

BUNDESZENTRALE FÜR

GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG, KÖLN



Wirksamkeitskontrolle des BZgA-Kurses

"RUNTER VOM RAUCHEN"

im Medium Hörfunk (NDR)

- Ergebnisse der 1. Nachbefragung im Überblick -

050040A

Projektleitung:

BZgA, Ref. - 3-35 -

Projektausführung:

Institut für Markt- und
Werbeforschung, Köln

Bericht:

August 1981

<u>Vorbemerkung</u>	1
I. <u>Stichprobe und methodisches Konzept der Untersuchung</u>	4
1. Die Stichprobe, Reaktions- und Ausschöpfungsquoten	4
2. Erhebungsinstrument und Auswertung	6
II. <u>Die Erfolgsbilanz nach 6 Monaten</u>	8
1. Erläuterung der Erfolgskriterien	8
2. Die Erfolgsbilanz	9
2.1 Überblick und Vergleich mit den entsprechenden Ergebnissen der VHS-Kurse	9
2.2 Einflußfaktoren auf Erfolg und Mißerfolg	15
3. Vergleichende Analysen in Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen	16
III. <u>Anhang</u>	23
Inhaltsregister des Tabellenbandes	23

VORBEMERKUNG

Die vorliegende Zusammenfassung betrifft die 2. Untersuchungsstufe zur Evaluierung des von der BZgA entwickelten Kurses "RUNTER VOM RAUCHEN". Dieser Kurs ist eine für das Medium Hörfunk adaptierte Version des Kurses "NICHTRAUCHER IN 10 WOCHEN" *), die erstmals im Oktober/November 1980 im Sendegebiet des NDR ausgestrahlt wurde.

Im November/Dezember 1980 wurde eine repräsentative Stichprobe derjenigen Kursteilnehmer, die auch das Begleitmaterial anforderten, zum Zeitpunkt Kursende befragt. Die jetzt abgeschlossene Befragung zum Zeitpunkt "6 Monate nach Kursende" leitet die Langzeitkontrolle ein.

Ein wichtiger Aspekt für die Wahl dieses Untersuchungszeitpunktes war u. a. die direkte Vergleichbarkeit zu der Untersuchung der VHS-Kurse:

1. In der Untersuchung der VHS-Kurse existiert gleichfalls eine Messung zu diesem Zeitpunkt, so daß ein direkter System- bzw. Erfolgsbilanzvergleich möglich ist.
2. Darüberhinaus sind beide Untersuchungen auch aus einem weiteren Grund besonders zum Vergleich geeignet: in beiden Fällen handelt es sich nicht um experimentelle Stichproben, die im Kursablauf besonders behandelt wurden, sondern um Kursteilnehmer, die aus normalen Kursen stammen.

Die hier ermittelten Ergebnisse sind also als zuverlässige Indikatoren für die Bewertung des Kurssystems im praktischen Einsatz zu betrachten.

*) Dieses Kurssystem wird seit 1978 auf breiter Ebene in Institutionen der Erwachsenenbildung, insbesondere Volkshochschulen, eingesetzt. Eine repräsentative Stichprobe aus dem ersten Einsatzjahr wird seit 1978 kontinuierlich im Rahmen einer Längsschnittuntersuchung nachverfolgt. Im Juli 1981 wurde die 3-Jahresbefragung abgeschlossen. Diese Untersuchungsreihe wird im Bericht als "Untersuchung VHS-Kurse" zitiert.

Die jetzt abgeschlossene Untersuchungsstufe ermöglicht noch keine endgültige Bilanzierung zu Erfolg oder Mißerfolg der Teilnahme an dem NDR-Kurs. Die Längsschnittuntersuchung der VHS-Kurse zeigte, daß auch nach 6 Monaten noch erhebliche Fluktuationen zwischen Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen auftreten können. Immerhin lassen sich jetzt aber schon fundierte Aussagen zur vorläufigen Erfolgsbilanz machen. Die Vergleichswerte aus den VHS-Kursen geben dabei Hinweise auf die mögliche weitere Entwicklung.

Aus den Ergebnissen der Nachuntersuchung im November/Dezember 1980 sind folgende Befunde hervorzuheben, die gerade für den Systemvergleich VHS-Kurse versus NDR-Kurse von Bedeutung sind:

1. Die durch den NDR-Kurs angesprochene Population ist hinsichtlich der Rauchintensität identisch mit der Population, die durch die VHS-Kurse erreicht wird: Starke und gewohnheitsmäßige Raucher. Hinsichtlich einiger demografischer und Lebenssituationsmerkmale ergeben sich jedoch erhebliche Unterschiede: In den NDR-Kursen stärker repräsentiert waren Personen, die die Teilnahmeverpflichtung in den VHS-Kursen nicht eingehen würden, z.B. jüngere Personen (Gruppe der 20 - 29jährigen), beruflich und zeitlich stark Belastete, Personen, die unter starker psycho-sozialer Spannung und persönlicher Belastung leiden.

Hinsichtlich der erreichten Zielgruppe sind VHS- und Hörfunk-Kurse weitgehend als komplementär zu betrachten.

