



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE

des Raucherentwöhnungskurses der BZgA

im Medium Hörfunk (NDR)

"Runter vom Rauchen"

2. Stufe: Nachbefragung bei Teilnehmern
von Okt./Nov. 1980 6 Monate nach Kursende

Ergebnisbericht

ARCHIVEXEMPLAR

Reg.-No. 50040
(13.2.44)

INHALTSÜBERSICHT

	Seite
A. VORBEMERKUNG ZU BEZUGSRAHMEN UND ZIELSETZUNG DER UNTERSUCHUNG	I
B. ZUSAMMENFASSUNG DER WICHTIGSTEN ERGEBNISSE	IV
C. EINZELDARSTELLUNGEN	1
I. Stichprobe und methodisches Konzept der Untersuchung	1
1. Die Stichprobe, Reaktions- und Ausschöpfungsquoten	1
2. Erhebungsinstrument und Auswertung	4
II. Die Erfolgsbilanz nach 6 Monaten	6
1. Erläuterung der Erfolgskriterien	6
2. Die Erfolgsbilanz	8
2.1 Überblick und Vergleich mit den entsprechenden Ergebnissen der VHS-Kurse	8
2.2 Einflußfaktoren auf Erfolg und Mißerfolg	14
3. Vergleichende Analysen in Erfolgs- und Mißerfolgs- gruppen	18
III. Anhang: Inhaltsregister des Tabellenbandes	23

A. VORBEMERKUNG ZU BEZUGSRAHMEN UND ZIELSETZUNG DER
UNTERSUCHUNG

Der vorliegende Berichtband 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 der 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.

** vgl. Untersuchungsbericht vom März 1981

*** Dies ist auch beim Vergleich der hier ermittelten Reduktionswerte mit denen aus anderen Entwöhnungssystemen zu beachten. Häufig werden für Kontrolluntersuchungen nur kleinere und/oder für die Durchführung im breiten Einsatz atypische Stichproben verwendet.

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 Fluktuationsquoten zwischen Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen auftreten können. Immerhin können jetzt aber schon fundierte Aussagen zur vorläufigen Erfolgsbilanz erfolgen. Die Vergleichswerte aus den VHS-Kursen geben dabei Hinweise auf die mögliche weitere Entwicklung.

Die Ergebnisse der ersten Nachuntersuchung im November/Dezember 1980 können hier nicht nochmals in aller Breite dargestellt werden. Hervorzuheben sind jedoch folgende Befunde, die gerade für den Systemvergleich VHS-Kurse versus NDR-Kurs 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 - 39jährigen); 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. Hier wurden von vornherein die Methoden eingeführt, die sich in der Langzeitanalyse als besonders aussagekräftig und zuverlässig erwiesen.

Der folgende Bericht faßt die wichtigsten Befunde zusammen.

Alle Einzelergebnisse sind in einem separaten MATERIALBAND enthalten.

B. ZUSAMMENFASSUNG DER WICHTIGSTEN ERGEBNISSE

Die Ausschöpfung der Ausgangsstichprobe aktiver Kursteilnehmer ist mit 82,3% (Gesamtreaktionsquote) bzw. 73,3% (inhaltliche Informationen) ähnlich zufriedenstellend wie die der ersten Untersuchungsstufe.

Unter Berücksichtigung beider Untersuchungsstufen liegen bisher von 94% aller aktiven Teilnehmer Reaktionen vor, von 86% Informationen inhaltlicher Art. Die Analysestichprobe ist repräsentativ für die definierte Grundgesamtheit. Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe umfaßt 90% der aktiven Teilnehmer.

