität der durch dieses Auswahlverfahren rekrutierten Untersuchungsteilnehmer. Diese Frage läßt sich durch einen Stichprobenvergleich hinsichtlich anderer Untersuchungskriterien angehen.

Tab. : Vergleichender Überblick zur Struktur der Untersuchungsstichprobe

	Gesamt- bevölkerung	NDR-Kurs- teilnehmer	VHS-Kurs- teilnehmer
	%	%	%
GESCHLECHT			
- männlich	46	53	56
- weiblich	54	47	44
ALTER			
- 29 Jahre	30	49	24
- 30-39 Jahre	15	29	34
- 40-49 Jahre	17	12	22
- 50 Jahre und älter	38	9	19
FAMILIENSTAND			
- ledig,alleinstehend	40	55	30
- verheiratet, fester Partner	60	45	69
ZIGARETTENKONSUM VOR KURSBEGINN			
- 1-10	25	7	7
- 11-15	14	10	10
- 16-20	27	24	21
- 21-40	20	50	52
- 41 und mehr	7	9	9
BERUFSTÄTIGKEIT			
- ja	48	82	71
- nein	52	18	26
PSYCHOSOZIALE PROBLEMBELASTUNG			
- sehr stark/stark	26	73	68
- weniger stark	33	20	23
- kaum/nicht	40	7	7
N =	2001	146	1045

Der Stichprobenvergleich zeigt, daß sowohl die Teilnehmer an den VHS- als auch an den NDR-Hörfunkkursen sich im Vergleich mit der Gesamtheit der Bevölkerung schwerpunktmäßig aus starken, gewohnheitsmäßigen Rauchern zusammensetzen und damit exakt der Zielgruppe der Raucherentwöhnungskurse der BZgA entsprechen. Hinsichtlich einiger demografischer und Lebenssituationsmerkmale ergeben sich jedoch erhebliche Unterschiede. Im NDR-Kurs sind solche Personen stärker repräsentiert, die die Teilnahmeverpflichtung eines VHS-Kurses vermutlich nicht eingehen würden, z.B. jün-

gere Personen (20-39jährige), beruflich und zeitlich stark Belastete sowie Personen, die unter starker psycho-sozialer Belastung leiden und alleine leben.

Als Ergebnis dieses Stichprobenvergleichs läßt sich festhalten, daß hinsichtlich der erreichten Zielgruppe VHS- und Hörfunkkurse weitgehend als komplementär zu betrachten sind.

5. DATENVERARBEITUNG UND ANALYSE

Für alle Befragungspersonen wurde ein Gesamtdatensatz über alle Erhebungen hinweg gebildet. Dieser Datensatz enthielt nicht nur alle in den jeweiligen Fragebogen gemachten Angaben, sondern auch Merkmale sonstiger Reaktionen sowie zeitpunktbezogene Minimalinformationen. Diese EDV-Verarbeitung erlaubt die Kombination sämtlicher für eine Person vorhandenen Merkmale und auch den interpersonalen Vergleich.

Jede einzelne Erhebung wurde zeitpunktbezogen ausgewertet und kommentiert. Darüber hinaus wurden die Angaben über alle Zeitpunkte hinweg verrechnet und z.B. zu einer Verlaufsanalyse der Reduktionsbemühungen verdichtet.

Die eingesetzten Analyseverfahren wurden kontinuierlich weiter entwickelt und den wachsenden Analysemöglichkeiten und den sich entwickelnden Analyseinteressen angepaßt. So konnten z.B. die Indikatoren für den Reduktionserfolg im Laufe der Untersuchung ständig weiter präzisiert werden. Im einzelnen wurden für die Analyse folgende Maße verwendet:

- Die aktuelle Konsumintensität zum jeweiligen Befragungszeitpunkt.

Dieses einfachste zeitpunktbezogene Maß ist als Kriterium nur für die Extremgruppen aussagekräftig. Es erlaubt insbesondere bei mittleren Konsumintensitäten keine Aussagen über die erreichte Reduktionsleistung.

- Das Reduktionsmaß zum jeweiligen Befragungszeitpunkt.

Dieses Maß drückt den aktuellen Zigarettenkonsum in Prozentwerten des Ausgangskonsums aus und bildet damit eine wesentliche Verbesserung der Meßschärfe. Es erlaubt ins-

besondere eine präzisere Einstufung der individuellen Reduktionsleistung. Allerdings ist es ebenfalls zunächst noch zeitpunktbezogen, d.h. es sagt nichts über den Verlauf der Reduktion in der Zeit nach Kursende aus.

- Das Reduktionsmuster im Zeitverlauf.

Auf der Basis von Vorarbeiten im Rahmen der Erfolgskontrolle der VHS-Kurse wurde ein ergänzendes zeitraumbezogenes Maß eingeführt, das den erreichten Erfolg in zwei Dimensionen darstellt:

- den jeweils erreichten Stand der Reduktion,
- den Verlauf bzw. die bisherige Stabilität der Reduktion.

Zur Berechnung dieses Maßes wurden alle vorliegenden Informationen zu allen Zeitpunkten pro Person verarbeitet. Dabei wurden auch informelle Reaktionen in die Analyse einbezogen. Zur Ergänzung fehlender individueller Daten wurde seit 1982 kontinuierlich in einzelnen Erhebungswellen retrospektiv nach dem Verlauf der Reduktion gefragt.

Der folgende Überblick verdeutlicht nochmals schematisch den unterschiedlichen Charakter der einzelnen Erfolgsmaße. Die gruppen- und zeitpunktbezogene Messung von Konsumintensität sagt jeweils, wie viele der Befragungsteilnehmer zu einem Zeitpunkt welche absolute oder relative Konsumintensität aufweisen. Das Reduktionsmuster beschreibt individuelle Verläufe über den gesamten Zeitraum.

reits früher hingewiesen. Insgesamt 48% der im Verlauf der Untersuchung ausgeschiedenen Personen gaben zum Zeitpunkt ihres Ausscheidens noch eine inhaltliche Information zu ihrem augenblicklichen Zigarettenkonsum ab. Je nach Zeitpunkt des Ausscheidens ist die Einbeziehung in die Erfolgsbilanz jedoch mit einem unterschiedlich hohen Schätzrisiko verbunden. Auf diese Problematik wird bei der Darstellung der Ergebnisse noch ausführlich eingegangen.

Die Bereitschaft zur Teilnahme an der Untersuchung muß in engem Zusammenhang mit dem erreichten Reduktionserfolg gesehen werden. Bei einer Analyse der Ausfallgründe über alle Befragungsstufen hinweg steht die Verweigerung wegen Mißerfolgs mit 42% aller ausgeschiedenen Teilnehmer an der Spitze der Begründungen. Weitere 18% der Ausfälle resultieren aus Adreßfehlern und Umzügen, 33% der ausgeschiedenen Teilnehmer gaben keine Gründe für ihr Ausscheiden an.

Die folgende Tabelle zeigt die Entwicklung der Ausfallgründe im Zeitverlauf.

Tab. : Entwicklung der Ausfallgründe in den Befragungswellen

Basis: Anzahl der endgültigen Verweigerungen	6 Mon. %	18 Mon. %	30 Mon. %	42 Mon. %	54 Mon. %
• wegen Adreßänderung	10	12	20	38	48
• unspezifische Verweigerung	30	38	30	22	15
• Verweigerung wegen Erfolg	10	5	4	8	6
• Verweigerung wegen Mißerfolg	50	45	46	31	31
N =	103	255	203	104	65

Weitere Aufschlüsse über die am Ausscheiden zugrunde liegenden Motivation gibt ein Strukturvergleich einzelner Gruppen von Befragungsteilnehmern.

Tab. : Übersicht zur Struktur einzelner Gruppen von Befragungsteilnehmern

Basis (ungewichtet)	Gesamt	Nicht ausgeschiedene Teilnehmer insgesamt	Ausgeschiedene Teilnehmer insgesamt	davon: Ohne inhaltliche Information ges.	Mit inhaltlicher Information ges.
	S-Z	S-Z	S-Z	S-Z	S-Z
Basis (ungewichtet)	946	216	730	377	353
GESCHLECHT					
- männlich	53	54	53	53	53
- weiblich	47	46	47	47	47
ALTER					
- bis 29 Jahre	49	52	48	54	41
- 30-39 Jahre	29	30	29	27	32
- 40-49 Jahre	12	12	12	8	15
- 50 Jahre u. älter	9	5	10	10	11
FAMILIENSTAND					
- ledig, alleinstehend	55	57	55	62	47
- verheiratet, fester Partner	45	43	45	38	53
BERUFSTÄTIGKEIT					
- ja	82	82	82	81	82
- nein	18	18	18	19	18
ZIGARETTENKONSUM VOR KURSBEGINN					
- 1-10	7	6	8	9	5
- 11-15	10	14	9	9	8
- 16-20					
- 21-40	50	43	52	50	56
- 41 und mehr	9	10	8	7	8
ZIGARETTENKONSUM NACH KURSENDE					
- Nullkonsum	20	29	16	20	13
- 1-10	36	37	36	36	36
- 11-15	13	14	13	11	15
- 16-20	15	12	16	17	15
- 21-40	16	9	19	16	21
- 41 und mehr	-	-	-	-	1

Der Vergleich der demografischen Merkmale dieser Teilnehmergruppen zeigt, daß hauptsächlich ältere Teilnehmer, die nach der Teilnahme nicht den Nullkonsum erreichten, aus der Untersuchung ausschieden.

