



IMW KÖLN

FORSCHUNG · PLANUNG
EVALUIERUNG
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

10 0033 B



IMW KÖLN

FORSCHUNG · PLANUNG
EVALUIERUNG
FORSCHUNGS-UND EDV-SERVICE

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

ARCHIVEXEMPLAR

Reg.-No. 100033
(13.2.50)

82-9-33



IMW KÖLN

WIRKSAMKEITSKONTROLLE
des
BZgA-Kurses

"ABNEHMEN - ABER MIT VERNUNFT"

JAHRGANG 1982

Befragungen
im Kursablauf und zu Kursende

MATERIALBAND

I. ERLAUTERUNGEN ZUM MATERIALBAND

1. Ausgangspunkt und Zielsetzungen der Untersuchung

Der Kurs "Abnehmen - aber mit Vernunft" ist ein Trainingsprogramm, das von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, entwickelt wurde. Ziel dieses Kurses ist die Veränderung der Ernährungsgewohnheiten der Teilnehmer. Dabei sollen neben der ausgewogenen Zusammensetzung der Nahrung auch neue Verhaltensweisen im Zusammenhang dem Essen erlernt werden. In methodischer Hinsicht weist der Kurs gewisse Ähnlichkeiten mit den bereits erprobten Raucherentwöhnungs-Kursen der BZgA auf. Es handelt sich hierbei um ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Gruppenprogramm.

Von Februar bis August 1980 wurde dieses Programm bereits von der BZgA in 15 Kursen mit ca. 200 Teilnehmern erprobt und einem Pretest unterzogen. Die Ergebnisse dieses Pretests führten zu ersten, kleineren Modifikationen des Kursprogramms. Die modifizierte Version wurde dann erstmals 1981 auf breiter Basis bei Volkshochschulen, Familienbildungsstätten und Krankenkassen eingesetzt. Diese erste Kursgeneration wurde erfaßt und

1. in einer den Kurs begleitenden Untersuchung*,
2. in einer Nachbefragung 6 Monate nach Kursende**

befragt.

Für die Zwecke der Langzeituntersuchung der Entwicklung nach Kursende sollte diese Stichprobe von 572 Teilnehmern aus dem Jahr 1981 "aufgestockt" werden.

Die Teilnehmer der Kurse, die im 1. Quartal 1982 begannen, wurden deshalb vollständig erfaßt. Ziel der Untersuchung war die Wiederholung der begleitenden Untersuchung, um

*) Vgl. Bericht vom Dezember 1981

***) Vgl. Bericht vom Juni 1982

1. zu sehen, ob und inwieweit sich die Entwicklungen während des Kursverlaufs von denen in 1981 unterscheiden,
2. mindestens 800-900 verwertbare Ausgangsadressen für die geplante Langzeitkontrolle zu erhalten.

Bis auf geringfügige Modifikationen entsprach also dieser Untersuchungsansatz dem aus dem Jahre 1981.

2. Überblick über Stichprobe und Verfahren

Das gesamte Trainingsprogramm des Kurses "Abnehmen - aber mit Vernunft" umfaßt einen Zeitraum von 23 Wochen mit insgesamt 13 Kursstunden. Die ersten 8 Kursstunden werden in wöchentlichem Abstand durchgeführt. Es folgen 4 Kursstunden in 14tägigem Rhythmus. Das letzte Treffen folgt dann im Abstand von 8 Wochen. Die vorliegende Untersuchung wurde in Form einer schriftlichen Befragung durchgeführt und umfaßte 3 Erhebungsstufen, deren zeitliche Plazierung sich an der vorgegebenen Ablaufstruktur des Kurses orientierte.

ÜBERSICHT ZUM ZEITLICHEN BEZUG DER EINZELNEN ERHEBUNGSSTUFEN			
Erhebungsstufe	Erhebungsmaterial	Kursstunde	Programmwoche
①	Fragebogen A	1	1
②	Fragebogen B	8	8
③	Fragebogen C	13	23

Die lange Kursdauer sowie die komplexe Kursstruktur mit 3 notwendigen Meßpunkten erforderte ein hohes Maß an organisatorischer Betreuung zur zeitlich richtigen und vollständigen Fragebogenrücksendung. Die Kursleiter übernahmen die Verteilung, das Einsammeln und die geschlossene Rücksendung der Fragebogen an die BZgA. Nicht anwesende Kursteilnehmer wurden vom Kursleiter angeschrieben und um postalische Rücksendung des ausgefüllten Fragebogens gebeten. Hierzu erhielten die Kursleiter entsprechend vorbereitetes Material und detaillierte organisatorische Hinweise. Die Kontrolle des zurückgesandten Erhebungsmaterials, die Zuordnung der anonymisierten Fragebogen und der Kontakt zu den Kursleitern wurde von IMW-KÖLN übernommen.

Insgesamt wurden 100 geplante Kurse einbezogen. Von diesen fanden 76 tatsächlich bzw. zum geplanten Zeitpunkt (Start: Januar/Februar 1982) statt. Zum Redaktionsschluß der Auswertung lag von 58 dieser 76 Kurse alles erwartbare Material vor. Von den übrigen Kursen wird noch weiteres Material eintreffen, welches dann gelegent-

lich der 6-Monats-Nachbefragung zucodiert wird.

ÜBERBLICK ZUR STICHPROBE

	Anzahl der Kurse	Anzahl FB mit Adresse	Anzahl FB ohne Adresse	Gesamt eingegangener FB
Abgeschlossene Kurse, alle Rücksendungen vorhanden. Kombinationen: ABC	58	514	39	553
AB		104	14	118
nur A		68	13	81
AC		20	1	21
BC		3	18	21
nur B		1	14	15
nur C		-	26	26
Abgeschlossene Kurse, noch nicht alle Rücksendungen vorhanden. Kombinationen: AB	18	137	1	138
nur A		73	13	86
nur B		3	8	11
Kurse, die nicht stattgefunden haben bzw. von denen keine Fragebogen vorliegen	24			
SUMMEN	100	923 davon mit Frgb. A 916	155 davon mit Frgb. A 81	1.078 davon mit Frgb. A 997

Für die Zwecke der Langzeituntersuchung ist es erforderlich, daß pro Teilnehmer mindestens Fragebogen A und die Adresse bzw. Bereitschaft zur Teilnahme an den Nachbefragungen vorliegen.

Diese Bedingungen erfüllen bisher 916 Teilnehmer*. Das Ziel, ausreichend viele Teilnehmer für die Langzeituntersuchung zu gewinnen, wurde also erreicht.

In die Auszählungen wurden nur diese auch in Zukunft nachverfolgbaren Teilnehmer einbezogen. Das sind

*) Es ist zu erwarten, daß sich diese Stichprobe noch geringfügig durch weitere Zusendungen aufstockt.

- o 916 Teilnehmer, von denen mindestens Fragebogen A vorliegt,
- o 514 Teilnehmer, von denen die Fragebogen A, B und C bisher schon komplett vorliegen.

3. Hinweise zum Lesen des Tabellenbandes

3.1 Aufbau und Inhalt des Tabellenbandes

Der Tabellenband enthält folgende Tabellen:

- o Auszählung der Originalfragen.

Diese Tabellen enthalten die Auszählung aller in den drei Fragebogen enthaltenen Fragen. Die offenen Fragen wurden zu diesem Zweck inhaltsanalytisch aufbereitet. Die Ergebnisse werden in der Reihenfolge des Fragebogens dargeboten. Der genaue Fragenwortlaut ist den am Ende des Tabellenteils beigefügten Befragungsunterlagen zu entnehmen.

- o Übersichten und Scores.

In einzelnen Fällen wurden aus Gründen der Übersichtlichkeit zusätzlich zur Originalauszählung Scores gerechnet oder einzelne Anteilswerte in Form von Übersichtsblättern beigefügt. Ein entsprechender Hinweis findet sich sowohl im Fragentext als auch im Tabellenregister.

- o Auszählung der neu gebildeten Erfolgsmaße (Tabelle A + B).

Bei beiden neu gebildeten Erfolgsmaßen

- Körpergewicht in % des persönlichen Normalgewichts,
- Gewichtsreduktion in kg

handelt es sich um Merkmale, die aus den Originalangaben der Teilnehmer analytisch ermittelt wurden.

Jede Tabelle wurde mit 2 unterschiedlichen Tabellenköpfen gerechnet.

Kopf 1 enthält zentrale demografische Merkmale:

o ALTER

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

o LEBENSSITUATION

- Männer
- Alleinstehende Frauen (Frauen, die ledig, verwitwet oder geschieden sind)
- Berufstätige Ehefrauen ohne Kinder (verheiratete oder mit festem Partner lebende Frauen, die ganz- oder halbtags berufstätig sind und keine Kinder unter 14 Jahren haben)
- Berufstätige Ehefrauen mit Kindern (verheiratete oder mit festem Partner lebende Frauen, die ganz- oder halbtags berufstätig sind und mindestens 1 Kind unter 14 Jahren haben)
- Hausfrauen ohne Kinder (verheiratete oder mit festem Partner lebende Frauen, die keiner regelmäßigen Berufstätigkeit nachgehen und keine Kinder unter 14 Jahren haben)
- Hausfrauen mit Kindern (verheiratete oder mit festem Partner lebende Frauen, die keiner regelmäßigen Berufstätigkeit nachgehen und mindestens 1 Kind unter 14 Jahren haben)

o SCHULBILDUNG

- Volksschulabschluß
- Mittlere Reife/Abitur/Studium

Kopf 2 enthält relevante Merkmale für den Kurserfolg:

o AUSGANGSGEWICHT

- starkes Übergewicht (20% und mehr über Normalgewicht)
- Übergewicht (6-19% über Normalgewicht)
- Normalgewicht (bis höchstens 5% über Normalgewicht)

- o GEWICHTSREDUKTION
 - sehr starke Reduktion (Übergewicht abgebaut und/oder 12 kg abgenommen)
 - starke Reduktion (70-99% des Übergewichts abgebaut)
 - kaum Reduktion (30-69% des Übergewichts abgebaut)
 - Mißerfolg (weniger als 30% des Übergewichts abgebaut)

- o ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION
 - weniger als erwartet
 - soviel wie erwartet
 - mehr als erwartet

- o ZUFRIEDENHEIT MIT GESÜNDEREM ESSVERHALTEN
 - sehr zufrieden
 - zufrieden
 - es geht/überhaupt nicht zufrieden

3.2 Generelle Anmerkungen zum Lesen der Tabellen

- o Alle Daten sind aus Vergleichsgründen prozentuiert. Das Kürzel "S-%" steht für Spaltenprozent, gibt also die Prozentuierungsrichtung an.

- o Die Basiszahlen der jeweiligen Teilgruppen sind in der ersten Tabellenzeile "Basis (ungewichtet)" angeführt.

