



IMW KÖLN

---

FORSCHUNG · PLANUNG  
EVALUIERUNG  
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

050045A



**IMW KÖLN**

---

FORSCHUNG · PLANUNG  
EVALUIERUNG  
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

Stadtwaldgürtel 33 · 5000 Köln 41  
Telefon (0221) 40 30 66-69



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE

des Raucherentwöhnungskurses der BZgA

im Medium Hörfunk (NDR)

"Runter vom Rauchen"

5. Stufe: Nachbefragung bei Teilnehmern  
von Okt./Nov. 1980 42 Monate nach Kursende

MATERIALBAND

**ARCHIVEXEMPLAR**

**Reg.-No. 50045**  
(13.2.61)

	Seite
<u>INHALT</u>	
I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND	I
1. Ausgangspunkt und Zielsetzungen der Untersuchung	I
2. Überblick über Stichprobe und Verfahren	V
3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes	VIII
3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes	VIII
3.2 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen	XI
4. Inhaltsregister des Tabellenteils	XII
II. TABELLENTEIL	1-105
III. BEFRAGUNGSUNTERLAGEN	106

## I. ERLÄUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND

### 1. Ausgangspunkt und Zielsetzungen der Untersuchung

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

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

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

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

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

In den Jahren 1981, 1982, 1983 (vgl. Berichte vom August 1981, Juni 1982 und Juni 1983) wurden die ersten Stufen der Längsschnittuntersuchung zur Untersuchung der Stabilität erzielter Erfolge, anderer Verhaltensänderungen im Zeitraum nach Kursende sowie der subjektiv erlebten Auswirkungen durchgeführt. Diese Untersuchungen umfaßten den Zeitraum bis 6 Monate, bis 18 Monate bzw. bis 30 Monate nach Kursende.

Zielsetzung der jetzt vorliegenden 5. Untersuchungsstufe war die Erfassung der Erfolgsentwicklung nach 42 Monaten als Grundlage für eine vergleichende Erfolgsbewertung. Die Vergleichbarkeit mit den Vorerhebungen und der Längsschnittuntersuchung bei Teilnehmern von VHS-Kursen erforderte eine den bisherigen Wirksamkeitskontrollen entsprechende Methodik sowie eine möglichst weitgehende Abstimmung von Erhebungsinhalten und Analysezielen.

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

Die wichtigsten Untersuchungsergebnisse sind in einem separaten Berichtsband zusammengefaßt.

ÜBERBLICK ÜBER VERBINDUNGEN ZU ANDEREN ERHEBUNGEN bzw. ERHEBUNGSSTUFEN

1

Fr.- Nr.	Erhebungstatbestand	Analog zu...				VHS-Kurse NB 42 Monate
		NB Kurs- ende	NB 6 Monate	NB 18 Monate	NB 30 Monate	
1.	Kursabbruch	x	x	x	x	x
2.1	Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	x	x	x	x	x
2.2	Zigarettenkonsum bei Kursende	x	x	x	x	x
2.3	Zigarettenkonsum 42 Monate nach Kursende					x
3.	Rauchen von Pfeife und Zigarren	x	x	x		x
4.	Positive oder negative Auswirkungen von Lebensereignissen					
4.1	Art dieser Ereignisse					
5.	Persönliche Erfolgskurve 1980-84			x	x	x
6.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	x	x	x	x	x
7.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	x	x	x	x	o
8.	Veränderung des Körpergewichts	x	x	x	x	x
9.	Veränderung in einzelnen gesundheitsrelevanten Verhaltensbereichen			x	x	x
10.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche			x	x	x
11.	Subjektive Wichtigkeit einzelner Motive zum Rauchen					
12.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme			x	x	x
13.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freundes- und Bekanntenkreis seit der Kursteilnahme			x	x	x
14.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Arbeitsplatz seit der Kursteilnahme			x	x	x

x = direkte Vergleichbarkeit

o = Vergleichbarkeit zu späteren VHS-Nachbefragungen

ÜBERBLICK ÜBER VERBINDUNGEN ZU ANDEREN ERHEBUNGEN bzw. ERHEBUNGSSTUFEN

2

Fr.- Nr.	Erhebungstatbestand	Analog zu...				VHS-Kurse NB 42 Monate
		NB Kurs- ende	NB 6 Monate	NB 18 Monate	NB 30 Monate	
	An Raucher:					
15.	Längste Periode des Null-Konsums			x	x	x
16.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduktion des Zigarettenkonsums			x	x	x
16.1	Art der unternommenen Aktivitäten			x	x	x
17.	Beurteilung des derzeitigen Zigarettenkonsums	x	x	x	x	x
18.	Bewertung des Einflusses des Kurses auf die Reduktionsbemühungen					o
	An Nichtraucher:					
19.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr			x	x	x
20.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisierung des Nullkonsums			x	x	x
20.1	Art der unternommenen Aktivitäten			x	x	x
21.	Vertrauen in Stabilität des Kurs-ergebnisses	x	x	x	x	x
22.	Bewertung des Einflusses des Kurses auf den erreichten Nullkonsum					o
S.1	Alter	x	x	x	x	x
S.2	Geschlecht	x	x	x	x	x

x = direkte Vergleichbarkeit

o = Vergleichbarkeit zu späteren VHS-Nachbefragungen

## 2. Überblick über Stichprobe und Verfahren

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

Nach Abschluß der Stichprobenbereinigung der 4. Untersuchungsstufe standen für die vorliegende 5. Untersuchungsstufe noch 394 angehbare Adressen zur Verfügung (d.h. 41,6% der Ausgangsstichprobe der 1. Untersuchungsstufe).

Diese Personen erhielten Anfang Februar 1984 einen schriftlichen Fragebogen mit entsprechendem Begleitmaterial.

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 3 Wochen erfolgte eine zweite Mahnung, und zwar in Form einer standardisierten Rückantwortkarte.

Durch dieses mehrstufige Verfahren wurde sichergestellt, daß über den Personenkreis, der einen ausgefüllten Fragebogen zurückschickte hinaus von möglichst vielen weiteren Personen zumindest eine Minimalinformation über den bisher erreichten Reduktionserfolg vorliegt. Die Gesamtreaktionsquote konnte dadurch in annähernd vergleichbarer Höhe wie in der vorausgegangenen Untersuchungsstufe gehalten werden.

Einen Gesamtüberblick hierzu gibt die folgende Übersicht. In diese Übersicht wurden auch Fragebögen und informelle Reaktionen mit einbezogen, die erst nach Auswertungsschluß der 4. Untersuchungsstufe bei uns eingingen. Insofern weichen die Zahlen geringfügig von den im letzten Materialband ausgewiesenen Werten ab.

	(abs.)	%
Ursprüngliche AUSGANGSSTICHPROBE (= Bereitschaftserklärungen zur Teilnahme an der Untersuchung)	946	
<b>UNTERSUCHUNGSSTUFE I: Nachbefragung nach Kursende</b>		
• Gesamtreaktionsquote	820	86,7
• Ohne jegliche Information	126	13,3
<b>STICHPROBENBEREINIGUNG</b> wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	87	
<b>UNTERSUCHUNGSSTUFE II: Nachbefragung 6 Monate nach Kursende</b>		
1. Ausgangsstichprobe	859	
2. Gesamtreaktionsquote	733	85,3
3. Ohne jegliche Information	126	14,7
<b>STICHPROBENBEREINIGUNG</b> wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	68	
<b>UNTERSUCHUNGSSTUFE III: Nachbefragung 18 Monate nach Kursende</b>		
1. Ausgangsstichprobe	794	
2. Gesamtreaktionsquote	661	83,2
3. Ohne jegliche Information	133	16,7
<b>STICHPROBENBEREINIGUNG</b> wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	188	
<b>UNTERSUCHUNGSSTUFE IV: Nachbefragung 30 Monate nach Kursende</b>		
1. Ausgangsstichprobe	606	82,2
2. Gesamtreaktionsquote	498	82,2
3. Ohne jegliche Information	107	17,8
<b>STICHPROBENBEREINIGUNG</b> wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	212	
<b>UNTERSUCHUNGSSTUFE V: Nachbefragung 42 Monate nach Kursende</b>		
1. Ausgangsstichprobe	394	79
2. Gesamtreaktionsquote	312	
<u>davon:</u>		
• ausgefüllte Fragebogen	202	
• unspezifische Verweigerung	24	
• Verweigerung, weil <u>Mißerfolg</u>	33	
• Verweigerung, weil <u>Erfolg</u>	9	
• Verweigerung wegen <u>Nichtteilnahme</u>	1	
• nicht interpretierbare Rücksendungen	2	
• Adreßänderungen, Todesfälle	41	
3. Ohne jegliche Information	82	21
<b>STICHPROBENBEREINIGUNG*</b> wegen Nichtteilnahme, Adreßänderung oder Verweigerung der weiteren Mitarbeit		
	112	
<b>AUSGANGSSTICHPROBE FÜR WEITERE BEFRAGUNGEN</b>		
• in % der Ausgangsstichprobe	282	30

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

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe umfaßt nach letztem Stand noch 282 Personen, d.h. 30% der ursprünglichen Ausgangsstichprobe. In dieser Ausgangsstichprobe waren jedoch auch solche Personen enthalten, die zwar ursprünglich eine Anmeldung zum Kurs eingeschickt hatten, aber dann doch nicht am Kurs teilgenommen hatten. Aufgrund der Rückmeldungen zu den bisherigen vier Untersuchungsstufen konnten bereits 66 solcher "Nichtteilnehmer" identifiziert werden.

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

Basis "aktive Teilnehmer"	(A) Befragung nach Kursende 880	(B) Befragung 6 Mon. n. Kursende 848	(C) Befragung 18 Mon.n. Kursende 788	(D) Befragung 30 Mon.n. Kursende 601	(E) Befragung 42 Mon.n. Kursende 394
● Gesamtreaktionsquote	86,9	85,5	83,2	82,8	79,2
● Ausgefüllte Fragebögen (qualifizierte Infor- mationen)	80,2	67,7	48,4	47,5	51,2
● Rücksendungen mit in- haltlicher Information insgesamt	81,1	75,8	70,0	82,2	61,4

Die für weitere Befragungen angehbare Stichprobe beträgt auf der Basis der "aktiven Teilnehmer" noch 32% der Ausgangsstichprobe.

### 3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes

#### 3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes

Der Tabellenband enthält folgende Tabellen:

- **Auszählung der Originalfragen**

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

- **Übersichten und Zusammenfassungen**

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

- **Auszählung des neu gebildeten Erfolgsmaßes (Reduktionsniveau)**

Hierbei handelt es sich um ein analytisch ermitteltes Merkmal, das aus den Originalangaben der Teilnehmer zum Zigarettenkonsum vor Kursanfang und dem aktuellen Konsum gebildet wurde. Es drückt aus, wieviel Prozent des Zigarettenkonsums vor Kursbeginn heute noch geraucht werden. Z.B. erhält eine Person, die vor dem Kurs 20 und heute 10 Zigaretten raucht, den Wert 50. Hierdurch ist eine präzisere Beurteilung des erreichten Reduktionserfolges möglich als durch reine Konsumangaben.

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

KOPF 1 enthält die zentralen demografischen Merkmale, die sich auf die Situation während des Kurses beziehen.

● Geschlecht

- männlich
- weiblich

● Alter

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

● Berufsklassifikation

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

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

● Teilnahmeverhalten

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

● Reduktionsversuche im sozialen Umfeld des Teilnehmers

- ja (Familienmitglieder, Verwandte oder Bekannte haben während des Kurses oder nachher auch versucht, das Rauchen einzuschränken)
- nein (niemand im sozialen Umfeld hat während des Kurses oder danach versucht das Rauchen einzuschränken).

● Zigarettenkonsum Kursbeginn

- bis 20 Stück pro Tag
- 21 - 30 Stück pro Tag
- 31 Stück und mehr pro Tag

● Reduktionsniveau bei Kursende

- Nullkonsum (Personen, die bei Kursende den Nullkonsum erreicht hatten)
- 1 - 50 % (Personen, die bei Kursende 50% und weniger ihres Ausgangskonsums rauchten = REDUKTION)
- 51 % und mehr (Personen, die bei Kursende mehr als 50% ihres Ausgangskonsums rauchten = MISSERFOLG)

● Reduktionsniveau heute (1984)

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

Weitere zusammenfassende Tabellen und Übersichten sind im Berichtband enthalten.

### 3.2 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen

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

## 4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

1

Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	KOPF 1 Demografische Merkmale	KOPF 2 Merkmale des Rauchverhaltens
1.	Kursabbruch	1	53
2.1	Zigarettenkonsum vor Kursbeginn	2	54
2.2	Zigarettenkonsum bei Kursende	3	55
2.3	Zigarettenkonsum 42 Monate nach Kursende	4	56
2.4	Reduktionsniveau 42 Monate nach Kursende	5	57
3.	Rauchen von Pfeife und Zigarren	6	58
4.	Existenz von Lebensereignissen mit positiver oder negativer Auswirkung auf die Reduktionsbemühungen	7	59
4.1	Lebensereignisse mit positiver Auswirkung (F)	8	60
4.2	Lebensereignisse mit negativer Auswirkung (F)	9	61
5.	Persönliche Erfolgskurve 1980-84	10	62
6.	Versuchung zum Rauchen (Skala Rauchsituationen)	18	70
6.1	Versuchungssituationen (Anteilswerte: sehr stark/stark)	22	74
7.	Erlebte Veränderungen durch Reduktion	23	75
7.1	Erlebte Veränderungen durch Reduktion (Anteilswerte: sehr stark/stark)	27	79
8.	Veränderung des Körpergewichts	28	81
9.	Veränderungen in einzelnen gesundheitsrelevanten Verhaltensbereichen	29	82
9.1	Negative Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: neu begonnen/verstärkt)	32	85
9.2	Positive Auswirkungen der Kursteilnahme (Anteilswerte: vermindert)	33	86
10.	Übertragung der erlernten Techniken in andere Lebens- und Verhaltensbereiche	34	87
11.	Subjektive Wichtigkeit einzelner Motive zum Rauchen	35	88
12.	Entwicklung der Zahl der Raucher in der Familie seit der Kursteilnahme	36	89

4. INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

2

Tab. Nr.	Erhebungstatbestand	KOPF 1 Demografische Merkmale	KOPF 2 Merkmale des Rauch- verhaltens
13.	Entwicklung der Zahl der Raucher im Freun- des- und Bekanntenkreis seit der Kursteil- nahme	37	90
14.	Entwicklung der Zahl der Raucher am Ar- beitsplatz  An Raucher:	39	92
15.	Längste Periode des Nullkonsums (F)	41	94
16.	Aktivitäten zur Stabilisierung bzw. Reduk- tion des Zigarettenkonsums (F)	42	95
16.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	43	96
17.	Subjektive Beurteilung des derzeitigen Zi- garettkonsums (F)	44	97
18.	Beurteilung des Einflusses des Kurses auf die Reduktionsbemühungen (F)  An Nichtraucher:	45	98
19.	Schwierigkeit der Beibehaltung des Nullkon- sums im letzten Jahr (F)	46	99
20.	Aktivitäten zur Kontrolle bzw. Stabilisie- rung des Nullkonsums (F)	47	100
20.1	Art der unternommenen Aktivitäten (F)	48	101
21.	Vertrauen in die Stabilität des Kursergeb- nisses	49	102
22.	Beurteilung des Einflusses des Kurses auf den erreichten Nullkonsum	50	103
S.1	Alter	51	104
S.2	Geschlecht	52	105

Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

42 Monate nach Kursende

Kopf 1

- Geschlecht
- Alter
- Berufsgruppe

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis.24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Ich habe an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen	62	58	66	59	70	65	50	56	58	70	67	71	58
Ich habe den Kurs vorher abgebrochen	36	41	31	42	24	33	50	44	35	28	33	29	42
KA	2	1	3	0	7	2	0	0	8	2	0	0	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	30
Keine Zigaretten	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0
1 - 5 Zigaretten	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	3
6 - 10 Zigaretten	6	6	7	11	2	6	7	0	5	3	0	8	16
11 - 15 Zigaretten	13	11	15	21	13	11	4	22	10	7	22	13	24
16 - 20 Zigaretten	30	30	31	42	28	26	25	22	18	37	33	25	39
21 - 25 Zigaretten	14	15	12	11	22	12	11	11	18	12	11	17	8
26 - 30 Zigaretten	14	12	15	9	17	12	18	22	20	18	6	21	3
31 - 40 Zigaretten	16	17	14	6	13	23	29	0	19	18	22	17	5
41 Zigaretten und mehr	5	8	3	0	2	9	7	22	13	3	6	0	3
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24. Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- Frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Keine Zigaretten	34	30	37	25	48	32	43	0	38	33	39	42	32
1 - 5 Zigaretten	18	19	16	26	11	24	4	0	10	25	6	8	26
6 - 10 Zigaretten	19	20	19	23	15	17	29	11	13	22	17	29	29
11 - 15 Zigaretten	7	5	9	8	4	8	0	33	13	5	0	4	3
16 - 20 Zigaretten	10	15	5	13	11	8	11	11	10	5	22	4	8
21 - 25 Zigaretten	3	3	3	2	2	3	4	11	10	0	6	0	0
26 - 30 Zigaretten	6	5	7	4	4	6	7	22	8	7	0	8	3
31 - 40 Zigaretten	1	1	2	0	2	2	4	0	0	2	6	4	0
41 Zigaretten und mehr	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
KA	1	1	1	0	2	0	0	11	0	2	6	0	0

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEGLEICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Keine Zigaretten	40	39	40	38	39	45	29	44	35	40	44	42	45
1 - 5 Zigaretten	8	9	8	8	11	8	11	0	10	12	0	4	11
6 - 10 Zigaretten	9	9	10	13	9	8	11	0	8	12	6	8	13
11 - 15 Zigaretten	7	5	10	4	7	8	11	22	13	3	6	8	8
16 - 20 Zigaretten	15	17	13	23	15	11	14	11	15	18	17	8	16
21 - 25 Zigaretten	2	3	2	6	2	2	0	0	0	2	6	4	0
26 - 30 Zigaretten	9	9	9	8	7	14	7	0	13	8	0	13	3
31 - 40 Zigaretten	7	9	5	2	11	2	18	22	8	3	17	13	3
41 Zigaretten und mehr	1	2	1	0	0	5	0	0	0	2	6	0	3
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 2.4: Reduktionsniveau 4 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Nullkonsum (= voller Erfolg)	40	39	40	38	39	45	29	44	35	40	44	42	45
1 - 30 % (= starke Reduktion)	7	10	4	8	7	6	14	0	10	10	0	0	8
31 - 50 % (= Reduktion)	10	6	14	8	13	11	11	0	15	13	6	13	3
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	9	9	10	4	11	11	11	22	10	8	6	4	16
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	10	10	10	8	17	8	7	11	8	15	11	13	3
91 % und mehr (= vollständiger Mißerfolg)	24	27	21	36	13	20	29	22	23	13	33	29	26
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

9

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Pfeife:													
Ja	4	8	0	6	4	5	0	0	3	2	11	0	5
Nein	84	84	85	89	87	85	75	67	85	88	78	75	92
KA	12	9	15	6	9	11	25	33	13	10	11	25	3
Zigarren/Zigarillos:													
Ja	6	9	4	9	2	2	18	11	10	5	11	0	3
Nein	82	82	81	85	89	83	68	56	83	85	72	75	95
KA	12	10	14	6	9	15	14	33	8	10	17	25	3

Tabelle 4: Haben sich seit Kursende für Sie persönlich wichtige Veränderungen (z.B. in Beruf, Familie, Freundeskreis, finanzielle Situation, Gesundheit usw.) ergeben, die Ihre Bemühungen zur Reduktion Ihres Zigarettenkonsums positiv oder negativ beeinflussten?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Frauenarb.	Hausfrauen	In Ausbildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	32
Ja, mit positiver Auswirkung	24	23	26	26	30	23	14	22	20	28	17	33	24
Ja, mit negativer Auswirkung	23	21	26	25	24	18	29	33	15	18	28	29	32
Nein, keine wichtigen Veränderungen	51	55	47	49	46	58	54	44	63	53	56	33	45
KA	1	1	1	0	0	2	4	0	3	0	0	4	0



Tabelle 4.1: MEIN POSITIVE VERÄNDERUNGEN: Welche Veränderungen waren das?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst- Leit- Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf- Ang./ arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	49	24	25	14	14	15	4	2	8	17	3	8	9
Positive Veränderungen:													
Megfallen von Kopfschmerzen, keine häufigen Erkältungen, kein morgendlicher Husten, keine Nervosität	18	21	16	21	0	40	0	0	13	18	33	13	22
Frankheit mit positiver Auswirkung aufs Rauchen	10	13	8	7	0	0	50	100	13	6	0	25	0
Besseres Allgemeinbefinden, größere Leistungsfähigkeit	29	29	28	29	21	40	25	0	25	35	33	38	11
Neue Arbeit, berufliche Veränderungen	6	8	4	0	14	7	0	0	0	12	0	0	11
Schwangerschaft	14	8	20	7	36	7	0	0	25	18	0	25	0
Steigerung sportlicher Akti- vität, bessere Kondition beim Sport	12	21	4	29	7	0	25	0	13	6	33	0	22
Mehr Zeit durch entfallende Zigarettenpausen, Tag wird länger	2	4	0	0	0	7	0	0	0	6	0	0	0
Finanzielle Einsparungen, mehr Geld für andere Dinge	22	21	24	36	7	27	25	0	0	24	0	50	22
Geruchs- und Geschmackssinn sind besser geworden	6	8	4	0	14	7	0	0	25	0	33	0	0
Feste Partnerschaft, Verlo- bung, Heirat	6	4	8	14	7	0	0	0	0	6	0	0	22
Verbesserung der Beziehungen zur Familie	2	4	0	0	0	7	0	0	0	6	0	0	0
Sonstige positive Verän- derungen	12	4	20	14	7	20	0	0	0	18	33	13	11
KA	4	8	0	7	0	0	25	0	13	0	0	0	11

Tabelle 4.1: WENN NEGATIVE VERÄNDERUNGEN: Welche Veränderungen waren das?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	47	22	25	13	11	12	9	3	6	11	5	7	12
Negative Veränderungen:													
Krankheit, Operation, Unfall	15	19	12	15	9	25	0	33	17	27	0	29	9
Allgemeine Unzufriedenheit	2	0	4	0	9	0	0	0	17	0	0	0	0
Berufliche Belastungen, Prüfungen	45	55	36	46	64	50	25	0	17	73	40	14	58
Wohnungswechsel, verschlechterte Wohnsituation, Umzug	6	14	0	15	0	8	0	0	0	0	20	0	17
Pensionierung	2	5	0	0	0	0	0	33	0	9	0	0	0
Finanzielle Probleme	15	18	12	31	9	17	0	0	0	9	20	14	25
Probleme familiärer Art (z.B. mit den Kindern)	17	9	24	8	0	8	63	33	17	9	20	43	8
Partner raucht	2	5	0	0	0	8	0	0	0	0	0	0	0
Tod des Partners, Sterbefall in der Familie	6	0	12	0	0	8	13	33	0	9	0	14	0
Tod eines Freundes	2	0	4	8	0	0	0	0	0	0	0	0	9
Gewichtszunahme	9	9	8	0	0	8	38	0	50	0	0	14	0
Scheidung, Trennung	19	14	24	15	27	25	13	0	0	9	20	29	33
Sonstige negative Veränderungen	15	18	12	15	18	25	0	0	0	18	40	14	9
KA	4	0	8	15	0	0	0	0	0	0	20	0	0

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER				Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%	Ang./ Fach- arb. S-%		Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38	
im Kursende														
0 Zigaretten	33	31	35	26	46	32	39	0	35	32	39	42	34	
1 - 10 Zigaretten	35	32	37	42	30	39	21	22	25	45	22	38	39	
11 - 15 Zigaretten	10	11	8	11	2	12	7	33	10	8	6	4	16	
16 - 20 Zigaretten	9	13	5	15	11	3	11	11	8	7	17	4	8	
21 Zigaretten und mehr	12	11	13	6	11	14	18	33	23	7	17	13	3	
KA	0	0	1	0	0	0	4	0	0	2	0	0	0	
Weihnachten 1980														
0 Zigaretten	31	30	33	25	43	30	36	0	28	30	39	42	32	
1 - 10 Zigaretten	27	24	31	30	22	33	21	11	28	28	22	29	37	
11 - 15 Zigaretten	8	10	7	13	2	6	7	33	5	10	0	8	11	
16 - 20 Zigaretten	15	21	8	19	17	12	4	33	15	15	22	4	11	
21 Zigaretten und mehr	14	14	14	9	13	14	25	22	23	12	17	13	5	
KA	4	2	6	4	2	5	7	0	3	5	0	4	5	

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER			Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf./ Ang. Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Frühjahr 1981													
0 Zigaretten	34	31	36	26	43	33	39	11	35	33	33	38	37
1 - 10 Zigaretten	16	18	13	19	11	20	11	11	13	17	11	17	24
11 - 15 Zigaretten	15	15	15	21	11	15	11	22	15	10	11	25	18
16 - 20 Zigaretten	13	12	14	15	11	12	14	22	20	13	11	13	5
21 Zigaretten und mehr	17	20	14	9	24	18	14	33	15	20	33	8	8
KA	4	3	6	9	0	2	11	0	3	7	0	0	8
Sommer 1981													
0 Zigaretten	32	29	35	23	39	35	32	22	35	33	28	38	32
1 - 10 Zigaretten	14	15	12	15	9	17	18	0	18	10	11	17	21
11 - 15 Zigaretten	14	16	12	21	7	15	7	33	13	10	17	8	18
16 - 20 Zigaretten	15	13	16	19	17	9	18	11	15	12	11	25	13
21 Zigaretten und mehr	20	23	18	13	26	23	14	33	18	27	33	13	8
KA	5	4	6	9	2	2	11	0	3	8	0	0	8

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER			Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In- Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Herbst 1981													
0 Zigaretten	31	26	36	19	41	36	29	11	25	37	33	38	29
1 - 10 Zigaretten	12	12	12	15	11	12	14	0	18	13	6	8	16
11 - 15 Zigaretten	10	11	9	17	0	12	7	22	10	5	17	13	16
16 - 20 Zigaretten	19	20	18	26	15	15	18	22	20	10	11	29	21
21 Zigaretten und mehr	22	26	19	13	28	23	21	44	25	27	33	13	8
KA	5	5	6	9	4	2	11	0	3	8	0	0	11
Weihnachten 1981													
0 Zigaretten	32	28	36	21	41	36	29	22	23	38	33	38	32
1 - 10 Zigaretten	13	15	11	15	13	15	11	0	18	17	6	4	18
11 - 15 Zigaretten	9	8	10	17	0	9	7	11	10	3	11	13	16
16 - 20 Zigaretten	16	17	14	23	13	15	7	22	13	8	17	29	16
21 Zigaretten und mehr	25	29	22	15	30	23	36	44	35	25	33	17	11
KA	5	4	6	9	2	2	11	0	3	8	0	0	8



Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGENÜCHTET)</b>	<b>202</b>	<b>105</b>	<b>97</b>	<b>53</b>	<b>46</b>	<b>66</b>	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>38</b>
<b>Herbst 1982</b>													
0 Zigaretten	36	32	39	26	41	41	36	22	25	43	39	42	32
1 - 10 Zigaretten	15	13	16	21	13	17	7	0	10	13	6	13	24
11 - 15 Zigaretten	9	10	7	13	0	11	11	11	13	7	6	4	18
16 - 20 Zigaretten	14	14	14	19	20	9	7	22	15	12	17	21	11
21 Zigaretten und mehr	22	26	19	15	22	21	32	44	28	20	33	21	8
KA	4	4	4	6	4	2	7	0	3	5	0	0	8
<b>Weihnachten 1982</b>													
0 Zigaretten	35	30	41	26	41	42	29	22	23	42	39	54	29
1 - 10 Zigaretten	16	20	11	19	13	18	14	0	18	15	0	4	32
11 - 15 Zigaretten	9	8	10	15	2	9	7	11	18	3	11	4	16
16 - 20 Zigaretten	13	13	12	21	15	6	7	22	10	10	17	17	13
21 Zigaretten und mehr	23	28	19	15	24	23	32	44	30	22	33	21	8
KA	4	2	6	4	4	2	11	0	3	8	0	0	3

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER			Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
<b>BASIS (UNGENICHTET)</b>	<b>202</b>	<b>105</b>	<b>97</b>	<b>53</b>	<b>46</b>	<b>66</b>	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>38</b>
<b>Frühjahr 1983</b>													
0 Zigaretten	38	34	41	34	41	42	29	33	30	43	39	46	39
1 - 10 Zigaretten	15	16	14	13	17	20	11	0	10	20	0	17	18
11 - 15 Zigaretten	9	8	11	17	2	8	11	11	13	5	0	4	26
16 - 20 Zigaretten	16	17	14	23	15	11	14	22	20	8	28	17	13
21 Zigaretten und mehr	21	24	18	13	24	20	29	33	25	22	33	17	3
KÄ	1	1	1	0	0	0	7	0	3	2	0	0	0
<b>Sommer 1983</b>													
0 Zigaretten	36	33	38	30	43	38	29	33	25	42	33	46	37
1 - 10 Zigaretten	17	15	20	15	15	26	11	0	20	20	0	13	21
11 - 15 Zigaretten	9	6	12	13	7	5	11	22	13	7	6	4	16
16 - 20 Zigaretten	14	16	12	21	11	12	14	11	15	8	28	17	18
21 Zigaretten und mehr	23	29	16	21	24	20	29	33	25	22	33	21	8
KÄ	1	1	1	0	0	0	7	0	3	2	0	0	0

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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					Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Herbst 1983													
0 Zigaretten	37	34	39	30	43	42	25	33	30	35	44	46	42
1 - 10 Zigaretten	16	14	19	15	15	21	14	0	18	25	0	8	16
11 - 15 Zigaretten	10	7	13	17	7	6	11	11	8	7	11	13	16
16 - 20 Zigaretten	12	14	10	17	15	5	11	33	15	10	17	13	11
21 Zigaretten und mehr	24	30	18	21	20	26	32	22	28	22	28	21	16
KA	1	1	1	0	0	0	7	0	3	2	0	0	0
Weihnachten 1983													
0 Zigaretten	36	36	36	30	41	42	25	33	28	40	33	42	39
1 - 10 Zigaretten	17	16	19	21	13	20	18	0	20	18	11	17	21
11 - 15 Zigaretten	7	4	10	9	4	5	11	11	5	3	6	8	13
16 - 20 Zigaretten	16	14	18	23	17	11	7	33	18	13	28	13	13
21 Zigaretten und mehr	23	29	18	17	24	23	36	22	28	25	22	21	13
KA	0	1	0	0	0	0	4	0	3	0	0	0	0

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Frühjahr 1984													
0 Zigaretten	39	39	39	38	39	44	29	44	33	42	44	38	45
1 - 10 Zigaretten	17	17	18	19	20	15	21	0	18	23	6	17	18
11 - 15 Zigaretten	8	4	12	8	7	8	11	11	10	3	6	13	11
16 - 20 Zigaretten	15	18	11	25	15	9	7	22	13	15	22	8	16
21 Zigaretten und mehr	21	22	20	11	20	24	32	22	28	17	22	25	11
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		bis 24 Jahre S-%	ALTER				Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%		25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haush. / Frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
nach dem Essen													
sehr stark	26	21	31	26	30	18	36	22	28	28	22	25	18
stark	22	25	19	30	15	23	14	22	25	20	28	13	18
weniger stark	16	21	11	13	15	23	14	0	15	22	11	17	13
überhaupt nicht	32	31	32	28	37	33	25	33	25	30	39	33	42
KA	4	2	7	2	2	3	11	22	8	0	0	13	8
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet													
sehr stark	8	9	7	4	2	14	11	11	8	8	0	17	8
stark	23	27	19	25	28	23	14	11	15	28	22	17	29
weniger stark	31	29	33	49	28	23	29	0	35	32	22	17	29
überhaupt nicht	34	34	33	21	39	38	36	44	38	30	56	38	26
KA	5	2	8	2	2	3	11	33	5	2	0	13	8
zur Entspannung													
sehr stark	16	12	21	23	11	14	21	11	18	13	11	21	13
stark	20	23	16	17	30	18	18	0	23	25	22	13	16
weniger stark	23	29	18	23	22	26	21	22	28	20	39	17	24
überhaupt nicht	35	34	36	36	35	38	29	33	25	40	28	38	39
KA	5	2	9	2	2	5	11	33	8	2	0	13	8