5.2 Die erreichbare Population von Programmangeboten

Ein wichtiger Punkt bei der Erfolgsbeurteilung eines Trainingsprogramms stellt der organisatorische Rahmen der Angebote sowie die Teilnahmemotive der Teilnehmer dar.

Wer hat überhaupt Zugang zu dem Angebot? Handelt es sich um eine ausgewählte Gruppe von Rauchern oder ist die Teilnahme prinzipiell und de facto allen teilnahmebereiten Personen offen? Welche Barrieren stellen sich einzelnen Gruppen durch den organisatorischen Rahmen?

Die folgende Synopse gibt einen Überblick über die wichtigsten Kriterien der Beurteilung der Wirksamkeitskontrolle von Raucherentwöhnungsprogrammen.

	VHS-Kurse	NDR-Kurse
Population der Kurse	Teilnehmer an Kursen der VHS und anderen Einrichtungen der Erwachsenenbildung	Hörer der Sendung "Runter vom Rauchen" im Sendebereich des NDR
Repräsentativität	Repräsentativ für alle Kursteilnehmer	Repräsentativ für alle Kursteilnehmer
Erfolgsmaßstäbe	Nichtrauchen Multiplikatorwirkung Generalisierungseffekte	Nichtrauchen Multiplikatorwirkung Generalisierungseffekte
Teilnehmerauswahl	Zufallsauswahl	Zufallsauswahl
Befragungszeitraum	5 Jahre	4 1/2 Jahre
Befragungsmethodik	Schriftliche Befragung	Schriftliche Befragung
Berücksichtigung von Kursabbrecher	Ja	Ja
Feed-back an Teilnehmer	Ja	Ja

6. WEITERE KRITERIEN DER ERFOLGSBEURTEILUNG

6.1 Soziales Klima und säkularer Trend im Rauchverhalten

Bei der Bewertung der Ergebnisse und der Leistungsfähigkeit des Kurssystems ist zu berücksichtigen, daß die Kurse und auch die weiteren Reduktionsbemühungen der Teilnehmer nach Kursende in einem bestimmten sozialen Klima stattfanden. Das früher vorherrschende Bild des Rauchers hat sich in den letzten Jahren entscheidend gewandelt: es ist nicht mehr unbedingt anerkannt und als Vorbild geachtet, wenn jemand raucht. Im Gegenteil: in einzelnen Bevölkerungsgruppen gilt es als Ausdruck eines Gesundheitsbewußtseins und als Ausdruck innerer Stärke, nicht zu rauchen oder den Zigarettenkonsum erheblich einzuschränken. Diese Entwicklung muß auch bei der Beurteilung des Gesamterfolgs des Kurses berücksichtigt werden. Fragestellung ist, wieviel Prozent der Raucher, die ähnliche Konsumintensitäten und demografische Merkmale aufweisen, haben im Zeitraum der Untersuchung ohne Beeinflussung durch eine Kursteilnahme das Rauchen aufgegeben? Diese "natürliche" Reduktionsquote ist bei der Beurteilung der Gesamtergebnisse zu berücksichtigen.

Für diese Zwecke werden Analysen in den Repräsentativdatensätzen der BZgA* durchgeführt, die zu folgenden Ergebnissen führten: Zur Zeit stehen in der Gesamtbevölkerung einem Raucheranteil von 37% eine Gruppe von 13% ehemaligen Rauchern gegenüber. Diese Gruppe setzt sich jedoch aus allen Personen zusammen, die im Laufe ihres Lebens das Rauchen aufgaben. Mehrheitlich sind dies ältere Personen, die in gehobenem Alter aus Gesundheitsgründen das Rauchen aufgaben. Um nun annähernde Angaben für eine den Kursteilnehmern entsprechende Population machen zu können, wurden gezielt diejenigen Ex-Raucher analysiert, die in den hierfür relevanten Daten

* JEK 1984

der Teilnehmerschaft des NDR-Programms entsprach. Es waren dies ehemalige Raucher, die 1980 noch rauchten, damals 25-50 Jahre alt waren, mehr als 10 Zigaretten pro Tag rauchten und innerhalb der letzten 5 Jahre das Rauchen aufgaben. Ihnen wurden gegenübergestellt Personen, die 1980 25-50 Jahre waren und damals wie heute Zigaretten rauchen.

Diese spezielle Analyse erbrachte einen Anteil von 10% "natürlicher Reduktion". Mehrheitlich sind diese Personen Männer im Alter von 35-45 Jahren, die bereits seit über einem Jahr nicht mehr rauchen. Der tägliche frühere Konsum liegt Mehrheitlich bei über 20 Zigaretten.

Dieser Anteil ist bei der Interpretation der Kursergebnisse zu berücksichtigen.

III. ERGEBNISSE

1. DIE ABSOLUTE ERFOLGSQUOTE: WIE VIELE PERSONEN SCHAFFTEN DEN NULLKONSUM?

1.1 Situation zu Programmende

Nach Beendigung der Ausstrahlungen des Trainingsprogramms bot sich folgendes Bild: 52% aller Anforderer des Begleitmaterials hatten das Programm nicht bis zu Ende verfolgt. 16% aus dieser Gruppe hatten den Nullkonsum erreicht, während es in der Gruppe derjenigen, die bis zum Ende mitgemacht hatten, 27% waren.

Konsum	ÜBERSICHT ZUR SITUATION AM PROGRAMMENDE		
	Gesamt	Durchhalter	Abbrecher
Nullkonsum	21%	27%	16%
Mißerfolg	79%	73%	84%
Gesamt	100%	48%	52%

Insgesamt hatten also 21% aller Teilnehmer den Nullkonsum erreicht, während 79% ungeachtet individueller Reduktionserfolge als nicht erfolgreich angesehen werden können.

Nun sagt ein so kurzfristiger Erfolg - die erste Erhebung fand ca. 1 Monat nach der letzten Sendung statt - nur wenig über einen dauerhaften Reduktionserfolg aus. Ziel des Programms war es ja, dauerhafte Veränderungen der Zigarettenkonsumgewohnheiten zu bewirken, also Verhaltensänderungen über das Programmende hinaus zu initiieren.

Die der folgenden Darstellung des Gesamterfolges zu den einzelnen Erhebungszeitpunkten zugrunde liegende Hochrechnung (Prinzip der Gesamtbilanzierung und Prinzip der Zuordnung qualitätsneutraler Ausfälle) ist im Anhang detailliert beschrieben.

Nach 6 Monaten waren 23 % der Teilnehmer Nullkonsumenten, nach 18 Monaten 24 %. Schon diese Daten verdeutlichen, daß ein kurzfristiger Erfolg nach einem Monat nicht stabil sein muß und daß andererseits die Erfolgsquote, langfristig gesehen, sogar noch ansteigen kann.

VERGLEICH MIT DEN ERGEBNISSEN DER VHS-KURSE

	Situation zum Kursende		
	Gesamt	Durchhalter	Abbrecher
Nullkonsum	42%	53%	14%
Mißerfolg	58%	47%	86%
Gesamt	100%	62%	38%

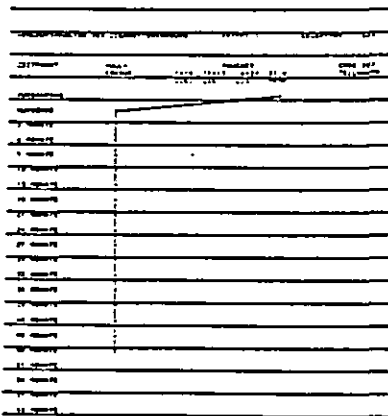
2. DIE ERFOLGSQUOTE NACH 4 1/2 JAHREN (im Zeitablauf)

Eine Zusammenfassung aller Gruppen, die nach dieser Hochrechnung zur Zeit, d.h. nach einer Befragungsdauer von 4 1/2 Jahren, als Nichtraucher zu bezeichnen sind, ergibt eine Erfolgsquote von 22% Nichtrauchern. Diese Quote stellt aufgrund der vorgenommenen Annahmen (z.B. Nichtberücksichtigung ausscheidender Raucher) die Minimalerfolgsquote dar.

