

IMW KÖLN

FORSCHUNG · PLANUNG
EVALUIERUNG
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

100033 A

ARCHIVEXEMPLAR

Reg.-No. 100033
(13.2.50)

13.01.82



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE

des

Raucherentwöhnungskurses der BZgA
in Volkshochschulen und anderen
Einrichtungen der Erwachsenenbildung

6. Nachbefragung
bei Teilnehmern aus dem Frühjahr 1978
(48 Monate nach Kursende)

—
5. Nachbefragung
bei Teilnehmern aus dem Herbst 1978
(42 Monate nach Kursende)

MATERIALBAND

<u>INHALT</u>	Seite
I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND	I
1. Zielsetzungen der Untersuchung und Verknüpfung mit vorangegangenen Untersuchungen	I
1.1 Zielsetzungen	I
1.2 Register der bisher vorliegenden Unter- suchungsberichte	V
2. Überblick über Stichproben und Verfahren	VI
3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes	IX
3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes	IX
3.2 Erläuterungen der Tabellenköpfe und Analysegruppen	IX
3.3 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen	XII
4. Inhaltsregister des Tabellenteils	XIII
II. TABELLENTEIL	1-114
III. BEFRAGUNGSUNTERLAGEN	115

I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND

1. ZIELSETZUNGEN DER UNTERSUCHUNG UND VERKNÜPFUNG MIT VORANGEGANGENEN UNTERSUCHUNGEN

1.1 Zielsetzungen

Die Raucherentwöhnungskurse der BZgA werden seit 1978 auf breiter Basis an Volkshochschulen und anderen Institutionen der Erwachsenenbildung eingesetzt. Die Teilnehmer dieses ersten Kursjahres 1978 werden seitdem systematisch nachverfolgt. Zu diesem Zweck wurden bisher 4 Untersuchungsstufen durchgeführt, deren Ergebnisse der BZgA in mehreren Einzelberichten und einem zusammenfassenden Materialband bereits vorliegen (siehe Register der bisher vorliegenden Untersuchungsberichte auf Seite V).

Gegenstand des vorliegenden Berichtes ist der 5. Untersuchungsabschnitt im Jahr 1982. Dieser Untersuchungsabschnitt konzentriert sich zunächst auf die Fortsetzung bzw. Ergänzung der bisherigen Untersuchungsstufen. Im Vordergrund stehen folgende Zielsetzungen:

- o Messung der Quote und Stabilität des teilnehmerbezogenen Erfolgs nach 42 bzw. 48 Monaten.
 - o Erfassung weiterer Maßstäbe zur Systembewertung (Multiplikatorwirkungen, Verhaltensänderungen im sozialen Umfeld und in anderen Verhaltensbereichen).
 - o Analyse spezifischer Auswirkungen und Veränderungen im Verhalten der Teilnehmer.
 - o Verlaufsanalyse der Reduktion und Erfassung typischer Reduktions- bzw. Stabilitätsmuster im Verlauf von 4 Jahren
 - o Vergleichbarkeit zu entsprechenden anderen Untersuchungen
- Ein weiterer Baustein zur Gesamtbewertung der Nichtraucher-Kurse ist der Vergleich der Ergebnisse mit den Daten anderer

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

Die folgende Übersicht verdeutlicht noch einmal den Zusammenhang zwischen den Erhebungstatbeständen der 5. Untersuchungsstufe und den Erhebungstatbeständen früherer Untersuchungsstufen.

ÜBERSICHT: Erhebungstatbestände der 5. Untersuchungsstufe und Veränderungen zu anderen Erhebungsstufen

1

1 KOMPLETTIERUNG FRÜHER ERHOBENER INFORMATIONEN	Gleicher Erhebungstatbestand in ...				
	NB Kursende	NB 6 Mon.	NB 12 Mon.	NB 18/24 Mon.	NB 30/36 Mon.
o Kursabbruch		x	x	x	x
o Zigarettenkonsum bei Kursende	x	x	x	x	x

2 ANFÜGUNG VON WEITEREN MESSPUNKTEN	Zeitreihenvergleich möglich mit ...							
	Befr. Kurs-anfang	NB Kurs-ende	NB 6 Mon.	NB 12 Mon.	NB 18 Mon.	NB 24 Mon.	NB 30 Mon.	NB 36 Mon.
o Aktueller Zigarettenkonsum	x	x	x	x	x	x	x	x
o Rauchen von Zigarren und Pfeife	x	x	x	x	x	x	x	x
o AN NICHTRAUCHER: Schwierigkeit der Beigehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr	o							
Vertrauen in Stabilität des erzielten Ergebnisses					x	x	x	x
o AN RAUCHER: Längste Periode des Nullkonsums					o	o		
Subjektive Beurteilung des derzeitigen Konsums					x	x	x	x
Bereitschaft zur erneuten Reduktion				x	x	x	x	x
Versuchungs- und Rückfallanlässe							o	o
o Aktivitäten zur Kontrolle des Zigarettenkonsums							o	o
o Art der unternommenen Aktivitäten							o	o
o Erlebte Veränderungen durch Reduktion		x	x	x	x	x	x	x
o Veränderung des Körpergewichts			o	o	o	o	x	x
o Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	o	x	x	x	x	x	x	x

LEGENDE: x = uneingeschränkt vergleichbar

o = mit Einschränkungen vergleichbar

NB = Nachbefragung zum Zeitpunkt ...

ÜBERSICHT: Erhebungstatbestände der 5. Untersuchungsstufe und
Veränderungen zu anderen Erhebungsstufen

2

3 NEUE ERHEBUNGSTATBESTÄNDE

- o Subjektive Einstufung des Reduktionsverlaufs seit Kursende
- o Veränderungen in einzelnen gesundheitsrelevanten Verhaltensbereichen
- o Entwicklung der Zahl der Raucher
 - in der Familie
 - im Freundes- und Bekanntenkreis
 - am Arbeitsplatz
- o Eigener Einfluß auf diese Entwicklung
 - in der Familie
 - im Freundes- und Bekanntenkreis
 - am Arbeitsplatz
- o Übertragung der erlernten Techniken in andere Verhaltens- und Lebensbereiche
- o Lebens- und Verhaltensbereiche, in denen die erlernten Techniken angewendet werden

1.2 Register der bisher vorliegenden Untersuchungsberichte

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

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

2. UEBERBLICK UEBER STICHPROBEN UND VERFAHREN

Nach Bereinigung der Stichprobe der 4. Untersuchungsstufe um Adreßausfälle und endgültige Verweigerungen standen für die 5. Untersuchungsstufe insgesamt 508 noch angehbare Adressen zur Verfügung (d.h.ca. 40% der Ausgangsadressen aus dem Jahr 1978). Diese Personen erhielten wie gewohnt einen schriftlichen Fragebogen mit entsprechendem Begleitmaterial sowie einen standardisierten Rückmeldebogen. Nach Ablauf von 3 Wochen wurden die Personen, die bis dahin nicht reagiert hatten, gemahnt. Dabei erhielten sie noch einmal das komplette Befragungsmaterial. Nach weiteren 4 Wochen erfolgte eine zweite Mahnung, und zwar in Form einer ebenfalls standardisierten Rückantwortkarte. Durch dieses mehrstufige Verfahren sollte sichergestellt werden, daß für einen möglichst großen Personenkreis zumindest eine Minimalinformation zum Zwecke der Erfolgsbilanzierung vorliegt.

Die Übersicht auf der folgenden Seite gibt einen Gesamtüberblick über die Stichproben der 5. Untersuchungsstufe sowie über die Reaktion auf die Befragung 1982.

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

	STICHPROBEN					
	Kurse Frühj./Sommer 1978		Kurse Herbst/Winter 1978		Gesamt	
	abs.	%	abs.	%	abs.	%
① Ursprüngliche Ausgangsstichprobe für die postalische Nachbefragung	579		695		1.274	
② Ausgangsstichprobe für qualifizierte Verlaufsanalysen (= Teilnehmer, die mit Sicherheit am Kurs teilgenommen haben)	451		566		1.017	
STICHPROBENBEREINIGUNG durch Adreßänderungen und endgültige Verweigerungen im Verlauf von 4 Befragungswellen	344		415		759	
NACHBEFRAGUNG 42 bzw. 48 MONATE NACH KURSENDE						
1. Ausgangsstichprobe	235		280		515	
2. Gesamtreaktionsquote	111	47,2	156	55,7	267	51,8
<u>davon:</u>						
o ausgefüllte Fragebogen	54		76		130	
o unspezifische Verweigerung	26		34		60	
o Verweigerung, weil <u>Mißerfolg</u>	13		25		38	
o Verweigerung, weil Erfolg	3		2		5	
o nicht interpretierbare Rücksendungen	-		1		1	
o Adreßänderung, Todesfälle	15		18		33	
3. Ohne jegliche Information	124	52,8	124	44,3	248	48,2
STICHPROBENBEREINIGUNG* durch Adreßänderungen und endgültige Verweigerungen in der 42. bzw. 48 Monats-Nachbefragung	60		82		142	
AUSGANGSSTICHPROBE FÜR WEITERE BEFRAGUNGEN	175		198		373	
o in % der Ausgangsstichprobe ①		30,2		28,5		29,3
o in % der Ausgangsstichprobe ②		38,8		35,0		36,7
*) Die Stichprobenbereinigung fällt zahlenmäßig höher aus, als die in der Gesamtreaktionsquote ausgewiesenen Verweigerungen, weil auch eine Reihe der Personen, die einen ausgefüllten Fragebogen zurückschickten, bei weiteren Befragungen nicht mehr mitmachen wollen.						

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe umfaßt nach letztem Stand noch 373 Personen, d.h. 29 % der Teilnehmeradressen aus dem Jahr 1978 bzw. 37% der Teilnehmer, die mit Sicherheit am Kurs teilnahmen.

o ENDGÜLTIGE AUSFÄLLE INSGESAMT 71 %

<u>davon:</u>	
- wegen Adreßänderung	24,9 %
- unspezifische Verweigerung	29,0 %
- Verweigerung wegen Erfolg	3,2 %
- Verweigerung wegen Mißerfolg	35,3 %

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

Aufgrund der Steigerung der Verweigerungen wegen Mißerfolg in der 30 bzw. 36 Monatsnachbefragung ist zu vermuten, daß die erfolgreichen Kursteilnehmer in der aktuellen Analysestichprobe überpräsentiert sind. Die in der Grundauszählung ausgewiesenen aktuellen Erfolgswahlen sind daher unter dieser Einschränkung zu interpretieren. Maßgeblich für die Erfolgsbeurteilung insgesamt ist die im Untersuchungsbericht präsentierte Erfolgsbilanzierung auf der Basis der Verlaufsanalyse für alle Kursteilnehmer.

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

3. HINWEISE ZUM LESEN DES TABELLENBANDES

3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes

Der Tabellenband enthält folgende Tabellen:

o Auszählungen der Originalfragen

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

o Übersichten und Zusammenfassungen

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

o Auszählung des zusätzlich gebildeten Erfolgsmaßes "Reduktionsniveau"

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

3.2 Erläuterungen der Tabellenköpfe und Analysegruppen

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

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

KOPF 1 enthält die zentralen demografischen Merkmale Alter und Geschlecht sowie die subjektive Einstufung des Verlaufs der Zigarettenreduktion. Im einzelnen handelt es sich um folgende Merkmale:

o Geschlecht

- männlich
- weiblich

o Alter

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

o Subjektive Beurteilung des Reduktionsverlaufs

- Stabile Reduktion

(Personen, die den zum Kursende erreichten Null- bzw. reduzierten Konsum bis heute ohne Rückfall beibehielten oder noch weiter reduzierten)

- Auf und Ab

(Personen, bei denen es nach Kursende einen ständigen Wechsel zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion gegeben hat)

- keine Reduktion bzw. Rückfall

(Personen, die ihren Zigarettenkonsum nie spürbar reduzieren konnten bzw. die nach anfänglicher Reduktion wieder rückfällig wurden)

KOPF 2 enthält neben den Gesamtwerten für die beiden Kursgenera-

tionen Angaben über den Kursbesuch sowie Merkmale, die den Zigarettenkonsum der Teilnehmer zu einzelnen Zeitpunkten beschreiben.

- o Kursgeneration
 - Frühjahr/Sommer
 - Herbst/Winter

- o Kursbesuch
 - "Durchhalter" (Personen, die den Kurs bis zum Ende besuchten)
 - "Abbrecher" (Personen, die den Kurs nicht bis zum Ende besuchten)

- o Zigarettenkonsum vorher
 - bis 20 Zigaretten pro Tag
 - 21 - 30 Zigaretten pro Tag
 - 31 und mehr Zigaretten pro Tag

- o 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)

- o Reduktionsniveau heute (1982)
 - Nullkonsum (Personen, die den Nullkonsum erreicht haben)
 - 51% und mehr (Personen, die heute mehr als 50% ihres Ausgangskonsums rauchen = MISSERFOLG)

Weitere zusammenfassende Tabellen und Übersichten sind im Berichtband enthalten.