- o In einigen Teilgruppen (z.B. "starke Gewichtsreduktion") ist das "N" geringer als 50. Bei diesen geringen Basiszahlen sind die Prozentwerte nur mit großer Vorsicht zu interpretieren.

- o Abweichungen der Prozentsumme von 100 können sich ergeben,

- a) durch die automatische Rundung (+ 2%),
- b) wenn aus Gründen der Übersicht nur einzelne Antwortkategorien in Tabellenform zusammengestellt wurden,
- c) wenn Mehrfachnennungen bei einer Frage möglich waren.

INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demografische Merkmale	
	<u>Angaben aus der Befragung zur 1.Kurs- stunde</u>		
1	Quelle der Information über den Kurs	1	
2	Art der Anmeldung	2	
3	Information des Umfeldes über Kursteil- nahme	3	
4	Weitere Familienmitglieder, die zur Zielgruppe gehören	4	
5	Anzahl früherer Versuche, abzunehmen	5	
5.1	Ausprobierte Methoden (F)	6	
6	Vermutete Ursachen früherer Mißerfolge	7	
7	Erwartungen an den Kurs	8	
8	Vertrauen in Kurserfolg	9	
9	Vermutete Barrieren für Kurserfolg	10	
10	Regelmäßige Mahlzeiten zuhause/außer Haus	12	
10.1	Anzahl regelmäßiger Mahlzeiten (Score)	13	
11	Einstellung zum Essen	14	
12	Subjektiver Gesundheitszustand	15	
13	Ärztliche Behandlung im Zusammenhang mit Ernährungsproblemen	16	
14	Psycho-soziale Problembelastung	17	
	<u>Statistik</u>		
S. 1	Körpergröße	18	
S. 2	Körpergewicht am Kursanfang	19	
S. 3	Alter	20	
S. 4	Geschlecht	21	
S. 5	Familienstand	22	
S. 6.1	Anzahl weiterer Personen im Haushalt	23	
S. 6.2	Anzahl Personen unter 14 Jahren im HH(F)	24	
S. 7	Berufstätigkeit	25	

INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demografische Merkmale	Kopf 2 Relevante Faktoren des Kursersfolgs
S. 7.1	Berufsgruppe (F)	26	
S. 8	Schulabschluß	27	
S. 9	Schulabschluß des (Ehe-) Partners (F)	28	
<u>Angaben aus der Befragung zur 1. Kursstunde</u>			
1	Quelle der Information über den Kurs	30	31
2	Art der Anmeldung	32	33
3	Information des Umfeldes über Kursteilnahme	34	35
4	Weitere Familienmitglieder, die zur Zielgruppe gehören	36	37
5	Anzahl früherer Versuche, abzunehmen	38	39
5.1	Ausprobierte Methoden (F)	40	41
6	Vermutete Ursachen früherer Mißerfolge	42	43
7	Erwartungen an den Kurs	44	45
8	Vertrauen in Kursersfolg	46	47
9	Vermutete Barrieren für Kursersfolg	48	49
10	Regelmäßige Mahlzeiten zuhause/außer Haus	52	53
10.1	Anzahl regelmäßiger Mahlzeiten (Score)	54	55
11	Einstellung zum Essen	56	57
12	Subjektiver Gesundheitszustand	58	59
13	Ärztliche Behandlung im Zusammenhang mit Ernährungsproblemen	60	61
14	Psycho-soziale Problembelastung	62	63
<u>Angaben aus der Befragung zur 8. Kursstunde</u>			
15	Teilnahmefrequenz (1.-8. Kursstunde)	64	65
15.1	Anzahl besuchter Kursstunden (1.-8. Kursstunde) (Score)	66	67

INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demografische Merkmale	Kopf 2 Relevante Faktoren des Kursersfolgs
16	Subjektive Sicherheit der weiteren Kursteilnahme	68	69
16.1	Gründe für möglichen Kursabbruch (F)	70	71
17	Körpergewicht in der 7. Kurswoche	72	73
18.1	Durchführung einzelner Programmelemente	74	75
18.2	Bewertung einzelner Programmelemente	78	79
18.3	Auftretende Schwierigkeiten bei einzelnen Programmelementen	82	83
19	Spaß an der Kursteilnahme	86	87
	<u>Angaben aus der Befragung zur letzten Kursstunde</u>		
20	Teilnahmefrequenz (9.-13. Kursstunde)	88	89
20.1	Anzahl besuchter Kursstunden (9.-13. Kursstunde) (Score)	90	91
21	Kursabbruch	92	93
21.1	Gründe für Kursabbruch (F)	94	95
22	Körpergewicht in der 23. Kurswoche	96	97
23	Subjektive Gewichtsveränderung	98	99
24	Zufriedenheit mit gesünderem Eßverhalten	100	101
25.1	Durchführung einzelner Programmelemente (1.-13. Kursstunde)	102	103
25.2	Bewertung einzelner Programmelemente (1.-13. Kursstunde)	104	105
25.3	Auftretende Schwierigkeiten bei einzelnen Programmelementen (1.-13. Kursstunde)	106	107
26	Lockern einzelner Programmregeln	108	109
27	Wirksame Verhaltensregeln	110	111
28	Pläne bezüglich weiterer Programmdurchführung	116	117
29.1	Soziale Unterstützung in der Familie	118	119

INHALTSREGISTER DES TABELLENTEILS

Tab.- Nr.	Erhebungstatbestand	Kopf 1 Demografische Merkmale	Kopf 2 Relevante Faktoren des Kursenerfolgs
29.2	Soziale Unterstützung im Freundeskreis	120	121
29.3	Soziale Unterstützung am Arbeitsplatz	122	123
30	Aktive Multiplikation	124	125
31	Mitglieder des Haushalts, die eine Gewichtsreduktion erzielten	126	127
32	Erlebte Veränderungen	128	129
32.1	Erlebte Veränderungen (Anteilswerte sehr stark/stark)	142	143
33	Vertrauen in Stabilität des Kursergebnisses	146	147
34	Bewertung des Kurses im Vergleich mit anderen Systemen	148	149
35	Spaß an der Kursteilnahme	150	151
	<u>Statistik</u>		
S. 1	Körpergröße	152	153
S. 2	Körpergewicht am Kursanfang	154	155
S. 3	Alter	156	157
S. 4	Geschlecht	158	159
S. 5	Familienstand	160	161
S. 6.1	Anzahl weiterer Personen im Haushalt	162	163
S. 6.2	Anzahl Personen unter 14 Jahren im Haushalt (F)	164	165
S. 7	Berufstätigkeit	166	167
S. 7.1	Berufsgruppe (F)	168	169
S. 8	Schulabschluß	170	171
S. 9	Schulabschluß des (Ehe-) Partners (F)	172	173
	<u>ZUSATZTABELLEN</u>		
A	Gewicht bei Kursende (in % des persönlichen Normalgewichts)	174	175
B	Gewichtsreduktion bei Kursende (in Kg)	176	177

Auszählung der
Fragebogen
zur 1. Kursstunde
(FRAGEBOGEN A)

N = 916

TABELLE 1: WIE HABEN SIE ERFAHREN, DASS DIESER KURS 'ABNEHMEN, ABER MIT VERNUFT' STATTFINDET?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
FLAKAT, ANSCHLAG, VHS-PRO- GRAMM	34	36	34	31	36	35	42	36	32	27	33	28	46
TAGESZEITUNG	39	29	34	42	48	47	32	38	38	42	40	42	35
FERNSEHEN, RUDFUNK	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	33	38	34	33	28	16	35	29	36	37	34	37	25
ANDERES	4	5	5	3	5	9	4	5	3	5	4	4	5

TABELLE 2: HABEN SIE SICH ALLEINE ODER ZUSAMMEN MIT JEMAND ANDEREM ZU DIESEM KURS ANGEMELDET?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
EINZELANMELDUNG	47	44	47	46	51	54	52	42	49	48	45	42	56
ANMELDUNG MIT FAMILIENANGE- HOERIGEN ODER VERWANDTEN	15	21	13	11	16	37	16	12	8	10	16	14	14
ANMELDUNG MIT FREUNDEN, BE- KANNTEN, KOLLEGEN	40	36	40	44	35	12	32	46	44	43	40	44	30

TABELLE 3: MIT WELCHEN PERSONEN HABEN SIE DARUEBER GESPROCHEN, DASS SIE ABNEHMEN WOLLEN UND DESHALB DIESEN KURS BESUCHEN?

GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION							SCHULBILDUNG	
	BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	NAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	153	138	144	253	596	284
FAMILIENMITGLIEDER, VER- WANDTE	79	99	83	74	76	86	64	79	82	79	85	78	83
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	56	62	61	56	46	28	61	57	67	51	57	57	55
ICH HABE MIT NIEMANDEM DA- RUEBER GESPROCHEN	5	1	2	5	11	12	13	4	1	8	2	5	5

TABELLE 4: GIBT ES IN IHRER FAMILIE NOCH WEITERE PERSONEN, DIE PROBLEME MIT IHRER ERNAEHRUNG ODER IHREN GEWICHT HABEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR- STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
JA	59	73	60	54	53	63	58	59	62	54	57	59	58	
NEIN	36	22	36	40	41	32	35	38	33	39	38	35	38	
NA	5	5	4	6	7	5	6	3	5	7	5	6	4	

TABELLE 5: HABEN SIE FRUEHER SCHON EINMAL VERSUCHT ABZUNEHMEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LEPE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	242	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
NEIN, NOCH NIE	7	3	5	8	12	18	5	8	7	8	5	8	6
JA, EINMAL	15	8	12	18	19	26	13	14	12	16	15	17	10
JA, MEHRMALS	75	88	81	72	64	54	79	77	77	73	77	73	81
KA	3	1	3	2	4	2	2	1	4	3	3	3	3

TABELLE 5.1: WENN JA, WELCHE DER FOLGENDEN METHODEN HABEN SIE DABEI SCHON AUSPROBIERT?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	826	134	229	302	148	46	120	141	123	128	234	534	259
EINFACH MENIGER ESSEN, FDH (FRISS DIE HAELFTE)	68	78	72	62	66	59	70	70	67	66	68	65	75
NULLDIAET	13	20	15	11	7	17	13	15	14	9	13	11	16
AUFENTHALT IM KRANKENHAUS ODER KURHEIM, UM ABZUNEHMEN	14	9	6	15	28	24	24	17	8	16	5	16	9
GRUPPENPROGRAMM (Z.B. WEIGHT WATCHERS)	11	7	7	13	14	9	13	11	7	12	10	10	10
EINSEITIGE KOST (Z.B. AT- KINS-, HOLLYWOOD-, PUNKTE- DIAET)	33	37	40	29	22	24	30	36	38	24	34	27	44
MEDIKAMENTOESE BEHANDLUNG (APPETITZUEGLER, MAGENFUEL- LER USW.)	42	51	51	39	28	22	43	45	51	30	44	42	43
IRGENDWELCHE ANDEREN METHO- DEN, UM HUNGER ZU VERGESSEN ODER 'PAUSEN' ZWISCHEN DEN MAHLZEITEN ZU UEBERBRUECKEN (Z.B. RAUCHEN, KAFFEE TRIN- KEN, KAUGUMMI KAUEN USW.)	16	36	18	10	7	9	25	18	21	6	15	14	20
SONSTIGE METHODEN	17	18	21	16	14	13	14	15	18	13	23	15	21

TABELLE 6: WESHALB IST ES IHNEN BISHER NOCH NICHT GELUNGEN, IHRE ERNÄHRUNG UND IHR GEWICHT SO ZU BEEINFLUSSEN, WIE SIE ES GERNE HÄTTE?