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER				Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			In Aus- bildung
		männ- lich	weib- lich			Jahre	Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre		50 Jahre und älter	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38	
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet														
sehr stark	6	6	7	8	2	6	14	0	3	3	6	21	5	
stark	16	17	15	19	17	15	14	11	15	23	17	17	13	
weniger stark	36	39	33	42	54	29	25	0	38	40	33	21	37	
überhaupt nicht	36	36	36	30	24	47	36	56	38	32	44	33	37	
KA	5	2	8	2	2	3	11	33	8	2	0	8	8	
während der Arbeitszeit														
sehr stark	10	12	8	11	4	11	18	11	10	12	11	8	3	
stark	15	20	9	15	17	12	14	22	23	15	17	8	8	
weniger stark	20	20	21	19	26	18	25	0	23	20	11	13	24	
überhaupt nicht	49	45	53	53	50	55	29	33	38	52	61	58	55	
KA	6	3	9	2	2	5	14	33	8	2	0	13	11	
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.														
sehr stark	28	28	29	38	33	17	29	33	25	23	22	29	37	
stark	30	34	25	34	33	32	18	11	33	33	33	29	24	
weniger stark	19	17	22	9	17	29	21	11	20	23	22	21	11	
überhaupt nicht	18	18	19	17	15	20	21	22	13	18	22	17	21	
KA	4	3	6	2	2	3	11	22	10	2	0	4	8	

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS&lt;UNGEWICHTET&gt;</b>	<b>202</b>	<b>105</b>	<b>97</b>	<b>53</b>	<b>46</b>	<b>66</b>	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>38</b>
<b>am Morgen</b>													
sehr stark	14	15	13	11	20	9	21	22	10	17	6	17	11
stark	14	16	12	17	13	14	14	11	28	10	17	13	11
weniger stark	17	18	15	23	9	18	18	11	13	18	28	8	13
überhaupt nicht	50	49	51	47	54	56	36	33	43	55	44	50	58
KA	5	2	8	2	4	3	11	22	8	0	6	13	8
<b>noch direkt vor dem Zubettgehen</b>													
sehr stark	7	6	9	9	7	2	18	11	10	7	0	13	0
stark	17	18	15	19	22	15	11	11	15	18	17	21	11
weniger stark	17	17	16	9	17	21	21	11	18	23	28	4	13
überhaupt nicht	53	56	51	60	52	58	36	44	48	50	56	50	68
KA	5	3	8	2	2	5	14	22	10	2	0	13	8
<b>beim Fernsehen</b>													
sehr stark	8	5	12	9	2	5	21	22	10	7	0	21	0
stark	19	20	18	23	22	18	14	0	23	20	39	8	11
weniger stark	25	29	22	25	28	27	14	33	23	27	22	25	34
überhaupt nicht	44	45	42	42	46	48	39	22	38	45	39	42	47
KA	4	2	6	2	2	2	11	22	8	2	0	4	8

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			In Aus- bildung
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASISKUNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe													
sehr stark	32	30	35	32	35	27	39	33	33	33	44	29	18
stark	20	17	24	13	24	26	21	0	20	23	6	33	18
weniger stark	21	26	15	36	15	17	11	22	23	20	28	8	29
überhaupt nicht	24	26	22	17	24	29	25	22	20	23	22	25	26
KA	3	2	4	2	2	2	4	22	5	0	0	4	6
wenn ich mich konzentrieren muß													
sehr stark	17	19	15	13	20	17	25	11	28	13	11	17	11
stark	17	16	18	25	13	14	18	11	20	17	22	17	11
weniger stark	21	24	18	19	22	26	14	11	18	23	17	13	29
überhaupt nicht	40	39	42	40	43	42	32	33	28	47	44	46	42
KA	5	3	7	4	2	2	11	33	8	0	6	8	8

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

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./Facharb.	Einf. Ang./Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
nach dem Essen	48	46	49	57	46	41	50	44	53	48	50	38	37
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	31	35	26	29	30	36	25	22	23	37	22	33	37
zur Entspannung	36	35	37	40	41	32	39	11	40	38	33	33	29
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	23	23	23	26	20	21	29	11	18	27	22	38	18
während der Arbeitszeit	25	32	18	26	22	23	32	33	33	27	28	17	11
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	58	62	54	72	65	48	46	44	58	57	56	58	61
am Morgen	29	31	26	29	33	23	36	33	38	27	22	29	21
noch direkt vor dem Zubettgehen	24	24	25	28	28	17	29	22	25	25	17	33	11
beim Fernsehen	27	25	30	32	24	23	36	22	33	27	39	29	11
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geängert habe	52	47	59	45	59	53	61	33	53	57	50	63	37
wenn ich mich konzentrieren muß	34	35	33	38	33	30	43	22	48	30	33	33	21

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser													
sehr stark	13	13	12	15	9	15	14	0	10	13	22	21	5
stark	21	19	23	15	33	18	18	22	18	30	11	17	21
weniger stark	29	31	27	32	26	32	25	22	30	25	44	21	34
überhaupt nicht	34	35	32	38	33	30	36	33	35	32	22	29	37
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher													
sehr stark	11	13	9	8	11	12	18	11	20	8	22	4	3
stark	18	15	22	19	20	21	7	22	8	25	22	25	18
weniger stark	31	29	33	34	28	36	21	11	23	28	39	46	39
überhaupt nicht	36	42	30	40	41	26	46	33	43	38	17	13	37
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar													
sehr stark	6	7	6	8	0	8	14	0	3	10	0	8	5
stark	11	11	11	15	9	11	7	22	5	10	11	21	13
weniger stark	34	36	31	34	33	39	25	22	38	32	44	29	39
überhaupt nicht	45	45	44	43	59	38	43	33	45	48	44	29	39
KA	4	1	7	0	0	5	11	22	10	0	0	13	3

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%	Selbst. Leit. Ang. S-%	Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>202</b>	<b>105</b>	<b>97</b>	<b>53</b>	<b>46</b>	<b>66</b>	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>38</b>
<b>Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen</b>													
sehr stark	27	27	28	21	37	27	29	11	25	27	39	25	32
stark	17	17	18	17	17	23	7	11	18	17	17	17	16
weniger stark	14	16	12	21	7	17	11	11	15	15	22	13	13
überhaupt nicht	37	38	36	40	39	29	46	44	35	40	22	33	37
KA	4	2	6	2	0	5	7	22	8	2	0	13	3
<b>Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher</b>													
sehr stark	12	10	14	15	7	18	7	0	8	13	22	21	5
stark	25	28	22	21	30	26	25	11	25	33	11	25	24
weniger stark	28	30	26	28	35	27	21	11	25	23	39	21	34
überhaupt nicht	32	31	32	36	28	24	39	56	35	30	28	21	34
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
<b>Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt</b>													
sehr stark	22	18	27	25	20	24	21	11	18	28	17	13	21
stark	31	32	30	23	33	38	32	22	35	33	28	29	34
weniger stark	25	30	20	30	30	21	21	11	23	22	33	25	32
überhaupt nicht	18	18	18	23	17	12	18	33	18	17	22	21	11
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
<b>Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben</b>													
sehr stark	19	16	22	21	11	24	14	22	8	22	33	25	16
stark	24	17	31	17	30	26	29	0	28	35	6	25	16
weniger stark	22	29	14	25	22	21	18	22	23	18	33	21	26
überhaupt nicht	32	37	27	38	37	24	32	33	35	25	28	17	39
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
<b>Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden</b>													
sehr stark	14	11	18	15	11	12	14	44	20	13	11	13	8
stark	36	39	32	38	43	35	29	11	33	32	39	25	17
weniger stark	26	26	26	23	22	35	25	0	20	30	33	25	24
überhaupt nicht	21	23	19	25	24	14	25	22	20	25	17	25	18
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
<b>Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt</b>													
sehr stark	5	5	5	2	2	6	4	33	3	3	11	4	0
stark	11	14	7	13	4	14	11	11	15	12	0	13	11
weniger stark	40	38	42	43	48	42	29	0	28	47	61	29	53
überhaupt nicht	41	42	39	42	46	33	50	33	48	38	28	42	34
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%	Selbst. Leit. Ang. S-%	Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	33
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener													
sehr stark	6	5	7	4	0	9	11	11	8	8	6	8	0
stark	16	16	15	17	15	11	21	33	20	15	17	13	11
weniger stark	41	43	38	40	54	48	11	11	28	43	50	33	61
überhaupt nicht	34	35	33	40	30	27	50	22	38	33	28	33	26
KA	3	1	6	0	0	5	7	22	8	0	0	13	3
Ich fühle mich im alltäglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Streit, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet													
sehr stark	17	20	14	17	7	20	29	22	23	13	11	17	16
stark	24	21	27	19	37	24	14	11	25	20	33	25	26
weniger stark	31	36	26	34	30	33	25	22	28	43	33	29	29
überhaupt nicht	25	22	28	30	26	20	25	22	25	23	22	21	26
KA	3	1	5	0	0	3	7	22	8	0	0	8	3

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	34	32	35	30	41	33	32	22	28	43	33	38	26
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	30	29	31	26	30	33	25	33	28	33	44	29	21
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	18	18	18	23	9	18	21	22	8	20	11	29	18
Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	45	44	45	38	54	50	36	22	43	43	56	42	47
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	37	38	36	36	37	44	32	11	33	47	33	46	29
Ich wurde häufig von anderen in meinem Ent- schluß, das Rauchen ein- zuschränken, bestätigt	53	50	57	47	52	62	54	33	53	62	44	42	55
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	43	33	53	38	41	50	43	22	35	57	39	50	32
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	50	50	49	53	54	47	43	56	53	45	50	38	55
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	16	19	12	15	7	20	14	44	18	15	11	17	11
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	22	21	23	21	15	20	32	44	28	23	22	21	11
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	41	41	41	36	43	44	43	33	48	33	44	42	42

Tabelle 8: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./Facharb.	Einf. Ang./Arb.	Hausfrauen	In Ausb.
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Ja, ich habe abgenommen	5	7	3	6	2	6	7	0	0	3	0	8	8
Nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	39	41	37	53	35	33	32	44	35	28	44	46	55
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	11	10	12	6	22	8	11	11	18	17	6	8	3
Ja, ich habe etwas zugenommen	34	29	39	26	35	41	36	11	33	43	28	25	24
Ja, ich habe stark zugenommen	9	13	5	9	7	11	7	22	13	8	22	4	8
KA	2	1	3	0	0	2	7	11	3	0	0	8	3

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

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	Selbst. Ang.			Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38	
Konsum alkoholischer Getränke														
habe ich neu begonnen	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	0	4	0	
hat sich verstärkt	7	8	6	13	7	3	7	0	5	5	0	8	3	
ist wie vor dem Kurs	55	54	56	45	70	59	50	22	60	60	44	33	68	
hat sich vermindert	21	25	18	26	17	20	14	44	23	20	39	17	18	
gab es bei mir nie	14	11	16	15	7	15	18	22	10	15	17	29	3	
KA	2	2	3	0	0	2	11	11	3	0	0	8	3	
Konsum nicht-alkoholischer Getränke														
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
hat sich verstärkt	26	30	21	30	24	26	18	33	25	28	28	17	21	
ist wie vor dem Kurs	63	58	69	62	72	67	54	33	63	63	61	67	71	
hat sich vermindert	5	7	4	8	2	3	11	11	8	2	6	8	5	
gab es bei mir nie	3	3	3	0	2	3	7	11	3	7	6	0	0	
KA	2	2	3	0	0	2	11	11	3	0	0	8	3	

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	19	24	38
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln													
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstärkt	2	4	1	6	0	0	0	22	0	3	0	4	3
ist wie vor dem Kurs	33	31	35	23	37	35	43	33	38	37	28	38	24
hat sich vermindert	9	10	8	11	7	11	11	0	13	5	6	8	13
gab es bei mir nie	52	52	53	60	57	53	36	33	48	55	67	42	58
KA	2	2	3	0	0	2	11	11	3	0	0	8	3

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

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten													
hat sich verstärkt	19	18	20	26	15	18	18	0	15	18	11	17	21
ist wie vor dem Kurs	71	72	70	68	70	74	71	78	75	73	78	75	66
hat sich vermindert	6	9	4	6	11	6	4	0	3	8	11	0	8
KA	3	1	6	0	4	2	7	22	8	0	0	8	5
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität													
hat sich verstärkt	11	11	11	17	9	8	18	0	18	7	6	21	3
ist wie vor dem Kurs	58	58	59	62	65	61	43	33	45	63	72	67	61
hat sich vermindert	26	30	23	21	22	30	29	44	30	28	22	4	32
KA	4	1	7	0	4	2	11	22	8	2	0	8	5

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haush. frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Konsum alkoholischer Getränke	7	8	7	13	7	5	7	0	5	5	0	13	8
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	2	4	1	6	0	0	0	22	0	3	0	4	3
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	19	18	20	26	15	18	18	0	15	18	11	17	21
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	11	11	11	17	9	8	18	0	18	7	6	21	3

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

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Konsum alkoholischer Getränke	21	25	18	26	17	20	14	44	23	20	39	17	18
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	9	10	8	11	7	11	11	0	13	5	6	8	13
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	6	9	4	6	11	6	4	0	3	8	11	0	8
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	26	30	23	21	22	30	29	44	30	28	22	4	32

Tabelle 10: In dem Kurs, an dem Sie vor 3 1/2 Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- oder Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewußter leben), oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ä.) teilgenommen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	19	19	20	19	17	21	14	33	18	18	6	21	24
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	17	19	15	23	13	15	21	11	20	18	22	8	18
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	9	8	11	6	7	15	11	0	5	8	11	8	8
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	54	54	55	55	65	53	43	44	55	53	61	58	55

Tabelle 11: Es kann eine Reihe von Gründen geben, warum man raucht, bzw. warum man schon einmal mehr als gewöhnlich raucht. Bitte kreuzen Sie an, welche der aufgeführten Gründe bei Ihnen sehr häufig oder häufig eine Rolle spielen bzw. gespielt haben.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
Rauchen erleichtert den Kontakt mit Leuten, die man noch nicht kennt	28	33	23	36	35	21	18	33	15	20	33	13	47
Rauchen bewirkt, daß man sich in Gesellschaft wohler fühlt	34	31	36	43	30	32	32	11	28	30	44	38	29
Rauchen hilft, die Langeweile zu ertragen	32	31	32	45	15	38	21	22	23	30	39	38	37
Wenn man raucht, kann man Ärger leichter bewältigen	43	34	53	43	33	45	50	56	38	43	44	63	34
Wenn man raucht, fühlt man sich weniger schüchtern	22	18	27	26	22	26	11	11	20	20	11	33	26
Rauchen läßt einen starke Belastungen besser ertragen	50	49	51	45	48	50	57	56	60	50	61	38	29
Wenn man mitraucht, fühlt man sich dem anderen mehr verbunden	26	28	24	25	24	29	25	22	18	30	33	13	26
Rauchen ist eine angenehme Möglichkeit, sich zu entspannen	49	47	52	40	48	53	50	78	53	52	56	46	39
Wenn man raucht, kann man sich besser konzentrieren	34	31	36	32	37	35	29	33	45	30	39	29	24
Rauchen ist eine angenehme Art, sich nach getaner Arbeit zu belohnen	53	48	60	64	43	50	50	78	50	57	50	54	53

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre anderen Familienangehörigen (außer Ihnen selbst) an.