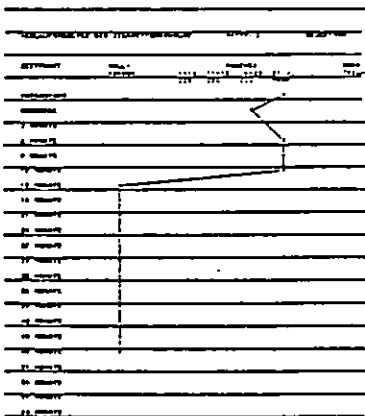
Wie kam es nun zu dieser heutigen Bilanz, waren die heutigen Nichtraucher auch schon zu Programmende Nichtraucher? Wie viele schafften den Nullkonsum erst nach Kursende?

Die folgenden Darstellungen geben schematisch einige typische Reduktionsverläufe wieder.

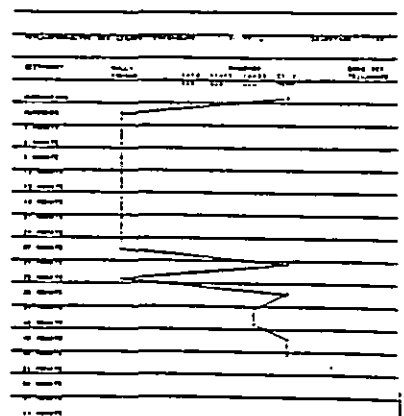
① Durchgehend Nullkonsum



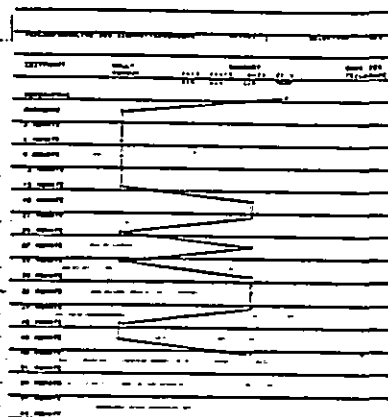
③ Kursende ohne Erfolg; heute Nullkonsum



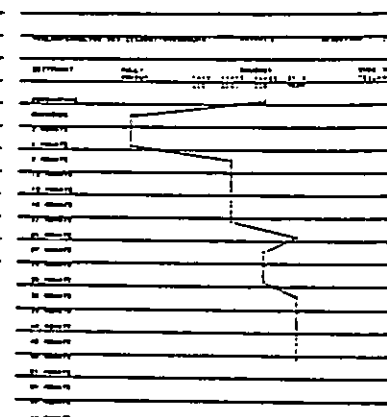
④ Mindestens 6 Monate Nullkonsum; dann Rückfall



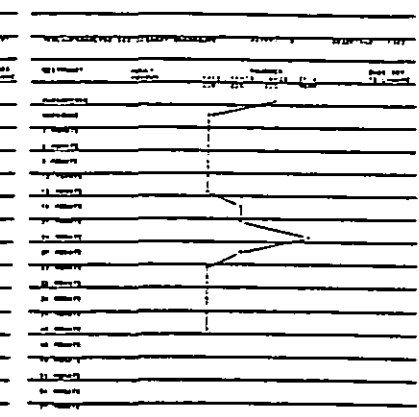
⑤ Kursende Nullkonsum; dann Rückfall; erneut Nullkonsum; heute Raucher



⑥ Kursende Nullkonsum; dann stufenweise oder starker Rückfall



⑩ Reduktion, aber nie Nullkonsum



6% aller Kursteilnehmer schafften es, durchgehend, also vom Kursende an, den Nullkonsum stabil zu halten. Weitere 16% erreichten den Nullkonsum erst nachher. Innerhalb der Gruppe der heutigen Raucher (78% aller Kursteilnehmer) sind 17% als rückfällig zu bezeichnen: sie haben zu Programmende das angestrebte Ziel - Nullkonsum - erreicht und sind im Laufe der 4 1/2 Jahre rückfällig geworden. Weitere 8% hatten zwar zu Programmende keinen Erfolg, erreichten jedoch in der Folgezeit den Nullkonsum, wurden allerdings wieder rückfällig. 12% aller Teilnehmer erreichten zum Kursende eine starke Reduktion ihres Vorkonsums, konnten diese aber nicht beibehalten; 11% schafften es, ihren Konsum um mehr als 10 Zigaretten täglich stabil zu reduzieren, ohne den Nullkonsum zu erreichen.

Gänzlich gescheitert sind weitere 33%, die entweder nie (22%) oder nur eine schwache Reduktion (11%) erzielten.

Was unterscheidet nun erfolgreiche von nicht erfolgreichen Teilnehmern?

Bezüglich der demografischen Merkmale bestehen keine Differenzierungen zwischen erfolgreichen und nicht erfolgreichen Teilnehmern. Erfolgreiche litten allerdings zu Kursbeginn "nur" zu 70% sehr stark oder stark unter psycho-sozialen Problemen, während es in der Gruppe der Nichterfolgreichen 75% waren.

Auch bezüglich des Konsums vor der Teilnahme bestehen keine Differenzen. Nach der Teilnahme allerdings hatten 42% der insgesamt Erfolgreichen den Nullkonsum bereits erreicht, während es in der Gruppe der insgesamt Nichterfolgreichen nur 17% waren.

Einen wichtigen Faktor für den Gesamterfolg stellt die Kontinuität und Konsequenz der Teilnahme am Trainingsprogramm dar. Wie bereits oben erwähnt, haben nur 48% das Programm bis zu Ende ver-

folgt. Innerhalb dieser Gruppe der "Durchhalter" schafften 26% den Nullkonsum, während es in der Gruppe der "Abbrecher" nur 20% schafften.

Vergleich mit den Ergebnissen der VHS-Kurse

Auch hier ergab sich eine Erfolgsquote von 22%. 10% hatten einen stabilen Nullkonsum, 12% erreichten den Nullkonsum erst nach Kursende. 21% wurden nach anfänglichem Nullkonsum wieder rückfällig. 30% scheiterten gänzlich: Zwei Faktoren scheinen den Kurserfolg zu beeinflussen:

- Subjektive Sicherheit, das Ziel zu erreichen: 35% aller Erfolgreichen waren sich zu Kursbeginn sicher, Erfolg zu haben, aber nur 23% der Nichterfolgreichen.
- Teilnahmeverhalten: 24% aller "Durchhalter", aber nur 15% der Abbrecher erreichten den Nullkonsum.

3. MULTIPLIKATORISCHE WIRKUNGEN UNTERSCHIEDLICH ERFOLGREICHER GRUPPEN ZU EINZELNEN ERHEBUNGSZEITPUNKTEN

Das Ausmaß multiplikatorischen Verhaltens ist unterschiedlich, d.h. phasenspezifisch, erfragt worden. Im ersten Jahr handelte es sich darum, direkte Einwirkungen der Kursteilnehmer auf ihr soziales Umfeld zu erheben. Seit dem zweiten Befragungsjahr wurde nach Zu- bzw. Abnahme der Raucher im sozialen Umfeld gefragt.

Generell kann gesagt werden, daß erfolgreiche Kursteilnehmer ihre positiven Erfahrungen mit dem Kurs und mit den Auswirkungen des Nicht-mehr-Rauchens wesentlich aktiver vermittelten.

Abb. : Übersicht über das Ausmaß der Multiplikatorwirkungen unterschiedlich erfolgreicher Gruppen

ÜBERSICHT ÜBER DAS AUSMASS DER MULTIPLIKATORWIRKUNGEN UNTERSCHIEDLICH ERFOLGREICHER GRUPPEN

	Nullkonsum 6 Monate nach Kursende	Mißerfolg 6 Monate nach Kursende
o Gespräche mit anderen über den Kurs (mind. gelegentlich)	73%	62%
o Weitergabe des Kurs- materials	29%	15%
o Erklärung des Ent- wöhnungssystems	72%	47%

6 Monate nach Kursende gaben 73% der damaligen Nullkonsumenten an, mit anderen über den Kurs gesprochen zu haben. In der Gruppe der Raucher waren dies immerhin 62%, so daß ein generell hohes Niveau an Multiplikation erreicht wurde.

Die Teilnehmer gaben an, wie viele Nichtraucher zu Kursbeginn und zum Befragungszeitpunkt in ihrem Umfeld lebten. Die folgende Über-

sicht verdeutlicht die Zu- bzw. Abnahme von Nichtraucher im Umfeld unterschiedlich erfolgreicher Gruppen.

Zunahme der Zahl der Nichtraucher im Bereich	Nullkonsum	Mißerfolg
- Familie bis 1985	223%	93%
- Freundes- und Be- kanntenkreis bis 1985	462%	299%
- Arbeitsplatz bis 1985	525%	239%

Die Prozentzahlen stehen hier für Veränderungsprozente: So gaben z.B. 1985 in der Gruppe der Nichtraucher 13% an, 1980 hätten sich in ihrem Freundeskreis überwiegend Nichtraucher befunden. Heute (1984) sagten 60%, in ihrem Freundes- und Bekanntenkreis überwiegend Nichtraucher zu haben. Dies bedeutet eine Steigerung um 462%.