2. Diese Unterschiede hinsichtlich der erreichten Zielgruppe sowie weitere - systembedingte - Faktoren wirkten sich für die Erfolgsbilanz zum Kursende nachweislich erfolgsmindernd aus.
3. Eine der Kernfragen an die jetzt abgeschlossene Untersuchung war also: Bleibt die unter insgesamt ungünstigeren Startbedingungen erreichte Erfolgsquote stabiler als die der VHS-Kurse im gleichen Zeitraum oder zeigt sich hier ein vergleichbarer Rückgang in der Erfolgsbilanz, so daß die Gesamtbilanz negativer als die der VHS-Kurse ist ?

Die Meß- und Analyseinstrumente in der vorliegenden Untersuchung berücksichtigen die in der Untersuchung der VHS-Kurse gesammelten Erfahrungen: Es wurden von vornherein die Methoden eingeführt, die sich in der Langzeitanalyse als besonders aussagekräftig und zuverlässig erwiesen.

Die folgende Darstellung faßt die wichtigsten Befunde zusammen. Alle Einzelergebnisse sind in einem separaten MATERIALBAND enthalten.

I. STICHPROBE UND METHODISCHES KONZEPT DER UNTERSUCHUNG

1. Die Stichprobe, Reaktions- und Ausschöpfungsquoten

Der Hörfunkkurs "RUNTER VOM RAUCHEN" wurde ab 5. Oktober 1980 an 8 Sonntagen im Sendegebiet des NDR ausgestrahlt. Die Teilnehmer konnten zusätzliches Kursmaterial bei der BZgA anfordern. Ausgangsstichprobe für die erste Untersuchung direkt nach Kursende (November/Dezember 1980) waren die ersten 946 Anforderer, die gleichzeitig zur Teilnahme an einer wissenschaftlichen Untersuchung über die Effizienz des Kurssystems bereit waren.

Die Zielgröße von N= 900 wurde leicht überdeckt, da sich erfahrungsgemäß unter den Materialanforderern auch Personen befinden, die nicht am Kurs teilnehmen. Die Ausgangsstichprobe aktiver Teilnehmer umfaßt also maximal 882 Personen.

Die detaillierte Reaktionscharakteristik auf der Basis aller 946 Ausgangsadressen ist auf der folgenden Seite dargestellt. Die wichtigsten Zahlen auf der Basis der aktiven Teilnehmer stellen sich wie folgt dar:

Basis "aktive Teilnehmer"	Ⓐ Befragung nach Kursende 882	Ⓑ Befragung 6 Mon. n. Kursende 849	Bisherige Aus- schöpfung der Stichprobe (A und/oder B) 882
• Gesamtreaktionsquote	85,6	82,3	93,7
• Ausgefüllte Fragebögen (qualifizierte Infor- mationen)	79,9	66,1	83,3
• Rücksendungen mit inhaltlicher Informa- tion insgesamt	80,8	73,3	85,6

...

	(abs.)	%
Ursprüngliche AUSGANGSSTICHPROBE (= Bereitschaftserklärungen zur Teilnahme an der Untersuchung)	946	

UNTERSUCHUNGSSTUFE I : Nachbefragung nach Kursende

● Gesamtreaktionsquote	819	86,6
● Ohne jegliche Information	127	13,4

STICHPROBENBEREINIGUNG

wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung
der weiteren Mitarbeit 88

UNTERSUCHUNGSSTUFE II : Nachbefragung 6 Monate nach
Kursende

1. Ausgangsstichprobe	858	
2. Gesamtreaktionsquote	708	82,5
<u>davon:</u>		
● ausgefüllte Fragebogen	562	
● unspezifische Verweigerung	32	
● Verweigerung, weil <u>Mißerfolg</u>	50	
● Verweigerung, weil <u>Erfolg</u>	10	
● Verweigerung wegen <u>Nichtteilnahme</u>	9	
● nicht interpretierbare Rücksendungen	34	
● Adreßänderungen, Todesfälle	11	
3. Ohne jegliche Information	150	17,4

STICHPROBENBEREINIGUNG *

wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung
der weiteren Mitarbeit 67

AUSGANGSSTICHPROBE FÜR WEITERE BEFRAGUNGEN	791	
● in % der Ausgangsstichprobe		83,6

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

Es zeigt sich, daß sowohl die Gesamtreaktionsquote (82,3 %) als auch der Anteil von Rücksendungen mit inhaltlicher Information (73,3 %) hoch sind.

Unter Berücksichtigung beider Erhebungswellen liegen bisher von 93,7 % aller aktiven Teilnehmer Reaktionen vor, von 85,6 % Informationen inhaltlicher Art.

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe umfaßt - auf der Basis der aktiven Teilnehmer - noch 89,7 % der Ausgangsstichprobe (= 791 Personen).

In die differenzierten Auswertungen dieser Untersuchung konnten 562 Probanden mit vollständig ausgefülltem Fragebogen einbezogen werden. Für die Gesamterfolgsbilanz wurden auch diejenigen 61 Personen berücksichtigt, von denen minimal die Information zum aktuellen Konsum vorliegt.

2. Erhebungsinstrument und Auswertung

Die Erhebung fand als schriftliche, postalische Befragung statt (Erstaussendung und zwei Mahnwellen).