3.3 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen

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

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS			1
Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demografische Merkmale	Kopf 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
1.	Kursabbruch	1	58
2.1	Zigarettenkonsum bei Kursende	2	59
2.2	Zigarettenkonsum 42 bzw. 48 Monate nach Kursende	3	60
2.3	Reduktionsniveau 42 bzw. 48 Monate nach Kursende	4	61
3.1	Rauchen von Zigarren, Zigarillos, Stumpen	5	62
3.2	Rauchen von Pfeife	6	63
4.	Subjektive Beurteilung des Reduktionsverlaufs des Zigarettenkonsums seit Kursende	7	64
5.	Persönliche Erfolgskurve 1978-1982	8	65
	AN NICHTRAUCHER:		
6.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr (F)	16	73
7.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisierung des Nullkonsums (F)	17	74
7.1	Art der unternommenen Aktivitäten	18	75
8.	Vertrauen in die Stabilität des Kursergebnisses	19	76
	AN RAUCHER:		
9.	Versuchungs- und Rückfallanlässe (F)	20	77
10.	Längste Periode des Nullkonsums (F)	21	78
11.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduktion des Zigarettenkonsums (F)	22	79
11.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	23	80
12.	Subjektive Beurteilung des derzeitigen Zigarettenkonsums (F)	24	81
13.	Bereitschaft zur erneuten Reduktion (F)	25	82
14.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	26	83
14.1	Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)	30	87

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS		2	
Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demogra- fische Merkmale	Kopf 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
15.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	31	88
15.1	Erlebte Veränderungen durch Reduktion (Anteilswerte: sehr stark/stark)	35	92
16.	Veränderung des Körpergewichts	36	93
17.	Veränderungen in einzelnen gesundheits- relevanten Verhaltensbereichen	37	94
17.1	Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: neu begonnen/verstärkt)	40	97
17.2	Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: vermindert)	41	98
18.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme	42	99
	FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN:		
19.	Eigener Einfluß auf diese Entwicklung (F)	43	100
19.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	44	101
20.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freun- des- und Bekanntenkreis seit der Kursteil- nahme	45	102
	FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN:		
21.	Eigener Einfluß auf diese Entwicklung (F)	47	104
21.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	48	105
22.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Ar- beitsplatz	49	106
	FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN:		
23.	Eigener Einfluß auf diese Entwicklung (F)	51	108
23.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	52	109
24.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche	53	110
24.1	Lebens- und Verhaltensbereiche, in denen die erlernten Techniken angewendet wer- den (F)	54	111
S.1	Alter	55	112
S.2	Geschlecht	56	113
S.3	Wunsch nach Information über die Ergeb- nisse der Befragung	57	114

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

42 bzw. 48 Monate nach Kursende

Kopf 1

- ◉ Geschlecht
- ◉ Alter
- ◉ Subjektive Beurteilung des Reduktionsverlaufs

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		♂ männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich habe den Kurs bis zu Ende besucht	75	75	73	59	73	81	83	89	73	60
Ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen	25	25	27	41	27	19	17	11	27	40
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aalter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Keine Zigaretten	52	48	58	27	54	61	55	79	46	26
1 - 5 Zigaretten	13	13	13	27	10	14	7	4	16	21
6 - 10 Zigaretten	12	12	11	18	7	11	14	4	11	19
11 - 15 Zigaretten	7	11	0	9	2	6	14	2	8	10
16 - 20 Zigaretten	9	9	9	0	15	8	7	9	14	7
21 - 25 Zigaretten	2	2	2	9	2	0	0	2	0	5
26 - 30 Zigaretten	3	4	2	5	7	0	0	0	3	7
31 - 40 Zigaretten	2	1	2	0	2	0	3	0	0	5
41 Zigaretten und mehr	1	0	2	5	0	0	0	0	3	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Keine Zigaretten	51	51	51	45	46	56	52	91	32	17
1 - 5 Zigaretten	2	1	2	5	0	0	3	2	0	2
6 - 10 Zigaretten	6	6	7	5	7	8	3	0	14	7
11 - 15 Zigaretten	6	6	7	9	5	6	7	0	14	7
16 - 20 Zigaretten	15	9	24	9	12	14	24	6	24	17
21 - 25 Zigaretten	5	8	0	14	5	3	3	0	3	14
26 - 30 Zigaretten	11	13	7	14	15	8	7	0	5	29
31 - 40 Zigaretten	3	4	2	0	5	6	0	0	5	5
41 Zigaretten und mehr	2	2	0	0	5	0	0	0	3	2
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

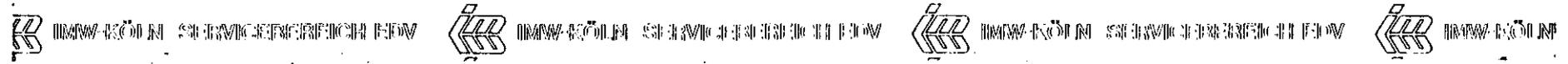


Tabelle 2.3: Reduktionsniveau 4 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	130	89	45	22	41	36	29	47	37	42
Nullkonsum (= voller Erfolg)	50	49	51	45	46	56	48	89	32	17
1 - 30 % (= starke Reduktion)	2	2	0	0	0	0	7	0	3	2
31 - 50 % (= Reduktion)	5	6	2	14	2	3	3	0	11	5
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	6	8	2	0	7	6	10	2	14	5
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	18	18	18	9	24	14	21	2	19	36
91 % und mehr (= vollstaendiger Misserfolg)	19	15	27	32	20	22	7	4	22	36
KA	1	1	0	0	0	0	3	2	0	0

Tabelle 3.1: Rauchen Sie zur Zeit Zigarren, Zigarillos, Stumpen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ja	12	11	13	0	12	8	24	9	8	19
Nein	79	81	76	100	73	83	69	89	76	74
KA	9	8	11	0	15	8	7	2	16	7

5

Tabella 3.2: Rauchen Sie zur Zeit Pfeife?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ja	13	14	11	5	12	8	24	6	16	19
Nein	79	81	76	95	76	81	72	91	73	74
KA	8	5	13	0	12	11	3	2	11	7

9

Tabelle 4: Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, dass die persönlichen "Erfolgskurven" seit 1978 sehr unterschiedlich aussehen. Wie würden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Rueckfall beibehalten	29	29	29	18	27	39	31	81	0	0
Zum Kursende hatte ich meinen Zigarettenkonsum reduziert, ohne allerdings den Nullkonsum zu erreichen. Diesen reduzierten Konsum habe ich in wesentlichen bis heute beibehalten koennen	3	4	2	0	0	6	7	9	0	0
Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spuerbar und dauerhaft reduzieren koennen	10	12	7	14	15	0	14	0	0	31
Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern koennen	4	4	4	9	0	3	7	11	0	0
Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum in wesentlichen wieder verstaerkt	22	21	24	41	20	28	7	0	0	69
In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein staendiges "Auf und Ab" zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion	28	27	31	18	37	22	28	0	100	0
KA	3	4	2	0	2	3	7	0	0	0

7

Tabelle 9: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab- reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	89	45	22	41	36	29	47	37	42
Am Kursende										
0 Zigaretten	51	47	58	32	54	56	55	79	46	24
1 - 10 Zigaretten	29	32	24	50	27	25	24	11	32	48
11 - 15 Zigaretten	6	8	2	9	0	6	10	2	8	7
16 - 20 Zigaretten	6	7	4	0	10	8	3	6	8	5
21 Zigaretten und mehr	5	2	9	9	7	0	3	0	5	10
KA	3	4	2	0	2	6	3	2	0	7
Weihnachten 1978										
0 Zigaretten	43	41	47	27	39	50	52	79	32	12
1 - 10 Zigaretten	11	9	13	18	5	11	14	6	14	14
11 - 15 Zigaretten	12	13	11	23	17	3	7	4	22	14
16 - 20 Zigaretten	14	16	9	23	10	17	10	6	11	24
21 Zigaretten und mehr	14	14	13	9	22	11	10	2	14	26
KA	6	6	7	0	7	8	7	2	8	10

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarattenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Übersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern können. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u. älter S-%	stabile Auf- und Reduk- tion S-%	Ab- und keine Reduk- tion S-%	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS (UNGENICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Frühjahr 1979										
0 Zigaretten	37	35	40	23	34	44	41	77	22	5
1 - 10 Zigaretten	14	13	16	23	7	14	17	11	19	14
11 - 15 Zigaretten	8	5	13	5	7	8	10	2	16	7
16 - 20 Zigaretten	15	18	9	23	15	11	10	6	14	24
21 Zigaretten und mehr	22	24	18	27	29	17	14	2	22	43
KA	5	6	4	0	7	6	7	2	8	7
Sommer 1979										
0 Zigaretten	38	36	40	32	37	39	45	79	24	2
1 - 10 Zigaretten	10	5	20	14	7	11	10	4	16	12
11 - 15 Zigaretten	11	11	11	14	12	6	10	6	19	10
16 - 20 Zigaretten	15	19	7	18	12	11	17	6	19	19
21 Zigaretten und mehr	22	24	20	23	27	28	10	2	16	50
KA	5	6	2	0	5	6	7	2	5	7

6

Tabella 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Herbst 1979										
0 Zigaretten	37	36	38	32	37	42	38	79	19	2
1 - 10 Zigaretten	8	6	11	14	2	8	10	4	11	10
11 - 15 Zigaretten	12	9	16	14	12	8	10	9	22	7
16 - 20 Zigaretten	18	20	16	18	17	17	21	6	22	29
21 Zigaretten und mehr	20	21	18	23	27	17	14	0	19	45
KA	5	7	2	0	5	8	7	2	8	7
Weihnachten 1979										
0 Zigaretten	33	34	31	27	32	42	31	79	11	2
1 - 10 Zigaretten	12	11	16	18	7	11	17	6	16	12
11 - 15 Zigaretten	5	5	7	14	2	6	0	2	11	5
16 - 20 Zigaretten	24	25	22	18	22	22	31	9	35	31
21 Zigaretten und mehr	21	20	22	23	32	14	14	2	22	43
KA	5	6	2	0	5	6	7	2	5	7

Taballe 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Ubersicht 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.aelter S-%	stabil Auf Reduk- tion S-%	Ab S-%	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Fruehjahr 1980										
0 Zigaretten	35	35	36	32	32	42	38	81	16	2
1 - 10 Zigaretten	10	8	13	14	7	11	10	6	14	10
11 - 15 Zigaretten	6	6	7	5	7	8	0	0	14	5
16 - 20 Zigaretten	21	22	18	23	17	17	28	9	27	29
21 Zigaretten und mehr	22	22	22	27	34	14	14	2	22	48
KA	5	6	4	0	2	8	10	2	8	7
Sommer 1980										
0 Zigaretten	40	39	42	32	41	44	41	83	22	5
1 - 10 Zigaretten	9	9	9	18	5	11	7	6	14	10
11 - 15 Zigaretten	4	2	7	0	2	8	0	0	14	0
16 - 20 Zigaretten	22	22	20	27	22	11	28	9	27	31
21 Zigaretten und mehr	21	22	19	23	27	19	14	0	16	50
KA	5	5	4	0	2	6	10	2	8	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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVORLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Herbst 1980										
0 Zigaretten	38	36	42	23	37	47	41	85	16	2
1 - 10 Zigaretten	9	8	11	18	7	6	10	4	14	12
11 - 15 Zigaretten	4	2	7	0	7	6	0	0	11	2
16 - 20 Zigaretten	21	22	18	23	20	17	24	9	32	24
21 Zigaretten und mehr	23	26	18	36	27	19	14	0	19	55
KA	5	5	4	0	2	6	10	2	8	5
Weihnachten 1980										
0 Zigaretten	38	35	42	23	39	47	34	85	14	2
1 - 10 Zigaretten	9	9	9	14	7	6	14	4	16	10
11 - 15 Zigaretten	3	1	7	5	2	6	0	0	8	2
16 - 20 Zigaretten	23	26	18	27	20	19	28	9	32	31
21 Zigaretten und mehr	22	24	20	32	29	17	14	0	22	50
KA	5	5	4	0	2	6	10	2	8	5

Tabelle 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenskonsums 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Fruehjahr 1981										
0 Zigaretten	39	39	40	27	39	44	41	85	19	0
1 - 10 Zigaretten	8	7	11	9	7	6	14	4	11	12
11 - 15 Zigaretten	5	5	7	5	2	11	3	0	16	2
16 - 20 Zigaretten	19	18	22	23	15	17	24	9	27	26
21 Zigaretten und mehr	25	28	20	36	34	19	14	0	22	60
KA	2	4	0	0	2	3	3	2	5	0
Sommer 1981										
0 Zigaretten	41	40	42	27	41	44	45	87	16	5
1 - 10 Zigaretten	8	5	13	9	7	8	7	2	11	12
11 - 15 Zigaretten	5	5	4	5	2	8	3	0	16	0
16 - 20 Zigaretten	19	19	20	18	20	11	28	9	32	21
21 Zigaretten und mehr	25	27	20	41	27	22	14	0	16	62
KA	3	5	0	0	2	6	3	2	8	0

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursanda noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.oealter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Herbst 1981										
0 Zigaretten	42	42	42	36	41	42	48	85	19	10
1 - 10 Zigaretten	7	6	9	14	7	6	3	4	5	12
11 - 15 Zigaretten	7	6	9	5	5	11	7	0	19	5
16 - 20 Zigaretten	16	15	18	5	17	17	21	9	35	10
21 Zigaretten und mehr	25	27	22	41	27	22	17	0	16	64
KA	2	4	0	0	2	3	3	2	5	0
Weihnachten 1981										
0 Zigaretten	44	44	44	36	41	47	48	85	22	14
1 - 10 Zigaretten	8	7	9	14	5	8	7	4	11	7
11 - 15 Zigaretten	7	6	9	5	2	11	10	0	16	7
16 - 20 Zigaretten	15	13	20	9	17	17	14	9	22	19
21 Zigaretten und mehr	24	27	18	36	32	14	17	0	24	52
KA	2	4	0	0	2	3	3	2	5	0

Tabelle 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarattenkonsums seit Kursanda noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.aelter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf Ab S-%	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Fruehjahr 1982										
0 Zigaretten	49	49	49	45	49	53	45	87	35	17
1 - 10 Zigaretten	8	7	11	9	7	8	10	2	14	10
11 - 15 Zigaretten	7	6	9	14	2	3	14	2	11	10
16 - 20 Zigaretten	13	12	16	5	10	19	17	6	24	12
21 Zigaretten und mehr	22	25	16	27	32	14	14	0	16	52
KA	1	1	0	0	0	3	0	2	0	0

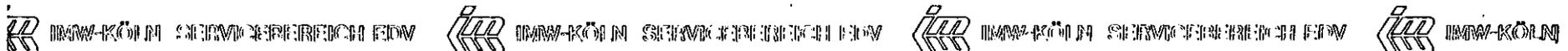


Tabelle 6: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äalter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	41	21	10	19	19	13	40	11	7
...sehr leicht	52	46	62	50	58	53	46	70	9	14
...leicht	29	39	10	20	26	32	38	30	27	29
...ganz schwer	5	2	10	0	5	0	15	0	18	0
...sehr schwer	8	7	10	20	0	11	0	0	27	29
KA	6	5	10	10	11	5	0	0	18	29

Tabella 7: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	41	21	10	19	19	13	40	11	7
Ja	16	12	24	40	5	11	23	0	36	71
Nein	82	88	71	60	89	89	77	98	64	29
KA	2	0	5	0	5	0	0	3	0	0