Berücksichtigt man hier die bereits oben erwähnte Veränderung des generellen sozialen Klimas zugunsten der Nichtraucher und unterstellt, daß in der Gruppe der Nichterfolgreichen diese Veränderung auch ohne ihr Einwirken stattfand, so ergeben sich folgende Abweichungen von dieser "Nulllinie" der Nichterfolgreichen:

Differenz gegenüber nicht erfolgreichen Teilnehmern

	Nullkonsum
- Familie bis 1985	+ 103%
- Freundes- und Bekannten- kreis bis 1985	+ 163%
- Arbeitsplatz bis 1985	+ 286%

Abgesehen von dieser generellen Tendenz zum Nichtrauchen zeigen also erfolgreiche Kursteilnehmer einen v.a. im Bereich des Bekanntenkreises und am Arbeitsplatz erheblich höheren Multiplikatoreffekt. Ihr Beispiel wirkt auch auf andere Personen, ihren eigenen Tabakwarenkonsum zu beschränken.

Vergleich mit den Ergebnissen der VHS-Kurse

Auch bei den Teilnehmern der VHS-Kurse zeigten sich die generell hohen Multiplikatorwirkungen, die auch hier vor allem bei erfolgreichen Teilnehmern höher lagen.

4. GENERALISIERUNGSEFFEKTE UNTERSCHIEDLICH ERFOLGREICHER GRUP- PEN

Die Untersuchung von Generalisierungseffekten, also der Übertragung des Erlernten in andere Lebens- und Verhaltensbereiche, begann erst zum Zeitpunkt 1 1/2 Jahre nach Kursende. Zwei Zielrichtungen wurden mit den Fragestellungen verfolgt:

- Wenden die Teilnehmer die erlernten Techniken bewußt in anderen Themenzusammenhängen an (z.B. Selbsthilfegruppen, Abnahme- oder Alkoholkurse)?
- Welche Auswirkungen hat die erlernte Methodik auf andere gesundheitsrelevante Verhaltensweisen?

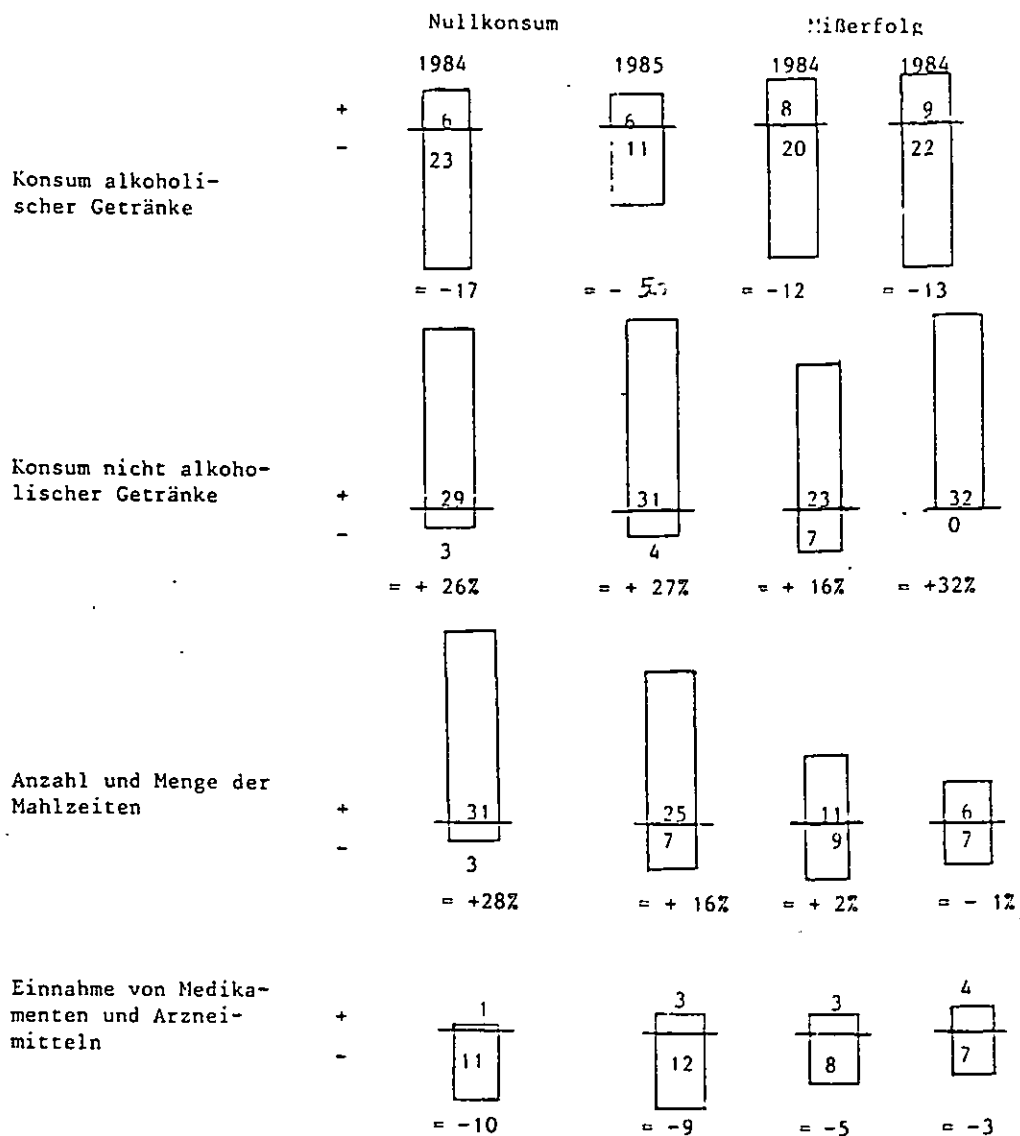
Eine erstaunlich hohe Zahl Teilnehmer hat die erlernten Techniken mit Erfolg angewendet. Überraschend ist hier vor allem der hohe Anteil nicht erfolgreicher Teilnehmer des Raucherentwöhnungsprogramms. 18% bzw. 16% von ihnen gaben nach 3 1/2 bzw. 4 1/2 Jahren an, in anderen Bereichen erfolgreicher gewesen zu sein. Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die direkte Anwendung des Erlernten und ihren Erfolg.

	Nullkonsum zum Zeitpunkt				Mißerfolg zum Zeitpunkt			
	11/2 Jahre	21/2 Jahre	31/2 Jahre	41/2 Jahre	11/2 Jahre	21/2 Jahre	31/2 Jahre	41/2 Jahre
Anwendung der erlernten Techniken in anderen Bereichen mit Erfolg	16%	18%	21%	24%	12%	19%	18%	16%
Versuch, die erlernten Techniken anzuwenden, ohne Erfolg	3%	4%	10%	4%	12%	14%	22%	10%
Teilnahme an Kursen mit ähnlicher Methodik in anderen Bereichen	7%	4%	6%	10%	3%	4%	11%	3%

Die bei heutigen Nichtrauchern kaum höherliegende Aktivität in anderen Bereichen legt die These nahe, daß sie mit dem Erreichen des Nullkonsums ein subjektiv äußerst wichtiges Ziel erreicht haben und ihnen eine weitere explizite Anwendung der Methodik nicht erforderlich scheint.

In der Tat verändern sich jedoch auch andere gesundheitsbezogene Verhaltensweisen nachhaltig. Auf die Frage, wie sich einzelne Verhaltensweisen bei ihnen geändert haben, welche zu- und welche abgenommen haben, gaben die Untersuchungsteilnehmer an:

Abb. : Zunahme und Abnahme anderer Verhaltensweisen



Gleichgerichtete Entwicklungen zeigen sich im Bereich der Medikation und im Konsum alkoholischer und nicht-alkoholischer Getränke. Im Bereich des Alkoholkonsums und der Medikation zeigt sich eine Abnahme, während sowohl von erfolgreichen als auch von nicht erfolgreichen Kursteilnehmern mehr Säfte und andere nicht alkoholhaltige Getränke konsumiert wurden. Bei heutigen Nichtraucher muß zudem von einer erhöhten Anzahl der Mahlzeiten ausgegangen werden. Ein zentrales Problem der heutigen Nichtraucher besteht somit in einer erhöhten Anzahl der Mahlzeiten und einer damit verbundenen Gewichtszunahme.

Generell ist zu erkennen, daß in der Zeit nach der Teilnahme intensive Verhaltensänderungen stattfanden, so daß im Zusammenhang mit den oben erwähnten Anwendungen in anderen Lebensbereichen die These der Generalisierung der erlernten Techniken und Methoden ihre Bestätigung findet.