Der folgende Überblick zeigt, welche Erhebungstatbestände erfaßt wurden und inwieweit diese mit der ersten Untersuchungsstufe sowie mit der Untersuchung der VHS-Kurse vergleichbar sind.

Die Auswertung aller Einzelfragen geschah nach den Merkmalen

- Geschlecht
- Alter
- Berufstätigkeit/Berufsgruppe
- Teilnahmeverhalten (2 Merkmale)
- Konsum vor Kursbeginn
- Unterstützung nach Kursende
- Heute erreichtes Reduktionsniveau

Weitere Analysen (Bildung neuer Variablen, Abhängigkeits- und Extremgruppenanalysen) werden im Bericht erläutert und dargestellt.

ÜBERBLICK ÜBER VERBINDUNGEN ZU ANDEREN ERHEBUNGEN BZW. ERHEBUNGSSTUFEN

Fr.-Nr.	Erhebungstatbestand	Analog zu ...	
		NDR-Kurs Nb/Kursende	VHS-Kurse Nb 6 Monate
1.	Kursabbruch	x	x
1.1	Gründe für Kursabbruch	x	x
2.1	Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	x	x
2.2	Zigarettenkonsum bei Kursende	x	x
2.3	Zigarettenkonsum 6 Monate nach Kursende		x
3.	Rauchen von Pfeife und Zigarren		
4.	Zufriedenheit mit Kursergebnis		0
5.	AN NICHTRAUCHER: Vertrauen in Stabilität des Kursergebnisses	x	0
6.	AN RAUCHER: Beurteilung des derzeitigen Konsums	x	0
7.	Bereitschaft zur weiteren Reduktion	x	0
8.	Absichten bezüglich Reduktion bzw. Kontrolle		x
9.	Bestärkung durch andere Personen nach Kursende		
9.1	Bestärkende Personen (F)		
10.	Besitz des Kursmaterials	x	x
10.1	Gründe für Nichtbesitz (F)	x	x
11. a)	Nachträgliche Nutzung von Material und Verhaltensvorschlägen	x	0
11. b)	Nützlichkeit von Material und Verhaltensvorschlägen	x	
12.1	Reaktion der anderen (F)		x
13.	Anregung anderer Personen zur Reduktion		x
14.	Multiplikatorisches Verhalten (Skala)	x	x
15.	Reduktionsversuche im sozialen Umfeld	x	x
16.	Erlebte Auswirkungen der Reduktion	x	x
17.	Veränderung des Körpergewichts	x	x
18.	Alternative Gewohnheiten	x	x
18.1	Einzelne alternative Tätigkeiten (F)	x	x
19.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	x	x
20.	Spaß an der Kursteilnahme	x	x
20.1	Gründe für fehlenden Spaß		
21.	Versuchungen und Rückschläge		0
22.	Bekanntheit des VHS-Kurses "Nichtraucher in 10 Wochen"		
23.	Vergleichende Bewertung mit anderen Systemen	x	x
23.1	Bessere Entwöhnungssysteme (F)		
offen	Weitere Erfahrungen und Anregungen	x	x

x = direkte Vergleichbarkeit

0 = Vergleichbarkeit zu späteren VHS-Nachbefragungen

II. DIE ERFOLGSBILANZ NACH 6 MONATEN

1. Erläuterung der Erfolgskriterien

In dieser Untersuchungsreihe werden mehrere Erfolgskriterien nachverfolgt: Im Mittelpunkt steht der Nachweis des stabilen Reduktionserfolgs. Ergänzend und flankierend werden multiplikatorische Wirkungen, stabilisierende Empfindungs- und Verhaltensänderungen und weitere Indikatoren, die den Kurs als System betreffen, nachverfolgt (vgl. Punkte -2- und -3-).

Die Indikatoren für den Reduktionserfolg wurden auf der Basis der Erfahrungen in der Untersuchungsreihe VHS-Kurse entwickelt und gebildet.

- Die aktuelle Konsumintensität zum Befragungszeitpunkt

Dieses einfachste zeitpunktbezogene Maß ist als Kriterium nur für die Extremgruppen

- Nullkonsum (= voller Erfolg),
- Konsum von mehr als 20 Zigaretten pro Tag (kein Erfolg)

aussagekräftig. Bei "mittleren" Konsumintensitäten wird über die Reduktionsleistung keine Aussage möglich.

- Das Reduktionsmaß zum Befragungszeitpunkt

Das Verhältnis von "Konsum nachher" zu "Konsum vorher" ausgedrückt in % des "Konsums vorher", bietet eine wesentliche Verbesserung der Meßschärfe.

- 0 % ist identisch mit Nullkonsum (= voller Erfolg).
- 1 - 30 % des Vorkonsums kann als starke Reduktionsleistung bezeichnet werden.
- 90 und mehr % des Vorkonsums wird - unabhängig von der Höhe des Vorkonsums - nur als vollständiger Mißerfolg zu bezeichnen sein.

Zwischenstufen sind je nach Bewertungsmaßstab frei zu bilden. In den vergleichenden Analysen werden Personen mit 50 % und weniger Reduktionsleistung in der Gruppe "Mißerfolg" zusammengefaßt.

...