Tabelle 7.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	10	5	5	4	1	2	3	0	4	5
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	20	20	20	25	0	0	33	0	50	0
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	10	20	0	25	0	0	0	0	0	20
Unterstützung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehört	50	40	60	25	0	100	67	0	25	60
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akupunktur	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Andere Entwöhnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	20	20	20	25	100	0	0	0	25	20
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 8: Wie ueberzeugt sind Sie, dass Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.oealter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	41	21	10	19	19	13	40	11	7
Ich bin vollkommen sicher, dass ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	76	78	71	70	68	74	100	88	45	57
Ich bin sicher, dass ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	23	22	24	30	26	26	0	13	49	43
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	2	0	5	0	5	0	0	0	9	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 9: Meistens sind es ja bestimmte Anlässe, Situationen oder auch persönliche Probleme, die einen wieder rückfällig machen oder es einem schwer machen, den erzielten Erfolg beizubehalten. Wie war das bei Ihnen? Was war fuer Ihren Rueckfall ausschlaggebend?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.aelter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf Ab S-%	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	44	24	12	22	17	16	7	26	35
Gewohnheitsmaessige Situationen (z.B. Fernsehen, Pausen, nach Mahlzeiten)	41	48	29	58	55	24	31	29	23	57
Alkoholgenuss	34	36	29	67	55	6	13	14	23	46
Zusammensein mit anderen Rauchern	43	43	42	67	45	29	38	14	38	51
Feste, Feiern oder andere gesellige Anlaesse	50	55	42	75	64	29	38	29	46	57
Fehlende Unterstuetzung	13	9	21	8	14	18	13	0	12	17
Eigene Willensschwaeche	65	64	67	58	77	59	63	43	65	69
Unerwuenschte Gewichtszunahme	9	7	13	8	14	6	6	0	4	14
Verstaerkte Nervositaat, Geraetztheit	32	30	38	42	27	35	31	0	27	43
Beruflicher Stress, Hektik, Anspannung	38	43	29	25	45	41	38	29	38	40
Familiaerer Stress, Hektik, Ueberlastung	24	20	29	17	36	18	19	14	27	23
Sorgen, Aerger, private Probleme	28	27	29	42	32	29	13	14	27	31
Aussergewoehnliche Situationen, tragische Ereignisse u.ae.	15	11	21	17	23	12	6	0	4	26
Sonstige Anlaesse	10	9	13	25	5	12	6	14	8	11

Tabelle 10: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die längste Periode, während der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u. älter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- und keine Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	44	24	12	22	17	16	7	26	33
nie Nullkonsum erreicht	51	57	42	50	55	53	50	43	42	60
bis 1 Monat	15	14	17	25	18	18	0	0	15	17
2 - 3 Monate	12	11	13	17	18	6	6	14	15	9
4 - 6 Monate	10	9	13	0	5	18	19	0	19	6
7 - 12 Monate	3	2	4	0	5	0	6	0	0	6
mehr als 12 Monate	1	2	0	8	0	0	0	0	4	0
KA	7	5	13	0	0	6	19	43	4	3

Tabella 11: 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	44	24	12	22	17	16	7	26	35
Ja	53	59	42	67	50	53	50	43	62	49
Nein	43	39	30	33	50	41	44	29	35	51
KA	4	2	8	0	0	6	6	29	4	0

Tabelle 11.1: WENN JA: Was haben Sie in einzelnen unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	36	26	10	8	11	9	8	3	16	17
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	3	4	0	0	0	0	13	0	6	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	33	31	40	29	27	56	25	33	38	29
Vermeiden bzw. Einschraenken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Unterstützung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	3	4	0	0	0	11	0	0	0	6
Radikal aufgehört	8	8	10	29	9	0	0	0	6	12
Anti-Raucher-Medikamente	3	4	0	0	9	0	0	0	0	6
Akkupunktur	8	4	20	0	9	11	13	0	13	6
Andere Entwöhnungsmethoden	8	8	10	0	18	11	0	0	13	6
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	14	19	0	25	18	11	0	0	19	12
Sonstiges	11	12	10	13	9	0	25	33	6	12
KA	8	8	10	13	0	0	25	33	0	12

Tabelle 12: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	44	24	12	22	17	16	7	26	35
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	9	9	8	8	5	12	13	29	8	6
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemühen, ihn weiter einzuschränken	51	57	42	50	68	47	38	14	65	49
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffen, ihn einzuschränken	34	30	42	42	27	35	38	14	23	46
KA	6	5	8	0	0	6	13	43	4	0

Tabelle 13: Wie gross ist Ihre Bereitschaft, jetzt noch einmal einen Kurs oder eine andere Methode zur Einschränkung des Rauchens auszuprobieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	44	24	12	22	17	16	7	26	35
Ich werde es auf jeden Fall noch mal versuchen	44	52	29	50	59	35	31	0	50	49
Ich werde es nur dann versuchen, wenn mir die Methode auch wirklich erfolgversprechend erscheint	32	25	46	17	36	41	31	14	46	26
Ich werde es wahrscheinlich nicht noch einmal versuchen	16	18	13	25	5	18	25	29	0	26
Ich werde es auf keinen Fall noch einmal versuchen	1	0	4	8	0	0	0	14	0	0
KA	6	5	8	0	0	6	13	43	4	0

Tabelle 14: 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u. älter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	130	85	49	22	41	36	29	47	37	42
noch den Essen										
sehr stark	28	25	33	27	32	28	24	4	38	48
stark	15	18	11	27	15	8	17	4	24	21
weniger stark	12	11	13	14	15	8	7	13	11	10
ueberhaupt nicht	34	33	36	32	34	36	31	62	19	14
KA	12	14	7	0	5	19	21	17	8	7
wenn dir jemand eine Zigarette anbietet										
sehr stark	7	7	7	9	7	6	7	0	11	12
stark	17	18	16	32	17	19	3	11	16	26
weniger stark	27	27	27	23	27	22	38	9	41	38
ueberhaupt nicht	37	35	40	36	41	33	31	66	24	14
KA	12	13	11	0	7	19	21	15	8	10
zur Entspannung										
sehr stark	15	12	20	23	10	22	7	2	22	24
stark	18	19	18	5	27	17	21	4	24	31
weniger stark	24	25	22	36	27	14	24	21	22	26
ueberhaupt nicht	33	32	36	36	32	31	31	62	24	10
KA	10	13	4	0	5	17	17	11	8	10

Tabelle 14: 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVORLAUFS		
		weiblich	männlich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rückfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet										
sehr stark	3	2	4	14	2	0	0	0	3	7
stark	15	13	18	32	12	17	3	2	22	24
weniger stark	25	28	18	18	29	25	24	13	27	38
ueberhaupt nicht	43	41	47	36	51	33	45	70	38	17
KA	15	15	13	0	5	25	28	15	11	14
während der Arbeitszeit										
sehr stark	8	7	11	14	10	8	3	2	11	14
stark	16	16	16	14	27	11	10	0	22	31
weniger stark	20	21	18	36	17	11	21	9	27	29
ueberhaupt nicht	41	40	42	36	44	44	34	74	30	12
KA	15	15	13	0	2	25	31	15	11	14
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Feiern usw.										
sehr stark	29	31	27	50	29	25	21	2	46	48
stark	21	19	24	18	22	19	24	9	27	31
weniger stark	18	19	16	14	22	17	14	23	19	10
ueberhaupt nicht	25	22	29	18	24	25	28	53	8	5
KA	8	9	4	0	2	14	14	13	0	7

Tabelle 14: 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				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduktion	Auf und Ab	keine Reduktion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
am Morgen										
sahr stark	14	14	13	9	12	17	17	2	11	31
stark	12	13	9	14	17	6	10	2	14	21
waniger stark	15	14	16	18	20	11	18	4	27	17
ueberhaupt nicht	48	46	53	59	49	47	38	77	38	26
KA	12	13	9	0	2	19	24	15	11	5
noch direkt vor dem Zubettgehen										
sahr stark	7	6	9	5	5	11	7	0	11	12
stark	11	11	11	18	15	6	7	0	11	24
waniger stark	19	20	18	32	17	14	17	6	27	29
ueberhaupt nicht	49	48	51	45	59	47	41	77	41	26
KA	14	15	11	0	5	22	28	17	11	10
beim Fernsehen										
sahr stark	7	4	13	14	5	6	7	0	5	17
stark	18	19	16	32	17	14	14	2	19	36
waniger stark	23	26	18	9	29	22	28	9	41	26
ueberhaupt nicht	38	36	42	45	39	36	31	74	22	12
KA	14	15	11	0	10	22	21	15	14	10

28

Tabelle 14: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.älter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf und Ab Reduk- tion S-%	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
zur Beruhigung, wann ich mich sehr aufgeragt oder geärgert habe										
sehr stark	29	24	40	27	24	36	31	2	49	45
stark	22	24	18	32	27	17	14	13	30	24
weniger stark	14	15	11	14	15	11	14	19	11	12
ueberhaupt nicht	26	25	29	27	29	22	24	55	8	10
KA	9	13	2	0	5	14	17	11	3	10
wenn ich mich konzentrieren muss										
sehr stark	18	18	18	14	20	28	7	4	22	31
stark	21	24	16	27	24	17	17	4	38	26
weniger stark	17	14	22	14	20	11	17	15	24	14
ueberhaupt nicht	33	32	36	45	34	28	31	62	5	24
KA	12	13	9	0	2	17	28	15	11	5

Tabelle 14.1: Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.ä.älter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf Ab S-%	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
nach dem Essen	43	42	44	55	46	36	41	9	62	69
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	24	25	22	41	24	25	10	11	27	38
zur Entspannung	33	31	38	27	37	39	28	6	46	55
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	18	15	22	45	15	17	3	2	24	31
während der Arbeitszeit	25	24	27	27	37	19	14	2	32	45
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Feiern usw.	50	49	51	68	51	44	45	11	73	79
am Morgen	25	27	22	23	29	22	28	4	24	52
noch direkt vor dem Zubettgehen	18	16	20	23	20	17	14	0	22	36
beim Fernsehen	25	22	29	45	22	19	21	2	24	52
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe	51	47	58	59	51	53	45	15	78	69
wenn ich mich konzentrieren muss	38	41	33	41	44	44	24	9	59	57

Tabelle 15: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang verglichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser										
sehr stark	15	18	11	9	15	22	14	30	5	5
stark	16	14	20	18	17	19	10	30	5	10
weniger stark	27	31	20	23	29	22	31	26	27	29
ueberhaupt nicht	32	32	33	50	34	25	28	15	38	50
KA	9	6	16	0	5	11	17	0	24	7
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher										
sehr stark	17	18	16	18	10	22	21	34	5	2
stark	14	15	11	9	10	28	7	30	0	7
weniger stark	23	22	24	27	32	11	21	15	32	26
ueberhaupt nicht	35	35	33	45	41	28	28	19	35	55
KA	12	9	16	0	7	11	24	2	27	10
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar										
sehr stark	8	9	4	9	0	11	14	17	0	5
stark	13	11	18	14	17	11	10	19	11	7
weniger stark	28	29	27	27	29	25	34	38	16	24
ueberhaupt nicht	39	41	36	50	46	42	17	23	46	55
KA	12	9	16	0	7	11	24	2	27	10

Tabelle 15: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.oeelter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf Ab S-%	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich bin nicht mehr abhaengig von Rauchen										
sehr stark	34	35	31	36	29	39	34	68	11	14
stark	9	8	11	0	10	11	14	11	14	5
weniger stark	9	7	13	18	5	8	7	2	14	12
ueberhaupt nicht	35	39	29	45	49	28	21	15	38	57
KA	12	11	16	0	7	14	24	4	24	12
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher										
sehr stark	23	25	20	23	24	25	21	47	5	10
stark	15	18	11	14	15	17	17	21	11	10
weniger stark	18	16	20	18	20	17	17	15	22	19
ueberhaupt nicht	32	32	31	45	34	31	17	13	38	50
KA	12	9	18	0	7	11	28	4	24	12
Ich wurde hoeufig von anderen in meinem Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt										
sehr stark	18	20	16	18	15	22	21	21	24	12
stark	32	31	36	45	32	28	28	36	27	31
weniger stark	25	25	27	23	32	28	17	30	19	24
ueberhaupt nicht	11	12	9	14	15	11	3	6	5	21
KA	13	13	13	0	7	11	31	6	24	12

Tabelle 15: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.aelter S-%	stabile Auf- Reduk- tion S-%	Ab- und keine Reduk- tion S-%	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben										
sehr stark	25	25	24	14	24	28	28	47	16	10
stark	18	18	18	27	10	19	21	23	16	7
weniger stark	18	15	22	18	24	14	14	17	14	21
ueberhaupt nicht	28	33	20	41	34	28	14	9	30	52
KA	12	9	16	0	7	11	24	4	24	10
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden										
sehr stark	16	15	18	18	2	22	28	30	8	7
stark	32	34	29	36	37	42	14	34	30	31
weniger stark	20	19	22	23	29	11	17	19	19	21
ueberhaupt nicht	18	20	16	23	24	14	10	11	16	31
KA	13	12	16	0	7	11	31	6	27	10
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt										
sehr stark	7	7	7	9	0	11	10	11	3	5
stark	15	18	9	9	7	22	21	30	8	5
weniger stark	29	22	42	32	46	22	14	43	22	19
ueberhaupt nicht	36	41	27	50	39	33	24	13	41	60
KA	13	12	16	0	7	11	31	4	27	12

33

Tabelle 19: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		weennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äalter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener										
sehr stark	9	12	4	5	2	19	10	19	3	5
stark	17	18	16	18	17	17	17	28	11	7
weniger stark	33	28	42	41	39	28	24	40	27	29
ueberhaupt nicht	28	32	22	36	34	25	21	11	32	48
KA	12	11	16	0	7	11	28	2	27	12
Ich fühle mich im alltäglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hitze und Strass, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet										
sehr stark	10	6	18	5	5	19	10	11	8	12
stark	24	25	22	18	24	31	21	21	30	24
weniger stark	40	44	33	59	39	31	38	49	32	36
ueberhaupt nicht	19	15	16	18	24	11	7	13	11	19
KA	11	11	11	0	7	8	24	6	19	10

Tabella 15.1: Persönlich erlebte Veränderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u. älter	stabile Reduktion	Auf und Ab	keine Reduktion bzw. Rückfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	32	32	31	27	32	42	24	60	11	14
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	31	33	27	27	20	50	28	64	5	10
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	21	20	22	23	17	22	24	36	11	12
Ich bin nicht mehr abhängig von Rauchen	43	44	42	36	39	50	48	79	24	19
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	38	42	31	36	39	42	38	68	16	19
Ich wurde häufiger von anderen in meinen Entschluss, das Rauchen einzuschränken, bestärkt	51	51	51	64	46	50	48	57	51	43
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestärkt zu haben	42	42	42	41	34	47	48	70	32	17
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	48	49	47	55	39	64	41	64	38	38
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	22	25	16	18	7	33	31	40	11	10
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	26	29	20	23	20	36	28	47	14	12
Ich fühle mich im alltäglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. in Beruf, in der Ausbildung, durch Hitze und Stress, in der Familie, in Freundeskreis usw.) belastet	34	31	40	23	29	50	31	32	38	36