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER				Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Ang./ Fach- arb.		Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung	
	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38	
1980:														
Kein Raucher	28	33	22	21	33	33	18	33	35	30	33	13	21	
1 Raucher	35	30	40	26	26	45	39	44	38	32	17	54	37	
2 Raucher	22	20	25	30	22	15	25	22	15	25	28	25	21	
3 Raucher	7	9	6	19	4	2	7	0	3	5	11	8	16	
4 und mehr Raucher	5	5	5	4	9	3	7	0	5	7	11	0	3	
KA	2	3	2	0	7	2	4	0	5	2	0	0	3	
1984:														
Kein Raucher	40	44	35	36	39	44	32	56	35	47	39	29	37	
1 Raucher	28	28	29	21	30	33	29	22	35	25	28	29	32	
2 Raucher	18	13	23	23	13	15	21	22	23	15	17	38	11	
3 Raucher	7	10	5	17	9	2	4	0	0	10	6	0	16	
4 und mehr Raucher	4	3	5	4	4	2	11	0	3	3	11	4	3	
KA	3	3	3	0	4	5	4	0	5	0	0	0	3	

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Frauen Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
1980:													
ausschließlich Raucher	4	6	3	4	0	6	7	11	0	7	11	8	0
ganz Überwiegend Raucher	31	28	35	45	24	36	11	11	38	23	33	38	37
Raucher etwas in der Überzahl	30	35	25	34	37	27	25	11	20	30	33	25	32
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	17	18	16	15	20	14	21	33	18	20	11	8	26
Nichtraucher etwas in der Überzahl	10	8	12	2	9	11	29	0	10	17	6	13	0
ganz Überwiegend Nichtraucher	6	5	8	0	11	6	4	33	13	3	6	8	5
ausschließlich Nichtraucher	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	0	1	0	0	0	0	4	0	3	0	0	0	0

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- Ang./ Frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
1984:													
ausschließlich Raucher	2	3	2	0	0	3	7	11	0	3	6	4	0
ganz überwiegend Raucher	16	14	19	28	13	15	4	0	15	13	17	21	18
Raucher etwas in der Überzahl	17	18	15	23	17	17	7	11	10	18	33	21	5
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	19	20	18	17	24	18	18	11	13	20	28	13	26
Nichtraucher etwas in der Überzahl	24	31	15	26	24	18	36	11	25	27	11	13	32
ganz überwiegend Nichtraucher	20	10	30	6	22	24	21	56	33	18	6	29	18
ausschließlich Nichtraucher	1	1	1	0	0	2	4	0	3	0	0	0	0
KA	1	2	1	0	0	3	4	0	3	0	0	0	0

Tabelle 14: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
1980:													
ausschließlich Raucher	6	6	6	4	4	6	11	11	3	8	11	8	0
ganz überwiegend Raucher	23	24	23	28	20	21	25	22	35	23	17	13	21
Raucher etwas in der Überzahl	23	23	23	15	33	27	14	11	18	25	28	29	18
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	23	27	20	28	24	21	18	22	25	15	33	4	37
Nichtraucher etwas in der Überzahl	9	10	8	9	9	8	14	0	10	10	6	8	11
ganz überwiegend Nichtraucher	8	8	9	9	2	14	7	0	3	15	6	13	8
ausschließlich Nichtraucher	0	0	1	0	2	0	0	0	0	2	0	0	0
KA	7	4	10	6	7	3	11	33	8	2	0	25	5

Tabella 14: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
1984:													
ausschließlich Raucher	4	4	5	2	4	3	11	11	3	5	11	4	0
ganz überwiegend Raucher	13	12	13	17	11	11	18	0	20	13	11	0	11
Raucher etwas in der überzahl	13	17	8	19	11	17	0	0	13	15	17	13	11
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	19	19	16	15	26	15	18	11	20	12	6	8	34
Nichtraucher etwas in der überzahl	22	23	22	17	20	24	32	22	25	25	28	29	13
ganz überwiegend Nichtraucher	20	20	20	25	22	18	14	11	10	27	22	8	32
ausschließlich Nichtraucher	2	0	4	0	0	6	0	0	0	0	6	13	0
KA	8	5	11	6	7	6	7	44	10	3	0	25	0

Tabelle 15: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die längste Periode, während der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich	weib- lich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	122	64	58	33	28	36	20	5	26	36	10	14	21
nie Nullkonsum erreicht	48	52	45	58	32	42	55	100	31	50	60	64	48
bis 1 Monat	6	8	3	6	11	3	5	0	4	8	10	0	10
2 - 3 Monate	7	3	10	3	7	14	0	0	0	8	0	0	5
4 - 6 Monate	6	6	5	6	4	8	5	0	12	6	0	0	10
7 - 12 Monate	7	9	5	12	7	6	5	0	4	6	10	0	19
mehr als 12 Monate	25	20	31	15	36	28	30	0	46	22	20	36	10
KA	1	2	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0



Tabelle 16.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER			Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	59	30	29	13	17	19	9	1	11	19	2	7	12
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	3	0	7	0	6	0	11	0	0	11	0	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	32	27	38	15	41	37	22	100	36	37	50	57	17
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	3	3	3	15	0	0	0	0	0	0	0	14	8
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, eingeschränkt	20	20	21	38	12	16	22	0	18	26	0	14	25
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Akkupunktur	3	3	3	0	6	5	0	0	9	5	0	0	0
Andere Entwöhnungsmethoden	5	7	3	8	0	0	22	0	0	5	0	0	0
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	12	17	7	15	18	5	11	0	18	5	50	0	25
Sport, Spaziergänge	8	7	10	0	6	21	0	0	18	5	0	0	8
Sonstiges	8	13	3	8	6	11	11	0	0	0	0	14	17
KA	3	3	3	0	6	5	0	0	0	5	0	0	0

Tabelle 17: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	122	64	58	33	28	36	20	5	26	36	10	14	21
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	8	6	10	9	11	3	15	0	12	6	10	0	14
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch und werde mich bemühen, ihn weiter einzuschränken	57	59	55	48	68	67	40	60	62	61	40	64	57
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch, glaube aber nicht, daß ich es schaffe, ihn einzuschränken	34	34	34	42	21	31	45	40	27	33	50	36	29
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 18: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs "Runter vom Rauchen" gebracht hat: Welcher der folgenden Aussagen würden Sie zustimmen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	ALTER			Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE				In Aus- bildung S-%
		männ- lich S-%	weib- lich S-%			30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Ärb. S-%	Haus- frauen S-%		
BASIS(UNGEWICHTET)	122	64	58	33	28	36	20	5	26	36	10	14	21	
Den Nullkonsum habe ich zwar nicht erreicht. Die Teilnahme an dem Kurs hat mir aber sehr dabei geholfen, meinen Zigarettenkonsum zumindest zeitweise oder hinsichtlich der Zahl der gerauchten Zigaretten zu kontrollieren	59	61	57	55	61	56	65	80	81	64	50	57	38	
Die Teilnahme an dem Kurs hat sich überhaupt nicht gelohnt. Ich habe weder meinen Zigarettenkonsum beeinflussen können, noch hat der Kurs mir in anderer Weise genützt	7	5	9	12	4	6	5	0	4	0	30	14	10	
Für die Kontrolle bzw. Reduktion meines Zigarettenkonsums hat mir Kurs nichts oder nur sehr wenig gebracht. Trotzdem war der Kursbesuch für mich von Nutzen	34	34	33	33	36	39	25	20	15	36	20	21	52	
KA	1	0	2	0	0	0	5	0	0	0	0	7	0	

Tabelle 19: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT	GESCHLECHT		bis 24 Jahre	25-29 Jahre	ALTER			Selbst. Leit. Ang.	BERUFSGRUPPE			
		männlich	weiblich			30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter		Ang./Facharb.	Einf. Ang./Arb.	Hausfrauen	In Ausbildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	76	38	38	19	17	29	7	4	13	24	7	10	15
...sehr leicht	32	26	37	21	35	31	57	25	31	33	29	30	33
...leicht	45	47	42	37	41	55	43	25	46	42	57	60	33
...eher schwer	14	16	13	21	18	7	0	50	23	13	0	0	20
...sehr schwer	4	8	0	16	0	0	0	0	0	4	14	0	7
KA	5	3	8	5	6	7	0	0	0	8	0	10	7

Tabelle 20: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	76	38	38	19	17	29	7	4	13	24	7	10	15
Ja	18	24	13	37	24	10	0	0	15	17	14	10	27
Nein	76	74	79	58	71	83	100	100	85	79	86	80	67
KA	5	3	8	5	6	7	0	0	0	4	0	10	7

Tabelle 20.1: WEHN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT S-%	GESCHLECHT		ALTER					Selbst. Leit. Ang. S-%	BERUFSGRUPPE			
		männ- lich S-%	weib- lich S-%	bis 24 Jahre S-%	25-29 Jahre S-%	30-39 Jahre S-%	40-49 Jahre S-%	50 Jahre und älter S-%		Ang./ Fach- arb. S-%	Einf. Ang./ Arb. S-%	Haus- frauen S-%	In Aus- bildung S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	14	9	5	7	4	3	0	0	2	4	1	1	4
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	21	22	20	14	50	0	0	0	50	50	0	0	0
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	7	0	20	14	0	0	0	0	0	25	0	0	0
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Unterstützung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	7	11	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	25
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	7	11	0	0	0	33	0	0	50	0	0	0	0
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Radikal aufgehört, eingeschränkt	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Anti-Raucher-Medikamente	7	11	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	25
Akkupunktur	7	0	20	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Andere Entwöhnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	21	22	20	29	0	33	0	0	0	25	0	100	25
Sport, Spaziergänge	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sonstiges	21	22	20	29	0	33	0	0	0	0	100	0	25
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle 21: Wie überzeugt sind Sie, daß Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männ- lich	weib- lich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	76	38	38	19	17	29	7	4	13	24	7	10	15
Ich bin vollkommen sicher, daß ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	66	66	66	63	65	66	71	75	69	58	86	80	60
Ich bin sicher, daß ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	28	34	21	32	24	28	29	25	31	29	14	10	33
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	1	0	3	0	0	3	0	0	0	4	0	0	0
KA	5	0	11	5	12	3	0	0	0	8	0	10	7

Tabelle 22: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs "Runter vom Rauchen" gebracht hat: Welcher der folgenden Aussagen würden Sie zustimmen?

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Fach- arb.	Einf. Ang./ Arb.	Haus- frauen	In Aus- bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	76	38	38	19	17	29	7	4	13	24	7	10	15
Die Teilnahme an dem Kurs war entscheidend dafür, daß ich den Nullkonsum erreicht habe	32	32	32	21	35	38	43	0	38	25	43	40	27
Die Teilnahme an dem Kurs hat mir sehr geholfen. Aber ohne ergänzende Methoden und Hilfen hätte ich den Nullkonsum nicht erreicht	14	18	11	11	12	14	29	25	15	17	29	10	7
Die Teilnahme an dem Kurs hat auch dazu beigetragen, daß ich heute nicht mehr rauche. Entscheidend für meinen heutigen Nullkonsum waren jedoch andere Dinge	49	50	47	63	41	45	29	75	46	50	29	40	60
KA	5	0	11	5	12	3	0	0	0	8	0	10	7

Tabelle S.11 Alter dez/der Befragten

	GESAMT	GESCHLECHT		ALTER					BERUFSGRUPPE				
		männlich	weiblich	bis 24 Jahre	25-29 Jahre	30-39 Jahre	40-49 Jahre	50 Jahre und älter	Selbst. Leit. Ang.	Ang./ Facharb.	Einf. Ang./ Arb.	Hausfrauen	In Aus-bildung
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	105	97	53	46	66	28	9	40	60	18	24	38
bis 19 Jahre	1	1	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	5
20 - 29 Jahre	29	30	28	91	24	0	0	0	8	15	44	29	61
30 - 39 Jahre	37	34	40	0	65	68	0	0	35	50	39	33	29
40 - 49 Jahre	19	19	19	0	0	26	75	0	30	23	6	21	3
50 - 59 Jahre	6	7	5	0	0	0	14	89	10	5	0	13	0
60 - 69 Jahre	0	0	1	0	0	0	0	11	3	0	0	0	0
70 Jahre und älter	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	7	9	6	6	11	6	11	0	15	7	11	4	3



Ergebnisse der Nachbefragung bei Teilnehmern

42 Monate nach Kursende

Kopf 2

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

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

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	N	Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
BASIS(UNGEWICHTET)	202		100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Ich habe an dem Kurs "Runter vom Rauchen" bis zu Ende teilgenommen	62		88	37	62	62	59	67	60	80	61	44	71	63	53
Ich habe den Kurs vorher abgebrochen	36		10	61	37	36	40	29	40	20	36	52	26	37	45
KA	2		2	2	1	3	1	5	0	0	3	3	3	0	2

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Keine Zigaretten	0	0	1	1	0	1	0	0	2	0	0	1	0	0	
1 - 5 Zigaretten	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	2	0	0	1	
6 - 10 Zigaretten	6	7	6	7	7	14	0	0	6	8	5	6	11	5	
11 - 15 Zigaretten	13	11	16	15	12	29	2	0	17	13	11	14	11	14	
16 - 20 Zigaretten	30	31	30	33	30	37	40	4	23	42	25	24	40	32	
21 - 25 Zigaretten	14	16	11	12	15	9	25	8	14	11	16	13	6	18	
26 - 30 Zigaretten	14	10	18	14	15	7	25	13	11	10	22	15	11	14	
31 - 40 Zigaretten	16	18	13	14	15	0	8	56	22	14	11	20	14	13	
41 Zigaretten und mehr	5	7	4	5	5	2	0	19	6	3	8	8	6	3	
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

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

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg		
BASIS<UNGEWICHTET>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
Keine Zigaretten	34	45	23	42	23	35	33	31	86	11	5	55	29	16		
1 - 5 Zigaretten	18	19	17	20	15	23	11	17	3	38	11	16	20	18		
6 - 10 Zigaretten	19	19	20	17	23	20	22	15	6	28	24	10	31	23		
11 - 15 Zigaretten	7	2	12	4	11	8	10	2	0	10	11	3	6	11		
16 - 20 Zigaretten	10	5	14	8	14	9	10	15	0	7	24	5	6	17		
21 - 25 Zigaretten	3	2	4	4	3	1	3	6	0	1	8	4	0	3		
26 - 30 Zigaretten	6	5	7	5	7	3	10	6	5	3	11	4	9	7		
31 - 40 Zigaretten	1	2	1	1	1	0	0	6	0	1	3	1	0	2		
41 Zigaretten und mehr	0	0	1	0	1	0	0	2	0	0	2	1	0	0		
KA	1	1	1	0	1	1	2	0	0	1	2	1	0	1		

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

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEMICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
Keine Zigaretten	40	46	34	45	30	43	35	40	65	32	22	100	0	0		
1 - 5 Zigaretten	8	6	10	13	1	14	5	2	8	10	6	0	43	2		
6 - 10 Zigaretten	9	11	8	8	12	11	10	6	9	13	6	0	40	6		
11 - 15 Zigaretten	7	7	8	7	10	10	8	2	8	11	3	0	6	15		
16 - 20 Zigaretten	15	14	17	14	18	16	17	10	5	19	22	0	11	31		
21 - 25 Zigaretten	2	2	3	2	4	1	5	2	0	4	3	0	0	6		
26 - 30 Zigaretten	9	5	12	8	10	3	16	10	2	7	19	0	0	21		
31 - 40 Zigaretten	7	7	7	3	14	1	5	21	3	4	14	0	0	16		
41 Zigaretten und mehr	1	2	1	0	1	0	0	6	2	0	3	0	0	3		
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		

56

Tabelle 2.4: Reduktionsniveau 4 Jahre nach Kursteilnahme (Angabe in % der Ausgangsbasis)

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSH- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Nullkonsum (= voller Erfolg)	40	46	34	45	30	43	35	40	65	32	22	100	0	0
1 - 30 % (= starke Reduktion)	7	8	6	11	3	7	6	10	5	13	3	0	43	0
31 - 50 % (= Reduktion)	10	9	11	11	8	11	10	8	11	10	10	0	57	0
51 - 70 % (= schwache Reduktion)	9	6	13	5	15	9	13	6	5	14	10	0	0	22
71 - 90 % (= kaum Reduktion)	10	15	5	5	19	8	8	17	8	13	10	0	0	23
91 % und mehr (= vollständiger Mißerfolg)	24	16	31	23	25	23	29	19	8	19	46	0	0	55
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Pfeife:														
Ja	4	3	4	5	1	5	2	4	3	4	5	4	9	2
Nein	84	83	86	90	84	86	86	79	89	83	81	86	86	82
KA	12	14	10	5	15	9	13	17	8	13	14	10	6	16
Zigarren/Zigarillos:														
Ja	6	5	8	5	8	8	5	6	2	4	14	1	11	9
Nein	82	83	80	89	77	84	83	77	92	79	75	89	83	75
KA	12	12	12	5	15	9	13	17	6	17	11	10	6	16

Tabelle 4: Haben sich seit Kursende für Sie persönlich wichtige Veränderungen (z.B. in Beruf, Familie, Freundeskreis, finanzielle Situation, Gesundheit usw.) ergeben, die Ihre Bemühungen zur Reduktion Ihres Zigarettenkonsums positiv oder negativ beeinflussten?