Dieses Maß ist zunächst noch zeitpunktbezogen, d.h. es sagt nichts über den individuellen Verlauf der Reduktion im Zeitraum nach Kursende.

Deshalb wird ein ergänzendes zeitraumbezogenes Maß eingeführt:

● Das Reduktionsmuster im Zeitablauf

In dieser Analyse werden sämtliche Meldungen zu allen Meßpunkten individuell verarbeitet und betrachtet. So können Verläufe wie z.B.

Meßpunkt	Beispiel 1	Beispiel 2
- Kursende	Nullkonsum	schwache Reduktion
- 6 Monate	Nullkonsum	Nullkonsum
TYPUS	"Durchgehend Nullkonsum"	"Kursende ohne Erfolg, heute Nullkonsum"

identifiziert werden. Verwendet wird hierzu das zuvor beschriebene Reduktionsmaß, in dem jeweils die Beziehung zum Vorkonsum hergestellt wird.

2. Die Erfolgsbilanz

2.1 Überblick und Vergleich mit den entsprechenden Ergebnissen der VHS-Kurse

Die vergleichende Übersicht über den Reduktionserfolg (Tab. 1) zeigt ein zunächst überraschendes Bild:

- Der zum Zeitpunkt Kursende vergleichsweise geringe Anteil von Nullkonsumenten im NDR-Kurs blieb stabil bzw. weist sogar eine (nicht signifikant !) steigende Tendenz auf. In den VHS-Kursen war innerhalb der ersten 6 Monate nach Kursende ein starker Einbruch feststellbar.
- Auch die relative Erhöhung der Teilnehmer mit vollständigem Mißerfolg ist in den NDR-Kursen schwächer ausgeprägt als dies in den VHS-Kursen der Fall war.

...

- Jetzt, nach 6 Monaten, weisen beide Kurssysteme eine praktisch identische Erfolgsbilanz auf.

Bei beiden Kursen handelt es sich um die Gesamtwerte, die Kursdurchhalter und Kursabbrecher enthalten.

Tab. 1: ÜBERBLICK ÜBER REDUKTIONSERFOLG IN VERSCHIEDENEN PHASEN DER NACHBEFRAGUNG (GESAMTSTICHPROBE)

		Nullkonsum	starke Reduktion (1-30%)	Reduktion (31-50%)	schwache Reduktion (51-70%)	kaum Reduktion (71-90%)	vollst. Misserfolg (91% u.m.)
REDUKTION NACH KURSENDE							
① VHS-Kurse 1978 (Basis: 942 Personen)	I	39	23	16	7	6	8
	kum.	39	62	78			

② NDR-Kurs 1980 (Basis: 754 Personen)	I	21	15	23	13	10	17
	kum.	21	36	59			
REDUKTION 6 MONATE NACH KURSENDE							
① VHS-Kurse 1978 (Basis: 691 Personen)	I	24	7	9	11	23	27
	kum.	24	31	40			

② NDR-Kurs 1980 (Basis: 623 Personen)	I	24	6	9	10	20	31
	kum.	24	30	39			
Anmerkung: In allen Vergleichszahlen sind auch informelle Reaktionen enthalten, die Auskunft über den Erfolg geben.							

Mögliche Erklärungen für diese Entwicklung wurden bereits in der ersten Untersuchung angedeutet:

- Die fehlende Unterstützung und Kontrolle durch Gruppe und Kursleiter wirkte sich nicht nur auf die (in dem NDR-Kurs) höhere Abbrecherquote aus. Auch die im Kursverlauf erreichte Reduktion war hierdurch bedingt geringer.
- Die Teilnehmer am NDR-Kurs hatten in gewisser Weise schwierigere, d.h. weniger stützende und

leitende Kursbedingungen. Es wurde vermutet, daß die Situation des NDR-Kurses zum Kursende also eher der Situation der VHS-Kurse nach 6 Monaten vergleichbar ist.

Dennoch ist die praktisch identische Erfolgsbilanz zu diesem Zeitpunkt überraschend. Schließlich waren nicht nur Unterschiede im Kurssystem, sondern auch Unterschiede in der durch die verschiedenen Systeme erreichten Population anzutreffen.

Die in Tab. -2- dargestellte Verlaufsanalyse gibt interessante Aufschlüsse über die Fluktuation zwischen Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen. Zwei Drittel aller Nullkonsumenten (Zeitpunkt Kursende) blieben stabil.

Tab. 2: DIE ENTWICKLUNG DER PERSÖNLICHEN ERFOLGSBILANZ NACH KURSENDE					
ENTWICKLUNG IN 6 MONATEN	GESAMT Z	REDUKTIONSNIVEAU / KURSENDE			
		Nullkonsum (= voller Erfolg) Z	1-30% (= starke Red.) Z	31-50% (= Reduktion) Z	51% u. mehr (= Mißerfolg) Z
• Weitere Steigerung der Reduktion (→ davon Nullkonsum)	17	-	19 (19)	21 (11)	24 (9)
• Stabiles Reduktionsniveau	36	68	8	15	41
• Rückfall unter zum Kursende erreichtes Reduktionsniveau	46	32	72	64	35
BASIS	562	126	89	132	211

Andererseits hat etwa jeder fünfte (noch) nicht erfolgreiche Teilnehmer nach Kursende die Reduktionsleistung verstärken können. In der Gruppe, die zum Kursende bereits mindestens um 50 % reduziert hatte, erreichte jeder fünfte sogar den Nullkonsum.