In der Erfolgsbilanz zeigt sich eine überraschende - und erfreuliche - Entwicklung:*

- 24% (24%) aller Teilnehmer weisen Nullkonsum auf. Weitere 6% (7%) haben sehr stark reduziert. Kummulierte Werte: 30% (31%).
- Im Gegensatz zur Entwicklung bei den Teilnehmern der VHS-Kurse erfolgte hier also kein weiterer Einbruch gegenüber den Werten zum Zeitpunkt Kursende, so daß die Werte zum Zeitpunkt "6 Monate nach Kursende" praktisch identisch sind.
- Wie bei den VHS-Kursen ist auch hier eine Fluktuation zwischen Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen feststellbar. Die Verlaufsanalyse über 6 Monate hinweg zeigt, daß jeder fünfte nicht erfolgreiche Teilnehmer seine Reduktionsleistung nach Kursende noch verstärken konnte. 36% aller heutigen Nullkonsumenten hatten diesen Wert zum Kursende noch nicht erreicht. Andererseits wurde ein Drittel ehemaliger Nullkonsumenten wieder rückfällig.
- Die tendenzielle Steigerung des Anteils von Nullkonsumenten (24% gegenüber 21%) ist durch die Überkompensation der "Verluste" in der Gruppe ehemaliger Nullkonsumenten durch "Neuzugänge" zu erklären.

Damit hat sich die Hypothese bestätigt, daß zwar die Erfolgsquote zum Zeitpunkt Kursende aufgrund system- und situationsbedingter Unterschiede geringer ist, die - quasi unter schwierigeren Bedingungen erzielte - Quote des Nullkonsums jedoch stabiler als die der VHS-Kurse bleibt.

* In Klammern: Vergleichswerte aus der 6-Monats-Nachbefragung VHS-Kurse.

Auch hinsichtlich des Erfolgsparameters "Multiplikatorisches Verhalten" zeigen sich ähnlich hohe Werte wie in der Untersuchung der VHS-Kurse. Über die Hälfte aller Teilnehmer (Erfolgreiche und Erfolglose) wurden in ihrem sozialen Umfeld zu Multiplikatoren und Verstärkern für Bemühungen zur Eindämmung des Rauchens.

In den Einzelanalysen zeigt sich eine Reihe weiterer systembedingter Differenzierungen zwischen Teilnehmern an Hörfunk- und an VHS-Kursen. Erwähnenswert ist der weitere Bedarf nach Stabilisierung bzw. Unterstützung erneuter Reduktionsbemühungen bei über 50% aller Teilnehmer. Ein Drittel aller Teilnehmer wünscht eine Wiederholung des Kurses im Hörfunk. Streß, privater Ärger und gesellschaftliche Situationen, die mit Alkoholkonsum verbunden sind, stellen weiterhin große Probleme für die Nullkonsumenten dar. Bei den Erfolglosen kommt hier noch die fehlende Unterstützung im engeren sozialen Umfeld als auffälliges Merkmal hinzu. Überhaupt erweist sich die Komponente "soziale Unterstützung" während und nach dem Kurs als wichtigster erfolgsbeeinflussender Faktor.

Eine weitere Verbesserung der Kurse mit dem Ziel des Ausgleichs systembedingter Schwächen und zur Erhöhung des "Durchhalter-Anteils" erscheint als lohnenswert. Immerhin 28% aller Durchhalter haben den Nullkonsum erreicht. Unter Einschluß sehr starker Reduktion (maximal 30% des Vorkonsums) beträgt die Gesamterfolgsquote in dieser Gruppe 36%.

C. EINZELDARSTELLUNGEN

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 bereit waren.

Die Zielgröße von 900 wurde leicht überdeckt, da sich erfahrungsgemäß unter den Materialanforderern auch immer 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

* Diese Zahl kann sich im Laufe weiterer Erhebungen noch geringfügig reduzieren, da in den 6% der Personen, von denen bisher noch keine Information vorliegt, eventuell weitere Nicht-Teilnehmer enthalten sind.

	(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 die Gesamtreaktionsquote wieder sehr zufriedenstellend ist (82,3%). Auch der Anteil von Rücksendungen mit inhaltlicher Information (73,3%) ist hoch.

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

Erste Vergleiche und Berechnungen analog der bei der Untersuchung der VHS-Kurse eingesetzten Methodik ergaben, daß der Repräsentativitätsanspruch im Hinblick auf die Ausgangsstichprobe gesichert ist.