Vergleich mit den Ergebnissen der VHS-Kurse

Auch bei diesem Kurssystem fand sich ein hoher Generalisierungseffekt. Etwas geringer war hier die Quote derjenigen Nullkonsumenten, die die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen anwandten.

Zudem fällt bei den erfolgreichen Teilnehmern der VHS-Kurse auf, daß bei ihnen ein, wenn auch geringer, Anstieg im Konsum alkoholischer Getränke zu verzeichnen ist, während bei den erfolgreichen Teilnehmern des NDR-Programms auch in diesem Bereich eine Reduktion des Konsums stattfand. In den anderen Verhaltensbereichen sind sowohl in der Tendenz als auch in der Quantität vergleichbare Erfolge erzielt worden.

5. RAUCHER-, NICHTRAUCHERKARRIEREN

Was unterscheidet nun Raucher von Nichtrauchern? Welche Merkmale unterscheiden sie, wie erleben Raucher und Nichtraucher ihre Entwöhnung, welchen Versuchungen sind sie ausgesetzt, welche Begleiterscheinungen treten auf?

5.1 Demografische Merkmale unterschiedlicher Erfolgsquoten

Hinsichtlich der wichtigsten demografischen Merkmale wie Geschlecht, Alter und Berufstätigkeit bestehen keinerlei Unterschiede zwischen erfolgreichen und nicht erfolgreichen Teilnehmern.

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über diese Merkmale der Teilnehmer insgesamt sowie der beiden Kontrastgruppen.

Abb. : Überblick über die demografischen Merkmale

	Gesamt der Kursteilnehmer	Nullkonsum	Mißerfolg
	%	%	%
• Geschlecht			
- männlich	53	55	53
- weiblich	47	45	47
• Alter			
- bis 29 Jahre	49	49	49
- 30-39 Jahre	29	33	28
- 40-49 Jahre	12	9	13
- 50 Jahre u. älter	9	8	10
• Berufstätigkeit			
- ja	82	80	82
- nein	18	20	18
• Familienstand			
- ledig/alleinstehend	56	54	56
- verheiratet/fester Partner	44	46	44

Diese Angaben, wie auch die folgenden, beziehen sich auf die Situation zu Kursbeginn.

5.2 Gesundheitsmerkmale unterschiedlich erfolgreicher Gruppen

In der ersten Befragung wurden die Teilnehmer aufgefordert, eine subjektive Einschätzung ihres Gesundheitszustandes und der Intensität der Belastung durch psycho-soziale Probleme abzugeben. Leider konnten diese Angaben nicht von allen in die Gesamtbilanzierung eingehenden Teilnehmern gewonnen werden. Der Anteil fehlender Angaben ist jedoch bei Rauchern und Nichtrauchern in etwa gleich hoch, so daß ein Vergleich für diese beiden Gruppen möglich ist. Die Vermutung, daß der Erfolg heutiger Nichtraucher u. a. durch eine höhere gesundheitliche Belastung und dem daraus resultierenden erhöhten "Leidensdruck" zu erklären ist, bewahrheitet sich nicht! In beiden Kontrastgruppen bezeichnen jeweils ca. die Hälfte der Teilnehmer ihren Gesundheitszustand als gut bis sehr gut.

Lediglich hinsichtlich der psycho-sozialen Problembelastung waren heutige Raucher als etwas stärker belastet anzusehen. 75% sind sehr stark oder stark durch Probleme dieser Art belastet. Die hieraus resultierende Nervosität und Anspannung könnte mit ein Grund für ihren fehlenden Erfolg im Kurs bzw. in der Folgezeit sein. Die folgende Abbildung gibt einen Überblick über diese Merkmale in den beiden Kontrastgruppen.

Abb. : Gesundheitsmerkmale unterschiedlich erfolgreicher Gruppen zu Kursbeginn

	Gesamt	Nullkonsum	Mißerfolg
o Gesundheitszustand bei Kursbeginn			
- sehr gut/gut	46%	45%	44%
- zufriedenstellend	36%	37%	36%
- sehr schlecht/schlecht	18%	18%	20%
o Psycho-soziale Problembelastung zu Kursbeginn			
- sehr stark/stark	73%	70%	75%
- weniger stark	20%	23%	19%
- kaum / nicht	7%	7%	7%

5.3 Zigarettenkonsum vor dem Kurs

Es stellte sich die Frage, ob heutige Nichtraucher bereits vor Kursbeginn einen anderen Umgang mit der Zigarette aufwiesen.

Hauptindikator hierfür ist die tägliche Anzahl von gerauchten Zigaretten vor dem Kurs. Auch hier gibt es keine Anzeichen dafür, daß ein besonders niedriger täglicher Konsum etwa den Nullkonsum erleichtere oder erschwere. Die beiden Erfolgsgruppen sind hinsichtlich dieser Merkmale beinahe identisch.

Abb. : Zigarettenkonsum vor Kursbeginn

	Gesamt	Nullkonsum	Mißerfolg
• täglicher Zigarettenkonsum von...			
- 1-10 Zigaretten	7%	9%	7%
- 11-15 Zigaretten	10%	11%	10%
- 16-20 Zigaretten	24%	26%	24%
- 21-40 Zigaretten	50%	45%	52%
- 41 Zigaretten und mehr	9%	10%	8%

Zusammenfassend läßt sich sagen, daß es offenbar aus dem Bereich der demografischen und gesundheitlichen Merkmale sowie aufgrund der Konsumintensität keine brauchbaren Prädiktoren für einen Erfolg gibt.

Einzig scheint eine erhöhte Belastung durch psycho-soziale Probleme einen nachhaltigen Erfolg zu erschweren, nicht jedoch generell zu verhindern. Belastungen in der Familie, am Arbeitsplatz oder im Freundeskreis werden weiterhin mit dem Griff zur Zigarette beantwortet oder zumindest kurzfristig erträglicher. Die Tatsache jedoch, daß auch weit über zwei Drittel der heutigen Nullkonsumenten über eine hohe Belastung in diesem Bereich klagte, legt die These nahe, daß es auch andere Verhaltensweisen gibt, mit denen ein Entwöhnungswilliger diesen Problemen begegnen kann.

5.4 Situationen starker Versuchung

Der Wunsch allein, nicht mehr zu rauchen, führt noch nicht zum Erfolg. Auf den ehemaligen Teilnehmer wirken eine Vielzahl von Situationen ein, die ihm den Griff zur Zigarette nahelegen.

Die Kenntnis dieser Versuchungssituation, die Antizipation und spielerische Aufarbeitung im Trainingsprogramm kann ihm allerdings ein späteres Umgehen mit diesen Situationen erleichtern. Um den Autoren und den Initiatoren künftiger Sendungen ein Bild von der Vielfalt und der Intensität dieser Versuchungssituationen zu vermitteln, soll im folgenden dargestellt werden, wie stark diese Versuchung in einzelnen Situationen wirkt. Hierzu werden Nichtraucher und Raucher zu den jeweiligen Befragungszeitpunkten dargestellt. Es handelt sich also um Personen, die zu den jeweiligen Zeitpunkten nach Programmende rauchten bzw. den Nullkonsum aktuell erreicht hatten.

Abb. : Situationen starker Versuchung in unterschiedlich erfolgreicher Gruppen

Situation starker Versuchung	Nullkonsum					Raucher				
	Zeitpunkt der Befragung					Zeitpunkt der Befragung				
	6M	18M	30M	42M	54M	6M	18M	30M	42M	54M
• nach dem Essen	16%	7%	11%	8%	6%	82%	76%	70%	74%	80%
• wenn jemand eine Zigarette anbietet	9%	10%	5%	9%	6%	44%	37%	50%	45%	47%
• zur Entspannung	22%	16%	13%	4%	6%	61%	50%	61%	57%	64%
• während der Arbeitszeit	7%	3%	2%	1%	3%	42%	46%	43%	41%	47%
• in Gesellschaft	37%	26%	21%	23%	16%	85%	78%	85%	81%	87%
• am Morgen	5%	4%	3%	3%	1%	46%	44%	47%	46%	51%
• bei Konzentration	20%	17%	10%	5%	10%	59%	56%	58%	53%	59%
• zur Beruhigung	47%	34%	28%	20%	18%	74%	71%	79%	74%	80%

Generell fällt zunächst auf, daß Nullkonsumenten weniger stark Versuchungssituationen erleben. Dies kann zum einen damit zusammenhängen, daß sie Situationen starker Versuchung aktiv vermeiden (z.B. Gesellschaft mit mehreren Rauchern) oder aber, daß die gleiche Situation bei ihnen eine andere Erlebnisqualität erhalten hat. Zudem scheint bei ihnen ein Lerneffekt eingetreten zu sein. Erlebten nach 6 Monaten noch 20% bei starker Konzentration eine Versuchung, zur Zigarette zu greifen, waren dies nach 4 1/2 Jahren nur noch 10%. Rauchen wird offenbar nicht mehr mit bestimmten Handlungen (nach dem Essen) oder Stimmungen (zur Entspannung) ge-

koppelt. Der quasi automatische Griff zur Zigarette wird bewußt und zunächst als große Versuchung angesehen; im Laufe der Zeit jedoch tritt diese Versuchung immer stärker in den Hintergrund.