Die Gesamtheit der Nullkonsumenten zum Zeitpunkt 6 Monate nach Kursende setzt sich folgendermaßen zusammen: 64 % stabile Nullkonsumenten; 36 % Personen, die zum Kursende den Nullkonsum noch nicht erreicht hatten.

...

In weiteren Beschreibungs- und Erfolgskriterien kommt teils eine Annäherung an die Werte aus den VHS-Kursen zustande, teils bleiben Differenzierungen erhalten (vgl. Tab. -3- und Tab. -4-).

● Kursbewertung

Die Kursbewertung fällt insgesamt etwas negativer aus. Hier spielten insbesondere die fehlende soziale Unterstützung und das nicht vorhandene Gruppenelement eine Rolle.

● Multiplikatorisches Verhalten

Hier wurden etwa gleich hohe Werte erreicht. Im ersten Bericht wurde die Hypothese aufgestellt, daß die höhere Multiplikatorwirkung im Freundes- und Verwandtenkreis auf die insgesamt (d.h. kursunabhängig) höhere Neigung zur Aufgabe des Rauchens zurückzuführen ist.

● Erlebte Auswirkungen und Versuchungssituationen

Auch hier sind etwa gleiche Werteverteilungen feststellbar. Die in der Gesamttendenz noch höhere Anfälligkeit der NDR-Kursteilnehmer könnte auf zwei sich ergänzende Faktoren zurückzuführen sein:

- 1) Das weniger intensive Training im Kursverlauf,
- 2) der im Durchschnitt tendenziell später erreichte Nullkonsum (kürzere Stabilisierungszeit).

Mit weiterer Fluktuation zwischen Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen ist zu rechnen, zumal nur 54 % aller heutigen Nullkonsumenten subjektiv ganz sicher sind, diesen Erfolg halten zu können. Die noch vorhandene Intensität der Versuchung in einzelnen Auslösesituationen ist den Nullkonsumenten bewußt.

Andererseits geben zwei Drittel aller (noch) nicht Erfolgreichen an, "es auf jeden Fall noch mal versuchen" zu wollen.

Der Bedarf nach weiterer Stützung oder Stabilisierung durch Fremdhilfe ist bei über 50 % der Teilnehmer gegeben. in 33 % der Fälle wird explizit eine wiederholte Teilnahme am Hörfunkkurs gewünscht. Immerhin 9 aller Teilnehmer bzw. die Hälfte der Teilnehmer, die

den Kurs auf Kassette aufzeichneten, hörten diese Aufzeichnung nochmals ab.

Tab. 3 : Vergleich der NDR- und VHS-Kurse

KURSBEWERTUNG UND MULTIPLIKATORISCHES VERHALTEN	NDR-Kurs		VHS-Kurse
	nach Kursende %	6 Monate nach Kursende %	6 Monate nach Kursende %
SPASS AN DER KURSTEILNAHME <ul style="list-style-type: none"> • ja, sehr • ja • es geht • weniger • überhaupt nicht 	21 45 25 6 1	22 47 19 8 2	35 36 15 7 4
VERGLEICHENDE BEWERTUNG MIT ANDEREN SYSTEMEN <ul style="list-style-type: none"> • Der Kurs ist besser als andere Systeme • Der Kurs ist nicht besser und auch nicht schlechter als andere Systeme • Andere Systeme sind besser 	37 41 14	33 52 12	36 35 13
ZUFRIEDENHEIT MIT KURSERGEBNIS <ul style="list-style-type: none"> • sehr zufrieden • zufrieden • es geht • weniger • überhaupt nicht 	17 16 25 17 24	17 11 13 19 40	21 10 15 15 34
MULTIPLIKATORISCHES VERHALTEN <ul style="list-style-type: none"> • Weitergabe der Kursunterlagen • Erklärung des Entwöhnungssystems anderen gegenüber • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kurses für andere 	19 50 60 63	21 55 62 57	13 59 52 59
MULTIPLIKATORWIRKUNG IM VERWANDTEN- UND FREUNDESKREIS <ul style="list-style-type: none"> • ja 	44	50	35
N =	700	562	694

Tab. 4 : Vergleich der NDR- und VHS-Kurse

INDIKATOREN ZU ERLEBTEN AUSWIRKUNGEN DER REDUKTION	NDR-Kurs		VHS-Kurse
	nach Kursende %	6 Monate nach Kursende %	6 Monate nach Kursende %
VERÄNDERUNG DES KÖRPERGEWICHTS			
• stark zugenommen	5	10	17
• etwas zugenommen	30	27	25
• abgenommen	2	4	2
• nicht verändert	61	57	50
ERLEBTE AUSWIRKUNGEN			
• Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	28	24	21
• Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	16	16	16
• Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	26	15	16
• Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	22	25	25
• Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher	31	25	22
• Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, daß Rauchen einzuschränken, bestätigt	45	46	47
• Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	44	33	31
• Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	51	39	
SITUATIONEN STARKER VERSUCHUNG			
• Nach dem Essen	68	66	60
• Wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	26	35	31
• Zur Entspannung	50	52	45
• Wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	27	31	23
• Während der Arbeitszeit	34	34	31
• In Gesellschaft	75	73	63
• Am Morgen	34	36	30
• Vor dem Zubettgehen	21	24	19
• Beim Fernsehen	38	38	35
• Zur Beruhigung		68	
• Bei Konzentration	48	49	51
ALTERNATIVE GEWOHNHEITEN			
• ja	75	50	63
N =	700	562	694