	GESAMT	TEILNAHME- VERHÄLTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Ja, mit positiver Auswirkung	24	23	26	29	18	26	22	23	32	24	16	41	29	7	
Ja, mit negativer Auswirkung	23	27	20	23	26	20	21	33	18	29	22	6	26	38	
Nein, keine wichtigen Veränderungen	51	49	53	47	56	54	57	40	48	47	60	53	43	54	
KA	1	1	1	1	0	0	0	4	2	0	2	0	3	1	

Tabelle 4.1: WENN POSITIVE VERÄNDERUNGEN: Welche Veränderungen waren das?

	GESANT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja		nein		bis 20	21-30	31	Null- konsum	1-50%	51%	Null- konsum	1-50%	51%
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	49	23	26	32	13	24	14	11	21	17	10	33	10	6		
Positive Veränderungen:																
Wegfallen von Kopfschmerzen, keine häufigen Erkältungen, kein morgendlicher Husten, keine Nervosität	18	13	23	22	8	13	7	45	29	12	10	24	10	0		
Krankheit mit positiver Auswirkung aufs Rauchen	10	13	8	13	8	13	14	0	8	12	30	9	10	17		
Besseres Allgemeinbefinden, größere Leistungsfähigkeit	29	35	23	28	23	25	43	18	43	24	0	33	20	17		
Neue Arbeit, berufliche Veränderungen	6	9	4	6	8	8	0	9	5	6	10	6	0	17		
Schwangerschaft	14	9	19	16	15	17	14	9	14	12	20	12	20	17		
Steigerung sportlicher Akti- vität, bessere Kondition beim Sport	12	17	8	16	0	13	14	9	14	6	10	12	20	0		
Mehr Zeit durch entfallende Zigarettenpausen, Tag wird länger	2	0	4	0	0	0	0	9	0	6	0	3	0	0		
Finanzielle Einsparungen, mehr Geld für andere Dinge	22	35	12	22	15	13	36	27	24	24	10	27	10	17		
Geruchs- und Geschmackssinn sind besser geworden	6	4	8	6	8	8	0	9	10	6	0	6	10	0		
Feste Partnerschaft, Verlob- ung, Heirat	6	0	12	6	0	13	0	0	0	18	0	3	10	17		
Verbesserung der Beziehungen zur Familie	2	4	0	3	0	4	0	0	0	6	0	3	0	0		
Sonstige positive Verän- derungen	12	13	12	13	15	0	21	27	10	24	0	15	10	0		
KA	4	4	4	0	15	4	0	9	0	0	20	0	10	17		

Tabelle 4.1: WEHN NEGATIVE VERÄNDERUNGEN: Welche Veränderungen waren das?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch-	Ab-	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
		halter	brecher												Ziga-	Ziga-
S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	47	27	20	25	19	18	13	16	12	21	14	5	9	33		
Negative Veränderungen:																
Krankheit, Operation, Unfall	15	15	15	16	16	17	8	19	25	10	14	0	44	9		
Allgemeine Unzufriedenheit	2	4	0	4	0	0	0	6	0	5	0	0	0	3		
Berufliche Belastungen, Prüfungen	45	37	55	52	37	56	38	38	25	48	57	20	33	52		
Wohnungswechsel, verschlech- terte Wohnsituation, Umzug	6	7	5	8	0	6	8	6	0	5	14	0	0	9		
Pensionierung	2	0	5	0	5	0	0	6	0	0	7	0	0	3		
Finanzielle Probleme	15	22	5	20	5	11	23	13	17	14	14	0	22	15		
Probleme familiärer Art (z.B. mit den Kindern)	17	19	15	12	21	17	8	25	25	10	21	40	11	15		
Partner raucht	2	0	5	0	5	0	0	6	0	0	7	20	0	0		
Tod des Partners, Sterbefall in der Familie	6	7	5	4	11	11	8	0	17	5	0	0	11	6		
Tod eines Freundes	2	4	0	0	5	6	0	0	8	0	0	0	0	3		
Gewichtszunahme	9	7	10	12	5	6	0	19	17	10	0	40	0	6		
Scheidung, Trennung	19	26	10	12	21	6	54	6	17	19	21	0	11	24		
Sonstige negative Verän- derungen	15	19	10	12	16	6	38	6	8	29	0	0	11	18		
KA	4	7	0	4	5	11	0	0	0	10	0	0	11	3		

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSEINDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>202</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>110</b>	<b>73</b>	<b>91</b>	<b>63</b>	<b>48</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	<b>63</b>	<b>80</b>	<b>35</b>	<b>87</b>	
<b>am Kursende</b>															
0 Zigaretten	33	44	23	42	23	35	33	29	85	10	6	54	29	16	
1 - 10 Zigaretten	35	37	33	33	38	41	30	29	8	64	30	25	43	40	
11 - 15 Zigaretten	10	5	15	7	15	10	11	8	2	13	16	3	14	15	
16 - 20 Zigaretten	9	3	14	8	8	10	10	8	2	4	22	5	6	15	
21 Zigaretten und mehr	12	10	15	10	14	4	14	25	5	8	25	14	9	13	
KA	0	1	0	0	1	0	2	0	0	1	0	0	0	1	
<b>Weihnachten 1980</b>															
0 Zigaretten	31	41	22	38	22	34	25	33	80	11	3	56	23	11	
1 - 10 Zigaretten	27	29	26	28	29	34	22	21	11	46	24	16	43	31	
11 - 15 Zigaretten	8	7	10	6	11	10	11	2	2	15	8	5	11	10	
16 - 20 Zigaretten	15	8	20	11	19	14	17	13	2	10	33	6	9	25	
21 Zigaretten und mehr	14	8	21	13	14	4	17	29	5	18	30	13	9	18	
KA	4	7	1	4	5	3	6	2	2	8	2	4	6	3	

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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			TEILNABME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch-	Ab-	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
		halter	brecher												Ziga-	Ziga-
S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%		
<b>BASIS (UNGEWICHTET)</b>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
<b>Frühjahr 1981</b>																
0 Zigaretten	34	45	23	45	21	37	29	33	80	13	10	61	26	11		
1 - 10 Zigaretten	16	16	16	16	15	24	10	8	8	25	14	9	34	15		
11 - 15 Zigaretten	15	12	18	9	25	14	21	10	3	25	17	5	17	24		
16 - 20 Zigaretten	13	12	15	10	21	11	16	15	5	15	21	8	6	22		
21 Zigaretten und mehr	17	9	25	14	18	9	19	31	3	14	35	16	11	21		
KA	4	6	3	6	1	4	6	2	2	8	3	1	6	7		
<b>Sommer 1981</b>																
0 Zigaretten	32	41	23	42	19	36	25	31	69	14	13	60	23	9		
1 - 10 Zigaretten	14	15	13	15	12	19	11	8	14	14	14	8	37	10		
11 - 15 Zigaretten	14	10	18	13	16	16	17	6	5	25	13	6	11	23		
16 - 20 Zigaretten	15	17	13	11	25	16	13	15	6	24	14	9	9	23		
21 Zigaretten und mehr	20	10	30	14	25	8	25	38	3	15	43	16	14	26		
KA	5	7	3	6	3	4	8	2	3	8	3	1	6	8		

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
				Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
Herbst 1981																
0 Zigaretten	31	42	20	37	23	36	25	27	65	19	8	59	17	10		
1 - 10 Zigaretten	12	13	12	15	10	18	10	6	11	14	13	4	40	9		
11 - 15 Zigaretten	10	9	12	10	10	14	10	4	6	15	10	8	6	15		
16 - 20 Zigaretten	19	16	21	14	29	18	22	17	8	22	27	9	17	29		
21 Zigaretten und mehr	22	13	31	16	26	9	25	44	6	21	40	19	14	29		
KA	5	7	4	7	3	5	8	2	5	8	3	3	6	8		
Weihnachten 1981																
0 Zigaretten	32	41	23	39	23	37	29	25	66	18	11	63	20	8		
1 - 10 Zigaretten	13	14	13	17	10	22	3	10	12	15	13	6	37	10		
11 - 15 Zigaretten	9	8	10	7	8	10	13	2	5	14	8	5	9	13		
16 - 20 Zigaretten	16	11	20	11	26	16	22	6	5	22	21	5	11	28		
21 Zigaretten und mehr	25	19	31	19	30	10	25	54	9	22	44	20	17	33		
KA	5	7	3	6	3	4	8	2	3	8	3	1	6	8		

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halten		Ab- brechen	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null- konsum	1-50%	51%	Null- konsum	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Frühjahr 1982															
0 Zigaretten	33	38	28	45	18	34	32	31	58	19	21	68	20	6	
1 - 10 Zigaretten	17	21	14	18	16	25	11	10	18	22	11	8	49	14	
11 - 15 Zigaretten	10	7	13	10	11	15	10	0	5	17	8	6	9	14	
16 - 20 Zigaretten	13	12	15	9	21	14	16	8	6	19	14	4	6	25	
21 Zigaretten und mehr	23	16	29	15	32	9	25	48	9	17	44	14	14	36	
KA	3	6	1	4	3	2	6	2	3	6	2	1	3	6	
Sommer 1982															
0 Zigaretten	34	41	27	43	23	36	30	33	62	22	17	73	17	5	
1 - 10 Zigaretten	15	17	14	17	11	23	10	8	11	22	13	5	46	13	
11 - 15 Zigaretten	12	9	15	12	14	14	16	2	11	18	6	6	20	14	
16 - 20 Zigaretten	11	9	14	9	15	12	14	6	8	14	13	3	3	23	
21 Zigaretten und mehr	24	18	29	15	34	12	24	48	6	18	49	13	11	40	
KA	3	6	1	4	3	2	6	2	3	6	2	1	3	6	



Tabella 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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-X	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Zigar- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Herbst 1982														
0 Zigaretten	36	43	28	42	27	40	30	35	62	28	16	74	17	8
1 - 10 Zigaretten	15	14	16	18	10	22	10	8	12	18	14	6	49	9
11 - 15 Zigaretten	9	7	11	9	10	11	11	2	5	17	5	5	14	10
16 - 20 Zigaretten	14	13	16	9	22	15	19	6	9	15	19	3	9	28
21 Zigaretten und mehr	22	17	27	17	29	9	24	46	8	17	44	10	9	39
KA	4	6	2	5	3	3	6	2	5	6	2	3	3	6
Weihnachten 1982														
0 Zigaretten	35	42	29	40	29	37	32	35	63	28	14	75	14	7
1 - 10 Zigaretten	16	15	16	21	10	22	11	10	12	19	14	6	54	9
11 - 15 Zigaretten	9	7	11	8	10	13	10	0	3	17	6	5	11	11
16 - 20 Zigaretten	13	11	15	7	21	15	16	4	9	13	17	4	3	25
21 Zigaretten und mehr	23	19	27	19	29	9	25	48	9	17	46	10	11	40
KA	4	6	2	5	3	3	6	2	3	7	2	0	6	7

69

Tab. 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSVERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter			Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73			91	63	49	65	72	63	60	35	87
Frühjahr 1983																
0 Zigaretten	38	45	31	41	33			38	35	40	62	31	21	83	14	6
1 - 10 Zigaretten	15	14	16	18	12			24	8	8	18	18	8	5	51	10
11 - 15 Zigaretten	9	8	11	12	5			10	14	2	5	15	8	3	14	14
16 - 20 Zigaretten	16	15	17	11	23			18	22	4	8	19	21	3	6	32
21 Zigaretten und mehr	21	17	24	17	25			10	19	44	8	15	41	8	11	37
KA	1	1	1	1	1			0	2	2	0	1	2	0	3	1
Sommer 1983																
0 Zigaretten	36	41	31	41	29			37	33	35	57	29	21	81	11	3
1 - 10 Zigaretten	17	17	17	19	12			22	16	10	20	21	10	5	57	13
11 - 15 Zigaretten	9	8	10	11	8			15	6	0	5	17	5	4	20	9
16 - 20 Zigaretten	14	16	13	9	22			14	19	8	9	18	16	4	0	30
21 Zigaretten und mehr	23	17	28	19	27			11	24	44	9	14	48	6	9	44
KA	1	1	1	1	1			0	2	2	0	1	2	0	3	1

69  
88

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	37
Herbst 1983														
0 Zigaretten	37	42	32	40	32	36	38	35	52	35	22	84	6	6
1 - 10 Zigaretten	16	15	17	20	11	23	11	10	20	21	6	5	63	9
11 - 15 Zigaretten	10	8	12	10	11	12	14	0	9	14	6	3	11	16
16 - 20 Zigaretten	12	12	13	12	15	18	11	4	6	13	19	4	9	22
21 Zigaretten und mehr	24	22	25	17	30	11	24	48	12	17	44	5	9	47
KA	1	1	1	1	1	0	2	2	0	1	2	0	3	1
Weihnachten 1983														
0 Zigaretten	36	42	31	40	30	36	37	35	55	32	21	84	9	3
1 - 10 Zigaretten	17	15	19	22	12	24	13	10	18	21	11	9	63	7
11 - 15 Zigaretten	7	7	7	7	8	10	8	0	6	13	2	1	6	13
16 - 20 Zigaretten	16	17	15	15	18	18	21	6	11	19	17	4	9	30
21 Zigaretten und mehr	23	19	27	15	32	12	22	46	9	15	48	3	11	47
KA	0	0	1	1	0	0	0	2	0	0	2	0	3	0

Tabelle 5: Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONSHIVEAU VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VÖRHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Frühjahr 1984															
0 Zigaretten	39	45	34	44	32	42	37	38	62	33	22	98	0	1	
1 - 10 Zigaretten	17	17	17	22	11	24	14	8	17	21	13	1	83	6	
11 - 15 Zigaretten	8	8	8	7	11	11	10	0	9	11	3	0	3	17	
16 - 20 Zigaretten	15	12	17	14	18	16	13	15	5	17	24	0	14	29	
21 Zigaretten und mehr	21	18	24	14	29	7	27	40	8	18	38	1	0	47	
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-X	S-X	Ab- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
					S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	S-X
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	60	35	87	
nach dem Essen															
sehr stark	26	21	31	17	38	21	32	27	9	32	37	4	20	48	
stark	22	22	20	20	26	18	27	23	12	22	30	4	43	30	
weniger stark	16	20	13	24	7	22	10	15	23	17	10	20	20	11	
überhaupt nicht	32	34	30	36	23	35	30	27	51	26	17	70	14	3	
KA	4	3	6	3	5	4	2	8	5	3	6	3	3	7	
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet															
sehr stark	8	9	7	10	5	9	5	10	5	13	6	3	9	13	
stark	23	24	22	20	30	23	24	21	14	24	32	6	31	34	
weniger stark	31	28	32	33	27	32	35	23	31	29	32	21	34	38	
überhaupt nicht	34	35	33	35	29	31	33	40	46	31	24	69	20	7	
KA	5	4	6	2	8	5	3	6	5	4	6	1	6	8	
zur Entspannung															
sehr stark	16	19	13	14	21	10	17	27	11	19	19	3	20	28	
stark	20	19	21	18	26	16	30	13	18	19	22	1	29	33	
weniger stark	23	22	25	26	21	31	13	23	14	29	27	23	29	22	
überhaupt nicht	35	37	33	38	26	37	37	29	52	28	24	70	20	8	
KA	5	3	8	4	7	5	3	8	5	4	8	4	3	8	