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

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

* Diese Zahlen werden sich später noch erhöhen, da auch nach Auswertungsende noch Fragebögen eintreffen. Die entsprechenden Korrekturen werden im Rahmen der folgenden Untersuchungsstufe durchgeführt.

2. Erhebungsinstrument und Auswertung

Die Erhebung fand als schriftliche, postalische Befragung statt (Erstaus-
sendung und zwei Mahnwellen). Das Aussendematerial sowie das Angebot an
Reaktionsmöglichkeiten wurde auf dem Hintergrund vorliegender Erfahrungen
so konzipiert, daß eine möglichst hohe Ausschöpfung sichergestellt wurde.
Einziger spezieller Motivierungsfaktor war die Zusage, bei der nächsten
Befragung eine Ergebnisinformation zu erhalten.*

Der Fragebogen ist im Materialband enthalten. Der folgende Überblick
(s. folgende Seite) 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 erreichtetes Reduktionsniveau

Wie bisher wurden Konsistenzprüfungen der Angaben in den bisher zwei Befra-
gungswellen durchgeführt. Soweit Auslassungen oder offenkundige Irrtümer
vorlagen, wurde diese bereinigt.

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

* Weitere Details sind im separaten Materialband beschrieben.

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 zweifellos 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 (siehe 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)

echt aussagekräftig. Bei "mittleren" Konsumintensitäten wird über die Reduktionsleistung keine Aussage möglich. Immerhin wäre eine stabile Reduktion eines Vorher-Konsums von 60 Zigaretten pro Tag auf 10 Zigaretten pro Tag noch als Teilerfolg erwähnenswert. Eine Reduktion von 15 Zigaretten "vorher" auf 10 Zigaretten "nachher" wäre dagegen kaum als Teilerfolg zu werten.

- Das Reduktionsmaß zum Befragungszeitpunkt

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

* Vgl. hierzu auch den Bericht vom Juni 1981

- 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 - wohl 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 erlaubt eine präzisere Bewertung der eigentlichen Kursleistung. Allerdings ist es als solches 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 oben 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 dem NDR-Kurs 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)							
		Nullkonsument	starke Reduktion (1-30%)	Reduktion (31-50%)	schwache Reduktion (51-70%)	kaum Reduktion (71-90%)	vollsc. Mißerfolg (91% u.m.)
REDUKTION NACH KURSENDE							
①	VHS-Kurse 1978 (Basis: 942 Personen)	Z	39	23	16	7	6
		kum.	39	62	78		8

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

②	NDR-Kurs 1980 (Basis: 623 Personen)	Z	24	6	9	10	20
		kum.	24	30	39		31

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			
		Nullkonsument (= voller Erfolg) Z	1-30% (= starke Red.) Z	31-50% (= Reduktion) Z	51% u. mehr (= Mißerfolg) Z
• Weitere Steigerung der Reduktion (→ davon Nullkonsument)	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. Wie im ersten Bericht dargestellt, spielten hier 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 u.E. 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 (vgl. Materialband, S.21).

Die noch vorhandene Intensität der Versuchung in einzelnen Auslösesituationen ist den Nullkonsumenten bewußt.

Andererseits geben zwei Drittel aller (noch) nicht Erfolgreichen an, "es auf jden Fall noch mal versuchen" zu wollen (vgl. Materialband, S.25).

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 (Materialband, S.27).