2.2 Einflußfaktoren auf Erfolg und Mißerfolg

Die kritische Analyse des Hörfunkurses sowie der aus der Hörsituation resultierenden Einflußfaktoren wurde im ersten Untersuchungsbericht dargestellt. Die folgenden Ergebnisse beziehen sich primär auf das Zeitintervall nach Kursende sowie auf eine Wiederholung einiger Abhängigkeitsanalysen.

Erfolgsfördernd wirkte sich die in 62 % der Fälle gegebene Bestärkung durch das soziale Umfeld aus. War es schon während des Kursablaufes so, daß persönliche Lebensbedingungen mit die stärksten erfolgshemmenden Faktoren sind, so bestätigt sich dieses Bild auch für die Zeit nach Kursende. Die folgende Tabelle - 5 - zeigt einige dieser Faktoren in Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen. Auffällig ist dabei, daß die Faktorenkonstellation in diesen Gruppen voneinander verschieden ist. Es ist nicht zu entscheiden, ob z.B. die Gruppe der Nullkonsumenten das Problem "Streß" nun besser bewältigt hat oder ob der Faktor Streß ursächlich für Mißerfolg ist und deshalb in der Mißerfolgsgruppe häufiger genannt wird.

In den weiteren Analysen bestätigt sich nochmals die Bedeutung sozialer Unterstützung während und nach dem Kurs (Tab. -6- und -7-). Die gemeinsame Teilnahme mit Anderen zusammen erhöht die Erfolgswahrscheinlichkeit, ebenso wie die Unterstützung nach Kursende, die nach den vorliegenden Zahlen als noch wichtiger erscheint.

Das Merkmal "Durchhalter/Abbrecher", welches gleichfalls erfolgsfördernd bzw. -mindernd wirkt, erweist sich als weitgehend unabhängig von diesen Indikatoren für soziale Unterstützung.

Insgesamt 28 % der Durchhalter und 21 % der Abbrecher haben den Nullkonsum erreicht. Die Vergleichswerte aus den VHS-Kursen waren 30 % und 12 %.

Tab. 5: Situationen und Probleme die subjektiv erfolgsmindernd sind (offene Frage). Nur Einzelwerte über 10%	Heute Nullkonsum %	Heute Mißerfolg (weniger als 50% Reduktion) %
Streß, Anspannung, Hektik	30	48
Privater Ärger, Konflikte, Sorgen, Krisen	28	32
Langeweile	12	7
Fehlende Willenskraft	3	15
Situationen mit Alkoholkonsum	21	10
Versuchung bei Festen und Feiern	36	28
Leute, die man mag, rauchen	9	12
Fehlende Unterstützung, Raucher in Familie, am Arbeitsplatz	17	26

3. Vergleichende Analysen in Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen

In den Tabellen -8- bis -10- sind einige Indikatorenkomplexe für Nullkonsumenten und die Mißerfolgsgruppe (weniger als 50 % Reduktionsleistung) gegenübergestellt.

- Kursbewertung

Naturgemäß stehen Nullkonsumenten insgesamt positiver zum Kurs und dem hier erzielten Erfolg. Interessant ist die subjektive Einschätzung der Nützlichkeit einzelner Systemelemente: Während bei Nullkonsumenten die "Bewußtmachung der Ursachen" absolut und relativ an der Spitze steht, ist bei den erfolglosen Teilnehmern die "Registrierung" das subjektiv nützlichste Element. Unabhängig davon, wie Ursache-Wirkungs-Verhältnisse einzuschätzen sind, läßt sich festhalten, daß die Erfolgslosen sich weniger mit der eigenen Person bzw. der persönlichen Raucherbiografie auseinandersetzen.

- Multiplikatorisches Verhalten

Trotz der insgesamt stärkeren Ausprägung dieser Indikatoren bei Nullkonsumenten weisen auch die Erfolgs-

...