	GESAMT	ALTER				MÄN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
ICH HABE VIELLEICHT NICHT GENUG WILLENSSTÄRKE GEZEIGT	73	82	75	72	66	58	72	73	78	74	77	73	74	
MEINE LEBENSITUATION (UND MEIN BERUF) HABEN MIR DAS DURCHHALTEN UNMÖGLICH GE- MACHT	16	18	13	17	17	35	18	19	17	11	10	15	18	
MEINE BISHERIGEN VERSUCHE WAREN NOCH NICHT RICHTIG ERNSTHAFT	21	20	21	20	24	26	23	17	22	28	18	22	19	
DIE METHODEN, DIE ICH BISHER AUSPROBIERT HABE, WAREN NICHT GUT	18	29	17	13	20	19	20	20	13	19	19	17	21	
MEINE FAMILIE UND MEIN PER- SÖNLICHES UMFELD HABEN MICH IN KEINER WEISE UNTERSTÜTZT	19	19	16	18	21	7	15	18	24	23	17	18	18	
ICH KANN EINFACH SCHWER VER- SUCHUNGEN WIDERSTEHEN	47	51	49	48	39	40	45	45	43	44	54	43	55	
DIE NEGATIVEN AUSWIRKUNGEN MEINER BISHERIGEN VERSUCHE WAREN SCHLIMMER ALS DER ER- FOLG	8	13	9	5	8	5	13	8	14	6	5	7	12	
ANDERES	4	5	4	3	5	11	2	2	2	3	4	4	4	

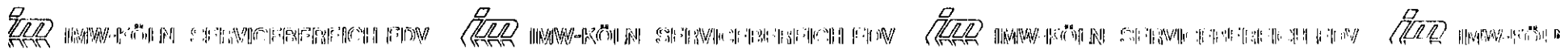


TABELLE 7: WAS SIND IHRE WICHTIGSTEN ERWARTUNGEN AN DAS KURSERGEBNIS?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN WIRD SICH VERBESSERN	63	69	64	56	72	74	72	64	53	63	62	62	67	
ICH WERDE WIEDER LEISTUNGSFÄHIGER WERDEN	32	34	29	29	41	39	33	26	29	38	32	31	36	
ICH WERDE WIEDER BESSER AUSSEHEN UND ANZIEHENDER FUER ANDERE SEIN	55	72	63	49	42	42	55	53	64	53	57	52	63	
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRÄCHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH JETZT LEIDE, WERDEN SICH VERMINDERN	38	26	28	39	56	47	38	38	36	49	28	38	37	
ICH WERDE WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER SEIN	56	64	55	52	57	58	59	53	50	58	58	55	57	
ICH WERDE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT HABEN	10	26	8	5	10	11	15	10	10	10	7	10	12	
ICH WERDE WIEDER AUSGEGLICHER UND ZUFRIEDENER WERDEN	41	59	43	37	30	25	41	39	51	38	42	38	46	
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN WIRD MIR WIEDER MEHR SPASS MACHEN	29	42	27	24	33	28	31	27	24	34	29	29	29	
ICH WERDE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGEWÖHNHEITEN NICHT MEHR SO ABHÄNGIG FUEHLEN	42	39	43	40	46	39	43	47	34	40	43	42	43	

TABELLE 8: WENN SIE EINMAL GANZ EHRlich SIND, Wie UEBERZEUGT SIND SIE, DASS SIE AM ENDE DIESES KURSES IHRE ESS- UND TRINKGEWOHNHEITEN SO GEÄNDERT HABEN, DASS SIE KEINE GEWICHTSPROBLEME MEHR HABEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
ICH BIN VOLLKOMMEN SICHER, DASS ICH AM ENDE DES KURSES MEINE ESS- UND TRINKGEWOHN- HEITEN SO GEÄNDERT HABE, DASS ICH KEINE GEWICHTSPRO- BLEME MEHR HABE	10	17	11	10	5	11	10	10	13	6	11	11	8
ICH BIN SICHER, DASS ICH ZU- MINDEST EINIGES AN GEWICHT ABGENOMMEN HABE	69	66	73	68	71	74	66	63	69	74	72	68	73
ICH ZWEIFELE NOCH ETWAS AM ERFOLG DES KURSES	12	15	11	12	10	7	10	18	13	9	11	11	13
KA	9	2	5	10	15	9	14	9	5	11	6	10	6

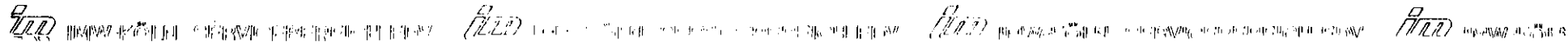


TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNNHEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IM VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR AENDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNNHEITEN ABRINGEN KOENNTEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DER	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASISKUNGENICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
AUF DEN KURS BEZOGENE GRUENDE:													
DAS LAESTIGE WIEGEN, DAS TAEGLICHE AUFSCHREIBEN, KEIN ERFOLG, NICHT ZWISCHENDURCH ESSEN, ZU VIEL ZEITAUFWAND	1	0	2	1	1	0	0	3	2	0	1	1	1
PRIVATE EREIGNISSE UND ANLAESSE:													
TRAGISCHES EREIGNIS IN DER FAMILIE, PROBLEME MIT KINDERN, EINSAMKEIT, LANGEWEILE, EHEPROBLEME	7	9	10	5	3	7	7	2	7	7	9	6	7
(FAMILIEN-)FEIERN, BESUCHE, EINLADUNGEN, URLAUB	22	21	25	23	19	16	17	16	23	24	28	20	26
PROBLEME, DIE SICH AUS DEM ALLTAEGLICHEN TAGESABLAUF ERGEBEN:													
MITTAGESSEN AUSSERHALB, SITZUNGEN, EMPFAENGE													
DAS ZUBEREITEN DER SPEISEN FUER ANDERE													
STRESS, ZEITDRUCK, UN- REGELMAESSIGE ESSENS- ZEITEN	7	9	8	7	3	9	9	8	9	2	7	5	11
SOZIALE GRUENDE:													
UMWELT, VERFUHRUNG ZUM ESSEN, FERLENDE UNTER- STUETZUNG	3	4	3	3	3	7	4	5	1	1	3	3	4

TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IM VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR ÄNDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNEITEN ABRINGEN KÖNNTEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	NITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
INDIVIDUELLE GRUENDE:														
HUNGER, GEWOHNHEIT, SCHWACHER WILLE, ZU GROSSER APPETIT, NASCH- SUCHT	12	19	11	10	10	7	15	13	12	10	10	9	18	
SONSTIGE GRUENDE	4	5	4	5	5	7	2	6	7	3	4	5	3	
KEINE / WUESSTE NICHTS, WAS MICH ABRINGEN SOLLTE	12	14	13	10	13	19	9	14	12	13	12	13	10	
KA	32	19	24	36	44	28	36	34	27	39	26	38	19	

TABELLE 10: WELCHE DER FOLGENDEN MAHLZEITEN NEHMEN SIE WOCHENTAGS REGELMAESSIG ZUHAUSE ODER AUSSER HAUS (KANTINE, RESTAURANT USW.) EIN?

	GESAMT	ALTER					LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
FRUEHSTUECK														
ZU HAUSE	82	78	84	83	84	81	68	78	85	89	89	82	85	
AUSSER HAUS	5	9	5	5	2	11	9	10	7	0	0	5	5	
2. FRUEHSTUECK / PAUSEN- FRUEHSTUECK														
ZU HAUSE	18	8	21	20	19	11	11	6	15	29	27	18	18	
AUSSER HAUS	20	33	19	18	14	40	34	45	25	2	1	17	25	
MITTAGESSEN														
ZU HAUSE	74	61	81	76	73	51	58	63	76	86	89	76	73	
AUSSER HAUS	12	23	7	12	11	35	20	26	12	1	0	10	15	
NACHMITTAGS-MAHLZEIT														
ZU HAUSE	38	31	35	43	38	30	26	33	41	41	44	36	41	
AUSSER HAUS	7	12	6	6	4	5	11	14	11	1	1	6	8	
ABENDESSEN														
ZU HAUSE	85	79	90	84	84	96	74	85	89	83	87	84	88	
AUSSER HAUS	1	1	1	1	0	0	2	1	2	1	0	1	1	
KLEINIGKEITEN NACH DEM ABENDESSEN														
ZU HAUSE	45	48	45	43	47	44	44	48	42	45	47	41	54	
AUSSER HAUS	3	6	2	3	1	2	5	2	4	1	2	3	2	

TABELLE 10.1: ANZAHL REGELMAESSIG EINGENOMMENER MAHLZEITEN

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
KEINE MAHLZEIT	7	3	4	7	8	4	9	3	4	10	6	7	4
1 MAHLZEIT	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1
2 MAHLZEITEN	6	10	9	4	5	4	8	8	7	3	6	7	5
3 MAHLZEITEN	22	25	23	22	20	18	26	20	22	20	24	24	19
4 MAHLZEITEN	29	30	26	28	32	37	26	26	25	32	30	27	31
5 MAHLZEITEN	17	12	15	19	22	25	15	22	20	17	12	17	19
6 MAHLZEITEN	18	19	22	19	11	12	15	20	22	17	20	16	21

TABELLE 11: WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TREFFEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUFs- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUFs- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES	46	38	45	49	53	54	48	46	46	51	44	43	53
ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR, ALS ICH EIGENTLICH WILL	37	44	38	38	29	32	36	27	43	35	41	37	35
ICH ESSE GERNE GUT; ABER ESSEN ZAEHLT FUR MICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN	27	24	25	27	31	35	26	32	20	28	26	28	27
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEGESSEN HABE	61	66	69	57	58	46	60	59	65	59	67	60	67

TABELLE 12: WIE WUERDEN SIE IM GROSSEN UND GANZEN IHREN EIGENEN GESUNDHEITZUSTAND BEURTEILEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
SEHR GUT	4	3	4	4	2	4	5	2	5	3	4	4	4	
GUT	30	38	33	33	12	28	24	34	32	20	36	26	37	
ZUFRIEDENSTELLEND	41	36	43	38	49	46	47	39	41	47	38	43	38	
WENIGER ZUFRIEDENSTELLEND	22	20	17	23	30	19	22	21	18	27	21	24	20	
SCHLECHT	2	2	1	1	5	4	1	2	4	2	1	3	0	
SEHR SCHLECHT	0	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	1	0	
KA	1	0	0	0	2	0	2	0	1	1	0	1	1	