35

Tabelle 16: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschraenken, Veraenderungen Ihres Koerpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabil Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ja, ich habe stark zugenommen	8	7	11	0	10	14	7	13	8	5
Ja, ich habe etwas zugenommen	27	31	20	23	24	28	31	36	3	36
Ja, ich habe abgenommen	5	5	4	5	0	6	10	4	5	5
Nein, mein Koerpergewicht hat sich praktisch nicht veraendert	38	39	38	45	41	33	38	17	62	43
Ja, ich hatte nach Kursende zunaechst zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein frueheres Gewicht erreicht	19	16	24	27	22	17	14	30	16	10
KA	2	2	2	0	2	3	0	0	5	2

Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.ä.älter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Konsum alkoholischer Getränke										
habe ich neu begonnen	1	1	0	5	0	0	0	0	0	2
hat sich verstaerkt	12	11	13	23	5	14	7	21	8	5
ist wie vor dem Kurs	53	53	53	41	68	50	48	49	59	52
hat sich vermindert	17	19	13	23	12	19	17	15	9	26
gab es bei mir nie	14	12	18	9	12	14	21	13	22	10
KA	4	5	2	0	2	3	7	2	5	5
Konsum nicht-alkoholischer Getränke										
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstaerkt	19	19	20	27	15	17	24	19	11	26
ist wie vor dem Kurs	69	68	71	64	80	72	55	70	76	62
hat sich vermindert	4	4	4	9	0	6	3	2	3	7
gab es bei mir nie	1	0	2	0	2	0	0	0	3	0
KA	7	9	2	0	2	6	17	9	8	5

Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab Reduk- tion	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln										
habe ich neu begonnen	2	1	2	0	0	6	0	2	3	0
hat sich verstärkt	5	7	0	0	0	8	10	9	3	2
ist wie vor dem Kurs	48	47	49	27	54	47	59	51	51	40
hat sich vermindert	10	9	11	9	12	14	3	13	3	14
gab es bei mir nie	29	28	31	64	32	19	10	17	35	38
KA	7	7	7	0	2	6	17	9	5	5

Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten										
hat sich verstaerkt	8	5	13	14	10	8	0	9	11	5
ist wie vor dem Kurs	81	82	78	77	88	72	86	81	76	83
hat sich vermindert	5	4	7	9	0	8	3	2	5	7
KA	7	9	2	0	2	11	10	9	8	5
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität										
hat sich verstaerkt	18	19	19	14	12	28	14	15	24	17
ist wie vor dem Kurs	61	60	62	59	68	56	62	57	62	64
hat sich vermindert	15	14	18	27	17	8	14	21	5	14
KA	6	8	2	0	2	8	10	6	8	5

Tabelle 17.1: Negative Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte: neu begonnen/verstärkt)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich weiblich		bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.ä.älter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rückfall
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	65	45	22	41	36	29	47	37	42
Konsum alkoholischer Getränke	12	12	13	27	5	14	7	21	8	7
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	6	8	2	0	0	14	10	11	5	2
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	9	5	13	14	10	8	0	9	11	5
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	18	18	18	14	12	28	14	15	24	17

Tabella 17.2: Positive Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte: hat sich verändert)

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Konsum alkoholischer Getraenke	17	19	13	23	12	19	17	15	5	26
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	10	9	11	9	12	14	3	13	3	14
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	5	4	7	9	0	8	3	2	5	7
Relaxierbarkeit und allgemeine Hervorsetzt	15	14	18	27	17	8	14	21	9	14

Tabelle 18: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	65	45	22	41	36	29	47	37	42
1978:										
Kain Raucher	39	40	38	27	41	50	34	49	38	33
1 Raucher	36	42	24	27	34	33	48	40	41	24
2 Raucher	11	11	11	18	12	8	7	4	5	24
3 Raucher	4	5	2	14	2	0	3	0	5	7
4 und mehr Raucher	5	0	13	9	5	3	3	2	8	5
KA	5	2	11	5	5	6	3	4	3	7
1982:										
Kain Raucher	45	51	33	27	56	44	41	53	51	31
1 Raucher	34	34	33	45	22	36	41	36	22	40
2 Raucher	8	9	7	5	12	11	3	2	14	12
3 Raucher	4	4	4	14	2	0	3	0	3	10
4 und mehr Raucher	3	0	9	9	2	0	3	4	5	0
KA	6	2	13	0	5	8	7	4	5	7

Tabelle 19: FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf- Ab	keine Reduk- tion bzu. Rückfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENÜGTET)	39	22	13	8	11	12	3	13	9	12
Ja	20	18	23	0	27	25	0	23	22	8
Main	69	73	62	100	73	50	67	62	78	75
KA	11	9	15	0	0	25	33	15	0	17

Tabelle 19.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.oealter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	7	4	3	0	3	3	0	3	2	1
Veränderung des Freundes- und Bekanntenkreises	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehört	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gespräche mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	43	25	67	0	33	33	0	67	50	0
Weitergabe des Kursmaterials	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gutes Beispiel geben	14	0	33	0	33	0	0	33	0	0
Sonstiges	29	50	0	0	0	67	0	0	0	100
KA	14	25	0	0	33	0	0	0	50	0

Tabelle 20: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
1978:										
ausschliesslich Raucher	5	4	7	5	5	6	3	4	3	7
ganz ueberwiegend Raucher	24	18	36	32	24	25	17	36	19	17
Raucher etwas in der Ueberszahl	31	33	27	41	32	22	34	21	22	48
etwas gleich viel Raucher und Nichtraucher	26	26	27	18	27	25	31	21	43	14
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	5	8	0	0	5	6	10	4	11	2
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	9	2	5	7	14	0	9	0	12
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	0	0	0	0	3	2	0	0
KA	2	1	2	0	0	3	0	2	3	0

Tabella 20: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
1982:										
ausschliesslich Raucher	1	0	2	0	2	0	0	0	3	0
ganz ueberwiegend Raucher	14	12	18	36	7	11	10	13	11	19
Raucher etwas in der Ueberszahl	15	14	18	18	17	6	24	11	11	26
etwas gleich viel Raucher und Nichtraucher	18	19	18	14	27	8	24	15	19	21
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	25	25	24	14	20	33	31	21	38	14
ganz ueberwiegend Nichtraucher	25	28	18	18	27	39	7	36	16	19
ausschliesslich Nichtraucher	1	1	0	0	0	0	3	2	0	0
KA	2	1	2	0	0	3	0	2	3	0

Tabelle 21: FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u. älter	stabile Auf- Reduk- tion	Ab- Reduk- tion	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	66	42	24	11	23	21	10	25	22	16
Ja	27	38	8	18	26	24	50	44	18	13
Nein	68	60	83	73	70	71	50	48	82	81
KA	5	2	8	9	4	5	0	8	0	6

Tabelle 21.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich weiblich		bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rückfall
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	18	16	2	2	6	5	5	11	4	2
Veränderung des Freundes- und Bekanntenkreises	11	13	0	50	0	20	0	9	25	0
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehoart	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gespräche mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	39	44	0	0	67	40	20	36	50	50
Weitergabe des Kursmaterials	11	6	50	0	0	0	40	0	25	0
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	6	6	0	0	0	0	20	9	0	0
Gutes Beispiel geben	22	25	0	50	17	20	20	27	0	50
Sonstiges	6	6	0	0	0	20	0	9	0	0
KA	6	0	50	0	17	0	0	9	0	0

Tabelle 22: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich S-%	weiblich S-%	bis 29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre u.aelter S-%	stabile Reduk- tion S-%	Auf Ab S-%	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
1978:										
ausschliesslich Raucher	2	1	4	9	2	0	0	0	3	5
ganz ueberwiegend Raucher	20	22	16	23	22	25	10	30	16	14
Raucher etwas in der Ueberszahl	19	22	13	27	15	14	28	15	16	26
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	24	26	20	18	29	19	28	19	35	17
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	8	12	2	5	12	6	7	6	8	12
ganz ueberwiegend Nichtraucher	11	11	11	9	10	14	10	13	5	14
ausschliesslich Nichtraucher	4	1	9	9	0	8	0	11	0	0
KA	12	5	24	0	10	14	17	6	16	12

Tabella 22: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
1982:										
ausschliesslich Raucher	2	1	2	0	5	0	0	0	5	0
ganz ueberwiegend Raucher	9	8	11	27	7	6	3	9	11	10
Raucher etwas in der Ueberzahl	9	11	7	18	10	6	7	6	8	14
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	20	20	20	18	22	22	17	19	14	26
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	22	27	11	18	27	14	28	19	30	17
ganz ueberwiegend Nichtraucher	23	27	16	14	20	31	24	34	16	19
ausschliesslich Nichtraucher	4	1	9	5	0	11	0	9	0	0
KA	12	5	24	0	10	11	21	4	16	14

Tabelle 23: FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVORLAUFES		
		mannlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	54	43	11	9	19	15	14	20	18	14
Ja	26	33	0	11	27	33	29	45	11	21
Nein	69	65	82	89	67	53	71	45	89	71
KA	6	2	18	0	7	13	0	10	0	7

Tabella 23.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich weiblich		bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.älter	stabile Reduk- tion	Auf- Ab- Reduk- tion	keine Reduk- tion bzu. Rueckfall
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	14	14	0	1	4	5	4	9	2	3
Veränderung des Freundes- und Bekanntenkreises	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehört	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gespräche mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	29	29	0	0	25	40	25	22	50	33
Weitergabe des Kursmaterials	7	7	0	0	0	0	25	0	50	0
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	14	14	0	0	0	20	25	22	0	0
Gutes Beispiel geben	29	29	0	0	50	20	25	44	0	0
Sonstiges	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	21	21	0	100	25	20	0	11	0	67

Tabelle 24: In dem Kurs, an dem Sie vor vier Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- und Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewusster leben), oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ä.) teilgenommen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		männlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.äelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab- reue	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	18	15	22	9	10	33	17	19	14	21
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	7	9	2	5	5	8	10	2	14	7
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	5	5	7	0	5	6	10	6	3	7
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	62	66	56	82	71	53	48	60	65	60

Tabelle 24.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab Reduk- tion	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	37	23	14	3	8	16	10	13	10	14
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	5	4	7	0	13	6	0	15	0	0
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	3	0	7	0	13	0	0	0	0	7
Kurse zum Ernuehrungs- verhalten	3	4	0	0	0	0	10	0	10	0
Selbsthilfegruppen	5	4	7	0	13	0	10	8	0	7
Selbsterfahrungsgruppen	3	0	7	0	13	0	0	0	0	7
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arbeitsplatz	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Alkoholkonsum	35	39	29	0	50	50	10	38	10	50
Medikamentenkonsum	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ernuehrungsverhalten	41	35	50	67	25	44	40	46	30	43
Raizbarkeit / Nervositaeit	3	4	0	0	0	6	0	8	0	0
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	3	4	0	0	0	6	0	0	10	0
Sonstiges	5	0	14	0	13	6	0	15	0	0
KA	19	26	7	33	25	6	30	8	40	14

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

42 bzw. 48 Monate nach Kursende

Kopf 2

- ◉ Kursgeneration
- ◉ Kursbesuch
- ◉ Zigarettenkonsum vorher
- ◉ Reduktionsniveau bei Kursende
- ◉ Reduktionsniveau heute

Tabelle 9.1: Alter des/der Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVORLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
bis 19 Jahre	2	2	2	14	0	0	0	0	0	7
20 - 29 Jahre	15	13	18	86	0	0	0	13	11	21
30 - 39 Jahre	32	29	36	0	100	0	0	23	41	33
40 - 49 Jahre	28	27	29	0	0	100	0	36	22	24
50 - 59 Jahre	13	15	9	0	0	0	59	17	16	7
60 - 69 Jahre	8	9	4	0	0	0	34	9	3	7
70 Jahre und aelter	2	2	0	0	0	0	7	2	3	0
KA	2	1	2	0	0	0	0	0	5	0

Tabelle 9.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf und Ab	keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
maennlich	65	100	0	59	61	64	79	66	62	67
weiblich	35	0	100	41	39	36	21	34	38	33
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

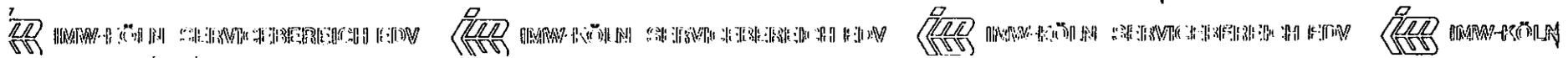


Tabella 9.3: Wuenschen Sie eine Information ueber die Ergebnisse dieser Befragung?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER				SUBJEKTIVE BEURTEILUNG DES REDUKTIONSVERLAUFS		
		maennlich	weiblich	bis 29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre u.aelter	stabile Reduk- tion	Auf Ab	und keine Reduk- tion bzw. Rueckfall
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	85	45	22	41	36	29	47	37	42
Ja	84	87	78	86	88	89	72	83	84	88
Nein	14	11	20	14	10	11	24	17	14	10
KA	2	2	2	0	2	0	3	0	3	2

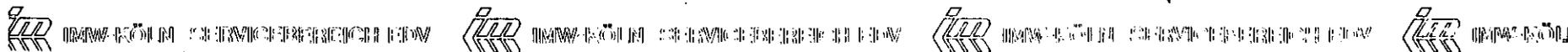


Tabelle 1: Haben Sie damals den Kurs bis zu Ende besucht oder haben Sie den Kursbesuch vorher abgebrochen?