Tab. 6 : DIE ABHÄNGIGKEIT DES KURSERFOLGES VON DEMOGRAFISCHEN MERKMALEN

	GESAMT Σ	GESCHLECHT		ALTER				BERUFSGRUPPE				
		Männ- lich Σ	Weib- lich Σ	20-29 Jahre Σ	30-39 Jahre Σ	40-49 Jahre Σ	50 Jahre u. älter Σ	Selbst- leit. Ang. Σ	Mittl. Ang. Facharb. Σ	Einf. Ang. Arbeiter Σ	Haus- frauen Σ	in Ausbild. Σ
• Durchhalter	53	50	55	44	60	59	54	54	54	60	68	48
• Abbrecher	46	48	44	55	40	41	46	44	45	40	32	52
• Nullkonsum (= voller Erfolg)	24	26	23	26	26	19	17	27	24	25	23	25
• 1- 30 % (= starke Reduktion)	7	4	9	6	6	10	7	6	7	4	5	8
• 31 - 50 % (= Reduktion)	10	8	12	8	9	17	20	13	11	12	12	6
• 51 - 70 % (= schwache Reduktion)	11	12	11	10	12	10	20	17	5	16	12	16
• 71 - 90 % (= kaum Reduktion)	22	23	21	22	24	17	20	17	25	23	18	18
• 91 % und mehr (= vollständiger Mißerfolg)	26	27	24	28	24	26	15	19	27	21	30	27
• Stabiler Nullkonsum	15	17	14	18	16	14	9	19	18	12	15	13
• Nullkonsum nach anfänglichem Mißerfolg	9	9	9	8	10	5	9	8	6	12	8	12
• Rückfall nach anfänglichem Erfolg	7	6	8	6	7	10	2	9	8	5	8	7
• Durchgehender Mißerfolg	68	67	70	68	67	71	78	65	69	70	68	67
N =	562	295	267	243	178	58	46	93	158	57	60	107

Tab. 7 : DIE ABHÄNGIGKEIT DES KURSERFOLGES VON MERKMALEN DES RAUCH- UND KURSVERHALTENS

	GESAMT %	ZIG.-KONSUM VORHER			KURSTEILNAHME		TEILNAHMEVERH.		KASS. AUFN. ja %	UNTERSTÜTZUNG NACH KURSENDE	
		1-10 Stück %	11-20 Stück %	21 St. u.mehr %	allein %	mit anderen %	Durch- halter %	Ab- brecher %		ja %	nein %
• Durchhalter	53	69	49	53	56	57			63	51	55
• Abbrecher	46	31	50	46	44	41			36	49	43
• Nullkonsum (= voller Erfolg)	24	26	28	21	24	30	28	21	21	31	14
• 1 - 30 % (= starke Reduktion)	7	13	7	5	7	5	8	6	7	8	4
• 31 - 50 % (= Reduktion)	10	3	11	10	11	10	13	7	11	10	11
• 51 - 70 % (= schwache Reduktion)	11	3	8	14	12	13	15	8	15	10	14
• 71 - 90 % (= kaum Reduktion)	22	23	13	28	22	14	21	22	19	18	29
• 91 % und mehr (= vollständiger Mißerfolg)	26	33	32	21	24	28	15	35	27	24	28
• Stabiler Nullkonsum	15	15	19	13	16	19	19	12	15	19	8
• Nullkonsum nach anfäng- lichem Mißerfolg	9	10	10	8	9	11	9	9	6	11	6
• Rückfall nach anfänglichem Erfolg	7	13	8	6	7	6	8	6	8	8	5
• Durchgehender Mißerfolg	68	62	62	73	68	64	62	73	71	61	80
N =	562	39	204	318	434	83	261	299	96	350	207

VERGLEICHENDE ANALYSE UNTERSCHIEDLICHER ERFOLGSGRUPPEN

Tab. 8: Kursbewertung	Nullkonsum Z	Mißerfolg Z
<p>ZUFRIEDENHEIT MIT KURSERGEBNIS</p> <ul style="list-style-type: none"> ● sehr zufrieden ● zufrieden ● es geht ● weniger ● überhaupt nicht 	<p>64 23 7 4 1</p>	<p>1 4 9 22 63</p>
<p>SPASS AN DER KURSTEILNAHME</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ja, sehr ● ja ● es geht ● weniger ● überhaupt nicht 	<p>18 55 16 8 1</p>	<p>22 45 20 9 3</p>
<p>VERGLEICHENDE BEWERTUNG MIT ANDEREN ENTWÖHNUNGSSYSTEMEN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Der Kurs ist besser als andere Systeme ● Der Kurs ist nicht besser und auch nicht schlechter als andere Systeme ● Andere Systeme sind besser 	<p>47 39 10</p>	<p>25 57 15</p>
<p>BEWERTUNG DER NÜTZLICHKEIT EINZELNER SYSTEMELEMENTE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bewußtmachen der Ursachen ● Selbstkontrollregeln ● Formulierung eigener Regeln ● Registrierung ● Erfolgskurve ● Entspannungsübungen ● Begleitmaterial ● Kassettenaufnahme 	<p>36 19 15 31 26 18 16 1</p>	<p>23 12 6 32 22 9 9 2</p>
<p>N =</p>	<p>137</p>	<p>330</p>

VERGLEICHENDE ANALYSE UNTERSCHIEDLICHER ERFOLGSGRUPPEN

Abb. 9: Multiplikatorisches Verhalten	Nullkonsum %	Mißerfolg %
<p>GESPRÄCHE MIT ANDEREN ÜBER DEN KURS</p> <ul style="list-style-type: none"> • ja, mit vielen Personen • ja, gelegentlich • ja, aber nur selten • nie 	<p>28 45 20 7</p>	<p>18 44 19 18</p>
<p>ANREGUNG ANDERER PERSONEN ZUM KURSSESUCH</p> <ul style="list-style-type: none"> • ja, habe andere zur Teilnahme bewegt • ja, kenne Personen, die teilnehmen möchten • nein 	<p>29 19 50</p>	<p>18 23 58</p>
<p>MULTIPLIKATORISCHES VERHALTEN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weitergabe des Kursmaterials • Erklärung des Entwöhnungssystems anderen gegenüber • Versuch der Überzeugung anderer • Empfehlung des Kurses für andere 	<p>29 72 75 61</p>	<p>15 47 55 54</p>
N=	137	330