TABELLE 13: SIND SIE ZUR ZEIT IN AERZTLICHER BEHANDLUNG IN ZUSAMMENHANG MIT EINER KRANKHEIT, DIE MIT IHRER ERNAEHRUNG ZU TUN HAT?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF3- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF3- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
JA	15	7	10	17	26	19	15	14	11	23	11	17	12
NEIN	79	92	88	77	65	77	80	79	86	69	86	78	85
N.I	5	1	2	6	9	4	5	7	3	8	4	6	3

19

TABELLE 14: IM ALLTÄGLICHEN LEBEN KANN ES PROBLEME VERSCHIEDENSTER ART GEBEN, Z.B. IM BERUF, IN DER AUSBILDUNG, DURCH HITZE UND STRESS, IN DER FAMILIE, IM FREUNDKREIS USW.
WIE STARK FÜEHLEN SIE SICH INSGESAMT DURCH PROBLEME DIESER ART BELASTET?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
SEHR STARK	15	13	13	18	12	5	21	15	16	15	13	14	17
STARK	31	39	33	30	24	35	28	37	35	23	31	29	37
WENIGER STARK	27	29	31	22	28	33	28	23	29	23	28	28	24
KAUM	17	19	15	18	16	14	13	17	16	21	19	17	17
UEBERHAUPT NICHT	5	0	5	7	6	11	5	3	1	6	6	6	3
KA	6	1	2	5	13	2	5	5	3	13	3	6	2

TABELLE S.1: KOERPERGROESSE

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
BIS 155 CM	5	3	3	5	12	0	9	5	3	6	6	6	4
156 - 160 CM	17	17	16	19	18	2	15	19	14	21	21	19	12
161 - 165 CM	24	21	29	24	23	5	27	23	30	27	25	24	27
166 - 170 CM	30	35	31	28	31	12	31	35	33	33	31	30	33
171 - 175 CM	13	18	13	15	8	21	10	15	12	9	14	13	13
176 - 180 CM	5	4	7	6	4	33	5	3	6	3	2	5	7
181 - 185 CM	2	1	2	2	1	21	1	0	1	0	0	1	3
186 - 190 CM	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
UEBER 190 CM	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0
KA	2	1	0	1	3	2	2	1	1	2	1	1	1

TABELLE S.2: KOERPERGEWICHT AM KURSANFANG

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(KUNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
BIS 60 KG	3	6	3	4	1	2	3	4	4	3	3	4	3
61 - 65 KG	7	11	8	5	7	0	5	10	10	8	5	6	9
66 - 70 KG	14	16	13	14	12	2	17	13	12	13	17	13	14
71 - 75 KG	18	14	17	23	16	2	16	24	15	18	23	18	20
76 - 80 KG	15	14	17	14	17	9	18	14	16	17	16	15	16
81 - 85 KG	10	10	12	10	8	4	10	10	12	8	13	11	10
86 - 90 KG	9	9	10	9	9	16	12	10	11	7	7	10	9
91 - 100 KG	12	11	10	11	16	28	11	8	9	16	9	13	9
UEBER 100 KG	9	6	9	9	10	37	6	6	7	8	5	10	7
KA	3	2	1	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2

TABELLE S.3: ALTER

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
BIS 19 JAHRE	2	10	0	0	0	2	8	1	0	1	0	1	2
20 - 29 JAHRE	14	90	0	0	0	9	23	15	13	1	17	12	18
30 - 39 JAHRE	27	0	100	0	0	21	13	15	51	7	43	27	30
40 - 49 JAHRE	37	0	0	100	0	37	22	50	34	43	34	39	32
50 - 59 JAHRE	15	0	0	0	76	12	20	19	1	39	4	16	12
60 JAHRE UND AELTER	5	0	0	0	24	16	13	0	0	8	1	5	5
KA	2	0	0	0	0	4	2	0	1	1	0	1	0

TABELLE S.4: GESCHLECHT

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
MAENNLICH	6	4	5	6	9	100	0	0	0	0	0	6	7	
WEIBLICH	94	96	95	94	91	0	100	100	100	100	100	94	93	
KI	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

TABELLE S.5: FAMILIENSTAND

GESAMT	ALTER				50 UND AEL- TER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
	BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE			MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
LEDIG, VERWITW., GETRENNT LEBEND, GESCHIEDEN	15	31	8	9	25	16	100	0	0	0	0	13	20
VERHEIRATET, MIT PARTNER	81	65	91	88	72	81	0	100	100	100	100	84	78
KA	4	4	2	4	3	4	0	0	0	0	0	3	2

TABELLE S.6.1) ANZAHL WEITERER PERSONEN IM HAUSHALT

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	195	138	144	253	596	284
KEINE	8	9	4	3	16	11	32	3	0	5	0	6	8
1 PERSON	13	26	8	6	25	12	25	32	1	19	1	12	17
2 PERSONEN	22	25	18	21	28	25	18	22	25	24	19	23	21
3 PERSONEN	31	23	46	34	14	30	11	26	48	27	40	31	31
4 PERSONEN	26	16	25	36	17	23	15	17	27	25	40	28	22

TABELLE S.6.2: ANZAHL PERSONEN UNTER 14 JAHREN IM HAUSHALT

	GESAMT	ALTER				UN- GEL- TER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE		MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
KEINE	50	47	19	52	89	54	79	100	0	100	0	51	48	
1 PERSON	26	31	27	34	8	21	18	0	60	0	45	26	27	
2 PERSONEN	18	16	43	10	2	21	2	0	33	0	41	17	20	
3 PERSONEN	6	6	12	4	0	4	1	0	7	0	14	6	6	

TABELLE 9.7: BERUFSTÄTIGKEIT

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284	
JA, GANZTAGS	23	41	18	22	19	68	45	49	22	0	0	21	29	
JA, HALBTAGS	23	14	30	28	11	4	15	51	78	0	0	25	20	
2 JR ZEIT IN AUSBILDUNG	2	8	1	1	0	2	8	0	0	3	0	1	4	
ZUR ZEIT ARBEITSLOS	2	3	1	1	1	4	2	0	0	2	2	2	0	
HAUSFRAU	46	34	49	47	53	2	20	0	0	92	98	48	43	
RENTNER, PENSIONÄER	3	0	0	0	15	18	8	0	0	3	0	3	4	
KA	2	1	0	1	1	4	2	0	0	0	0	1	1	

TABELLE S.7.1: WENN BERUFSTAETIG: BERUFSGRUPPE

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIH- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	420	76	120	169	53	41	78	155	138	0	0	275	139	
FREIE BERUFE, SELBSTAEN- DIGE, LANDWIRTE	17	1	18	21	19	15	8	15	25	0	0	17	16	
LEITENDE ANGESTELLTE, BEAMTE	8	7	9	7	8	22	8	5	5	0	0	3	18	
MITTLERE ANGESTELLTE, BEAMTE, FACHARBEITER	29	34	28	29	26	41	38	28	21	0	0	21	45	
EINFACHE ANGESTELLTE, BEAMTE, ARBEITER	43	54	42	40	45	20	45	50	43	0	0	56	19	
KA	3	4	3	4	2	2	1	2	7	0	0	3	1	

TABELLE 5.9: SCHULABSCHLUSS

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	916	140	248	336	177	57	130	155	138	144	253	596	284
VOLKSSCHULE / HAUPTSCHULE	65	55	64	69	69	60	56	71	67	75	62	100	0
MITTLERE REIFE	25	32	25	24	21	23	27	23	25	19	30	0	80
ABITUR	3	9	2	1	3	0	9	1	2	3	2	0	10
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	3	1	7	2	3	11	5	5	4	0	2	0	11
KEINEN ABSCHLUSS	1	1	0	1	1	2	0	0	1	1	1	0	0
KA	3	3	2	2	2	5	3	1	1	2	3	0	0

TABELLE S.9: WELCHEN SCHULABSCHLUSS HAT IHR (EHE)PARTNER?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	740	91	225	294	127	46	0	155	138	144	253	498	221
VOLKSSCHULE/HAUPTSCHULE	61	57	63	63	56	65	0	57	70	58	60	75	34
MITTLERE REIFE	21	23	19	19	29	26	0	28	22	23	15	17	33
ABITUR	3	5	2	3	4	0	0	3	1	5	4	2	7
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	10	12	13	10	6	4	0	11	5	9	15	5	23
KEINEN ABSCHLUSS	1	0	0	1	0	2	0	0	1	1	0	0	0
FRAGE TRIFFT AUF MICH NICHT ZU, BIN ALLEINSTEHEND	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
KA	3	1	2	4	5	2	0	1	1	5	6	2	2

Auszählung des
komplett vorhandenen
Fragebogenmaterials
(FRAGEBOGEN A, B, C)

N = 514

TABELLE 1: WIE HABEN SIE ERFAHREN, DASS DIESER KURS 'ABNEHMEN, ABER MIT VERNUNFT' STATTFINDET?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TICE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TICE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
FLAKAT, ANSCHLAG, VHS-PRO- GRAMM	33	34	34	32	34	41	39	37	33	25	31	28	47
TAGESZEITUNG	38	27	33	41	47	38	36	38	37	44	35	41	31
FERNSEHEN, RUNDFUNK	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	34	44	36	33	27	19	32	30	40	36	37	36	28
ANDERES	4	3	5	2	6	3	3	2	3	7	5	4	4

TABELLE 1: WIE HABEN SIE ERFAHREN, DASS DIESER KURS ABNEHMEN, ABER MIT VERNUNFT STATTFINDET?