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- bracher	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Hull- konsum	1-50% Ra- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Hull- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ich habe den Kurs bis zu Ende besucht	75	76	74	100	0	74	77	72	95	68	34	82	70
Ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen	25	24	26	0	100	26	23	28	5	32	66	18	30
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Früh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Keine Zigaretten	52	59	46	66	9	52	62	39	100	0	0	69	34
1 - 5 Zigaretten	13	7	17	10	21	19	3	17	0	44	7	3	23
6 - 10 Zigaretten	12	15	9	12	9	15	3	17	0	41	3	8	14
11 - 15 Zigaretten	7	2	11	3	18	7	8	6	0	9	21	3	9
16 - 20 Zigaretten	9	7	11	4	24	7	15	6	0	6	34	9	11
21 - 25 Zigaretten	2	2	3	2	3	0	8	0	0	0	10	3	2
26 - 30 Zigaretten	3	2	4	1	9	0	3	8	0	0	14	3	4
31 - 40 Zigaretten	2	4	0	0	6	0	0	6	0	0	7	0	4
41 Zigaretten und mehr	1	2	0	1	0	0	0	3	0	0	3	2	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Keine Zigaretten	51	61	43	56	36	54	49	47	68	15	52	100	0
1 - 5 Zigaretten	2	4	0	1	3	2	3	0	2	0	3	0	2
6 - 10 Zigaretten	6	6	7	5	9	11	3	3	5	15	0	0	7
11 - 15 Zigaretten	6	2	9	5	9	11	5	0	5	9	7	0	11
16 - 20 Zigaretten	15	7	20	14	15	15	21	8	12	24	10	0	32
21 - 25 Zigaretten	5	6	5	7	0	2	13	3	5	6	7	0	13
26 - 30 Zigaretten	11	13	9	7	21	6	8	22	3	21	17	0	25
31 - 40 Zigaretten	3	2	4	3	3	0	0	11	2	6	3	0	7
41 Zigaretten und mehr	2	0	3	1	3	0	0	6	0	6	0	0	4
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 3.1: Rauchen Sie zur Zeit Zigarren, Zigarillos, Stuppen?

	GESANT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ja	12	7	14	10	15	13	15	6	8	15	17	5	20
Nein	79	78	80	81	73	76	79	83	85	71	76	88	71
KA	9	15	5	8	12	11	5	11	8	15	7	8	9

Tabelle 3.2: Rauchen Sie zur Zeit Pfeife?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	bis 20 Zigo- ratten	21-30 Zigo- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ja	13	11	14	10	21	20	10	6	6	18	24	6	18
Nein	79	78	80	80	76	72	82	86	85	71	76	88	71
KA	8	11	5	9	3	7	8	8	9	12	0	6	11

Tabella 4: Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, dass die persoenlichen "Erfolgskurven" seit 1978 sehr unterschiedlich aussehen. Wie wuerden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Ruackfall beibehalten	29	31	28	38	3	24	28	36	53	3	3	57	0
Zum Kursende hatte ich meinen Zigarettenkonsum reduziert, ohne allerdings den Nullkonsum zu erreichen. Diesen reduzierten Konsum habe ich in wesentlichen bis heute beibehalten koennen	3	0	5	2	6	2	8	0	2	0	10	2	5
Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spuerbar und dauerhaft reduzieren koennen	10	4	14	2	33	4	13	17	0	9	34	2	20
Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern koennen	4	6	3	3	6	9	0	0	0	3	14	6	2
Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum in wesentlichen wieder verstaerkt	22	24	21	24	18	22	28	17	17	41	14	9	38
In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein staendiges "Auf und Ab" zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion	28	30	28	28	30	35	21	28	26	41	21	18	36
KA	3	6	1	3	3	4	3	3	3	3	3	6	0

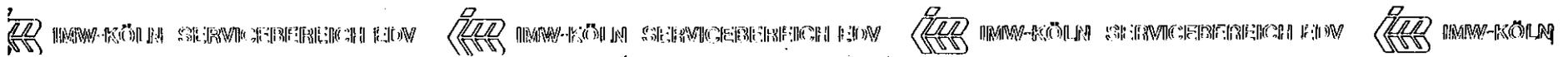


Tabelle 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewaehlt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- holter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
An Kursende													
0 Zigaretten	51	57	46	65	9	52	62	36	97	0	3	69	32
1 - 10 Zigaretten	29	26	32	26	39	35	13	39	0	85	31	15	43
11 - 15 Zigaretten	6	4	8	3	15	7	5	6	0	9	17	5	7
16 - 20 Zigaretten	6	4	8	3	15	6	8	6	0	6	21	6	7
21 Zigaretten und mehr	5	7	3	1	15	0	5	11	0	0	21	3	7
KA	3	2	4	2	6	0	8	3	3	0	7	2	4
Weihnachten 1978													
0 Zigaretten	43	44	42	56	6	41	54	33	82	0	3	65	20
1 - 10 Zigaretten	11	6	14	11	9	22	0	6	5	29	3	3	20
11 - 15 Zigaretten	12	15	11	8	24	22	3	8	5	21	21	8	14
16 - 20 Zigaretten	14	15	13	13	15	11	15	17	5	24	24	12	16
21 Zigaretten und mehr	14	15	13	9	27	2	15	31	3	18	34	8	23
KA	6	6	7	2	18	2	13	6	2	9	14	5	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 S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion- Miss- arfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- arfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Fruehjahr 1979													
0 Zigaretten	37	41	34	47	6	33	44	33	70	0	3	63	9
1 - 10 Zigaretten	14	9	17	14	12	26	10	0	14	21	7	6	21
11 - 15 Zigaretten	8	6	9	9	3	15	0	6	6	12	7	3	13
16 - 20 Zigaretten	15	17	13	13	18	19	13	11	6	24	24	11	20
21 Zigaretten und mehr	22	20	22	12	48	4	26	44	3	32	52	14	30
KA	5	7	4	3	12	4	8	6	2	12	7	3	7
Sommer 1979													
0 Zigaretten	38	46	32	46	12	33	41	39	64	3	17	71	4
1 - 10 Zigaretten	10	7	12	12	3	20	5	0	11	15	3	3	16
11 - 15 Zigaretten	11	6	14	9	15	19	8	3	11	12	10	5	20
16 - 20 Zigaretten	15	15	14	13	18	20	13	8	6	21	28	9	18
21 Zigaretten und mehr	22	20	24	15	42	4	28	44	8	38	38	11	36
KA	5	6	4	3	9	4	5	6	2	12	3	2	7

Tabelle 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarattenkonsums 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-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Zigo- Zigo- u.mehr ratten ratten Ziga- retten retten retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duktion Miss- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Herbst 1979													
0 Zigaretten	37	46	30	44	15	31	38	42	59	6	21	71	2
1 - 10 Zigaretten	8	6	9	9	3	17	3	0	8	12	3	3	11
11 - 15 Zigaretten	12	4	17	10	15	20	10	0	14	9	10	8	18
16 - 20 Zigaretten	18	20	17	18	21	24	18	11	12	24	28	11	29
21 Zigaretten und mehr	20	17	22	14	36	4	23	42	5	38	34	6	34
KA	5	7	4	4	9	4	8	6	3	12	3	2	7
Weihnachten 1979													
0 Zigaretten	33	37	30	39	15	26	36	39	53	6	17	63	2
1 - 10 Zigaretten	12	15	11	14	6	24	8	0	14	15	7	12	11
11 - 15 Zigaretten	5	2	8	5	6	11	3	0	6	6	3	3	7
16 - 20 Zigaretten	24	22	25	23	27	31	26	11	20	26	31	11	39
21 Zigaretten und mehr	21	19	22	15	36	4	23	44	6	35	38	9	34
KA	5	6	4	3	9	4	5	6	2	12	3	2	7

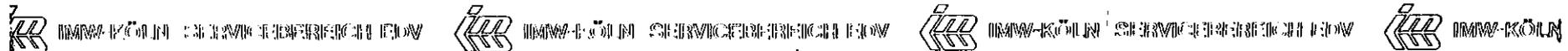


Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen. Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- holter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	63	56
Fruehjahr 1980													
0 Zigaretten	35	41	32	42	15	30	38	39	56	6	21	66	4
1 - 10 Zigaretten	10	13	8	10	9	20	5	0	12	9	7	8	9
11 - 15 Zigaretten	6	4	8	8	0	11	5	0	8	9	0	3	11
16 - 20 Zigaretten	21	20	21	20	24	30	21	8	14	32	24	12	30
21 Zigaretten und mehr	22	19	25	15	42	6	26	44	6	35	49	9	38
KA	5	4	7	4	9	4	5	8	5	9	3	2	9
Sommer 1980													
0 Zigaretten	40	46	36	48	15	35	44	42	62	9	24	72	5
1 - 10 Zigaretten	9	9	9	9	9	19	5	0	11	9	7	5	13
11 - 15 Zigaretten	4	0	7	4	3	7	0	3	3	9	0	2	7
16 - 20 Zigaretten	22	24	20	20	27	30	26	6	15	29	28	14	30
21 Zigaretten und mehr	21	17	24	15	36	6	21	44	6	35	38	6	38
KA	5	4	5	3	9	4	5	6	3	9	3	2	7

Tabella 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-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brucher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Zigo- ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Herbst 1980													
0 Zigaretten	38	46	33	46	15	35	41	39	62	6	21	72	4
1 - 10 Zigaretten	9	9	9	9	9	17	8	0	12	6	7	8	11
11 - 15 Zigaretten	4	2	5	4	3	7	3	0	3	6	3	0	9
16 - 20 Zigaretten	21	19	22	21	21	31	18	8	15	32	21	9	32
21 Zigaretten und mehr	23	20	25	16	42	6	26	47	5	41	45	9	38
KA	5	4	5	3	9	4	5	6	3	9	3	2	7
Weihnachten 1980													
0 Zigaretten	38	46	32	45	15	35	38	39	61	6	21	74	0
1 - 10 Zigaretten	9	7	11	9	9	19	5	0	11	9	7	8	9
11 - 15 Zigaretten	3	0	5	3	3	7	0	0	3	3	3	0	7
16 - 20 Zigaretten	23	22	24	24	21	28	28	11	20	32	21	8	39
21 Zigaretten und mehr	22	20	24	15	42	7	23	44	3	41	45	9	38
KA	5	4	5	3	9	4	5	6	3	9	3	2	7

Tabelle 5: Wir moechten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenskonsums 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-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Fruehjahr 1981													
0 Zigaretten	39	48	33	47	15	39	38	39	62	6	24	75	2
1 - 10 Zigaretten	8	7	9	7	12	15	8	0	8	12	7	3	11
11 - 15 Zigaretten	5	2	8	5	6	11	3	0	6	3	7	3	7
16 - 20 Zigaretten	19	17	21	19	21	26	23	6	15	29	17	9	36
21 Zigaretten und mehr	25	24	26	20	42	9	26	50	8	44	45	12	41
KA	2	2	3	2	3	0	3	6	2	6	0	2	4
Sommer 1981													
0 Zigaretten	41	48	36	48	18	43	36	42	62	9	28	78	2
1 - 10 Zigaretten	8	6	9	6	12	13	8	0	6	12	7	2	11
11 - 15 Zigaretten	5	0	8	4	6	9	3	0	5	6	3	2	7
16 - 20 Zigaretten	19	19	20	16	27	28	21	6	15	24	24	8	34
21 Zigaretten und mehr	25	24	25	22	33	7	28	47	9	44	38	9	43
KA	3	4	3	3	3	0	5	6	3	6	0	2	4

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

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr			KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56	
Herbst 1981														
0 Zigaretten	42	48	38	51	18	43	41	42	62	15	28	82	2	
1 - 10 Zigaretten	7	7	7	6	9	15	3	0	6	9	7	2	11	
11 - 15 Zigaretten	7	2	11	5	12	11	8	0	6	9	7	3	9	
16 - 20 Zigaretten	16	15	17	14	21	20	21	6	15	15	21	6	27	
21 Zigaretten und mehr	25	26	25	22	36	11	26	47	9	47	38	6	48	
KA	2	2	3	2	3	0	3	6	2	6	0	2	4	
Weihnachten 1981														
0 Zigaretten	44	50	39	51	24	43	46	42	64	15	31	85	2	
1 - 10 Zigaretten	8	9	7	6	12	13	8	0	8	9	7	3	7	
11 - 15 Zigaretten	7	2	11	6	9	15	3	0	9	3	7	2	13	
16 - 20 Zigaretten	15	13	17	14	18	20	18	6	9	24	21	6	27	
21 Zigaretten und mehr	24	24	24	21	33	9	23	47	9	44	34	3	48	
KA	2	2	3	2	3	0	3	6	2	6	0	2	4	

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende noch etwas genauer anzugeben. Wir haben dazu in der folgenden Uebersicht einige markante Zeitpunkte ausgewählt, an die Sie sich wahrscheinlich noch gut erinnern koennen.
Bitte kreuzen Sie hier an, wieviele Zigaretten Sie zu den genannten Zeitpunkten rauchten.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Zigo- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duktion u.mehr erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Fruehjahr 1982													
0 Zigaretten	49	59	42	53	39	52	49	44	65	18	48	95	0
1 - 10 Zigaretten	8	9	8	7	12	15	5	3	8	12	7	2	11
11 - 15 Zigaretten	7	4	9	6	9	13	5	0	6	9	7	2	11
16 - 20 Zigaretten	13	6	18	13	12	13	18	8	9	24	10	0	30
21 Zigaretten und mehr	22	22	21	20	27	7	23	42	11	38	28	0	48
KA	1	0	1	1	0	0	0	3	2	0	0	2	0

Tabella 6: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	30	32	52	10	26	18	17	44	4	13	61	0
...sehr leicht	52	57	47	58	20	35	67	59	99	90	23	91	0
...leicht	29	20	38	25	50	38	11	35	25	25	46	30	0
...aher schwer	5	10	0	6	0	12	0	0	7	0	0	5	0
...sehr schwer	8	3	13	8	10	12	6	6	5	25	15	8	0
KA	6	10	3	4	20	4	17	0	5	0	15	7	0

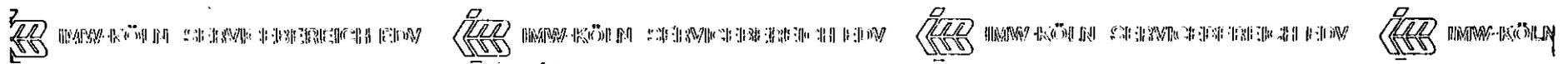


Tabella 7: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	30	32	52	10	26	18	17	44	4	13	61	0
Ja	16	17	16	13	30	19	22	6	11	50	23	16	0
Nein	82	83	81	85	70	81	78	88	86	50	77	82	0
KA	2	0	3	2	0	0	0	6	2	0	0	2	0

Tabelle 7.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brucher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Zigo- Zigo- u.nehr ratten ratten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.nehr duk- duk- Miss- tion tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.nehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	10	5	5	7	3	5	4	1	5	2	3	10	0
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	20	40	0	29	0	20	0	100	20	0	33	20	0
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	10	0	20	0	33	20	0	0	0	0	33	10	0
Unterstützung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehört	50	60	40	43	67	60	50	0	60	50	33	50	0
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akupunktur	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Anderes Entwöhnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	20	0	40	29	0	0	50	0	20	50	0	20	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