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS (UNGEWICHTET)</b>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
<b>wenn sich jemand eine Zigarette anzündet</b>														
sehr stark	6	7	6	5	7	3	6	13	3	6	11	0	0	15
stark	16	13	19	15	18	18	19	10	6	19	24	5	26	23
weniger stark	36	35	38	37	41	37	40	29	43	35	32	28	40	43
überhaupt nicht	36	41	31	39	26	36	32	42	42	36	29	65	29	13
KA	5	4	6	3	8	5	3	6	6	4	5	3	6	7
<b>während der Arbeitszeit</b>														
sehr stark	10	5	15	7	14	5	14	15	6	6	21	0	0	24
stark	15	14	16	15	15	15	13	17	5	14	27	1	20	25
weniger stark	20	25	15	21	21	16	24	23	17	28	14	10	29	26
überhaupt nicht	49	51	47	53	42	56	46	38	66	47	32	86	46	15
KA	6	5	7	4	9	7	3	8	6	6	6	3	6	9
<b>in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.</b>														
sehr stark	28	25	31	24	37	31	24	29	17	29	38	10	17	49
stark	30	28	31	33	26	33	32	21	25	31	35	13	51	37
weniger stark	19	21	18	18	21	12	24	27	28	22	8	30	20	9
überhaupt nicht	18	23	14	22	10	19	19	17	25	15	14	44	6	0
KA	4	3	6	4	7	5	2	6	6	3	5	4	6	5

72

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
am Morgen														
sehr stark	14	11	17	9	19	7	19	23	9	8	27	3	11	26
stark	14	12	17	15	16	14	14	15	6	19	17	0	20	25
weniger stark	17	16	17	15	22	16	16	19	5	25	19	3	23	28
überhaupt nicht	50	57	43	58	36	58	48	35	75	43	30	93	43	13
KA	5	4	6	3	7	4	3	8	5	4	6	3	3	8
noch direkt vor dem Zubettgehen														
sehr stark	7	5	10	6	8	4	13	6	5	7	11	1	3	15
stark	17	14	19	13	23	11	22	21	6	15	29	0	23	30
weniger stark	17	16	18	15	21	15	16	21	6	25	19	1	14	32
überhaupt nicht	53	61	46	63	41	64	48	42	74	50	35	94	54	16
KA	5	4	7	4	7	5	2	10	8	3	6	4	6	7
beim Fernsehen														
sehr stark	8	7	10	7	10	9	10	6	6	8	11	1	3	17
stark	19	17	21	14	29	12	24	25	8	21	29	3	17	34
weniger stark	25	26	24	25	26	24	29	23	15	33	27	10	34	36
überhaupt nicht	44	47	40	52	29	49	37	42	66	35	29	84	40	8
KA	4	3	5	3	7	5	2	4	5	3	5	3	6	5

Tabelle 6: Es gibt ja bestimmte Situationen, in denen die Versuchung zum Rauchen recht groß ist. Wie stark spüren Sie diese Versuchung in den folgenden Situationen auch heute noch?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe														
sehr stark	32	26	37	26	40	29	38	31	12	42	41	8	31	55
stark	20	25	16	19	19	24	13	23	31	13	19	13	37	21
weniger stark	21	18	24	22	21	16	27	21	22	21	21	30	14	15
überhaupt nicht	24	29	19	31	15	26	21	23	34	22	14	49	14	5
KA	3	2	4	2	5	4	2	2	2	3	5	1	3	5
wenn ich mich konzentrieren muß														
sehr stark	17	15	20	12	26	11	19	27	9	18	25	1	17	32
stark	17	13	20	18	15	14	24	13	11	15	25	4	14	30
weniger stark	21	21	20	21	19	23	14	25	12	26	22	11	40	22
überhaupt nicht	40	49	32	45	33	46	40	29	65	36	19	81	25	8
KA	5	2	8	4	7	5	3	6	3	4	8	3	3	8

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

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-X	Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
		S-X	S-X	S-X	S-X	S-X	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	
BASIS(UNGEMICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
nach dem Essen	48	43	51	37	64	38	59	50	22	54	67	8	63	78		
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	31	33	29	30	36	32	29	31	18	36	38	9	40	47		
zur Entspannung	36	38	34	32	47	26	48	40	29	39	41	4	49	61		
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	23	20	25	21	25	21	25	23	9	25	35	5	26	38		
während der Arbeitszeit	25	19	31	23	29	21	27	31	11	19	48	1	20	49		
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	58	53	62	56	63	64	56	50	42	60	73	23	69	86		
am Morgen	29	23	34	24	36	21	33	38	15	28	44	3	31	52		
noch direkt vor dem Zubettgehen	24	19	29	19	32	15	35	27	12	22	40	1	26	45		
beim Fernsehen	27	24	31	21	38	21	33	31	14	29	40	4	20	52		
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe	52	51	53	45	59	53	51	54	43	54	60	20	69	76		
wenn ich mich konzentrieren muß	34	28	40	30	41	25	43	40	20	33	51	5	31	62		

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UNFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
<b>BASIS (UNGENICHTET)</b>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
<b>Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser</b>														
sehr stark	13	16	10	13	11	13	13	13	26	7	5	28	11	0
stark	21	25	17	30	8	21	19	23	26	21	16	39	23	3
weniger stark	29	24	34	27	33	32	33	19	23	35	29	18	34	38
überhaupt nicht	34	32	35	29	42	32	33	36	23	35	44	16	26	53
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
<b>Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher</b>														
sehr stark	11	17	6	13	8	12	10	13	18	8	6	24	11	0
stark	18	18	19	23	11	19	16	21	25	17	14	38	11	3
weniger stark	31	29	32	33	27	32	37	21	31	32	29	25	46	30
überhaupt nicht	36	33	39	31	48	35	37	38	25	40	44	14	26	61
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
<b>Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar</b>														
sehr stark	6	8	5	5	4	8	2	10	6	6	6	14	6	0
stark	11	12	10	12	8	14	6	13	11	13	10	19	9	6
weniger stark	34	35	33	43	25	38	37	21	46	29	27	49	46	15
überhaupt nicht	45	42	47	38	58	37	54	46	34	50	51	18	34	74
KA	4	3	5	2	5	2	2	10	3	3	6	1	6	6

76

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
<b>BASIS(UNGEWICHTET)</b>	<b>202</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>110</b>	<b>73</b>	<b>91</b>	<b>63</b>	<b>48</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	<b>63</b>	<b>60</b>	<b>35</b>	<b>37</b>
<b>Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen</b>														
sehr stark	27	33	22	34	18	25	27	31	42	24	16	63	9	2
stark	17	16	19	20	15	20	19	10	26	17	10	21	20	13
weniger stark	14	13	15	15	12	18	13	10	11	14	17	13	34	8
überhaupt nicht	37	35	39	30	49	34	40	40	20	42	51	4	31	70
KA	4	3	5	2	5	3	2	8	2	4	6	0	6	7
<b>Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher</b>														
sehr stark	12	15	10	15	8	11	13	15	23	8	5	29	6	0
stark	25	24	26	30	16	29	19	25	35	25	14	43	37	3
weniger stark	28	32	22	27	29	31	32	17	25	28	30	23	31	31
überhaupt nicht	32	26	38	27	41	27	35	35	15	36	44	6	20	60
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
<b>Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt</b>														
sehr stark	22	19	25	25	11	20	27	21	17	28	21	25	31	16
stark	31	38	25	37	27	37	22	31	40	29	25	35	43	23
weniger stark	25	24	27	29	25	25	29	21	32	22	22	33	11	24
überhaupt nicht	18	16	19	8	32	15	21	19	9	18	25	8	9	31
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6

Tabella 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben														
sehr stark	19	23	15	19	16	21	21	13	26	17	13	41	11	1
stark	24	22	26	25	22	26	21	23	34	25	13	33	29	14
weniger stark	22	23	20	25	15	25	19	19	23	21	21	23	37	15
überhaupt nicht	32	29	35	29	41	25	38	38	15	35	48	4	17	64
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden														
sehr stark	14	15	14	13	12	12	19	13	14	15	13	16	23	9
stark	36	36	36	42	32	36	29	44	37	35	37	31	40	38
weniger stark	26	28	23	28	22	27	27	21	32	26	19	36	17	20
überhaupt nicht	21	18	23	16	29	22	24	15	15	21	25	16	14	28
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt														
sehr stark	5	5	5	3	4	5	6	2	3	6	5	10	0	2
stark	11	12	10	15	4	12	5	17	14	7	13	10	20	8
weniger stark	40	41	39	44	36	43	41	33	48	46	25	53	51	24
überhaupt nicht	41	39	42	38	51	37	46	40	34	39	51	28	23	60
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6

Tabelle 7: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren noch einmal Ihre heutige Situation mit der vor Kursanfang vergleichen, was würden Sie sagen, wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie zu?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener														
sehr stark	6	8	4	5	3	7	6	4	5	6	6	11	9	0
stark	16	18	14	20	12	16	11	21	25	14	10	21	23	8
weniger stark	41	43	37	45	34	45	44	27	48	40	33	54	37	30
überhaupt nicht	34	28	41	30	45	30	37	40	22	38	44	14	26	56
KA	3	3	4	1	5	2	2	8	2	3	6	0	6	6
Ich fühle mich im alltäglichen Leben durch Probleme verschiedenster Art (z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hetze und Streit, in der Familie, im Freundeskreis usw.) belastet														
sehr stark	17	13	22	14	22	13	16	27	11	18	24	9	9	29
stark	24	26	22	28	21	26	25	17	26	25	21	23	29	23
weniger stark	31	34	29	35	26	36	29	25	40	25	30	41	31	22
überhaupt nicht	25	25	23	22	26	22	29	25	23	29	19	28	26	22
KA	3	2	4	1	5	2	2	6	0	3	6	0	6	5

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

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	34	41	27	43	19	34	32	35	52	28	21	66	34	3
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	30	35	25	35	19	31	25	33	43	25	21	61	23	3
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	18	20	15	17	12	22	8	23	17	18	16	33	14	6
Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	45	49	41	54	33	45	46	42	68	40	25	84	29	15
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	37	39	36	45	25	40	32	40	58	33	19	71	43	3
Ich wurde häufig von anderen in meinem Ent- schluß, das Rauchen ein- zuschränken, bestätigt	53	57	50	62	38	57	49	52	57	57	46	60	74	39
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	43	45	41	45	39	47	41	35	60	42	25	74	40	15
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	50	51	50	55	44	48	48	56	51	50	49	48	63	47
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	16	17	15	17	8	18	11	19	17	13	17	20	20	10
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	22	26	18	25	15	23	17	25	29	19	16	33	31	8

DB

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

	GESANT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg		
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
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 usu.) belastet	41	39	44	42	42	40	41	44	37	43	44	31	37	52		

Tabella 8: Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UNFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Ja, ich habe abgenommen	5	7	3	5	3	4	3	8	2	4	10	0	9	8	
Nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	39	35	44	36	51	52	27	31	34	38	48	26	37	52	
Ja, ich hatte nach Kursende zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	11	15	6	14	7	8	17	8	17	11	3	15	11	7	
Ja, ich habe etwas zugenommen	34	33	34	35	27	29	44	29	37	35	29	44	40	22	
Ja, ich habe stark zugenommen	9	9	10	8	10	7	6	19	11	11	6	15	0	8	
KA	2	1	3	1	3	1	2	4	0	1	5	0	3	3	

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Ra- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Konsum alkoholischer Getränke														
habe ich neu begonnen	0	1	0	1	0	1	0	0	2	0	0	0	0	1
hat sich verstärkt	7	6	8	11	3	9	6	4	3	6	13	6	3	9
ist wie vor dem Kurs	55	55	56	58	56	58	49	56	63	51	52	58	57	52
hat sich vermindert	21	20	21	19	21	18	25	23	22	21	21	23	23	20
gab es bei mir nie	14	16	12	10	18	13	16	13	11	21	10	13	14	15
KA	2	2	3	1	3	1	3	4	0	1	5	1	3	3
Konsum nicht-alkoholischer Getränke														
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
hat sich verstärkt	26	23	29	26	25	33	19	21	28	25	25	29	20	25
ist wie vor dem Kurs	63	68	59	65	64	58	68	67	66	65	60	64	69	61
hat sich vermindert	5	4	6	6	4	5	6	4	3	4	8	4	6	7
gab es bei mir nie	3	3	3	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	3
KA	2	2	3	1	3	1	3	4	0	1	5	1	3	3

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

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONSHIV- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIV- EAU BEI FÜRSENDE			REDUKTIONSHIV- EAU HEUTE		
	S-%	Durch-	Ab-	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg		
		halter	brecher												S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln																
habe ich neu begonnen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
hat sich verstärkt	2	3	2	2	4	2	3	2	2	1	5	1	3	3		
ist wie vor dem Kurs	33	32	34	32	36	33	37	29	34	35	30	35	43	28		
hat sich vermindert	9	11	8	13	4	4	10	19	8	8	13	11	5	9		
gab es bei mir nie	52	52	53	53	53	59	48	46	57	54	48	51	46	56		
KA	2	2	3	1	3	1	3	4	0	1	5	1	3	3		

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- Ab- halter brecher		ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten														
hat sich verstärkt	19	20	17	20	15	23	16	15	23	22	11	31	11	10
ist wie vor dem Kurs	71	67	76	70	77	69	76	69	66	72	75	65	71	77
hat sich vermindert	6	10	3	7	4	3	6	13	9	3	8	3	11	8
KA	3	3	4	3	4	4	2	4	2	3	6	1	6	5
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität														
hat sich verstärkt	11	10	12	10	14	10	17	6	8	10	17	5	9	18
ist wie vor dem Kurs	58	56	61	55	68	60	54	60	65	58	52	58	63	57
hat sich vermindert	26	30	23	33	12	25	25	29	26	28	24	36	23	18
KA	4	4	4	3	5	4	3	4	2	4	6	1	6	6

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

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UNFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	60	35	87		
Konsum alkoholischer Getränke	7	7	8	12	3	10	6	4	5	6	13	6	3	10		
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	2	3	2	2	4	2	3	2	2	1	5	1	3	3		
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	19	20	17	20	15	23	16	15	23	22	11	31	11	10		
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	11	10	12	10	14	10	17	6	8	10	17	5	9	18		

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

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSEINDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	ja S-%	nein S-%	bis 20 Ziga- retten S-%	21-30 Ziga- retten S-%	31 u.mehr Ziga- retten S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%	Null- konsum S-%	1-50% Re- duk- tion S-%	51% u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Konsum alkoholischer Getränke	21	20	21	19	21	18	25	23	22	21	21	23	23	20
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	9	11	8	13	4	4	10	19	8	8	13	11	6	9
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	6	10	3	7	4	3	6	13	9	3	8	3	11	8
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	26	30	23	33	12	25	25	29	26	28	24	36	23	18

Tabelle 10: In dem Kurs, an dem Sie vor 3 1/2 Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- oder Verhaltensbereichen angewendet (z.B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewußter leben), oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u.ä.) teilgenommen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87
Ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	19	21	18	19	16	19	17	23	14	26	16	21	26	15
Ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	17	15	20	18	18	15	24	13	11	22	19	10	20	23
Ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	9	8	11	11	5	10	10	8	8	8	13	6	9	13
Nein, ich habe nichts von dem unternommen	54	59	49	54	60	58	51	52	66	47	51	60	46	53

Tabelle 11: Es kann eine Reihe von Gründen geben, warum man raucht, bzw. warum man schon einmal mehr als gewöhnlich raucht. Bitte kreuzen Sie an, welche der aufgeführten Gründe bei Ihnen sehr häufig oder häufig eine Rolle spielen bzw. gespielt haben.