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	HOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERUAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
PLAKAT, ANSCHLAG, VHS-PRO- GRAMM	33	30	31	47	34	25	29	36	32	36	28	32	35	34
TAGESZEITUNG	38	41	38	30	37	35	43	41	40	36	41	39	35	38
FERNSEHEN, RUNDFUNK	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	34	34	37	26	34	42	34	32	31	33	39	36	31	35
ANDERES	4	3	6	3	3	6	4	2	5	4	4	3	6	1

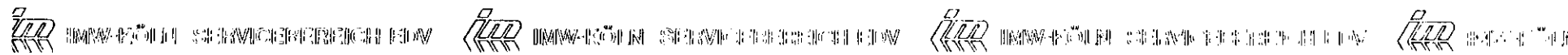


TABELLE 2: HABEN SIE SICH ALLEINE ODER ZUSAMMEN MIT JEMAND ANDEREM ZU DIESEN KURS ANGEMELDET?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN STE- HENDE FRAUEN	RE- TIRE- TIER OHNE KIN- DERN	BE- RUF- TAE- TIGE GHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
EINZELANMELDUNG	45	40	43	46	48	63	47	45	45	44	40	43	52
ANMELDUNG MIT FAMILIENANGE- HOERIGEN ODER VERWANDTEN	16	25	16	10	22	34	24	13	11	11	16	15	17
ANMELDUNG MIT FREUNDEN, BE- KANNTEN, KOLLEGEN	41	38	41	46	32	6	29	42	45	46	47	44	32

TABELLE 2: HABEN SIE SICH ALLEINE ODER ZUSAMMEN MIT JEMAND ANDEREM ZU DIESEM KURS ANGEMELDET?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERUAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
EINZELANMELDUNG	45	47	40	47	45	34	48	49	52	43	41	44	46	45
ANMELDUNG MIT FAMILIENANGE- HOERIGEN ODER VERWANDTEN	16	14	21	12	15	20	16	17	12	17	20	16	17	10
ANMELDUNG MIT FREUNDEN, BE- KANNTEN, KOLLEGEN	41	40	41	41	42	48	38	39	38	42	42	42	38	46

TABELLE 3: MIT WELCHEN PERSONEN HABEN SIE DARUEBER GESPROCHEN, DASS SIE ABNEHMEN WOLLEN UND DESHALB DIESEN KURS BESUCHEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERH	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERH	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
FAMILIENMITGLIEDER, VER- WANDTE	82	93	88	76	74	91	72	82	86	80	84	80	87
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	55	62	62	55	40	22	55	61	63	50	56	54	57
ICH HABE MIT NIEMANDEM DA- RUEBER GESPROCHEN	4	1	1	3	14	6	13	2	0	7	1	4	4

TABELLE 3: MIT WELCHEN PERSONEN HABEN SIE DABUEBER GESPROCHEN, DASS SIE ABHEHMEN WOLLEN UND DESHALB DIESEN KURS BESUCHEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
FAMILIENMITGLIEDER, VER- WANDTE	82	83	80	81	85	86	82	80	81	85	75	80	84	80
FREUNDE, BEKANNTE, KOLLEGEN	55	49	61	61	61	56	52	43	54	55	55	55	55	55
ICH HABE MIT NIEMANDEM DA- RUEBER GESPROCHEN	4	5	3	4	2	0	4	7	8	3	4	5	3	4

TABELLE 4: GIBT ES IN IHRER FAMILIE NOCH WEITERE PERSOENEN, DIE PROBLEME MIT IHREER ERNUEHRUNG ODER IHREM GEMICHT HABEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHERE	30-39 JAHERE	40-49 JAHERE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUFS- TAF- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUFS- TAF- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
JA	60	78	64	55	52	69	56	63	66	58	56	62	55	
NEIN	34	18	33	39	38	28	35	35	30	35	38	31	41	
KA	6	4	3	6	11	3	9	2	4	7	6	7	4	

TABELLE 4: GIBT ES IN IHRER FAMILIE NOCH WEITERE PERSONEN, DIE PROBLEME MIT IHRER ERNAEHRUNG ODER IHREM GEWICHT HABEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA	60	59	60	66	66	52	62	55	56	62	64	66	57	51
NEIN	34	36	33	31	30	42	31	40	41	31	32	29	37	45
KA	6	5	7	3	3	6	8	5	3	7	4	6	6	4

TABELLE 5: HABEN SIE FRUEHER SCHON EINMAL VERSUCHT ABZUNEHMEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
NEIN, NOCH NIE	7	1	4	7	13	22	5	7	4	10	4	8	6
JA, EINMAL	15	7	12	17	22	28	15	12	15	12	16	16	12
JA, MEHRNALS	76	92	82	73	60	50	76	81	79	76	76	74	80
KA	2	0	2	2	5	0	4	0	1	2	3	2	2

TABELLE 5: HABEN SIE FRUEHER SCHON EINMAL VERSUCHT ABZUNEHMEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	MEIN- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
NEIN, NOCH NIE	7	6	6	14	6	9	6	7	4	8	8	7	7	4
JA, EINMAL	15	16	17	9	12	18	18	16	13	15	21	18	12	14
JA, MEHRNALS	76	77	73	76	80	69	76	75	83	74	71	73	78	80
KA	2	1	4	1	2	3	1	2	1	3	0	2	3	1

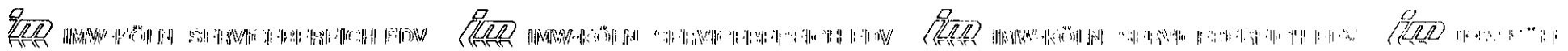


TABELLE 5.1: WENN JA, WELCHE DER FOLGENDEN METHODEN HABEN SIE DABEI SCHON AUSPROBIERT?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	467	72	129	183	76	25	68	78	69	74	132	320	130	
EINFACH WENIGER ESSEN, FOH (FRISS DIE HAELFTE)	66	81	71	60	61	60	69	69	64	66	65	63	75	
NULLDIAET	13	18	14	11	9	12	18	10	13	11	13	12	13	
AUFENTHALT IM KRANKENHAUS ODER KURHEIM, UM ABZUNEHMEN	13	7	4	13	34	20	25	15	6	18	3	15	8	
GRUPPENPROGRAMM (Z.B. WEIGHT WATCHERS)	12	8	9	11	18	12	16	12	7	11	14	13	9	
EINSEITIGE KOST (Z.B. AT- KINS-, HOLLYWOOD-, PUNKTE- DIAET)	30	29	35	29	22	24	31	36	28	24	30	25	39	
MEDIKAMENTOESE BEHANDLUNG (APPETITZUEGLER, MAGENFUEL- LER USW.)	44	51	56	40	28	20	47	45	52	32	46	44	46	
IRGENDWELCHE ANDEREN METHO- DEN, UM HUNGER ZU VERGESSEN ODER 'PAUSEN' ZWISCHEN DEN MAHLZEITEN ZU UEBERBRUECKEN (Z.B. RAUCHEN, KAFFEE TRIN- KEN, KAUGUMMI KAUEEN USW.)	14	31	16	10	3	4	22	13	17	8	12	12	18	
SONSTIGE METHODEN	18	15	22	16	14	12	12	19	16	14	23	16	22	

TABELLE 5.1: WENN JA, WELCHE DER FOLGENDEN METHODEN HABEN SIE DABEI SCHON AUSPROBIERT?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	467	223	164	63	148	57	147	92	114	272	70	216	181	67
EINFACH WENIGER ESSEN, FDH (FRISS DIE HAELFTE)	66	63	60	75	72	68	67	53	62	69	64	66	67	64
NULLDIÄET	13	14	12	8	12	7	14	15	22	9	11	10	12	22
AUFENTHALT IM KRANKENHAUS ODER KURHEIM, UM ABZUNEHMEN	13	18	8	3	9	9	13	24	20	12	4	11	12	21
GRUPPENPROGRAMM (Z.B. WEIGHT WATCHERS)	12	12	10	10	5	2	10	22	21	10	3	5	13	30
EINSEITIGE KOST (Z.B. AT- KINS-, HOLLYWOOD-, PUNKTE- DIÄET)	30	27	30	37	36	21	25	28	31	32	21	31	30	28
MEDIKAMENTOÖSE BEHANDLUNG (APPETITZUEGLER, MAGENFUEL- LER USW.)	44	47	41	40	45	40	46	48	56	40	43	43	38	64
IRGENDWELCHE ANDEREN METHO- DEN, UM HUNGER ZU VERGESSEN ODER 'PAUSEN' ZWISCHEN DEN MAHLZEITEN ZU UEBERBRUECKEN (Z.B. RAUCHEN, KAFFEE TRIN- KEN, KAUGUMMI KAUEEN USW.)	14	14	11	21	19	16	10	10	11	14	14	13	16	10
SONSTIGE METHODEN	18	18	16	16	16	16	17	21	19	17	17	19	18	13

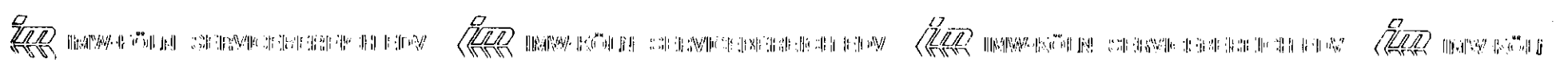


TABELLE 6: WESHALB IST ES IHNEN BISHER NOCH NICHT GELUNGEN, IHRE ERNAEHRUNG UND IHR GEWICHT SO ZU BEEINFLUSSEN, WIE SIE ES GERNE HAETTEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH HABE VIELLEICHT NICHT GENUG WILLENSSTAERKE GEZEIGT	72	82	75	70	65	59	69	69	75	74	77	71	73
MEINE LEBENSITUATION (UND MEIN BERUF) HABEN MIR DAS DURCHHALTEN UNMOEGLICH GE- MACHT	14	16	10	13	16	22	23	23	12	10	5	12	19
MEINE BISHERIGEN VERSUCHE WAREN NOCH NICHT RICHTIG ERNSTHAFT	19	21	17	17	25	28	25	20	21	21	12	20	16
DIE METHODEN, DIE ICH BISHER AUSPROBIERT HABE, WAREN NICHT GUT	16	30	16	13	13	19	13	24	11	17	16	15	18
MEINE FAMILIE UND MEIN PER- SOENLICHES UMFELD HABEN MICH IN KEINER WEISE UNTERSTUETZT	15	15	17	13	17	3	9	19	18	24	11	15	16
ICH KANN EINFACH SCHWER VER- SUCHUNGEN WIDERSTEHEN	45	51	49	46	39	47	44	44	34	40	56	42	56
DIE NEGATIVEN AUSWIRKUNGEN MEINER BISHERIGEN VERSUCHE WAREN SCHLIMMER ALS DER ER- FOLG	8	14	10	6	2	3	11	10	14	5	3	6	12
ANDERES	5	7	4	3	6	16	1	2	3	5	6	4	5

TABELLE 6: WESHALB IST ES IHNEN BISHER NOCH NICHT GELUNGEN, IHRE ERNAEHRUNG UND IHR GEWICHT SO ZU BEEINFLUSSEN, WIE SIE ES GERNE HAETTEN?