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	nach Kursende %	NDR-Kurs 6 Monate nach Kursende %	VHS-Kurse 6 Monate nach Kursende %
SPASS AN DER KURSTEILNAHME <ul style="list-style-type: none"> • ja, sehr • ja • es geht • weniger • überhaupt nicht 	<p>21 45 25 6 1</p>	<p>22 47 19 8 2</p>	<p>35 36 15 7 4</p>
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 	<p>37 41 14</p>	<p>33 52 12</p>	<p>36 35 13</p>
ZUFRIEDENHEIT MIT KURSERGEBNIS <ul style="list-style-type: none"> • sehr zufrieden • zufrieden • es geht • weniger • überhaupt nicht 	<p>17 16 25 17 24</p>	<p>17 11 13 19 40</p>	<p>21 10 15 15 34</p>
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 	<p>19 50 60 63</p>	<p>21 55 62 57</p>	<p>13 59 52 59</p>
MULTIPLIKATORWIRKUNG IM VERWANDTEN- UND FREUNDESKREIS <ul style="list-style-type: none"> • ja 	<p>44</p>	<p>50</p>	<p>35</p>
N =	<p>700</p>	<p>562</p>	<p>694</p>

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

INDIKATOREN ZU ERLEBTEN AUSWIRKUNGEN DER REDUKTION	nach Kursende %	NDR-Kurs 6 Monate nach Kursende %	VHS-Kurse 6 Monate nach Kursende %
VERÄNDERUNG DES KÖRPERGEWICHTS <ul style="list-style-type: none"> ● stark zugenommen ● etwas zugenommen ● abgenommen ● nicht verändert 	<p style="text-align: center;">5 30 2 61</p>	<p style="text-align: center;">10 27 4 57</p>	<p style="text-align: center;">17 25 2 50</p>
ERLEBTE AUSWIRKUNGEN <ul style="list-style-type: none"> ● Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser ● Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher ● Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar ● Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen ● Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher ● Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, daß Rauchen einzuschränken, bestätigt ● Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben ● Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden 	<p style="text-align: center;">28 16 26 22 31 45 44 51</p>	<p style="text-align: center;">24 16 15 25 25 46 33 39</p>	<p style="text-align: center;">21 16 16 25 22 47 31</p>
SITUATIONEN STARKER VERSUCHUNG <ul style="list-style-type: none"> ● Nach dem Essen ● Wenn mir jemand eine Zigarette anbietet ● Zur Entspannung ● Wenn sich jemand eine Zigarette anzündet ● Während der Arbeitszeit ● In Gesellschaft ● Am Morgen ● Vor dem Zubettgehen ● Beim Fernsehen ● Zur Beruhigung ● Bei Konzentration 	<p style="text-align: center;">68 26 50 27 34 75 34 21 38 48</p>	<p style="text-align: center;">66 35 52 31 34 73 36 24 38 68 49</p>	<p style="text-align: center;">60 31 45 23 31 63 30 19 35 51</p>
ALTERNATIVE GEWOHNHEITEN <ul style="list-style-type: none"> ● ja 	<p style="text-align: center;">75</p>	<p style="text-align: center;">50</p>	<p style="text-align: center;">63</p>
N =	<p style="text-align: center;">700</p>	<p style="text-align: center;">562</p>	<p style="text-align: center;">694</p>

2.2 Einflußfaktoren auf Erfolg und Mißerfolg

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

Erfolgsfördernd wirkte sich mit Sicherheit 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 daher, daß die Faktorenkonstellation in diesen Gruppen voneinander verschieden ist. Dabei 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.

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

* Vgl. Materialband, S. 94 ff.

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%.

Dieser Unterschied ist wohl überwiegend mit der weicheren Merkmalsdefinition bei den Hörfunkkursen zu begründen: Diese Angaben sind rein subjektiver Natur und die Grenzen zwischen konsequenter, kontinuierlicher Teilnahme und Aufgabe sind fließender.*

* Dies zeigt sich auch am geringeren Zuverlässigkeitsgrad dieser Angabe, gemessen am Vergleich Erstbefragung/Wiederholungsbefragung.