Auch bei den Rauchern ist eine interessante Entwicklung zu erkennen; nach einer anfänglich hohen Versuchungsintensität vor allem in den Bereichen der Interaktion ("in Gesellschaft") und der Stimmungsregulation ("bei Konzentration", "zur Entspannung"), die wohl noch mit den im Trainingsprogramm erlernten Techniken der Bewußtmachung eigener Handlungen in Zusammenhang steht, fällt diese Intensität bis zum Zeitpunkt 1 1/2 Jahre nach der Teilnahme stetig ab, um dann wieder sprunghaft anzusteigen. Diese letzte Phase kann wohl nur als Situationsbeschreibung interpretiert werden; die Raucher geben hier an, in welchen Situationen sie zur Zigarette greifen, ohne sich der erlernten Techniken der Selbstkontrolle zu erinnern.

Diese Ergebnisse sollten stärker noch als bisher bei der Planung und Durchführung weiterer Raucherentwöhnungsprogramme berücksichtigt werden. Erfahrungsgemäß beseitigt eine realistische Antizipation von Versuchungssituationen zwar nicht die Versuchung selbst, gibt jedoch Verhaltensweisen an die Hand, diese Situationen zu meistern.

Vergleich mit den Ergebnissen der VHS-Kurse

Abgesehen von der bereits oben erwähnten unterschiedlichen Teilnehmerstruktur, waren auch hier keine demografischen oder gesundheitlichen Merkmale auszumachen, die erfolgreiche von weniger erfolgreichen Teilnehmern unterschied.

Auch hier war eine stärkere Problembelastung der heutigen Raucher zu Kursbeginn zu beobachten. Hinsichtlich des Konsums vor Kursbeginn sind keine Differenzierungen zwischen Teilnehmern der beiden Systeme zu beobachten. Auch hinsichtlich der Versuchung zum Rauchen sind die Ergebnisse in etwa gleich.

6. BEWERTUNG DES TRAININGSPROGRAMMS

Die vorliegende Untersuchung hatte die Population der "aktiven Teilnehmer" des Trainingsprogramms "Runter vom Rauchen" zum Gegenstand. Dieses Programm war eines der ersten dieser Art, das sich des Mediums Hörfunk bediente.

Aufgrund der Ergebnisse der begleitenden Erfolgskontrolle, vor allem in der ersten Befragungswelle, konnten wichtige Erkenntnisse über das Teilnehmerpotential, die demografische Struktur der Teilnehmer sowie der Hörsituation und der Beurteilung des Programms selber gewonnen werden.

Um ein endgültiges Fazit des Teilnehmererfolges ziehen zu können, muß vor allem die "natürliche" Reduktion berücksichtigt werden.

Wie bereits unter II.5 erläutert, haben in einer strukturell gleichen Gruppe Raucher 10% auch ohne Teilnahme an einem Trainingsprogramm das Rauchen aufgegeben. Diese Quote muß vom Gesamterfolg des Programms (= 22% Nichtraucher) abgezogen werden, so daß sich ein Nettogewinn von ca. 12% ergibt. Dieser scheinbar geringe Gewinn berücksichtigt allerdings nicht die weiteren multiplikatorischen Wirkungen der Teilnehmer und deren Verhaltensänderungen in anderen Bereichen. Zudem handelt es sich hier nicht um kurzfristige Veränderungen des Rauchverhaltens, sondern diese Personen können nach einem Zeitraum von 4 1/2 Jahren als langfristig stabile Nichtraucher angesehen werden, die ohne die Teilnahme den Nullkonsum nicht erreicht hätten.

Ein fiktives Rechenbeispiel soll nochmals die Bedeutung dieser Zahl verdeutlichen: Gelänge es, alle Raucher (= ca. 17,1 Mio.) in der Bundesrepublik zu bewegen, an einem solchen Programm teilzunehmen, so könnten über 2 Mio. habitualisierte starke Raucher langfristig den stabilen Nullkonsum erreichen.

A n h a n g

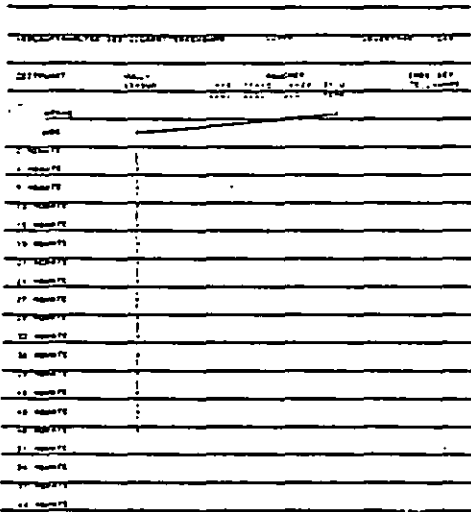
1. DAS PRINZIP DER HOCHRECHNUNG

Ausgangspunkt der Untersuchung waren 946 Personen, von denen Daten über ihren Zigarettenkonsum zu mindestens einem Zeitpunkt nach Kursende vorliegen. Nur von einem kleinen Teil dieses Persondnkreises (19%) liegen Informationen über den Untersuchungszeitraum von 4 1/2 Jahren vor.

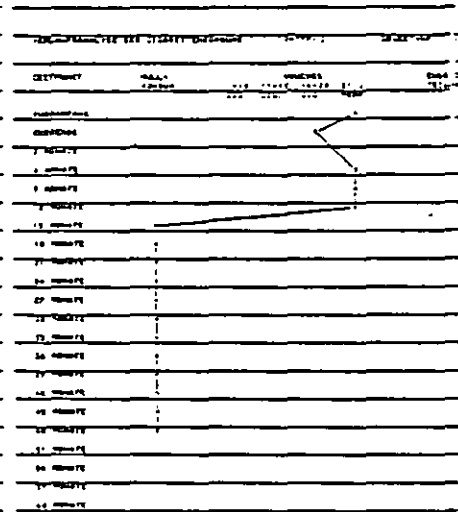
Für jeden Teilnehmer wurde auf der Basis vorliegender Informationen ein Verlauf der Reduktionsbemühungen nachgezeichnet. Diese Verlaufsbeschreibungen wurden 11 Typen zugeordnet, so daß alle 946 Teilnehmer einem der Verlaufstypen angehört.

Auf den folgenden Seiten werden 6 symptomatische Abbildungen dargestellt, die die individuellen Verläufe, Probleme und Erfolge der Teilnehmer ausreichend kennzeichnen.

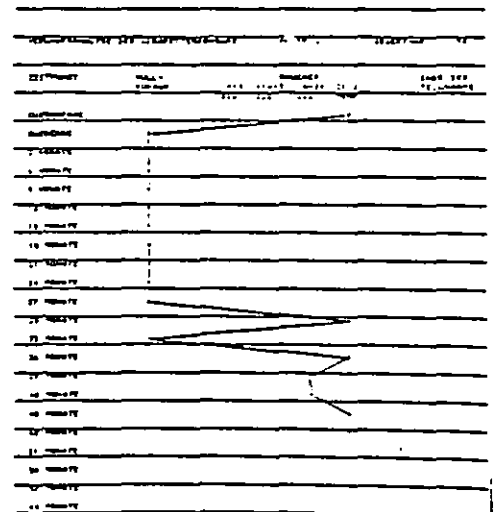
① Durchgehend Nullkonsum



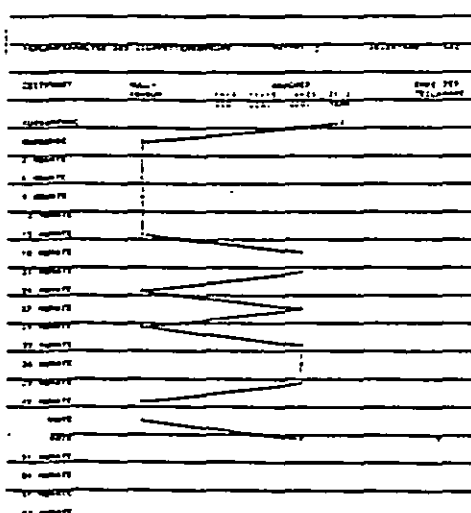
③ Kursende ohne Erfolg; heute Nullkonsum