	GESANT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH HABE VIELLEICHT NICHT GENUG WILLENSSTAERKE GEZEIGT	72	70	72	80	79	83	68	66	77	71	72	74	69	76
MEINE LEBENSSITUATION (UND MEIN BERUF) HABEN MIR DAS DURCHHALTEN UNMOEGLICH GE- MACHT	14	14	13	15	15	12	13	13	15	13	14	11	15	18
MEINE BISHERIGEN VERSUCHE WAREN NOCH NICHT RICHTIG ERNSTHAFT	19	17	23	16	18	22	17	22	16	19	21	21	18	14
DIE METHODEN, DIE ICH BISHER AUSPROBIERT HABE, WAREN NICHT GUT	16	17	17	12	20	22	17	11	11	17	22	18	13	15
MEINE FAMILIE UND MEIN PER- SOENLICHES UMFELD HABEN MICH IN KEINER WEISE UNTERSTUETZT	15	15	15	15	14	15	12	19	20	14	13	14	14	21
ICH KANN EINFACH SCHMER VER- SUCHUNGEN WIDERSTEHEN	45	44	48	46	48	43	52	40	53	45	39	42	46	56
DIE NEGATIVEN AUSWIRKUNGEN MEINER BISHERIGEN VERSUCHE WAREN SCHLINNER ALS DER ER- FOLG	8	8	7	9	12	6	5	6	8	8	5	8	7	7
ANDERES	5	6	3	4	4	6	3	9	7	4	3	3	5	6

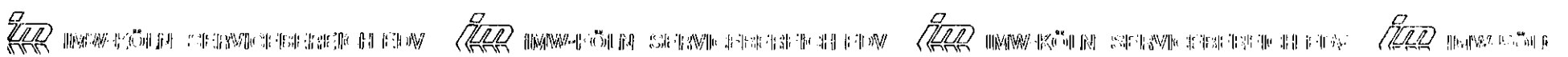


TABELLE 7: WAS SIND IHRE WICHTIGSTEN ERWARTUNGEN AN DAS KURSERGEBNIS?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFIN- DEN WIRD SICH VERBESSERN	61	70	65	53	69	81	73	62	49	60	59	61	63	
ICH WERDE WIEDER LEISTUNGS- FAEHIGER WERDEN	30	36	30	25	37	38	31	23	27	33	29	30	29	
ICH WERDE WIEDER BESSER AUS- SEHEN UND ANZIEHENDER FUER ANDERE SEIN	54	73	63	50	34	47	51	51	67	49	55	52	60	
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DEHEN ICH JETZT LEIDE, WER- DEN SICH VERMINDERN	36	18	28	40	53	44	36	37	33	49	26	36	38	
ICH WERDE WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER SEIN	54	67	55	51	51	59	55	49	49	54	59	54	55	
ICH WERDE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT HABEN	9	25	7	5	8	6	19	11	7	8	5	8	12	
ICH WERDE WIEDER AUSGEGLICH- ENER UND ZUFRIEDENER WERDEN	41	58	45	40	25	22	40	39	53	38	42	38	48	
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN WIRD MIR WIEDER MEHR SPASS MACHEN	28	38	27	26	30	22	31	32	19	31	29	28	30	
ICH WERDE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGE- WOHNHEITEN NICHT MEHR SO AB- HAENGIG FUEHLEN	41	34	41	44	44	50	39	49	32	39	42	41	42	

TABELLE 7: WAS SIND IHRE WICHTIGSTEN ERWARTUNGEN AN DAS KURSERGEBNIS?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MITSS- ERFOLG S-%	MENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFIN- DEN WIRD SICH VERBESSERN	61	66	59	58	61	63	66	64	65	59	63	60	61	68
ICH WERDE WIEDER LEISTUNGS- FAEHIGER WERDEN	30	39	23	19	30	29	31	41	42	26	28	28	28	38
ICH WERDE WIEDER BESSER AUS- SEHEN UND ANZIEHENDER FUER ANDERE SEIN	54	58	53	47	61	51	55	58	63	50	57	53	51	66
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH JETZT LEIDE, WER- DEN SICH VERMINDERN	36	46	29	20	32	28	36	52	44	32	37	34	37	41
ICH WERDE WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER SEIN	54	58	55	47	60	62	57	55	62	52	57	50	56	65
ICH WERDE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT HABEN	9	10	8	5	14	6	7	11	13	8	9	7	9	15
ICH WERDE WIEDER AUSGEGLICH- ENER UND ZUFRIEDENER WERDEN	41	37	46	41	48	35	38	34	53	37	36	37	43	51
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN WIRD MIR WIEDER MEHR SPASS MACHEN	28	30	28	27	32	23	27	30	33	25	36	30	28	25
ICH WERDE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGE- WOHNHEITEN NICHT MEHR SO AB- HAENGIG FUEHLEN	41	44	39	42	43	35	43	46	47	38	49	47	30	52

TABELLE 8: WENN SIE EINMAL GANZ EHRlich SIND, WIE UEBERZEUGT SIND SIE, DASS SIE AN ENDE DIESES KURSES IHRE ESS- UND TRINKGEWOHNHEITEN SO GEÄNDERT HABEN, DASS SIE KEINE GEWICHTSPROBLEME MEHR HABEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERH	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH BIN VOLLKOMMEN SICHER, DASS ICH AN ENDE DES KURSES MEINE ESS- UND TRINKGEWOHN- HEITEN SO GEÄNDERT HABE, DASS ICH MEINE GEWICHTSPRO- BLEME MEHR HABE	10	14	12	9	5	6	11	7	15	5	12	11	7
ICH BIN SICHER, DASS ICH ZU- MINDEST EINIGES AN GEWICHT ABGENOMMEN HABE	73	70	77	73	72	75	68	70	73	76	76	70	80
ICH ZWEIFELE NOCH ETWAS AN ERFOLG DES KURSES	12	15	8	13	13	13	13	19	10	11	8	12	11
KA	5	1	3	4	10	6	8	4	3	8	3	6	1

TABELLE 8: WENN SIE EINMAL GANZ EHRLICH SIND, WIE UEBERZEUGT SIND SIE, DASS SIE AM ENDE DIESES KURSES IHRE ESS- UND TRINKGEWOHNHEITEN SO GEÄNDERT HABEN, DASS SIE KEINE GEWICHTSPROBLEME MEHR HABEN?

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SU- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	137	101	120	305	76	238	201	71
ICH BIN VOLLKOMMEN SICHER, DASS ICH AM ENDE DES KURSES MEINE ESS- UND TRINKGEWOHN- HEITEN SO GEÄNDERT HABE, DASS ICH KEINE GEWICHTSPRO- BLEME MEHR HABE	10	10	7	18	14	12	8	5	10	10	12	12	9	6
ICH BIN SICHER, DASS ICH ZU- MINDEST EINIGES AN GEWICHT ABGENOMMEN HABE	73	72	75	74	72	71	76	71	68	76	75	74	75	66
ICH ZWEIFELE NOCH ETWAS AM ERFOLG DES KURSES	12	12	13	7	11	17	10	14	15	12	11	9	14	15
KA	5	6	6	1	2	0	6	10	8	3	3	5	1	13

TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNHHEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IM VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR ÄNDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNHHEITEN ABBRINGEN KÖNNTEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MÄH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TÄE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
AUF DEN KURS BEZOGENE GRÜNDE:													
DAS LAESTIGE WIEGEN, DAS TÄGLICHE AUFSCHREIBEN, KEIN ERFOLG, NICHT ZWISCHENDURCH ESSEN, ZU VIEL ZEITAUFWAND	2	0	3	2	0	0	0	4	4	0	1	1	3
PRIVATE EREIGNISSE UND ANLÄSSE:													
TRAGISCHES EREIGNIS IN DER FAMILIE, PROBLEME MIT KINDERN, EINSAMKEIT, LANGEWEILE, EHEPROBLEME	9	8	12	7	5	6	8	2	7	11	13	9	7
(FAMILIEN-)FEIERN, BESUCHE, EINLADUNGEN, URLAUB	22	26	23	24	17	19	19	15	23	24	28	21	26
PROBLEME, DIE SICH AUS DEM ALLTÄGLICHEN TAGESABLAUF ERGEBEN:													
MITTAGESSEN AUSSERHALB, SITZUNGEN, EMPFÄNGE													
DAS ZUBEREITEN DER SPEISEN FÜR ANDERE													
STRESS, ZEITDRUCK, UNREGELMÄSSIGE ESSENSZEITEN	7	10	9	7	2	13	9	8	11	1	6	5	13
SOZIALE GRÜNDE:													
UMWELT, VERFÜHRUNG ZUM ESSEN, FEHLENDE UNTERSTÜTZUNG	3	4	4	2	1	9	3	6	1	0	1	2	5

TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNIHEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IM VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR ÄNDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNIHEITEN ABRINGEN KÖNNTEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	181	128	305	76	238	201	71
AUF DEN KURS BEZOGENE GRUENDE:														
DAS LAESTIGE WIEGEN, DAS TAEGLICHE AUFSCHREIBEN, KEIN ERFOLG, NICHT ZWISCHENDURCH ESSEN, ZU VIEL ZEITAUFWAND	2	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1
PRIVATE EREIGNISSE UND ANLAESE:														
TRAGISCHES EREIGNIS IN DER FAMILIE, PROBLEME MIT KINDERN, EINSAMKEIT, LANGWEILE, EHEPROBLEME	9	9	9	7	7	17	8	9	10	9	4	7	10	8
(FAMILIEN-)FEIERN, BESUCHE, EINLADUNGEN, URLAUB	22	21	24	24	22	17	24	22	23	22	22	22	22	25
PROBLEME, DIE SICH AUS DEM ALLTAEGLICHEN TAGESABLAUF ERGEBEN:														
MITTAGESSEN AUSSERHALB, SITZUNGEN, EMPFAENGE														
DAS ZUBEREITEN DER SPEISEN FUER ANDERE														
STRESS, ZEITDRUCK, UN- REGELMAESSIGE ESSENS- ZEITEN	7	5	9	7	9	3	7	8	8	7	7	7	7	7
SOZIALE GRUENDE:														
UMWELT, VERFUEHRUNG ZUM ESSEN, FEHLENDE UNTER- STUETZUNG	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	5	3	2	1



TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNHHEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IM VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR ÄNDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNHHEITEN ABRINGEN KÖNNTEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
INDIVIDUELLE GRUENDE:													
HUNGER, GEWÖHNHHEIT, SCHWACHER WILLE, ZU GROSSER APPETIT, NASCH- SUCHT	11	21	9	10	12	13	15	12	10	14	9	8	20
SONSTIGE GRUENDE	2	0	2	2	2	0	1	2	3	1	1	1	3
KEINE / WUESSTE NICHTS, WAS MICH ABRINGEN SOLLTE	13	14	14	10	17	19	11	15	14	14	13	15	11
KA	32	18	23	35	43	22	35	35	27	35	27	38	13

TABELLE 9: WAS MEINEN SIE, WELCHE PROBLEME, LEBENSGEWÖHNLICHKEITEN ODER ANDERE HINDERNISSE SIE IN VERLAUF DES KURSES VON IHREM VORSATZ ZUR ÄNDERUNG IHRER ESS- UND TRINKGEWÖHNLICHKEITEN ABRINGEN KÖNNTEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SÜ- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
INDIVIDUELLE GRUENDE:														
HUNGER, GEWOHNHEIT, SCHWACHER WILLE, ZU GROSSER APPETIT, NASCH- SUCHT	11	13	9	14	11	17	9	14	19	10	7	10	11	18
SUNSTIGE GRUENDE	2	2	2	3	2	0	1	3	3	1	3	1	2	1
KEINE / WUESSTE NICHTS, WAS MICH ABRINGEN SOLLTE	13	13	14	14	15	15	16	9	11	12	21	14	15	4
KA	32	33	29	26	29	26	32	31	25	34	30	34	29	32