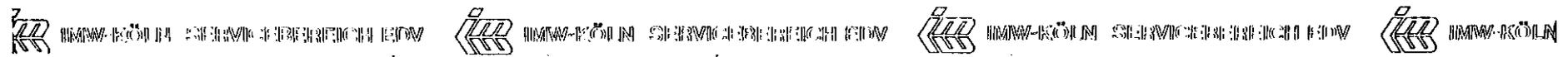


Tabelle 8: Wie ueberzeugt sind Sie, dass Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- Jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- bracher S-%	bis 20 Ziga- ratten S-%	21-30 Ziga- ratten S-%	31 u.mehr Ziga- ratten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	62	30	32	52	10	26	18	17	44	4	13	61	0
Ich bin vollkommen sicher, dass ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	76	73	78	77	70	73	78	76	75	100	69	75	0
Ich bin sicher, dass ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	23	27	19	21	30	27	17	24	23	0	31	23	0
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	2	0	3	2	0	0	6	0	2	0	0	2	0
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0



Tabelle 9: Meistens sind es ja bestimmte Anlässe, Situationen oder auch persönliche Probleme, die einen wieder rückfällig machen oder es einem schwer machen, den erzielten Erfolg beizubehalten. Wie war das bei Ihnen? Was war fuer Ihren Rueckfall ausschlaggebend?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brucher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	69	24	44	45	23	28	21	19	22	30	16	4	56
Gewohnheitsmaessige Situationen (z.B. Fernsehen, Pausen, nach Mahlzeiten)	41	33	45	27	70	29	43	58	23	50	50	0	45
Alkoholgenuss	34	17	43	24	52	36	29	37	18	40	44	0	36
Zusammensein mit anderen Rauchern	43	42	43	40	48	39	38	33	36	57	25	0	45
Feste, Feiern oder andere gesellschaftliche Anlaesse	50	38	57	44	61	43	57	53	36	57	56	0	48
Fehlende Unterstützung	13	17	11	16	9	18	10	11	14	13	13	0	16
Eigene Willensschwache	65	58	68	62	70	57	62	79	50	80	56	0	70
Unerwünschte Gewichtszunahme	9	8	9	2	22	11	5	11	0	7	25	0	11
Verstärkte Nervosität, Gereiztheit	32	33	32	27	43	32	29	37	32	33	31	0	32
Beruflicher Stress, hektik, Anspannung	38	33	41	38	39	36	29	53	41	37	38	0	39
Familiärer Stress, hektik, Überlastung	24	25	23	24	22	18	33	21	23	27	19	0	27
Sorgen, Ärger, private Probleme	28	29	27	27	30	32	29	21	32	33	13	0	30
Aussergewöhnliche Situationen, tragische Ereignisse u.ä.	15	17	14	13	17	11	19	16	14	10	25	0	18
Sonstige Anlaesse	10	8	11	11	9	11	10	11	18	7	6	0	11



Tabelle 10: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die längste Periode, während der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion erfolg			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	68	24	44	45	23	28	21	19	22	30	16	4	56
nie Nullkonsum erreicht	51	46	55	44	65	43	33	84	5	73	75	0	55
bis 1 Monat	15	13	16	13	17	14	14	16	18	13	13	0	16
2 - 3 Monate	12	8	14	13	9	14	19	0	27	7	0	0	13
4 - 6 Monate	10	8	11	16	0	14	14	0	32	0	0	0	11
7 - 12 Monate	3	4	2	4	0	0	10	0	9	0	0	0	2
mehr als 12 Monate	1	4	0	2	0	0	5	0	5	0	0	0	2
KA	7	17	2	7	9	14	5	0	5	7	13	100	2



Tabelle 11: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- bracher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	24	44	45	23	28	21	19	22	30	16	4	56
Ja	53	34	52	49	61	57	48	53	50	57	50	25	33
Nein	43	38	45	49	30	36	48	47	45	40	44	0	45
KA	4	8	2	2	9	7	5	0	5	3	6	75	0



Tabelle 11.1: WENN JA: Was haben Sie in einzelnen unternommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- retten retten retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- duk- u.mehr tion Misg- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	36	13	23	22	14	16	10	10	11	17	8	1	31
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	3	0	4	5	0	6	0	0	9	0	0	0	3
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	33	46	26	32	36	25	20	60	27	47	13	0	32
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Unterstuetzung in Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	3	0	4	5	0	0	10	0	9	0	0	0	3
Radikal aufgegeben	8	8	9	9	7	6	10	10	18	6	0	0	10
Anti-Roucher-Medikamente	3	0	4	5	0	0	10	0	0	0	13	0	3
Akupunktur	8	8	9	9	7	6	10	10	18	6	0	0	10
Anderes Entwöhnungsmethoden	8	0	13	5	14	6	10	10	0	12	13	0	10
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	14	8	17	14	14	19	20	0	18	6	25	0	16
Sonstiges	11	13	9	9	14	13	10	10	0	12	25	0	6
KA	8	15	4	9	7	19	0	0	0	12	13	100	6

Tabelle 12: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	24	44	45	23	28	21	19	22	30	16	4	56
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	9	17	5	9	9	11	14	0	14	7	6	0	5
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch und werde mich bemühen, ihn weiter einzuschränken	51	38	59	56	43	54	43	58	55	57	38	0	55
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum fuer zu hoch, glaube aber nicht, dass ich es schaffe, ihn einzuschränken	34	33	34	31	39	25	38	42	27	33	44	0	39
KA	6	13	2	4	9	11	5	0	5	3	13	100	0

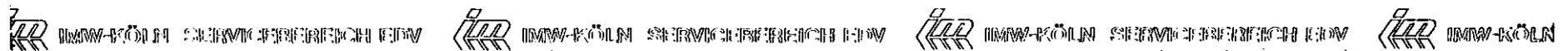


Tabella 13: Wie gross ist Ihre Bereitschaft, jetzt noch einmal einen Kurs oder eine andere Methode zur Einschränkung des Rauchens auszuprobieren?

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	68	24	44	45	23	28	21	19	22	30	16	4	56
Ich werde es auf jeden Fall noch mal versuchen	44	42	45	44	43	29	48	63	55	43	31	0	52
Ich werde es nur dann versuchen, wenn mir die Methode auch wirklich erfolgsversprechend erscheint	32	33	32	36	26	39	24	32	27	40	25	0	30
Ich werde es wahrscheinlich nicht noch einmal versuchen	16	8	20	16	17	18	24	5	14	13	25	0	16
Ich werde es auf keinen Fall noch einmal versuchen	1	4	0	0	4	4	0	0	0	0	6	0	2
KA	6	13	2	4	9	11	5	0	5	3	13	100	0

Tabella 14: 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-%	KURS- GENERATION Früh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion- tion Mis- erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Mis- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
nach dem Essen													
sehr stark	28	20	33	25	36	22	31	33	21	44	24	2	57
stark	15	11	18	14	18	11	26	11	8	26	21	6	23
weniger stark	12	13	11	10	15	15	10	8	11	9	17	15	9
ueberhaupt nicht	34	41	29	37	24	39	28	31	48	3	34	63	4
KA	12	15	9	13	6	13	5	17	12	18	3	14	7
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet													
sehr stark	7	6	8	6	9	6	8	8	5	15	3	0	9
stark	17	15	18	14	24	19	15	17	12	29	14	5	30
weniger stark	27	20	32	24	36	28	28	25	18	35	38	14	45
ueberhaupt nicht	37	43	33	41	24	37	38	33	53	6	34	68	4
KA	12	17	9	14	6	11	10	17	12	15	10	14	13
zur Entspannung													
sehr stark	15	15	14	13	18	9	21	17	11	15	24	6	23
stark	18	15	21	16	24	22	10	22	11	38	14	3	38
weniger stark	24	26	22	23	27	20	33	19	23	24	28	20	29
ueberhaupt nicht	33	31	34	36	24	37	31	28	47	6	31	62	2
KA	10	13	8	11	6	11	5	14	9	18	3	9	9

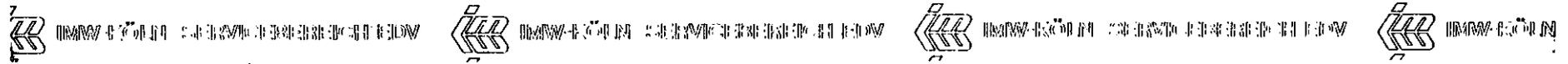


Tabelle 14: Es gibt je bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Früh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet													
sehr stark	3	2	4	2	6	4	3	3	2	6	3	0	5
stark	15	13	16	14	15	15	15	14	14	21	10	9	20
weniger stark	29	20	28	19	42	22	23	31	11	44	34	8	43
ueberhaupt nicht	43	46	41	47	30	44	46	36	59	12	41	69	18
KA	15	19	12	18	6	15	13	17	15	18	10	14	14
während der Arbeitszeit													
sehr stark	8	9	8	9	6	9	3	14	9	9	7	0	20
stark	16	13	18	14	21	11	18	22	5	38	17	2	32
weniger stark	20	11	26	15	33	20	28	11	12	32	24	11	29
ueberhaupt nicht	41	48	36	44	30	44	38	36	59	6	38	74	5
KA	15	19	12	16	9	15	13	17	15	15	14	14	14
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Feste usw.													
sehr stark	29	22	34	28	33	22	38	31	24	44	24	5	54
stark	21	13	26	15	36	30	15	14	9	35	31	6	36
weniger stark	18	20	16	21	9	17	18	19	24	6	17	31	5
ueberhaupt nicht	25	31	20	27	18	24	23	25	36	3	21	48	0
KA	8	13	4	9	3	7	5	11	6	12	7	11	5

Tabelle 14: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht gross ist. Wie stark spueren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Fruch- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	36
am Morgen													
sehr stark	14	15	13	11	21	7	13	25	8	21	21	0	32
stark	12	4	17	9	18	9	15	11	3	26	14	0	25
waniger stark	15	15	14	14	15	19	13	11	12	21	14	3	23
uabarhaupt nicht	48	52	46	52	39	52	51	39	64	21	45	83	13
KA	12	15	9	13	6	13	8	14	14	12	7	14	7
noch direkt vor dem Zubattgehen													
sehr stark	7	6	8	6	9	6	8	8	6	6	10	0	13
stark	11	15	8	7	21	4	13	19	3	24	14	3	20
waniger stark	19	11	25	15	30	24	18	14	8	35	28	3	38
uabarhaupt nicht	49	50	49	55	33	52	51	42	68	18	41	78	20
KA	14	19	11	16	6	15	10	17	15	18	7	15	11
beim Fernsehen													
sehr stark	7	7	7	6	9	2	13	8	6	6	10	2	14
stark	18	13	21	13	30	17	15	22	3	44	21	3	34
waniger stark	23	20	25	23	24	28	23	17	23	24	24	12	34
uabarhaupt nicht	38	43	36	42	27	37	41	36	55	6	38	68	9
KA	14	17	12	15	9	17	8	17	14	21	7	15	9

Tabelle 14: 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-%	KURS- GENERATION Früh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Ra- u.mehr duk- tion Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe													
sehr stark	29	24	33	29	30	30	31	28	26	44	21	5	55
stark	22	20	22	18	33	24	21	19	14	29	31	20	21
weniger stark	14	13	14	14	12	9	23	11	17	12	10	20	9
ueberhaupt nicht	26	30	24	29	18	28	21	28	36	3	28	45	7
KA	9	13	7	10	6	9	5	14	8	12	10	11	7
wenn ich mich konzentrieren muss													
sehr stark	18	20	16	20	12	15	21	19	18	24	10	5	34
stark	21	19	22	19	27	19	13	33	9	47	17	9	32
weniger stark	17	15	18	14	24	24	18	6	15	15	24	17	16
ueberhaupt nicht	33	33	33	34	30	30	38	31	44	6	38	55	11
KA	12	13	11	13	6	13	10	11	14	9	10	14	7

Tabelle 14.1: Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
nach dem Essen	43	31	51	39	55	33	56	44	29	71	45	8	80
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	24	20	26	21	33	24	23	25	17	44	17	5	39
zur Entspannung	33	30	36	30	42	31	31	39	21	53	38	9	61
wenn sich jemand eine Zigarette anzuendet	18	15	20	16	21	19	18	17	15	26	14	9	25
waehrend der Arbeitszeit	25	22	26	24	27	20	21	36	14	47	24	2	52
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	50	35	61	43	70	52	54	44	33	79	55	11	89
am Morgen	25	19	30	21	39	17	28	36	11	47	34	0	57
noch direkt vor dem Zubettgehen	18	20	16	13	30	9	21	28	9	29	24	3	32
beim Fernsehen	25	20	28	20	39	19	28	31	9	50	31	5	48
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geaergert habe	51	44	55	46	64	54	51	47	39	74	52	25	77
wenn ich mich konzentrieren muss	38	39	38	38	39	33	33	53	27	71	28	14	66

Tabella 15: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Früh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Zige- retten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg		
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56	
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser														
sehr stark	15	19	13	19	6	15	15	17	20	12	10	29	2	
stark	16	13	18	18	12	13	21	17	23	6	14	31	2	
weniger stark	27	35	21	26	30	28	26	28	26	21	38	28	27	
ueberhaupt nicht	32	24	38	28	45	35	28	31	24	47	31	11	54	
KA	9	9	9	10	6	9	10	8	8	15	7	2	16	
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher														
sehr stark	17	17	17	21	6	13	21	19	21	12	14	34	0	
stark	14	11	16	16	6	15	10	17	20	6	10	26	2	
weniger stark	23	28	20	22	27	26	21	22	21	21	31	20	27	
ueberhaupt nicht	35	31	37	30	48	35	36	31	27	47	34	15	54	
KA	12	13	11	11	12	11	13	11	11	15	10	5	18	
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar														
sehr stark	8	9	7	9	3	9	10	3	9	3	10	14	0	
stark	13	15	12	14	9	15	13	11	21	3	7	25	2	
weniger stark	28	28	29	30	24	30	26	28	27	21	38	40	16	
ueberhaupt nicht	39	35	42	35	52	35	38	47	32	59	34	17	64	
KA	12	13	11	11	12	11	13	11	11	15	10	5	18	