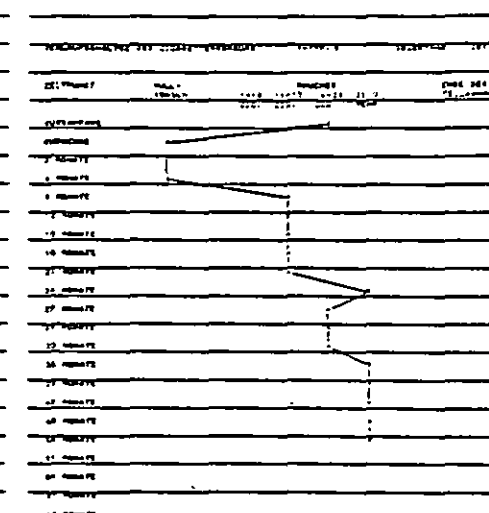
④ Mindestens 6 Monate Nullkonsum; dann Rückfall



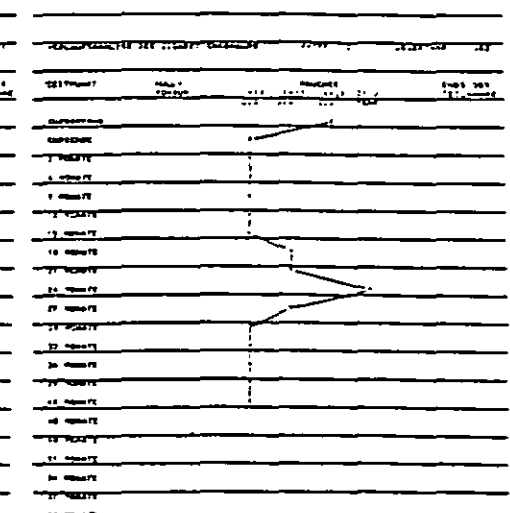
⑤ Kursende Nullkonsum; dann Rückfall; erneut Nullkonsum; heute Raucher



⑥ Kursende Nullkonsum; dann stufenweise oder starker Rückfall



⑩ Reduktion, aber nie Nullkonsum



Diese Abbildungen veranschaulichen u.E. sehr deutlich, welche Bewegungen nach Programmende noch stattfanden. So sind z. B. nur die Gruppen 1 und 10 ("durchgehend Nullkonsum" und "Reduktion, aber nie Nullkonsum") als einigermaßen stabil zu betrachten. Die Gruppe 3 verdeutlicht, wie auch nach dem Trainingsprogramm ein Erfolg zu erreichen ist, während die Gruppe 4 zeigt, daß auch ein über 6monatiger Nullkonsum noch kein Garant für einen bleibenden Erfolg ist. Wie bereits erwähnt, ist allerdings das zeitliche Niveau, und somit die Sicherheit der endgültigen Zuordnung recht unterschiedlich. Als zusätzliches Problem stellte sich die Tatsache, daß nicht jeder ausscheidende Teilnehmer eine Information zum augenblicklichen Konsum abgab, bzw. abgeben konnte (Adreßänderungen, Todesfälle). Aus diesem Problem heraus wurden das " Prinzip der Zuordnung qualitätsneutraler Ausfälle" sowie das " Prinzip der sequentiellen Hochrechnung" entwickelt.

Beide Berechnungsweisen beruhen auf der These, daß Teilnehmer, von denen keine Informationen mehr vorliegen, sich genauso verhalten wie Teilnehmer, die inhaltliche Informationen abgaben.

Die letzte Information der Person war:

ZEITPUNKT DER LETZTEN INFORMATION	NICHTRAUCHER	KEINE INHALTLICHE INFORMATION	RAUCHER	BEFRAGUNGSTEILNEHMER NICHTRAUCHER
6 Monate	13%	?	87%	24%
Gesamtbilanz nach 6 Monaten	21%	Nichtraucher 13% Raucher 87%	79%	
1 1/2 Jahren	19%	?	81%	31%
Gesamtbilanz nach 1 1/2 Jahren	16%	19% 81%	84%	
2 1/2 Jahren	14%	?	86%	34%
Gesamtbilanz nach 2 1/2 Jahren	16%	14% 86%	84%	
3 1/2 Jahren	28%	?	72%	40%
Gesamtbilanz nach 3 1/2 Jahren	19%	19% 81%	81%	
4 1/2 Jahren	23%	?	77%	43%
Gesamtbilanz nach 4 1/2 Jahren	22%	23% 77%	78%	

1.1 Prinzip der Zuordnung qualitätsneutraler Ausfälle

Wir betrachten die Gruppe der Personen, die zu einem Befragungszeitpunkt ausschieden, unabhängig davon, ob sie inhaltliche Informationen abgaben oder nicht, als 100%. Die Hypothese besteht nun darin, daß die Relation von Rauchern und Nichtrauchern in der Gruppe derjenigen, die ohne inhaltliche Information ausschieden, dieselbe ist wie in der Gruppe derjenigen, die noch inhaltliche Informationen abgaben. Dieses Verhältnis wird also auf die Gruppe ohne inhaltliche Information übertragen.

Das Gesamt, d.h. die Summe eindeutiger und hochgerechneter Personen, wird in Raucher und Nichtraucher getrennt als Gruppe betrachtet, die zu diesem Zeitpunkt die letzte Information abgab. Die gegenüberliegende Abbildung veranschaulicht diesen Prozeß der Zuordnung noch einmal.

Nach 6 Monaten gaben 24% aller Befragungsteilnehmer an, Nichtraucher zu sein.

Personen, die zu diesem Zeitpunkt bereits ausschieden, aber noch inhaltliche Informationen abgaben, waren zu 13% Nichtraucher und zu 87% Raucher. Diese Relation wurde nun auch auf den Personenkreis übertragen; von denen keinerlei Informationen mehr vorliegen.

1.2 Prinzip der sequentiellen Hochrechnung

Sämtliche Teilnehmer an einer Zeitpunkterhebung wurden in 3 Gruppen eingeteilt:

1. Personen, von denen zu diesem und zu einem späteren Zeitpunkt inhaltliche Informationen vorliegen.

2. Personen, die zu diesem Zeitpunkt ausdrücklich darauf hinwiesen, daß sie Raucher sind und nicht mehr befragt werden wollen.
3. Personen, von denen zu diesem Zeitpunkt eine letzte inhaltliche Information vorliegt.

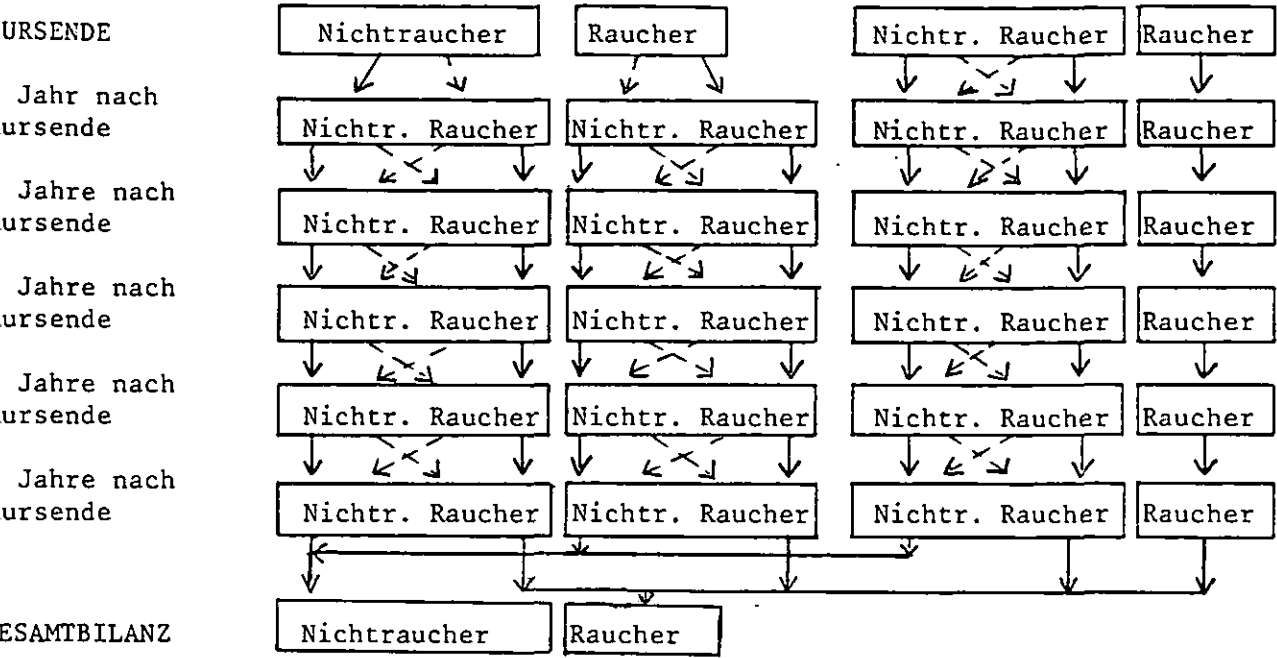
Diese dritte Gruppe wurde im Rahmen der Hochrechnung entsprechend der weiteren Entwicklung der ersten Gruppe behandelt. Hierzu wurde analysiert, wie viele Raucher bis zur nächsten Befragung Nichtraucher wurden, wie viele Nichtraucher rückfällig wurden und wie viele ihr Ergebnis halten konnten.