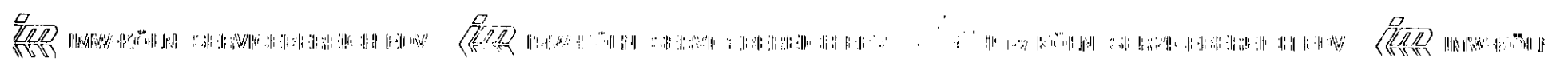


TABELLE 10: WELCHE DER FOLGENDEN MAHLZEITEN NEHMEN SIE WOCHENTAGS REGELMAESSIG ZUHAUSE ODER AUSSER HAUS (KANTINE, RESTAURANT USW.) EIN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR- STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
FRUEHSTUECK													
ZU HAUSE	81	81	80	84	81	84	75	70	84	86	87	82	81
AUSSER HAUS	4	7	7	2	1	6	4	12	5	0	0	3	5
2. FRUEHSTUECK / PAUSEN- FRUEHSTUECK													
ZU HAUSE	18	10	19	22	14	9	9	6	14	29	29	17	18
AUSSER HAUS	20	34	19	19	14	50	32	44	27	4	0	18	25
MITTAGESSEN													
ZU HAUSE	74	60	78	79	72	50	57	63	85	81	87	77	69
AUSSER HAUS	11	26	7	7	11	41	21	24	3	1	0	8	16
NACHMITTAGS-MAHLZEIT													
ZU HAUSE	36	26	33	45	31	28	27	37	42	35	41	35	39
AUSSER HAUS	6	15	5	5	5	6	8	18	7	1	1	5	10
ABENDESSEN													
ZU HAUSE	82	74	87	82	80	97	69	83	84	77	85	81	83
AUSSER HAUS	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1
KLEINIGKEITEN NACH DEM ABENDESSEN													
ZU HAUSE	43	42	42	44	45	47	43	50	37	42	46	41	51
AUSSER HAUS	2	5	1	2	2	3	1	1	1	2	3	2	1

TABELLE 10: WELCHE DER FOLGENDEN MAHLZEITEN NEHMEN SIE WOCHENTAGS REGELMAESSIG ZUHAUSE ODER AUSSER HAUS (KANTINE, RESTAURANT USU.) EIN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREN ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
FRUEHSTUECK														
ZU HAUSE	81	80	82	85	81	82	82	79	82	79	88	82	82	79
AUSSER HAUS	4	5	3	4	6	5	6	2	3	5	4	5	3	1
2. FRUEHSTUECK / PAUSEN- FRUEHSTUECK														
ZU HAUSE	18	19	21	9	14	15	22	21	24	16	14	13	22	24
AUSSER HAUS	20	20	18	26	26	15	20	19	20	18	26	18	21	24
MITTAGESSEN														
ZU HAUSE	74	73	73	82	71	66	81	72	75	73	78	76	74	72
AUSSER HAUS	11	12	8	9	14	12	9	9	9	10	13	10	12	8
NACHMITTAGS-MAHLZEIT														
ZU HAUSE	36	39	32	36	40	28	38	37	33	36	42	34	39	35
AUSSER HAUS	6	7	7	5	9	3	6	7	8	6	5	6	6	8
ABENDESSEN														
ZU HAUSE	82	83	80	82	82	82	86	80	82	79	89	81	85	75
AUSSER HAUS	0	0	0	1	1	2	0	0	0	0	1	1	0	0
KLEINICKEITEN NACH DEM ABENDESSEN														
ZU HAUSE	43	42	43	47	50	29	47	38	42	42	51	42	47	35
AUSSER HAUS	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	1	3	1	4

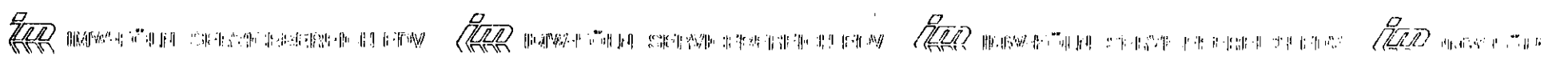


TABELLE 10.1: ANZAHL REGELMAESSIG EINGENOMMENER MAHLZEITEN

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIH- STE- HEHDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
KEINE MAHLZEIT	8	3	7	9	12	3	11	6	7	13	8	8	8
1 MAHLZEIT	2	1	2	2	2	0	3	1	1	2	2	3	1
2 MAHLZEITEN	7	11	11	3	5	3	8	6	7	6	8	7	6
3 MAHLZEITEN	23	27	25	21	20	16	28	20	25	19	25	24	21
4 MAHLZEITEN	24	27	20	24	29	34	23	21	21	27	24	25	23
5 MAHLZEITEN	17	14	14	18	22	31	15	23	19	15	10	15	21
6 MAHLZEITEN	19	16	22	22	10	13	13	23	21	17	23	18	21

TABELLE 10.1: ANZAHL REGELMAESSIG EINGENOMMENER MAHLZEITEN

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	HOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
KEINE MAHLZEIT	8	8	10	3	7	12	4	12	8	10	4	8	7	14
1 MAHLZEIT	2	2	2	1	2	2	1	4	3	1	1	2	2	3
2 MAHLZEITEN	7	5	9	9	6	6	6	5	9	7	4	6	8	4
3 MAHLZEITEN	23	23	25	22	19	32	25	23	22	25	20	26	20	25
4 MAHLZEITEN	24	27	18	32	27	25	26	21	19	24	30	29	22	14
5 MAHLZEITEN	17	15	17	19	19	6	17	14	15	16	20	15	19	14
6 MAHLZEITEN	19	20	20	14	20	17	20	22	23	17	21	15	22	25

TABELLE 11: WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TREFFEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESANT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES	45	42	46	45	47	50	49	48	40	48	43	42	50	
ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR, ALS ICH EIGENTLICH WILL	36	42	37	37	26	28	35	26	45	32	39	37	34	
ICH ESSE GERNE GUT; ABER ESSEN ZAEHLT FUR MICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN	26	27	25	24	31	38	20	32	18	29	29	26	28	
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUYIEL GEGESSEN HABE	64	64	70	63	57	50	69	58	64	58	71	62	70	

TABELLE 11: WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TREFFEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	137	101	120	303	76	238	201	71
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES	45	45	49	36	51	52	50	41	51	41	50	47	41	45
ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR, ALS ICH FICHTLICH WILL	36	34	38	35	42	35	33	34	48	31	34	33	34	45
ICH ESSE GERNE GUT; ABER ESSEN ZAEHLT FUR NICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN	26	24	30	27	21	26	25	28	21	30	22	21	35	20
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEGESSEN HABE	64	65	66	59	69	55	67	66	72	61	64	63	60	80

TABELLE 12: WIE WUERDEN SIE IM GROSSEN UND GANZEN IHREN EIGENEN GESUNDHEITZUSTAND BEURTEILEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION				SCHULBILDUNG		
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
SEHR GUT	3	4	4	3	1	0	7	2	4	2	3	3	4
GUT	32	37	38	35	14	34	24	33	40	25	38	29	40
ZUFRIEDENSTELLEND	40	38	40	37	47	47	43	42	34	45	36	43	33
WENIGER ZUFRIEDENSTELLEND	22	19	15	23	31	16	24	19	19	24	22	22	21
SCHLECHT	2	1	1	1	4	3	1	1	3	2	1	2	0
SEHR SCHLECHT	1	0	1	0	1	0	0	2	0	0	0	1	1
KA	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1

TABELLE 12: WIE WUERDEN SIE IM GROSSEN UND GANZEN IHREN EIGENEN GESUNDHEITZUSTAND BEURTEILEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
SEHR GUT	3	1	4	9	4	2	1	3	7	2	3	4	2	4
GUT	32	24	41	39	38	46	28	19	26	33	41	34	31	28
ZUFRIEDENSTELLEND	40	43	38	36	37	31	48	40	39	41	36	37	44	37
MENIGER ZUFRIEDENSTELLEND	22	28	15	14	19	22	21	31	23	22	20	21	20	28
SCHLECHT	2	2	1	1	1	0	1	4	3	1	1	2	1	1
SEHR SCHLECHT	1	1	0	0	0	0	0	3	2	0	0	0	0	1
KA	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0

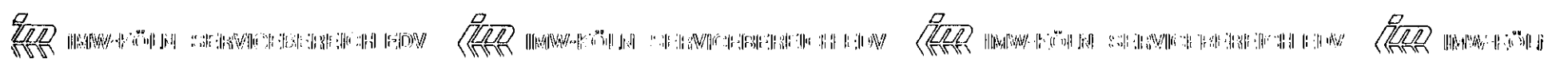


TABELLE 13: SIND SIE ZUR ZEIT IN AERZTLICHER BEHANDLUNG IN ZUSAMMENHANG MIT EINER KRAANKHEIT, DIE MIT IHRER ERNAEHRUNG ZU TUN HAT?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HEUDE FRAUEN	BE- PUPS- TAE- TIGE EHLER OHNE KIN- DER	BE- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
JA	16	7	11	16	29	19	16	15	10	25	10	17	13	
NEIN	80	92	88	79	61	78	81	79	88	68	85	78	84	
KA	5	1	1	5	10	3	3	6	3	7	4	5	3	

TABELLE 13: SIND SIE ZUR ZEIT IN AERZTLICHER BEHANDLUNG IN ZUSAMMENHANG MIT EINER KRAHKHEIT, DIE MIT IHRER ERNAEHRUNG ZU TUN HAT?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	ZUFRIEDEN ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA	16	23	9	9	13	8	17	26	17	16	12	14	18	13
NEIN	80	73	87	85	83	88	80	71	83	77	88	79	78	85
KA	5	4	4	5	4	5	4	3	1	8	0	6	4	3

TABELLE 14: IM ALLTAEGLICHEN LEBEN KANN ES PROBLEME VERSCHIEDENSTER ART GEBEN, Z.B. IN BERUF, IN DER AUSBILDUNG, DURCH HITZE UND STRESS, IN DER FAMILIE, IM FREUNDESKREIS USM.
WIE STARK FUEHLEN SIE SICH INSGESAMT DURCH PROBLEME DIESER ART BELASTET?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
SEHR STARK	17	14	14	20	16	6	25	14	18	17	15	15	21	
STARK	31	45	33	29	20	34	28	33	33	24	33	27	40	
WENIGER STARK	27	23	33	22	32	31	24	21	33	26	29	30	18	
KAUM	16	18	15	19	11	16	11	20	15	19	17	16	16	
UEBERHAUPT NICHT	4	0	3	6	3	9	5	6	0	4	3	5	2	
KA	5	0	1	4	17	3	7	5	1	11	3	6	2	