Tab. 6 : DIE ABHÄNGIGKEIT DES KURSERFOLGES VON DEMOGRAFISCHEN MERKMALEN

	GESAMT Z	GESCHLECHT		ALTER				BERUFSCRPPE				
		Männ- lich Z	Weib- lich Z	20-29 Jahre Z	30-39 Jahre Z	40-49 Jahre Z	50 Jahre u. älter Z	Selbst. leit. Ang. Z	Mittl. Ang. Facharb. Z	Einf. Ang. Arbeiter Z	Haus- frauen Z	in Ausbild. Z
• 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

3. Vergleichende Analysen in Erfolgs- und Mißerfolgsgruppen

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

- Kursbewertung

Natürgemäß stehen Nullkonsumenten insgesamt positiver zum Kurs und dem hier erzielten Erfolg. Interessant ist die subjektive Einschätzung der Nützlichkeit einzelner Systemelemente: Während bei den 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 Erfolgslosen hier noch beachtliche und 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.

* Da im Materialband alle Merkmale nach diesem Kriterium gesplittet sind lassen sich weitere Indikatorenbereiche ohne zusätzliche Analysearbeit in der gleichen Weise aufbereiten.

● Erlebte Auswirkungen der Reduktion

Diese treten verständlicherweise fast nur bei Nullkonsumenten auf. Inwieweit diese 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 Erfolglosen zumindest in zwei Bereichen gleichfalls Auswirkungen angibt.

1) man hat seinen Willen erprobt und hat 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.

VERGLEICHENDE ANALYSE UNTERSCHIEDLICHER ERFOLGSGRUPPEN

<p><u>Tab. 8:</u> Kursbewertung</p>	<p>Nullkonsum %</p>	<p>Mißerfolg %</p>
<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 ENT- WÖHNUNGSSYSTEMEN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Der Kurs ist besser als andere Sy- steme ● 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 SY- STEMELEMENTE</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 %	MiBerfolg %
GESPRÄCHE MIT ANDEREN ÜBER DEN KURS		
• ja, mit vielen Personen	28	18
• ja, gelegentlich	45	44
• ja, aber nur selten	20	19
• nie	7	18
ANREGUNG ANDERER PERSONEN ZUM KURSBESUCH		
• ja, habe andere zur Teilnahme bewegt	29	18
• ja, kenne Personen, die teilnehmen möchten	19	23
• nein	50	58
MULTIPLIKATORISCHES VERHALTEN		
• Weitergabe des Kursmaterials	29	15
• Erklärung des Entwöhnungssystems anderen gegenüber	72	47
• Versuch der Überzeugung anderer	75	55
• Empfehlung des Kurses für andere	61	54
N=	137	330

VERGLEICHENDE ANALYSE UNTERSCHIEDLICHER ERFOLGSGRUPPEN

Tab. 10: Erlebte Auswirkungen der Reduktion	Nullkonsum %	Mißerfolg %
VERÄNDERUNG DES KÖRPERGEWICHTS <ul style="list-style-type: none"> ● stark zugenommen ● etwas zugenommen ● abgenommen ● nicht verändert 	<p>16 44 4 35</p>	<p>7 19 4 67</p>
ERLEBTE AUSWIRKUNGEN <ul style="list-style-type: none"> ● Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser ● Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher ● Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar ● Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen ● Ich fühle mich körperlich viel wohler als vorher ● Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt ● Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben ● Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden 	<p>65 43 35 72 69 64 75 42</p>	<p>4 5 5 7 5 36 15 34</p>
SITUATIONEN STARKER VERSUCHUNG <ul style="list-style-type: none"> ● Nach dem Essen ● Wenn mir jemand eine Zigarette anbietet ● Zur Entspannung ● Wenn sich jemand eine Zigarette anzündet ● Während der Arbeitszeit ● In Gesellschaft ● Am Morgen ● Vor dem Zubettgehen ● Beim Fernsehen ● Zur Beruhigung ● Bei Konzentration 	<p>16 9 22 14 7 37 5 2 8 47 20</p>	<p>87 47 65 38 47 86 51 35 53 75 64</p>
ALTERNATIVE GEWOHNHEITEN <ul style="list-style-type: none"> ● ja 	<p>75</p>	<p>38</p>
N =	<p>137</p>	<p>330</p>

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 Kursergebnisses (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