VERGLEICHENDE ANALYSE UNTERSCHIEDLICHER ERFOLGSGRUPPEN

Tab. 10: Erlebte Auswirkungen der Reduktion	Nullkonsum %	Mißerfolg %
VERÄNDERUNG DES KÖRPERGEWICHTS		
● stark zugenommen	16	7
● etwas zugenommen	44	19
● abgenommen	4	4
● nicht verändert	35	67
ERLEBTE AUSWIRKUNGEN		
● Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	65	4
● Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	43	5
● Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	35	5
● Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	72	7
● Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher	69	5
● Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt	64	36
● Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	75	15
● Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	42	34
SITUATIONEN STARKER VERSUCHUNG		
● Nach dem Essen	16	87
● Wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	9	47
● Zur Entspannung	22	65
● Wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	14	38
● Während der Arbeitszeit	7	47
● In Gesellschaft	37	86
● Am Morgen	5	51
● Vor dem Zubettgehen	2	35
● Beim Fernsehen	8	53
● Zur Beruhigung	47	75
● Bei Konzentration	20	64
ALTERNATIVE GEWOHNHEITEN		
● ja	75	38
N =	137	330

losen hier noch positive Werte auf. Dieses Faktum - ähnliche Befunde wurden bei den Teilnehmern der VHS-Kurse ermittelt - bestätigt die weitere Aktualität der Problematik auch in dieser Gruppe.

Darüberhinaus sind diese Aktivitäten auch unter Wirksamkeitsaspekten wichtig: Über den direkten individuellen Erfolg hinaus wird die Mehrheit aller Teilnehmer zu aktiven Multiplikatoren für die Bemühungen zur Eindämmung des Rauchens.

● Erlebte Auswirkungen der Reduktion

Diese treten verständlicherweise fast nur bei Nullkonsumenten auf. Inwieweit sie stabil bleiben, kann sich erst im weiteren Zeitablauf entscheiden, da zur Zeit die subjektive Komponente (teils Vorwegnahme) das objektiv Feststellbare überwiegt.

Interessant ist jedoch, daß ein Teil der Erfolgslosen zumindest in zwei Bereichen gleichfalls Auswirkungen angibt:

1. Man hat seinen Willen erprobt und soziale Unterstützung für den Versuch der Reduktion erlebt.
2. Man wird sich klarer über sein Verhalten und seine Motive.

Diese beiden Dinge korrespondieren inhaltlich mit den oben festgestellten multiplikatorischen Wirkungen.

Inhaltsregister des Tabellenbandes

	Seite
• Kursabbruch	2
• Gründe für Kursabbruch (F)	4
• Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	8
• Zigarettenkonsum bei Kursende	10
• Zigarettenkonsum 6 Monate nach Kursende	12
• Reduktionsniveau 6 Monate nach Kursende	14
• Rauchen von Pfeife und Zigarren	16
• Zufriedenheit mit Kursergebnis	18
• AN NICHTRAUCHER: Vertrauen in Stabilität des Kurs- ergebnisses (F)	20
• AN RAUCHER: Beurteilung des derzeitigen Konsums (F)	22
Bereitschaft zur weiteren Reduktion (F)	24
• Absichten bezüglich Reduktion bzw. Kontrolle	26
• Bestärkung durch andere Personen nach Kursende	28
• Bestärkende Personen (F)	30
• Besitz des Kursmaterials	32
• Gründe für Nichtbesitz (F)	34
• Nachträgliche Nutzung von Material und Verhaltensvorschlägen	36
• Nachträgliche Nutzung von Material und Verhaltensvorschlägen (Überblick: positive Anteilswerte)	42
• Nützlichkeit von Material und Verhaltensvorschlägen	44
• Gespräche mit anderen über den Kurs	46
• Reaktionen der anderen (F)	48
• Anregungen anderer Personen zur Reduktion	50
• Multiplikatorisches Verhalten (Skala)	52
• Multiplikatorisches Verhalten (Überblick: positive Anteilswerte)	56
• Reduktionsversuche im sozialen Umfeld	58
• Erlebte Veränderungen durch Reduktion	60
• Erlebte Veränderungen durch Reduktion (Überblick: positive Anteilswerte)	68
• Veränderung des Körpergewichts	70
• Alternative Gewohnheiten	72
• Einzelne alternative Tätigkeiten (F)	74
• Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	76
• Versuchung zum Rauchen (Überblick: positive Anteilswerte)	88

	Seite
• Spaß an der Kursteilnahme	90
• Gründe für fehlenden Spaß (F)	92
• Versuchungen und Rückschläge	94
• Bekanntheit des VHS-Kurses "Nichtraucher in 10 Wochen"	100
• Vergleichende Bewertung mit anderen Systemen	102
• Bessere Entwöhnungssysteme (F)	104
• Alter	106
• Geschlecht	108
• Wunsch nach Information über die Ergebnisse der Befragung	110