∞
∞

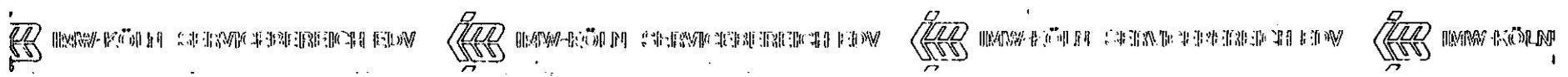


Tabelle 15: Wenn Sie jetzt noch vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg		
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56	
Ich bin nicht mehr abhaengig vom Rauchen														
sehr stark	34	43	28	40	15	30	38	36	50	18	17	62	5	
stark	9	11	8	8	12	11	10	6	9	3	17	12	7	
weniger stark	9	6	12	7	15	15	8	3	6	3	24	12	5	
ueberhaupt nicht	35	30	39	33	42	35	28	44	27	62	24	11	63	
KA	12	11	13	11	15	9	15	11	8	15	17	3	20	
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher														
sehr stark	23	26	21	28	9	19	23	31	30	15	17	45	2	
stark	15	17	14	15	15	17	13	17	21	9	10	28	4	
weniger stark	18	20	16	16	21	20	18	14	14	15	31	17	18	
ueberhaupt nicht	32	24	37	28	42	33	33	28	26	47	28	8	57	
KA	12	13	12	12	12	11	13	11	9	15	14	3	20	
Ich wurde haeufig von anderen in meinen Entschluss, das Rauchen einzuschraenken, bestaetigt														
sehr stark	18	15	21	19	18	17	13	28	18	18	21	28	11	
stark	32	28	36	33	30	37	41	17	36	18	41	34	34	
weniger stark	25	33	20	25	27	24	26	25	27	29	14	28	20	
ueberhaupt nicht	11	7	13	11	9	7	10	17	9	18	7	3	18	
KA	13	17	11	12	15	15	10	14	9	18	17	8	18	

Tabelle 15: Wann Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT	KURS-GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Zigo- Ziga- u.mehr ratten ratten Zigo- ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Ra- u.mehr duk- tion Miss- tion arfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- arfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben													
sahr stark	25	28	22	29	12	28	23	22	38	9	14	43	7
stark	18	17	18	19	15	19	18	17	23	6	21	29	7
weniger stark	18	26	12	18	18	19	21	11	17	15	21	20	13
ueberhaupt nicht	28	17	37	23	45	22	26	42	15	53	31	3	55
KA	12	13	11	12	9	13	13	8	8	18	14	5	18
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden													
sahr stark	16	17	16	19	9	19	10	19	23	9	10	25	9
stark	32	26	37	32	33	35	31	31	32	38	28	37	30
weniger stark	20	24	17	18	27	17	23	22	20	18	24	20	20
ueberhaupt nicht	18	17	20	19	18	15	23	17	15	18	24	11	23
KA	13	17	11	13	12	15	13	11	11	18	14	8	18
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt													
sahr stark	7	7	7	9	0	7	5	8	12	3	0	12	2
stark	15	11	17	13	18	17	10	17	18	15	7	22	9
weniger stark	29	35	25	34	15	24	41	25	36	12	34	42	18
ueberhaupt nicht	36	30	41	31	52	37	31	39	24	53	41	18	52
KA	13	17	11	12	15	15	13	11	9	18	17	6	20

90

Tabelle 15: Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was wuerden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ich fuehle mich wieder ausgeglichener und zufriedener													
schr stark	9	9	9	12	0	9	5	14	14	9	0	17	2
stark	17	17	17	18	15	22	18	8	20	12	17	29	5
weniger stark	33	37	30	35	27	30	28	42	35	26	34	40	27
ueberhaupt nicht	28	22	33	24	42	26	36	25	23	38	31	9	46
KA	12	15	11	11	15	13	13	11	9	15	17	5	20
Ich fuehle mich im alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. in Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, in Freundeskreis usw.) belastet													
schr stark	10	9	11	6	21	13	5	11	11	3	17	8	14
stark	24	22	25	28	12	22	33	17	30	21	14	17	32
weniger stark	40	41	39	43	30	37	41	42	42	35	38	54	23
ueberhaupt nicht	15	15	16	12	24	15	13	19	11	24	17	14	16
KA	11	13	9	10	12	13	8	11	6	18	14	8	14



Tabella 15.1: Persönlich erlebte Veränderungen (Anteilswerte: sehr stark/stark)

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- retten retten retten S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- duk- Miss- tion tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ich fuehle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	32	31	32	36	18	28	36	33	42	18	24	60	4
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schnecken als vorher	31	28	33	37	12	28	31	36	41	18	24	60	2
Die finanzielle Ersparnis wocht sich sehr bemerkbar	21	24	18	24	12	24	23	14	30	6	17	38	2
Ich bin nicht mehr abhaengig von Rauchen	43	54	36	48	27	41	49	42	59	21	34	74	13
Ich fuehle mich insgesamt viel wohler als vorher	38	43	36	43	24	35	36	47	52	24	28	72	5
Ich wurde haeufig von anderen in meinen Ent- schluss, das Rauchen ein- zuschraenken, bestaetigt	51	43	57	52	48	54	54	44	55	35	62	62	45
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstaerke bestaetigt zu haben	42	44	41	47	27	46	41	39	61	15	34	72	14
Mir ist vieles ueber mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	48	43	53	51	42	54	41	50	55	47	38	62	39
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	22	19	24	23	18	24	15	25	30	18	7	34	11
Ich fuehle mich wieder ausgeglichen und zufriedener	26	26	26	30	15	31	23	22	33	21	17	46	7
Ich fuehle mich in alltaeglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. in Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Stress, in der Familie, in Freundeskreis usw.) belastet	34	31	36	34	33	35	38	28	41	24	31	25	46



Tabelle 16: Wann Sie jetzt nach vier Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschraenken, Veraenderungen Ihres Koarpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2	S-2
		Fruah- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ja, ich habe stark zugenommen	8	6	11	9	6	9	3	14	12	3	7	15	2
Ja, ich habe etwas zugenommen	27	31	24	29	21	24	28	31	33	24	17	37	18
Ja, ich habe abgenommen	5	6	4	4	6	6	3	6	3	6	7	3	5
Nein, mein Koarpergewicht hat sich praktisch nicht veraendert	38	35	41	35	48	43	44	28	27	56	45	17	59
Ja, ich hatte nach Kursanda zunaechst zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein fruheres Gewicht erreicht	19	20	18	22	12	17	21	19	24	9	17	26	13
KA	2	2	3	1	6	2	3	3	0	3	7	2	4

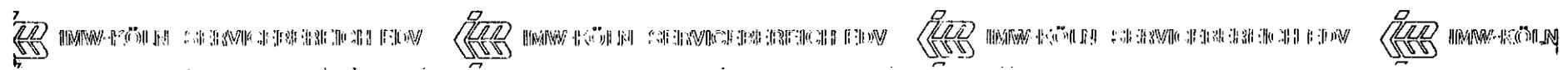


Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	63	36
Konsum alkoholischer Getraenke													
habe ich neu begonnen	1	0	1	1	0	2	0	0	0	3	0	2	0
hat sich verstaerkt	12	9	13	13	6	11	10	14	15	6	10	20	4
ist wie vor dem Kurs	53	48	57	52	58	61	56	36	48	62	52	45	59
hat sich veraendert	17	20	14	16	18	7	18	31	20	15	14	18	16
gab es bei mir nie	14	19	11	14	12	15	10	17	17	12	10	12	16
KA	4	4	4	3	6	4	5	3	0	3	14	3	5
Konsum nicht-alkoholischer Getraenke													
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstaerkt	19	20	18	19	21	15	23	22	27	6	17	23	14
ist wie vor dem Kurs	69	67	71	71	64	72	67	67	67	79	62	66	77
hat sich veraendert	4	2	5	2	9	4	5	3	2	6	7	3	2
gab es bei mir nie	1	2	0	1	0	2	0	0	2	0	0	0	2
KA	7	9	5	7	6	7	5	8	3	9	14	8	5

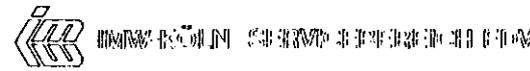
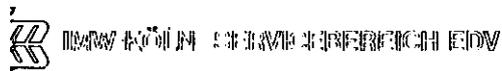


Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen veraendert?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Fruerh- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	bis 20 Ziga- ratten	21-30 Ziga- ratten	31 u.mehr Ziga- ratten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	51% u.mehr Miss- erfolg	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56	
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln														
habe ich neu begonnen	2	0	3	2	0	2	0	3	3	0	0	2	2	
hat sich verstaerkt	5	11	0	6	0	4	8	3	9	0	0	6	0	
ist wie vor dem Kurs	48	43	51	46	52	43	51	50	47	50	45	48	48	
hat sich vermindert	10	11	9	10	9	9	10	11	12	12	3	11	9	
gab es bei mir nie	29	24	33	28	33	31	26	31	24	32	38	25	36	
KA	7	11	4	7	6	11	5	3	5	6	14	9	5	



Tabelle 17: Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- holter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- duk- Miss- tion tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%		
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	36	
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten														
hat sich verstaerkt	8	4	11	6	12	9	10	3	9	6	7	11	4	
ist wie vor dem Kurs	81	80	82	82	76	78	77	89	82	85	72	78	84	
hat sich veraendert	5	7	3	4	6	4	5	6	5	3	7	3	7	
KA	7	9	5	7	6	9	8	3	5	6	14	8	5	
Reizbarkeit und allgemeine Nervositaet														
hat sich verstaerkt	18	20	16	16	21	19	15	19	20	15	17	20	16	
ist wie vor dem Kurs	61	39	62	61	61	59	64	58	61	59	62	52	68	
hat sich veraendert	15	13	17	16	12	15	13	19	17	21	7	22	11	
KA	6	7	5	6	6	7	8	3	3	6	14	6	5	

Tabella 17.1: Negative Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte; neu begonnen/verstärkt)

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brocher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	36
Konsum alkoholischer Getraenke	12	9	14	14	6	13	10	14	15	9	10	22	4
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	6	11	3	8	0	6	8	6	12	0	0	8	2
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	8	4	11	6	12	9	10	3	9	6	7	11	4
Reizbarkeit und allgemeine Nervositat	18	20	16	16	21	19	15	19	20	15	17	20	16



Tabelle 17.2: Positive Auswirkungen des Kursbesuches (Anteilswerte; hat sich vermindert)

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	63	56
Konsum alkoholischer Getraenke	17	20	14	16	18	7	18	31	20	15	14	18	16
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	10	11	9	10	9	9	10	11	12	12	3	11	9
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	5	7	3	4	6	4	5	6	5	3	7	3	7
Reizbarkeit und allgemeine Nervositat	15	13	17	16	12	15	13	19	17	21	7	22	11

Tabelle 18: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre anderen Familienangehoerigen (ausser Ihnen selbst) an.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bruchar		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Zigo- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
1978:													
Kein Raucher	39	39	39	43	27	31	44	47	48	24	38	43	36
1 Raucher	36	39	34	39	27	39	28	39	38	38	28	38	36
2 Raucher	11	9	12	9	15	11	13	8	6	21	10	9	11
3 Raucher	4	2	5	3	6	6	5	0	0	9	7	2	4
4 und mehr Raucher	5	4	5	2	12	6	8	0	5	3	7	2	9
KA	5	7	4	3	12	7	3	6	3	6	10	6	5
1982:													
Kein Raucher	45	44	45	48	33	39	36	64	52	41	34	52	36
1 Raucher	34	31	36	35	30	33	46	19	33	32	34	35	32
2 Raucher	8	9	8	8	9	6	13	8	6	12	10	5	13
3 Raucher	4	4	4	3	6	9	0	0	2	9	3	2	5
4 und mehr Raucher	3	4	3	2	6	4	5	0	3	0	7	2	5
KA	6	7	5	3	15	9	0	8	5	6	10	5	9

Tabella 19: FALLS SICH VERAENDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- holter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- duk- tion Mis- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	35	13	22	27	8	14	12	9	19	14	2	19	13
Ja	20	8	27	19	25	7	17	44	21	21	0	26	15
Nein	69	77	64	70	63	86	75	33	68	71	50	58	77
KA	11	15	9	11	13	7	8	22	11	7	50	16	8

Tabelle 19.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	7	1	6	5	2	1	2	4	4	3	0	5	2
Veränderung des Freundes- und Bekanntenkreises	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehört	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gespräche mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	43	0	50	40	50	100	100	0	75	0	0	60	0
Weitergabe des Kursmaterials	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gutes Beispiel geben	14	0	17	20	0	0	0	25	25	0	0	20	0
Sonstiges	29	100	17	20	50	0	0	50	0	67	0	20	50
KA	14	0	17	20	0	0	0	25	0	33	0	0	50



Tabelle 20: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
1978:													
ausschliesslich Raucher	5	6	4	4	6	6	5	3	6	0	7	5	5
ganz ueberwiegend Raucher	24	28	21	28	12	26	21	25	26	24	21	28	20
Raucher etwas in der Ueberszahl	31	24	36	26	45	33	28	31	24	38	38	28	36
etwas gleich viel Raucher und Nichtraucher	26	24	28	25	30	22	31	28	32	21	21	26	27
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	5	7	4	6	3	4	3	8	2	12	3	3	4
ganz ueberwiegend Nichtraucher	7	7	7	9	0	4	13	6	9	6	3	6	9
ausschliesslich Nichtraucher	1	2	0	1	0	2	0	0	0	0	3	2	0
KA	2	2	1	1	3	4	0	0	2	0	3	3	0

Tabelle 20: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
1982:													
ausschliesslich Raucher	1	0	1	0	3	2	0	0	2	0	0	0	2
ganz ueberwiegend Raucher	14	13	14	13	15	15	13	14	11	18	17	9	18
Raucher etwas in der Ueberzahl	15	15	16	13	21	15	18	14	14	9	28	9	23
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	18	17	20	14	30	13	26	19	17	18	24	20	16
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	25	20	28	28	15	28	18	25	24	35	10	18	30
ganz ueberwiegend Nichtraucher	25	31	20	29	12	22	26	28	32	21	14	38	11
ausschliesslich Nichtraucher	1	2	0	1	0	2	0	0	0	0	3	2	0
KA	2	2	1	1	3	4	0	0	2	0	3	3	0

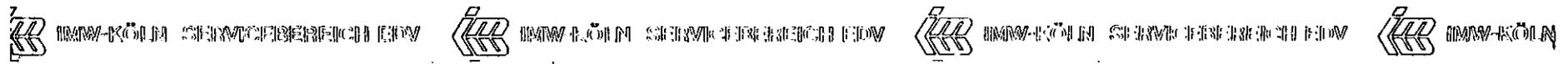


Tabelle 21: FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT	KURS-GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Frueh- jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	66	28	38	51	19	32	14	20	35	20	11	37	26
Ja	27	39	18	31	13	25	7	45	31	25	18	38	15
Nein	68	57	76	65	80	69	93	50	63	70	82	57	81
KA	5	4	9	4	7	6	0	5	6	5	0	5	4