Entsprechend diesen Proportionen wurden die Personen, für die keine weiteren Informationen mehr vorlagen, hochgerechnet. Ausgeklammert aus der Hochrechnung wurde die Gruppe, die zu diesem Zeitpunkt wegen Mißerfolgs ausschied. Von ihnen wurde angenommen, daß sie es nicht mehr schaffen, den Nullkonsum zu erreichen und wurden insgesamt als dauerhafte Raucher bilanziert. Das gegenüberliegende Schema verdeutlicht nochmals die Vorgehensweise.

Die bereits dargestellten Verlaufstypen für jeden Teilnehmer konnten durch diese Vorgehensweise für alle Teilnehmer, unabhängig von der Dauer der Teilnahme an der Untersuchung, hochgerechnet werden.

Prinzip der sequentiellen Hochrechnung

ONSUM ZUM ZEIT- UNKT	<u>Angaben zu diesem und zum nächsten Zeitpunkt vorhanden</u>	jeweils letzte Angabe	VERWEIGERUNG WEGEN MISSEFOLG
-------------------------	---	--------------------------	---------------------------------



Auf den folgenden Seiten werden die empirisch gebildeten Verlaufstypen dargestellt. Hierbei wird jeweils ein typisches Beispiel einer Person abgebildet sowie der Prozentsatz derjenigen Teilnehmer ($N = 946$), für die dieser Verlaufstyp zutrifft, ausgewiesen.

Durchgehend Null - Konsum: 6%

VERLAUFSANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJEKT-NR. : 2021

ZEITPUNKT	NULL-KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10	11-15	16-20	21 U.	
		ZIG.	ZIG.	ZIG.	MEHR	
KURSANFANG					\$	
KURSENDE	\$					
3 MONATE	*					
6 MONATE	\$					
9 MONATE	*					
12 MONATE	*					
15 MONATE	*					
18 MONATE	\$					
21 MONATE	*					
24 MONATE	*					
27 MONATE	*					
30 MONATE	\$					
33 MONATE	*					
36 MONATE	*					
39 MONATE	*					
42 MONATE	\$					
45 MONATE	*					
48 MONATE	*					
51 MONATE	*					
54 MONATE	\$					



Heute Null - Konsum, vorher Rückfall: 6%

VERLAUFANALYSE DES ZIGPETTENKONSUMS

OBJEKT-NR.: 2070

ZEITPUNKT	VOLL- KONSUM	RÜCKFALL				ENDE DER TEILNAHME
		1-10 ZIG.	11-15 ZIG.	16-20 ZIG.	21-30 MONAT	
KURSAUFANG						
KURSENDE		1				
3 MONATE						
6 MONATE	*					
9 MONATE		1				
12 MONATE						
15 MONATE						
18 MONATE						
21 MONATE						
24 MONATE	*					
27 MONATE	*					
30 MONATE	*					
33 MONATE	*					
36 MONATE	*					
39 MONATE	*					
42 MONATE	*					
45 MONATE	*					
48 MONATE	*					
51 MONATE	*					
54 MONATE	*					

OBJEKT-NR.: 2006



Mindestens 6 Monate Null - Konsum, dann Rückfall: 3%

VERLAUFSANALYSE DES ZIGAFETTENKONSUMS

OEJEIT-NO.: 2015

ZEITPUNKT	NULL- PUNKT	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10	11-15	16-20	21 u. mehr	
KURSANFANG		1	1	1	1	
KURSENDE		1				
3 MONATE	*					
6 MONATE	*					
9 MONATE	*					
12 MONATE	*					
15 MONATE	*					
18 MONATE	*					
21 MONATE	*					
24 MONATE			*			
27 MONATE				*		
30 MONATE				*		
33 MONATE				*		
36 MONATE				*		
39 MONATE				*		
42 MONATE				*		
45 MONATE				*		
48 MONATE				*		
51 MONATE				*		
54 MONATE				*		

VERLAUFSANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJET: NR.: 205

ZEITPUNKT	NOLL- FONDSUM	RAUCHER				ENDE DE TEILNEH
		1-10	11-15	16-20	21 U.	
		ZIG	ZIG.	ZIG.	MEHR	
KURSAUFANG		2				
KURSENDE	\$					
3 MONATE	*					
6 MONATE		\$				
9 MONATE	.					
12 MONATE		*				
15 MONATE		*				
18 MONATE		\$				
21 MONATE		*				
24 MONATE		*				
27 MONATE		*				
30 MONATE		\$				
33 MONATE		*				
36 MONATE		*				
39 MONATE		*				
42 MONATE		\$				
45 MONATE		*				
48 MONATE		*				
51 MONATE		*				
54 MONATE		\$				

Kursende Null - Konsum, dann stufenweiser Rückfall: 7%

VERLAUFSANALYSE DES ZIGNETTENKONSUMS

OBJEKT-NR. : 2095

ZEITPUNKT	ROLL- KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10	11-15	16-20	21 u.	
		ZIG.	ZIG.	ZIG.	NEHR	
KURSAUFANG						
KURSENDE						
3 MONATE						
6 MONATE						
9 MONATE						
12 MONATE						
15 MONATE						
18 MONATE						
21 MONATE						
24 MONATE						
27 MONATE						
30 MONATE						
33 MONATE						
36 MONATE						
39 MONATE						
42 MONATE						
45 MONATE						
48 MONATE						
51 MONATE						
54 MONATE						

Kursende stark reduziert, dann Rückfall: 12%

VEPLAUFANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJEKT-NR.: 2027

ZEITPUNKT	NULL-KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10 ZIG.	11-15 ZIG.	16-20 ZIG.	21 U. MEHR	
KURSANFANG				!		
KURSENDE		!				
3 MONATE						
6 MONATE		!				
9 MONATE		!				
12 MONATE			!			
15 MONATE		*				
18 MONATE		!				
21 MONATE			*			
24 MONATE			*			
27 MONATE			*			
30 MONATE			!			
33 MONATE				*		
36 MONATE				*		
39 MONATE				*		
42 MONATE				!		
45 MONATE			*			
48 MONATE				*		
51 MONATE				*		
54 MONATE				!		



Kursende ohne Erfolg, zwischendurch Null - Konsum,
heute Raucher: 8%

VERLAUFSAANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJEKT-NR.: 2028

ZEITPUNKT	NULL- KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10 ZIG.	11-15 ZIG.	16-20 ZIG.	21 U MEHR	
KURSAUFANG		\$				
KURSENDE		\$				
3 MONATE		*				
6 MONATE					\$	
9 MONATE			*			
12 MONATE						
15 MONATE			*			
18 MONATE		\$				
21 MONATE		*				
24 MONATE			*			
27 MONATE		*				
30 MONATE		\$				
33 MONATE		*				
36 MONATE	*					
39 MONATE	*					
42 MONATE		\$				
45 MONATE		*				
48 MONATE		*				
51 MONATE		*				
54 MONATE		\$				

OBJEKT-Nº.: 2002



Reduktion, aber nie Null - Konsum: 11%

VERLAUFSANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJEKT-NR.: 2034

ZEITPUNKT	NULL- KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10 ZIG.	11-15 ZIG.	16-20 ZIG.	21 u. MEHR	
KURSANFANG						
KURSENDE						
3 MONATE		*				
6 MONATE		*				
9 MONATE			*			
12 MONATE			*			
15 MONATE			*			
18 MONATE		*				
21 MONATE		*				
24 MONATE		*				
27 MONATE		*				
30 MONATE		*				
33 MONATE		*				
36 MONATE		*				
39 MONATE		*				
42 MONATE		*				
45 MONATE		*				
48 MONATE		*				
51 MONATE		*				
54 MONATE		*				

Mißerfolg, keine Information über den Verlauf: 12%

VERLAUFSANALYSE DES ZIGARETTENKONSUMS

OBJEKT-NR.: 2011

ZEITPUNKT	NULL-KONSUM	RAUCHER				ENDE DER TEILNAHME
		1-10 ZIG.	11-15 ZIG.	16-20 ZIG.	21 U. MEHR	
KURSANFANG						
KURSENDE						
3 MONATE						
6 MONATE						
9 MONATE						
12 MONATE						
15 MONATE						
18 MONATE						
21 MONATE						
24 MONATE						
27 MONATE						
30 MONATE						
33 MONATE						
36 MONATE						
39 MONATE						
42 MONATE						
45 MONATE						
48 MONATE						
51 MONATE						
54 MONATE						A