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
			Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
Rauchen erleichtert den Kontakt mit Leuten, die man noch nicht kennt	28	24	32	35	19	34	21	27	29	21	37	38	9	28	
Rauchen bewirkt, daß man sich in Gesellschaft wohler fühlt	34	34	33	34	37	34	30	38	38	29	35	34	26	37	
Rauchen hilft, die Langeweile zu ertragen	32	32	30	31	29	25	35	40	35	31	29	45	17	25	
Wenn man raucht, kann man Ärger leichter bewältigen	43	38	47	37	51	43	44	42	38	49	41	46	29	46	
Wenn man raucht, fühlt man sich weniger schüchtern	22	28	17	21	26	23	21	23	23	31	13	29	14	20	
Rauchen läßt einen starke Belastungen besser ertragen	50	48	50	44	55	45	44	65	49	50	49	51	34	54	
Wenn man mitraucht, fühlt man sich dem anderen mehr verbunden	26	28	24	30	23	30	16	31	25	26	27	29	11	29	
Rauchen ist eine angenehme Möglichkeit, sich zu entspannen	49	52	47	49	53	46	46	58	55	50	43	55	40	47	
Wenn man raucht, kann man sich besser konzentrieren	34	29	39	30	41	24	44	38	28	39	35	25	26	45	
Rauchen ist eine angenehme Art, sich nach getaner Arbeit zu belohnen	53	58	49	46	66	48	60	54	55	56	51	54	40	59	

Tabelle 12: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre anderen Familienangehörigen (außer Ihnen selbst) an.

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE			
		Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	67	
1980:															
Kein Raucher	28	26	28	30	19	22	33	31	32	25	25	29	31	25	
1 Raucher	35	41	30	30	44	32	37	40	43	32	32	39	31	33	
2 Raucher	22	23	22	23	25	29	19	15	15	32	17	23	20	23	
3 Raucher	7	5	10	9	4	12	2	6	6	4	13	5	6	10	
4 und mehr Raucher	5	3	7	5	5	3	8	4	2	7	6	4	9	5	
KA	2	2	3	3	3	2	2	4	2	0	6	1	3	3	
1984:															
Kein Raucher	40	41	37	43	29	33	46	44	46	40	30	53	31	31	
1 Raucher	28	34	23	25	34	30	25	29	32	26	27	30	29	26	
2 Raucher	18	16	20	15	25	21	16	15	12	19	22	11	23	22	
3 Raucher	7	3	12	11	3	12	5	2	3	6	14	3	6	13	
4 und mehr Raucher	4	2	6	3	5	2	5	6	3	7	2	1	6	6	
KA	3	4	2	3	4	2	3	4	3	1	5	3	6	2	

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher		ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
1980:															
ausschließlich Raucher	4	3	6	2	7	5	3	4	3	6	5	6	3	3	
ganz überwiegend Raucher	31	33	29	28	33	32	29	33	23	35	37	28	29	36	
Raucher etwas in der überzahl	30	28	32	33	26	34	25	29	35	26	29	31	29	30	
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	17	19	16	20	15	18	21	13	14	18	19	19	14	17	
Nichtraucher etwas in der überzahl	10	10	10	9	12	7	14	10	15	8	6	10	14	8	
ganz überwiegend Nichtraucher	6	7	6	7	7	4	8	8	9	7	3	6	9	6	
ausschließlich Nichtraucher	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
KA	0	0	1	1	0	0	0	2	0	0	2	0	3	0	

90

Tabelle 13: Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	GESAMT		TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	S-%	Durch- halter	Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	
															S-%
<b>BASIS (UNGEWICHTET)</b>	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
<b>1984:</b>															
ausschließlich Raucher	2	2	3	1	3	4	0	2	0	3	5	3	3	2	
ganz überwiegend Raucher	16	16	16	15	18	20	8	19	12	18	17	9	11	24	
Raucher etwas in der Überzahl	17	11	21	15	19	13	24	15	18	14	17	15	20	17	
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	19	23	15	19	19	23	14	17	15	25	16	24	14	16	
Nichtraucher etwas in der Überzahl	24	23	25	29	16	24	22	25	26	19	27	24	26	23	
ganz überwiegend Nichtraucher	20	22	18	21	22	15	27	19	26	19	14	24	20	16	
ausschließlich Nichtraucher	1	1	1	0	0	0	3	0	0	0	2	1	0	1	
KA	1	2	1	1	3	0	2	4	2	1	2	1	6	0	

Tabelle 14: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UNFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87	
1980:															
ausschließlich Raucher	6	6	6	5	7	8	5	4	5	7	6	5	6	7	
ganz überwiegend Raucher	23	25	22	25	18	22	22	27	17	28	24	24	14	26	
Raucher etwas in der überzahl	23	27	19	24	23	20	27	23	34	19	16	26	29	17	
etwas gleich viel Raucher und Nichtraucher	23	21	25	24	27	27	21	19	18	24	27	24	23	23	
Nichtraucher etwas in der überzahl	9	8	10	9	11	10	8	8	11	7	10	8	6	11	
ganz überwiegend Nichtraucher	8	7	10	9	4	10	5	10	8	13	5	8	17	6	
ausschließlich Nichtraucher	0	1	0	1	0	0	0	2	2	0	0	0	3	0	
KA	7	5	9	5	10	3	13	6	6	3	13	6	3	9	

Tabelle 14: Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen koennen, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Arbeitskollegen an.

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	Ja	nein	bis 20	21-30	31	Null- konsum	1-50%	51%	Null- konsum	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	37	
1984:															
ausschließlich Raucher	4	4	5	3	5	5	5	2	2	6	6	1	6	7	
ganz überwiegend Raucher	13	12	13	15	8	13	10	17	11	17	11	10	14	15	
Raucher etwas in der Überzahl	13	12	14	11	14	11	14	15	14	15	10	13	14	13	
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher	18	20	16	21	18	23	14	13	26	11	17	21	11	17	
Nichtraucher etwas in der Überzahl	22	21	24	23	23	19	25	25	14	25	27	26	17	21	
ganz überwiegend Nichtraucher	20	21	19	20	18	22	19	17	22	22	14	19	29	17	
ausschließlich Nichtraucher	2	3	1	4	0	3	0	2	6	0	0	4	3	0	
KA	8	7	9	4	14	3	13	10	6	4	14	6	6	10	

Tabelle 15: Wie lang war in der Zeit nach Kursende die längste Periode, während der Sie nicht geraucht haben?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter	Ab- brecher	Ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UHGEWICHTET)	122	54	66	60	51	52	41	29	23	49	49	0	35	87
nie Nullkonsum erreicht	48	39	56	37	65	58	37	48	4	55	63	0	31	55
bis 1 Monat	6	9	3	0	2	0	12	7	0	6	8	0	0	8
2 - 3 Monate	7	2	11	7	2	6	7	7	0	8	0	0	6	7
4 - 6 Monate	6	9	3	8	4	6	5	7	9	8	2	0	14	2
7 - 12 Monate	7	9	6	10	6	6	12	3	9	10	4	0	9	7
mehr als 12 Monate	25	31	20	30	20	25	24	28	70	12	12	0	40	20
KA	1	0	2	0	2	0	2	0	0	0	2	0	0	1

Tabelle 16: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen "neuen Anlauf" zu nehmen?

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
EASIS(UNGEWICHTET)	122	54	66	60	51	52	41	29	23	49	49	0	35	87	
Ja	48	48	50	57	35	50	46	48	57	51	43	0	57	45	
Nein	52	52	50	43	65	50	54	52	43	49	57	0	43	55	
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

Tabelle 16.1: WENN JA: Was haben Sie im einzelnen unternommen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter S-%	Ab- brecher S-%	S-%	Ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
					S-%	S-%	Ziga- retten S-%	Ziga- retten S-%	u.mehr Ziga- retten S-%	konsum S-%	Re- duk- tion S-%	u.mehr Miss- erfolg S-%	konsum S-%	Re- duk- tion S-%	u.mehr Miss- erfolg S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	59	26	33	34	18	26	19	14	13	25	21	0	20	39	
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	3	8	0	0	11	4	5	0	0	0	0	0	0	5	
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	32	42	24	15	67	23	37	43	54	24	29	0	25	36	
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	3	0	6	6	0	4	5	0	0	4	5	0	10	0	
Unterstützung im Freundes-, Bekanntens- bzw. Familienkreis gesucht	0	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	0	
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Radikal aufgehört, eingeschränkt	20	23	18	21	11	19	26	14	0	24	24	0	20	21	
Anti-Raucher-Medikamente	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Akkupunktur	3	0	6	3	0	0	5	7	0	0	5	0	5	3	
Andere Entwöhnungsmethoden	5	4	6	6	0	8	0	7	0	4	10	0	0	8	
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	12	4	18	21	0	19	5	7	15	0	14	0	15	10	
Sport, Spaziergänge	8	4	12	15	0	8	5	14	0	16	5	0	25	0	
Sonstiges	8	15	3	9	11	12	5	7	15	0	5	0	0	13	
KA	3	0	6	6	0	4	5	0	0	4	5	0	0	5	

Tabelle 17: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie beurteilen Sie Ihren derzeitigen Zigarettenkonsum?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u.mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u.mehr Miss- erfolg		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	122	54	66	60	51	52	41	29	23	49	49	0	35	87		
Ich habe meinen Zigarettenkonsum etwas eingeschränkt und bin mit meinem derzeitigen Konsum zufrieden	8	11	6	15	2	10	2	14	9	10	6	0	17	5		
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch und werde mich bemühen, ihn weiter einzuschränken	57	57	58	63	47	62	59	48	74	57	49	0	71	52		
Ich halte meinen derzeitigen Zigarettenkonsum für zu hoch, glaube aber nicht, daß ich es schaffe, ihn einzuschränken	34	31	36	22	51	29	39	38	17	33	45	0	11	44		
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		

Tabelle 18: Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs "Runter vom Rauchen" gebracht hat: Welcher der folgenden Aussagen würden Sie zustimmen?

	GESAMT S-%	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEM UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20 Ziga- retten	21-30 Ziga- retten	31 u. mehr Ziga- retten	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg	Null- konsum	1-50% Re- duk- tion	51% u. mehr Miss- erfolg
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	122	54	66	60	51	52	41	29	23	49	49	0	35	87	
Den Nullkonsum habe ich zwar nicht erreicht. Die Teilnahme an dem Kurs hat mir aber sehr dabei geholfen, meinen Zigarettenkonsum zumindest zeitweise oder hinsichtlich der Zahl der gerauchten Zigaretten zu kontrollieren	59	69	50	62	51	60	61	55	87	59	45	0	77	52	
Die Teilnahme an dem Kurs hat sich überhaupt nicht gelohnt. Ich habe weder meinen Zigarettenkonsum beeinflussen können, noch hat der Kurs mir in anderer Weise genützt	7	2	11	5	10	10	7	0	4	4	10	0	0	9	
Für die Kontrolle bzw. Reduktion meines Zigarettenkonsums hat mir Kurs nichts oder nur sehr wenig gebracht. Trotzdem war der Kursbesuch für mich von Nutzen	34	30	38	33	39	31	32	41	9	37	43	0	23	38	
KA	1	0	2	0	0	0	0	3	0	0	2	0	0	1	

Tabelle 19: Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nikotinkonsums im letzten Jahr ...

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IN SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	u.mehr Miss- erfolg		
BASIS(UNGEWICHTET)	76	43	33	47	22	37	22	17	39	22	14	76	0	0		
...sehr leicht	32	35	27	40	9	24	41	35	28	36	29	32	0	0		
...leicht	45	40	52	36	64	43	41	53	46	50	36	45	0	0		
...eher schwer	14	14	15	15	14	19	9	12	13	5	36	14	0	0		
...sehr schwer	4	5	3	2	9	5	5	0	5	5	0	4	0	0		
KA	5	7	3	6	5	8	5	0	8	5	0	5	0	0		

Tabelle 20: Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg
BASIS(UNGEMICHTET)	76	43	33	47	22	37	22	17	39	22	14	76	0	0	
Ja	18	19	18	19	18	24	18	6	28	9	7	18	0	0	
Nein	76	74	79	74	77	70	77	88	64	91	86	76	0	0	
KA	5	7	3	6	5	5	5	6	8	0	7	5	0	0	

100

Tabelle 20.11: WENN JA: Was haben Sie unternommen?

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%			
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	Ziga- retten	Ziga- retten	u.mehr Ziga- retten	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg	konsum	Re- duk- tion	Miss- erfolg			
BASIS(UNGEWICHTET)	14	8	6	9	4	9	4	1	11	2	1	14	0	0			
Weitere Nutzung der Kursanweisungen	21	25	17	22	25	22	0	100	27	0	0	21	0	0			
Kontrolliertes Rauchen / Zigarettenkonsum weiter registriert	7	0	17	11	0	11	0	0	9	0	0	7	0	0			
Vermeiden bzw. Einschränken bestimmter Rauchsituationen	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Unterstützung im Freundes-, Bekanntes- bzw. Familienkreis gesucht	7	13	0	11	0	11	0	0	9	0	0	7	0	0			
stärkerer Kontakt zu Nichtrauchern	7	13	0	11	0	11	0	0	0	50	0	7	0	0			
Erneute Kursteilnahme	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Radikal aufgehört, eingeschränkt	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Anti-Raucher-Medikamente	7	0	17	11	0	0	25	0	0	0	100	7	0	0			
Akkupunktur	7	13	0	11	0	0	25	0	9	0	0	7	0	0			
Andere Entwöhnungsmethoden	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Besondere persönliche Methoden / 'Tricks'	21	13	33	11	25	33	0	0	18	50	0	21	0	0			
Sport, Spaziergänge	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
Sonstiges	21	25	17	11	50	11	50	0	27	0	0	21	0	0			
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			

Tabelle 21: Wie überzeugt sind Sie, daß Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?

	GESAMT	TEILNAHME- VERHALTEN			REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
		Durch- halter		Ab- brecher	ja	nein	bis 20	21-30	31	Null- konsum	1-50%	51%	Null- konsum	1-50%	51%
		S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	76	43	33	47	22	37	22	17	39	22	14	76	0	0	
Ich bin vollkommen sicher, daß ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	66	67	64	68	55	51	82	76	59	73	71	66	0	0	
Ich bin sicher, daß ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	28	26	30	21	45	38	14	24	31	27	21	28	0	0	
Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	1	0	3	2	0	3	0	0	0	0	7	1	0	0	
KA	5	7	3	9	0	8	5	0	10	0	0	5	0	0	



Tabelle S.11: Alter des/der Befragten

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SOZIALEN UMFELD		ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSNIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSNIVEAU HEUTE		
	Durch- Ab- halter brecher			ja	nein	bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%		
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	48	65	72	63	80	35	87		
bis 19 Jahre	1	2	0	2	0	2	0	0	0	3	0	1	0	1		
20 - 29 Jahre	29	26	31	36	21	42	32	2	31	25	32	26	31	31		
30 - 39 Jahre	37	35	40	31	48	30	41	46	42	39	32	34	40	39		
40 - 49 Jahre	19	22	16	22	12	16	14	29	20	22	13	19	26	16		
50 - 59 Jahre	6	5	7	4	8	4	5	10	0	4	14	0	0	7		
60 - 69 Jahre	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	2	0	0	1		
70 Jahre und älter	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
KA	7	10	5	5	10	4	8	13	0	7	8	13	3	5		

Tabelle S.2: Geschlecht des/der Befragten

	GESAMT			TEILNAHME- VERHALTEN		REDUKTIONS- VERSUCHE IM SÖZIALEN UMFELD			ZIGARETTENKONSUM VORHER			REDUKTIONSHIVEAU BEI KURSENDE			REDUKTIONSHIVEAU HEUTE		
	Durch- halter		Ab- brecher	ja		nein		bis 20	21-30	31	Null-	1-50%	51%	Null-	1-50%	51%	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	202	100	100	110	73	91	63	43	65	72	63	30	35	87			
männlich	52	47	56	56	45	52	40	69	51	35	71	51	49	54			
weiblich	48	53	44	44	55	48	60	31	49	65	29	49	51	46			
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0			

Befragungsunterlagen

### 1. ALLGEMEINE HINWEISE

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

- Deshalb unsere Bitten:
- 1 Füllen Sie den Fragebogen bitte vollständig aus. Wir bitten um Verständnis, wenn sich einzelne Fragen aus der letzten Befragung nochmals wiederholen. Da die Auswertung anonym erfolgt, müssen diese Angaben nochmals erhoben werden.
  - 2 Schicken Sie den Fragebogen möglichst schnell im beiliegenden frankierten Rückumschlag zurück. Die erste Auswertung soll möglichst noch im März 1984 abgeschlossen werden.
  - 3 Sollten Sie an dieser Befragung aus bestimmten Gründen nicht teilnehmen können oder wollen, bitten wir um Rücksendung des leeren Fragebogens. Möglichst mit einer kurzen Angabe Ihrer Gründe auf dem beigefügten Rückmeldebogen. Damit ersparen Sie sich und uns die Zusendung weiteren Materials.