Tabelle 21.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst Jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	18	11	7	16	2	8	1	9	11	5	2	14	4
Veränderung des Freundes- und Bekanntenkreises	11	9	14	13	0	0	0	22	9	20	0	7	25
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehört	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gasprache mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	39	36	43	31	100	25	0	56	27	40	100	36	50
Weitergabe des Kursmaterials	11	9	14	13	0	25	0	0	18	0	0	7	25
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	6	9	0	6	0	0	0	11	9	0	0	7	0
Gutes Beispiel geben	22	18	29	25	0	25	100	11	18	40	0	29	0
Sonstiges	6	9	0	6	0	13	0	0	9	0	0	7	0
KA	6	9	0	6	0	13	0	0	9	0	0	7	0

Tabelle 22: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brucher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Zigo- Zigo- u.mehr retten retten Ziga- ratten ratten ratten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- duk- Miss- tion tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
1978:													
ausschliesslich Raucher	2	2	3	0	9	2	3	3	2	0	7	2	4
ganz ueberwiegend Raucher	20	22	18	21	18	22	10	28	23	18	17	23	14
Raucher etwas in der Ueberszahl	19	20	18	14	33	20	18	19	15	29	17	15	21
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	24	20	26	26	18	22	18	33	24	21	28	25	25
Nichtraucher etwas in der Ueberszahl	8	7	9	10	3	7	15	3	9	9	7	9	9
ganz ueberwiegend Nichtraucher	11	11	11	13	3	11	8	11	11	15	3	6	16
ausschliesslich Nichtraucher	4	0	7	3	6	2	10	0	5	0	7	6	2
KA	12	17	8	12	9	13	18	3	12	9	14	14	9

Tabelle 22: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1978) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1978 und 1982 fuer Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- retten retten retten S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- Miss- tion erfolg S-% S-% S-%			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg S-% S-%	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
1982:													
ausschliesslich Raucher	2	2	1	0	6	4	0	0	2	3	0	0	2
ganz ueberwiegend Raucher	9	9	9	8	12	11	10	6	8	6	17	6	11
Raucher etwas in der Ueberzahl	9	9	9	7	15	11	10	6	9	9	10	9	11
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	20	13	25	21	18	19	15	28	20	15	28	22	20
Nichtraucher etwas in der Ueberzahl	22	22	21	21	24	19	21	28	18	35	14	20	21
ganz ueberwiegend Nichtraucher	23	24	22	30	3	24	18	25	30	21	7	25	23
ausschliesslich Nichtraucher	4	2	5	2	9	2	8	3	3	3	7	6	2
KA	12	19	7	11	12	11	18	6	11	9	17	12	11

Tabelle 23: FALLS SICH VERÄNDERUNGEN ERGABEN: Haben Sie selbst in der Zeit seit Ihrer Kursteilnahme aktiv zu dieser Entwicklung beigetragen?

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Fruch- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- bruchar	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	51% u. mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	54	20	34	42	12	19	14	21	29	19	6	29	20
Ja	26	40	18	26	25	32	21	24	31	16	33	34	20
Nein	69	55	76	67	75	58	79	71	62	79	67	59	75
KA	6	5	6	7	0	11	0	5	7	5	0	7	5

Tabella 23.1: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- holter brecher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr ratten ratten Ziga- retten retten retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duktion Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	14	8	6	11	3	6	3	5	9	3	2	10	4
Veränderung des Freundes- und Bekantankreises	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verstärkter Kontakt zu Nichtrauchern	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gemeinsam mit anderen aufgehört	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gegenseitige Unterstützung in kritischen Situationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Gespräche mit anderen mit dem Ziel, andere zum Aufgeben des Rauchens zu bewegen	29	13	50	18	67	33	33	20	22	33	50	20	50
Weitergabe des Kursmaterials	7	0	17	9	0	17	0	0	11	0	0	0	25
Rauchverbot in einzelnen Räumen (bzw. am Arbeits- platz)	14	13	17	18	0	0	0	40	22	0	0	20	0
Gutes Beispiel geben	29	38	17	36	0	17	33	40	33	33	0	40	0
Sonstiges	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	21	38	0	18	33	33	33	0	11	33	50	20	25

Tabelle 24: In dem Kurs, an dem Sie vor vier Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- und Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewusster leben), oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ä.) teilgenommen?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Früh- jahr	Herbst	Durch- holter	Ab- brecher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	18	22	14	19	15	17	15	22	23	12	14	15	23
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	7	2	11	6	9	6	5	11	0	21	7	3	9
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	5	4	7	6	3	2	5	11	3	9	7	3	9
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	62	59	64	61	67	61	64	61	62	65	59	65	57

Tabelle 24.1: WENN JA: Um welche Bereiche ging es da?

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE	
		Frueh- Jahr S-%	Herbst S-%	Durch- halter S-%	Ab- bracher S-%	bis 20 Ziga- ratten S-%	21-30 Ziga- ratten S-%	31 u.mehr Ziga- ratten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Ra- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	37	15	22	28	9	13	10	14	17	12	8	14	21
Allgemein bewusster leben / Selbstkontrolle	5	7	5	4	11	8	0	7	6	0	13	7	5
Konzentrations-, Entspannungsuebungen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kurse zur Kontrolle des Alkoholkonsums	3	7	0	0	11	0	0	7	0	0	13	0	5
Kurse zum Ernuehrungs- verhalten	3	0	5	4	0	8	0	0	6	0	0	0	5
Selbsthilfegruppen	5	7	5	4	11	0	10	7	0	0	25	0	10
Selbsterfahrungsgruppen	3	7	0	0	11	0	0	7	0	0	13	0	5
Sportliche Aktivitaeten / Bewegung	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arbeitsplatz	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Alkoholkonsum	35	60	18	39	22	38	10	50	41	42	13	43	33
Medikamentenkonsum	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ernuehrungsverhalten	41	40	41	43	33	38	60	29	53	25	38	50	38
Reizbarkeit / Nervositaeat	3	7	0	0	11	8	0	0	0	0	13	7	0
Ziele setzen und bewusst zu erreichen versuchen	3	7	0	4	0	0	0	7	0	8	0	0	5
Sonstiges	5	0	9	7	0	0	10	7	12	0	0	14	0
KA	19	0	32	14	33	23	20	14	0	42	25	14	14

111

Tabelle S.1: Alter des/dar Befragten

	GESAMT S-%	KURS- GENERATION Frueh- Herbst jahr		KURSBESUCH Durch- Ab- halter bracher		ZIGARETTENKONSUM VORHER bis 20 21-30 31 Ziga- Ziga- u.mehr retten retten Ziga- retten			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE Null- 1-50% 51% konsum Re- u.mehr duk- tion Miss- tion erfolg			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE Null- 51% konsum u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
bis 19 Jahre	2	0	4	1	6	6	0	0	0	9	0	0	5
20 - 29 Jahre	15	9	18	12	21	13	21	11	9	15	28	15	11
30 - 39 Jahre	32	33	30	31	33	24	38	36	33	26	34	29	38
40 - 49 Jahre	28	28	28	30	21	28	23	33	33	29	14	31	27
50 - 59 Jahre	13	9	16	14	9	11	13	14	12	18	7	8	16
60 - 69 Jahre	8	15	3	8	6	11	5	6	8	3	14	11	4
70 Jahre und oalter	2	4	0	2	0	4	0	0	3	0	0	3	0
KA	2	2	1	1	3	4	0	0	2	0	3	3	0

Tabelle 8.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT	KURS- GENERATION		KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE	
		Fruah- Jahr	Herbst	Durch- halter	Ab- bracher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76	97	33	54	39	36	66	34	29	68	36
maennlich	65	63	67	66	64	56	64	81	61	74	66	65	63
weiblich	35	37	33	34	36	44	36	19	39	26	34	35	38
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

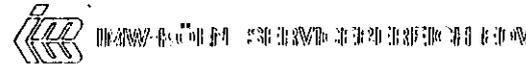
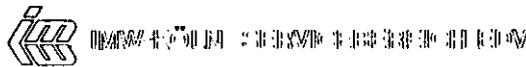
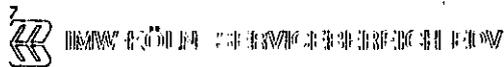
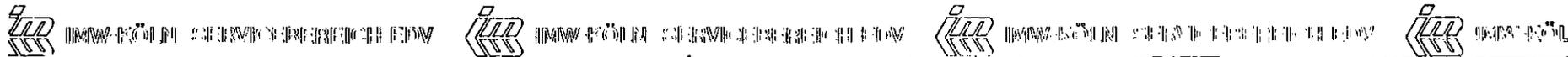


Tabelle 5.3: Wuenstchen Sie eine Information ueber die Ergebnisse dieser Befragung?

	GESAMT	KURS-GENERATION			KURSBESUCH		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE	
		Frueh- Jahr	Herbst		Durch- halter	Ab- bracher	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	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	130	54	76		97	33	54	39	36	66	34	29	65	56
Ja	84	81	86		85	82	85	77	89	86	88	72	82	86
Nein	14	13	14		14	12	13	21	8	12	12	21	15	13
KA	2	6	0		1	6	2	3	3	2	0	7	3	2



Befragungsunterlagen

Nichtraucher in 10 Wochen

Ein Trainingsprogramm

Entwickelt und herausgegeben von der
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

TEILNEHMER-
BEFRAGUNG NACH
VIER JAHREN

1. ALLGEMEINE HINWEISE

Dieser Fragebogen wird an eine repräsentative Auswahl von Kursteilnehmern aus dem Jahr 1978 verschickt. Auch an solche Teilnehmer, die den Kurs nur zum Teil besuchten. 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 den ganzen Kurs besuchten 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, können diese Angaben nochmals erhoben werden.
 - 2 Schicken Sie den Fragebogen möglichst schnell im beiliegenden frankierten Rückumschlag zurück. Die erste Auswertung soll möglichst noch im Mai 1982 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 sparen 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. Dann unvollständige Fragebögen 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 Cryns gibt Ihnen gerne Auskunft.

KA 0 1

Frgb.-Nr.

Proj.-Nr.

		BZ			BZ
Sie haben im Jahr 1978 an diesem Raucherentwöhnungskurs teilgenommen, weil Sie Ihren Zigarettenkonsum einstellen bzw. reduzieren wollten.			4. Aus den Befragungen und aus den Briefen ehemaliger Kursteilnehmer wissen wir, daß die persönlichen „Erfolgskurven“ seit 1978 sehr unterschiedlich aussehen. Wie würden Sie selbst die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums seit Kursende beschreiben?		
1.	Haben Sie damals den Kurs bis zu Ende besucht oder haben Sie den Kursbesuch vorher abgebrochen?		Ich habe den zum Kursende erreichten Nullkonsum bis heute ohne Rückfall beibehalten	1	
	ich habe den Kurs bis zu Ende besucht <input type="checkbox"/>	1			
	ich habe den Kursbesuch vorher abgebrochen <input type="checkbox"/>	2			
2.1	Und wie viele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nach Ihrem Ausscheiden aus dem Kurs durchschnittlich pro Tag geraucht?		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 täglich etwa <u> </u> Zigaretten geraucht	2-3			
2.2	Und wie steht es heute? Wie viele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?		Ich habe meinen Zigarettenkonsum eigentlich nie spürbar und dauerhaft reduzieren können	3	
	Jetzt rauche ich täglich etwa <u> </u> Zigaretten	4-5			
Rauchen Sie zur Zeit . . .			Ich habe mein bei Kursende erreichtes Reduktionsergebnis in der Zeit danach noch weiter verbessern können	4	
3.1	. . . Zigarren, Zigarillos, Stumpen?		Nach Kursende hat sich mein Zigarettenkonsum im wesentlichen wieder verstärkt	5	
	ja <u> </u> 1				
	nein <u> </u> 2	6			
3.2	. . . Pfeife?		In der Zeit nach Kursende gab es bei mir ein ständiges „Auf und Ab“ zwischen starkem Zigarettenkonsum und Reduktion	6	8
	ja <u> </u> 1				
	nein <u> </u> 2	7			

		BZ
11. Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen „neuen Anlauf“ zu nehmen?	ja 1	43
	nein 2	

11.1 Was haben Sie im einzelnen unternommen?

12. Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?		
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	1	44
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch und werde mich bemühen, ihn weiter einzuschränken	2	
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch, glaube aber nicht, daß ich es schaffe, ihn einzuschränken	3	

13. Wie groß ist Ihre Bereitschaft, jetzt noch einmal einen Kurs oder eine andere Methode zur Einschränkung des Rauchens auszuprobieren?		
Ich werde es auf jeden Fall noch mal versuchen	1	45
Ich werde es nur dann versuchen, wenn mir die Methode auch wirklich erfolgversprechend erscheint	2	
Ich werde es wahrscheinlich nicht noch einmal versuchen	3	
Ich werde es auf keinen Fall noch einmal versuchen	4	

WIEDER AN ALLE:

14. 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?

Diese Versuchung spüre ich noch . . .	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht	
nach dem Essen	1	2	3	4	46
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	1	2	3	4	47
zur Entspannung	1	2	3	4	48
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	1	2	3	4	49
während der Arbeitszeit	1	2	3	4	50
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	1	2	3	4	51
am Morgen	1	2	3	4	52
noch direkt vor dem Zubettgehen	1	2	3	4	53
beim Fernsehen	1	2	3	4	54
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe	1	2	3	4	55
wenn ich mich konzentrieren muß	1	2	3	4	56

15. Wenn Sie jetzt nach vier Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen. Was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen heute auf Sie zu?					BZ
Trifft auf mich zu . . .	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht	
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	1	2	3	4	57
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	1	2	3	4	58
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	1	2	3	4	59
Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	1	2	3	4	60
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	1	2	3	4	61
Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt	1	2	3	4	62
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	1	2	3	4	63
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	1	2	3	4	64
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	1	2	3	4	65
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	1	2	3	4	66
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	1	2	3	4	67

16. Wenn Sie jetzt nach 4 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 stark zugenommen	1	68
ja, ich habe etwas zugenommen	2	
ja, ich habe abgenommen	3	
nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	4	
ja, ich hatte nach Kursende zunächst zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	5	

17. Wie haben sich seit Ihrem Kursbesuch die folgenden Verhaltensweisen bei Ihnen verändert?						
	habe ich neu begonnen	hat sich verstärkt	ist wie vor dem Kurs	hat sich vermindert	gab es bei mir nie	
Konsum alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	69
Konsum nicht alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	70
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	1	2	3	4	5	71
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	X	2	3	4	X	72
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	X	2	3	4	X	73