Wir danken für Ihr Verständnis und Ihre Mühe.

### 2. HINWEISE ZUM AUSFÜLLEN DES FRAGEBOGENS

1. Wer füllt den Fragebogen aus?  
Derjenige oder diejenige, dessen Namen als Adresse auf dem Umschlag angegeben ist. Und zwar sollte der (die) Betreffende den Fragebogen aufmerksam durchlesen, auf die Hinweise bei einzelnen Fragestellungen achten und den Fragebogen mit allen Fragen bitte sorgfältig und ohne fremde Hilfe ausfüllen.
2. Wie wird der Fragebogen ausgefüllt?  
Indem man bei jeder Frage in die zutreffenden Antwortfelder ein Kreuz macht bzw. indem man seine persönliche Meinung zu einer Frage einträgt, wenn es keine vorgeschriebenen Antwortmöglichkeiten gibt.
3. Warum diese sorgfältigen Hinweise?  
Weil es immer wieder vorkommt, daß Fragebogen unvollständig ausgefüllt zurückgeschickt werden; sei es daß eine Frage übersehen wurde oder einfach vergessen wurde. In diesem Fall wäre die Mühe, die man sich beim Ausfüllen ansonsten gegeben hat, umsonst. Denn unvollständige Fragebogen sind für die Auswertung leider wertlos.
4. Was tun, wenn etwas unklar ist?  
Rufen Sie doch einfach bei uns an: Tel.-Nr. 02 21 / 40 30 66  
Herr Prause gibt Ihnen gerne Auskunft.

KA 

0	1
---	---

      Frgb.-Nr. 

--	--	--	--

      Proj.-Nr. 

--	--	--	--

		BZ			BZ
1. Haben Sie an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ bis zu Ende teilgenommen oder haben Sie den Kurs vorher abgebrochen?			4. Haben sich seit Kursende für Sie persönlich wichtige Veränderungen (z. B. in Beruf, Familie, Freundeskreis, finanzielle Situation, Gesundheit usw.) ergeben, die Ihre Bemühungen zur Reduktion Ihres Zigarettenkonsums positiv oder negativ beeinflussten?		
Ich habe an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ bis zu Ende teilgenommen	1		ja, mit positiver Auswirkung	1	
Ich habe den Kurs vorher abgebrochen	2	1	ja, mit negativer Auswirkung	2	
2.1 Wieviele Zigaretten haben Sie vor Kursbeginn, d. h. im September 1980, durchschnittlich pro Tag geraucht?			nein, keine wichtigen Veränderungen	3	10
Ich habe täglich etwa _____ Zigaretten geraucht		2-3	4.1 WENN JA: Welche Veränderungen waren das?		
2.2 Und wie viele Zigaretten haben Sie nach dem Kursende bzw. nachdem Sie den Kurs abgebrochen haben durchschnittlich pro Tag geraucht?			_____		
Ich habe täglich etwa _____ Zigaretten geraucht		4-5	_____		
2.3 Und wie steht es heute? Wie viele Zigaretten rauchen Sie jetzt durchschnittlich pro Tag?			_____		
Jetzt rauche ich täglich etwa _____ Zigaretten		6-7	_____		
3. Bitte kreuzen Sie an, welche der folgenden Tabakwaren Sie zur Zeit (noch) rauchen.			_____		
	ja	nein			
Pfeife	1	2			
Zigarren / Zigarillos	1	2			

# IHRE PERSÖNLICHE ERFOLGSBILANZ 1980 - 1984

BZ

5. Wir möchten Sie nun einmal bitten, die Entwicklung Ihres Zigarettenkonsums 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. Wenn Sie sich nicht mehr genau erinnern, setzen Sie bitte die Buchstaben WN (= weiß nicht mehr) in die entsprechende Zeile.

Mein Konsum zu diesem Zeitpunkt				
0 Zigaretten	1-10 Zigaretten	11-15 Zigaretten	16-20 Zigaretten	21 + mehr Zigaretten
▼	▼	▼	▼	▼
<b>1980</b>				
				11
← Am Kursende				
				12
← Weihnachten 1980 Am Ende des Jahres				
<b>1981</b>				
				13
← Frühjahr 1981 (etwa im März)				
				14
← Sommer 1981 (etwa Juni/Juli)				
				15
← Herbst 1981 (etwa Sept./Okt.)				
				16
← Weihnachten 1981 Am Ende des Jahres				
<b>1982</b>				
				17
← Frühjahr 1982 (März/April)				
				18
← Sommer 1982 (etwa Juni/Juli)				
				19
← Herbst 1982 (etwa Sept./Okt.)				
				20
← Weihnachten 1982 Am Ende des Jahres				
<b>1983</b>				
				21
← Frühjahr 1983 (etwa im März)				
				22
← Sommer 1983 (etwa Juni/Juli)				
				23
← Herbst 1983 (etwa Sept./Okt.)				
				24
← Weihnachten 1983 Am Ende des Jahres				
<b>1984</b>				
				25
← Frühjahr 1984 (Februar/März)				

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

Diese Versuchung spüre ich noch . . .	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht	
nach dem Essen	1	2	3	4	26
wenn mir jemand eine Zigarette anbietet	1	2	3	4	27
zur Entspannung	1	2	3	4	28
wenn sich jemand eine Zigarette anzündet	1	2	3	4	29
während der Arbeitszeit	1	2	3	4	30
in Gesellschaft, beim Treffen mit Bekannten, auf Festen usw.	1	2	3	4	31
am Morgen	1	2	3	4	32
noch direkt vor dem Zubettgehen	1	2	3	4	33
beim Fernsehen	1	2	3	4	34
zur Beruhigung, wenn ich mich sehr aufgeregt oder geärgert habe	1	2	3	4	35
wenn ich mich konzentrieren muß	1	2	3	4	36

7. Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 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?

Trifft auf mich zu . . .	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht	
Ich fühle mich jetzt gesundheitlich wesentlich besser	1	2	3	4	37
Ich kann jetzt wieder viel feiner riechen und schmecken als vorher	1	2	3	4	38
Die finanzielle Ersparnis macht sich sehr bemerkbar	1	2	3	4	39
Ich bin nicht mehr abhängig vom Rauchen	1	2	3	4	40
Ich fühle mich insgesamt viel wohler als vorher	1	2	3	4	41
Ich wurde häufig von anderen in meinem Entschluß, das Rauchen einzuschränken, bestätigt	1	2	3	4	42
Es tut mir gut, anderen und auch mir selbst meine Willensstärke bestätigt zu haben	1	2	3	4	43
Mir ist vieles über mich selbst und mein Verhalten klarer geworden	1	2	3	4	44
Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	1	2	3	4	45
Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	1	2	3	4	46
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	47

### WAS HAT SICH AUSSERDEM VERÄNDERT?

3. Wenn Sie jetzt nach 3 1/2 Jahren Ihr heutiges Gewicht mit Ihrem Gewicht vor Kursanfang vergleichen: Haben Sie seit Ihrem Versuch, das Rauchen einzuschränken, Veränderungen Ihres Körpergewichtes festgestellt?	BZ
ja, ich habe abgenommen	1
nein, mein Körpergewicht hat sich praktisch nicht verändert	2
ja, ich hatte nach Kursende zunächst zugenommen, jetzt habe ich aber wieder mein früheres Gewicht erreicht	3
ja, ich habe etwas zugenommen	4
ja, ich habe stark zugenommen	5
	48

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

	habe ich neu begonnen	hat sich verstärkt	ist wie vor dem Kurs	hat sich vermindert	gab es bei mir nie	
Konsum alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	49
Konsum nicht alkoholischer Getränke	1	2	3	4	5	50
Einnahme von Medikamenten und Arzneimitteln	1	2	3	4	5	51
Anzahl und Menge der eingenommenen Mahlzeiten	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	52
Reizbarkeit und allgemeine Nervosität	<input checked="" type="checkbox"/>	2	3	4	<input checked="" type="checkbox"/>	53

10. In dem Kurs, an dem Sie vor 3 1/2 Jahren teilgenommen haben, haben Sie eine Reihe von Methoden und Techniken zur Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle erlernt. Haben Sie nach Ihrer Kursteilnahme solche Methoden und Techniken auch in anderen Lebens- oder Verhaltensbereichen angewendet (z. B. bei Alkoholkonsum, Ernährung oder allgemein bewußter leben)? Oder haben Sie an ähnlichen Kursen zu anderen Bereichen (Alkoholkonsum, Abnehmen u. ä.) teilgenommen?	
ja, ich habe die erlernten Techniken mit Erfolg in anderen Bereichen angewendet	1 54
ja, ich habe die erlernten Techniken anzuwenden versucht, hatte dabei aber keinen Erfolg	1 55
ja, ich habe an Kursen mit ähnlicher Methodik zu anderen Bereichen teilgenommen	1 56
nein, ich habe nichts von dem unternommen	1 57

11. Es kann eine Reihe von Gründen geben, warum man raucht, bzw. warum man schon einmal mehr als gewöhnlich raucht. Bitte kreuzen Sie an, welche der aufgeführten Gründe bei Ihnen sehr häufig oder häufig eine Rolle spielen bzw. gespielt haben.	
Rauchen erleichtert den Kontakt mit Leuten, die man noch nicht kennt	1 58
Rauchen bewirkt, daß man sich in Gesellschaft wohler fühlt	1 59
Rauchen hilft, die Langeweile zu vertreiben	1 60
Wenn man raucht, kann man Ärger leichter bewältigen	1 61
Wenn man raucht, fühlt man sich weniger schüchtern	1 62
Rauchen läßt einen starke Belastungen besser ertragen	1 63
Wenn man mitraucht, fühlt man sich dem anderen mehr verbunden	1 64
Rauchen ist eine angenehme Möglichkeit, sich zu entspannen	1 65
Wenn man raucht, kann man sich besser konzentrieren	1 66
Rauchen ist eine angenehme Art, sich nach getaner Arbeit zu belohnen	1 67

### MEHR ODER WENIGER RAUCHER IN IHREM UMFELD?

Die eigenen Bemühungen, das Rauchen einzustellen, haben ja oft auch Einfluß auf das Verhalten der Personen, mit denen man in Kontakt steht. Die folgenden Fragen beziehen sich auf solche möglichen Zusammenhänge.

#### FAMILIE

12. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrer Familie in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre anderen Familienangehörigen (außer Ihnen selbst!) an.

	1980	1984
kein Raucher		
1 Raucher		
2 Raucher		
3 Raucher		
4 und mehr Raucher		

68  
-69

#### FREUNDES- UND BEKANNTENKREIS

13. Wie hat sich die Zahl der Raucher in Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt? Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Freunde und Bekannten an.

	1980	1984
ausschließlich Raucher		
ganz überwiegend Raucher		
Raucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher		
Nichtraucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
ganz überwiegend Nichtraucher		
ausschließlich Nichtraucher		

70  
-71

#### ARBEITSPLATZ / ARBEITSKOLLEGEN

14. Wie hat sich die Zahl der Raucher, soweit Sie das beurteilen können, an Ihrem Arbeitsplatz in den Jahren seit Ihrer Kursteilnahme (1980) entwickelt. Kreuzen Sie bitte die zutreffende Situationsbeschreibung 1980 und 1984 für Ihre Arbeitskollegen an.

	1980	1984
ausschließlich Raucher		
ganz überwiegend Raucher		
Raucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
etwa gleich viel Raucher und Nichtraucher		
Nichtraucher <u>etwas</u> in der Überzahl		
ganz überwiegend Nichtraucher		
ausschließlich Nichtraucher		

72  
-73

↓ FALLS SIE ZUR ZEIT WIEDER ODER IMMER NOCH RAUCHEN: BEANTWORTEN SIE BITTE DIE FRAGEN 15 - 18

↓ FALLS SIE ZUR ZEIT NICHT RAUCHEN: BITTE BEANTWORTEN SIE DIE FRAGEN 19 - 22

		BZ	
15.	Wie lang war in der Zeit nach Kursende die längste Periode, während der Sie nicht geraucht haben?		
	Ich habe nie den Nullkonsum erreicht <input type="checkbox"/>	74	
	Meine längste Periode des Nullkonsums betrug:	75	
	_____	-76	
	(Bitte eintragen)		

		B
19.	Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, fiel Ihnen die Beibehaltung des Nullkonsums im letzten Jahr . . .	
	. . . sehr leicht	1
	. . . leicht	2
	. . . eher schwer	3
	. . . sehr schwer	4
		8

16.	Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu stabilisieren, zu reduzieren oder um einen „neuen Anlauf“ zu nehmen?	
	ja	1
	nein	2
		77
16.1	Was haben Sie im einzelnen unternommen?	
	_____	
	_____	
	_____	

20.	Haben Sie im letzten Jahr noch etwas unternommen, um Ihren Zigarettenkonsum zu kontrollieren bzw. zu stabilisieren?	
	ja	1
	nein	2
		8
20.1	Was haben Sie unternommen?	
	_____	
	_____	
	_____	

17.	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
	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
		78

21.	Wie überzeugt sind Sie, daß Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?	
	Ich bin vollkommen sicher, daß ich dieses Ergebnis auch in Zukunft beibehalten werde	1
	Ich bin sicher, daß ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde	2
	Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werde	3
		8

18.	Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ gebracht hat. Welcher der folgenden Aussagen würden Sie zustimmen?	
	• Den Nullkonsum habe ich zwar nicht erreicht. Die Teilnahme an dem Kurs hat mir aber sehr dabei geholfen, meinen Zigarettenkonsum zumindest zeitweise oder hinsichtlich der Zahl der gerauchten Zigaretten zu kontrollieren.	1
	• Die Teilnahme an dem Kurs hat sich überhaupt nicht gelohnt. Ich habe weder meinen Zigarettenkonsum beeinflussen können, noch hat der Kurs mir in anderer Weise genützt.	2
	• Für die Kontrolle bzw. Reduktion meines Zigarettenkonsums hat mir der Kurs nichts oder nur sehr wenig gebracht. Trotzdem war der Kursbesuch für mich von Nutzen.	3
		79

22.	Wenn Sie jetzt nochmals bewerten, was Ihnen die Teilnahme an dem Kurs „Runter vom Rauchen“ gebracht hat. Welcher der folgenden Aussagen würden Sie zustimmen?	
	• Die Teilnahme an dem Kurs war entscheidend dafür, daß ich den Nullkonsum erreicht habe.	1
	• Die Teilnahme an dem Kurs hat mir sehr geholfen. Aber ohne ergänzende Methoden und Hilfen hätte ich den Nullkonsum nicht erreicht.	2
	• Die Teilnahme an dem Kurs hat auch dazu beigetragen, daß ich heute nicht mehr rauche. Entscheidend für meinen heutigen Nullkonsum waren jedoch andere Dinge.	3
		8

<b>FRAGEN ZUR STATISTIK</b>		
S. 1	Ihr Alter? _____ Jahre	84 -85

S. 2	Geschlecht	männlich	1
		weiblich	2
			86