TABELLE 14: IM ALLTÄGLICHEN LEBEN KANN ES PROBLEME VERSCHIEDENSTER ART GEBEN, Z.B. IM BERUF, IN DER AUSBILDUNG, DURCH HITZE UND STRESS, IN DER FAMILIE, IM FREUNDKREIS USW. WIE STARK FÜHLEN SIE SICH INSGESAMT DURCH PROBLEME DIESER ART BELASTET?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
SEHR STARK	17	20	12	15	17	15	16	18	23	14	18	14	17	24
STARK	31	28	33	36	32	32	27	34	38	31	22	31	29	38
WENIGER STARK	27	27	29	23	24	26	33	20	18	29	26	24	32	17
KAUM	16	15	17	19	20	11	18	16	16	14	26	19	13	15
UEBERHAUPT NICHT	4	5	3	4	1	6	4	7	4	4	3	5	3	4
KA	5	5	6	3	6	9	3	6	2	7	4	8	4	1

TABELLE 15: IM BISHERIGEN VERLAUF DES KURSES HABEN 8 KURSABENDE STATTGEFUNDEN.
AN WELCHEN DIESER KURSABENDE HABEN SIE TEILGENOMMEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
INFORMATIONSBEND	56	51	62	58	52	63	59	51	63	65	53	54	65
1. KURSSTUNDE	95	97	95	95	94	100	95	96	96	92	95	94	99
2. KURSSTUNDE	95	97	96	95	94	94	95	95	99	95	96	95	97
3. KURSSTUNDE	95	95	94	96	94	97	92	96	97	95	94	95	94
4. KURSSTUNDE	94	97	94	95	91	94	95	96	93	92	96	94	96
5. KURSSTUNDE	92	96	94	91	92	97	95	98	93	88	92	92	96
6. KURSSTUNDE	89	90	89	89	87	78	88	90	90	87	92	87	93
7. KURSSTUNDE	87	89	91	87	83	94	87	88	90	82	89	88	86
8. KURSSTUNDE	90	92	90	91	87	88	87	95	92	88	89	90	91

TABELLE 15: IM BISHERIGEN VERLAUF DES KURSES HABEN 3 KURSABENDE STATTGEFUNDEN.
AN WELCHEN DIESER KURSABENDE HABEN SIE TEILGENOMMEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEPEM EGGVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL NIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
INFORMATIONSSABEND	56	57	57	54	63	57	55	54	53	53	67	55	60	52
1. KURSSTUNDE	95	95	94	96	94	91	96	97	96	94	95	95	95	94
2. KURSSTUNDE	95	95	96	96	98	98	95	95	96	95	96	97	94	94
3. KURSSTUNDE	95	95	94	96	95	95	95	94	90	96	97	96	95	90
4. KURSSTUNDE	94	93	96	93	94	95	96	94	92	95	92	95	94	92
5. KURSSTUNDE	92	93	93	93	96	95	94	89	89	92	97	95	91	87
6. KURSSTUNDE	89	88	88	95	91	85	89	87	86	90	88	92	89	80
7. KURSSTUNDE	87	88	86	91	89	92	86	86	84	89	87	91	84	85
8. KURSSTUNDE	90	91	89	88	91	91	90	89	85	90	96	94	85	92

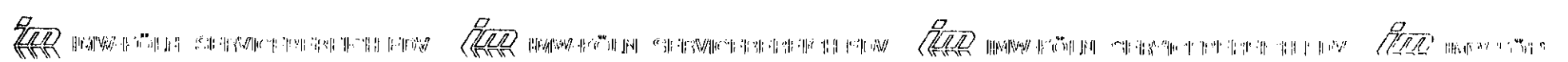


TABELLE 15.1: ANZAHL BESUCHTER KURSSTUNDEN (<1. BIS 8. KURSSTUNDE)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
8 STUNDEN	66	70	67	66	60	44	59	70	70	61	73	67	63
7 STUNDEN	25	22	25	25	25	53	27	24	23	26	17	23	28
6 STUNDEN	5	7	3	4	10	3	12	2	4	6	5	5	6
5 STUNDEN	1	0	1	1	0	0	0	2	0	1	1	0	2
4 STUNDEN	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0
3 STUNDEN	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
2 STUNDEN	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0
1 STUNDE	1	0	0	1	2	0	1	1	0	1	1	1	0
KEIN KURSSESUCH	2	1	1	2	1	0	0	0	1	2	2	2	0

TABELLE 15.1: ANZAHL BESUCHTER KURSSTUNDEN (1. BIS 8. KURSSTUNDE)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	NEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
8 STUNDEN	66	66	65	69	70	63	62	62	57	68	70	71	62	56
7 STUNDEN	25	25	24	24	24	28	29	24	28	24	24	23	25	28
6 STUNDEN	5	5	6	4	3	6	6	9	8	5	3	4	6	10
5 STUNDEN	1	0	2	0	1	2	1	1	2	0	1	0	2	0
4 STUNDEN	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0
3 STUNDEN	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
2 STUNDEN	1	0	1	0	1	0	0	2	2	0	1	1	0	3
1 STUNDE	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1
KEIN KURSBESUCH	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1

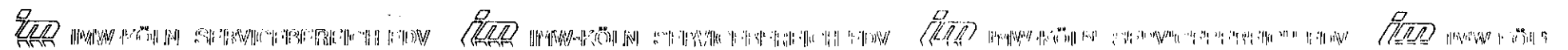


TABELLE 16: WIE SEHEN SIE IHRE WEITERE KURSTEILNAHME NACH DER 3. KURSSTUNDE? KREUZEN SIE BITTE DAS ZUTREFFENDE AN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH WERDE WEITER AN ALLEN KURSABENDEN TEILNEHMEN UND VOLL BEIM KURS MITMACHEN	96	93	97	97	97	97	95	98	97	100	94	96	96
ICH WERDE MOEGLICHERWEISE NICHT MEHR ZU ALLEN KURS- ABENDEN KOMMEN, DAS KURS- PROGRAMM MIT HILFE DER UNTERLA- GEN ABER TROTZDEM WEITER DURCHFUEHREN	3	7	2	2	1	3	3	2	1	0	5	2	4
ICH HABE ERNSTHAFTE ZWEIFEL DARAN, DASS ICH DEN KURS BZW. DAS KURSPROGRAMM WEI- TERHIN MITMACHE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ICH HABE DIE KURSTEILNAHME BEREITS ABGEBROCHEN BZW. BIN FEST ENTSCLOSSEN DAZU	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
KA	1	0	0	1	2	0	3	0	1	0	0	1	0

TABELLE 16: WIE SEHEN SIE IHRE WEITERE KURSTEILNAHME NACH DER 8. KURSSTUNDE? KREUZEN SIE BITTE DAS ZUTREFFENDE AN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUEHDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH WERDE WEITER AN ALLEN KURSABENDEN TEILNEHMEN UND VOLL BEIM KURS MITMACHEN	96	98	94	93	96	95	97	100	98	96	95	95	98	97
ICH WERDE MOEGLICHERWEISE NICHT MEHR ZU ALLEN KURS- ABENDEN KOMMEN, DAS KURSPRO- GRAMM MIT HILFE DER UNTERLA- GEN ABER TROTZDEM WEITER DURCHFUEHREN	3	1	3	5	2	3	2	0	2	3	4	3	1	3
ICH HABE ERNSTHAFTE ZWEIFEL DARAN, DASS ICH DEN KURS BZW. DAS KURSPROGRAMM WEI- TERHIN MITMACHE	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ICH HABE DIE KURSTEILNAHME BEREITS ABGEBROCHEN BZW. BIN FEST ENTSCLOSSEN DAZU	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	1	0	2	1	1	2	1	0	1	1	1	2	0	0

69

TABELLE 16.1: KOENNEN SIE BITTE KURZ BEGRUENDEN, WESHALB SIE NICHT MEHR BZW. NUR NOCH EINGESCHRAENKT AM KURS TEILNEHMEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- HER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	13	5	3	4	1	1	2	2	1	0	7	7	6
KURSBEDINGTE GRUENDE:													
PROBLEME MIT DEN KURS- AUFGABEN, ZU GROSSER ZEITLICHER AUFWAND	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
PRIVATE GRUENDE:													
URLAUB, EINLADUNGEN, UMZUG, ICH HATTE ZU VIELE ANDERE PROBLEME	31	60	0	25	0	0	50	0	0	0	43	29	33
BERUFLICHE GRUENDE:													
BERUFLICH BEDINGTER ZEITMANGEL, ERNEUTE BERUFSTAETIGKEIT	8	20	0	0	0	0	0	50	0	0	0	0	17
GESUNDHEITLICHE GRUENDE:													
SCHLECHTER GESUNDHEITS- ZUSTAND, KRANKENHAUS- AUFENTHALT, SCHWANGER- SCHAFT	8	20	0	0	0	0	0	0	100	0	0	14	0
SONSTIGE GRUENDE	15	0	67	0	0	0	0	0	0	0	29	0	33
KA	38	0	33	75	100	100	50	50	0	0	29	57	17

TABELLE 16.1: KOENNEN SIE BITTE KURZ BEGUEENDEN, WESHALB SIE NICHT MEHR BZW. NUR NOCH EINGESCHRAENKT AM KURS TEILNEHMEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UES- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	HOP- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	13	3	6	4	4	2	3	0	2	8	3	8	3	2
KURSBEDINGTE GRUENDE:														
PROBLEME MIT DEN KURS- AUFGABEN, ZU GROSSER ZEITLICHER AUFWAND	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
PRIVATE GRUENDE:														
URLAUB, EINLADUNGEN, UMZUG, ICH HATTE ZU VIELE ANDERE PROBLEME	31	0	50	25	75	0	0	0	0	50	0	25	0	100
BERUFLICHE GRUENDE:														
BERUFLICH BEDINGTER ZEITMANGEL, ERNEUTE BERUFSTAETIGKEIT	8	0	0	25	0	0	0	0	0	13	0	13	0	0
GESUNDHEITLICHE GRUENDE:														
SCHLECHTER GESUNDHEITS- ZUSTAND, KRANKENHAUS- AUFENTHALT, SCHWANGER- SCHAFT	8	0	0	25	0	0	0	0	50	0	0	0	33	0
SONSTIGE GRUENDE	15	33	17	0	0	0	67	0	50	13	0	13	33	0
KA	38	67	33	25	25	100	33	0	0	25	100	50	33	0

TABELLE 17: WIE HOCH WAR IHR GEWICHT IN DER VERGANGENEN WOCHE (<7. KURS-WOCHE>?)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
BIS 60 KG	7	14	5	5	6	3	5	6	5	7	9	6	8
61 - 65 KG	11	15	11	11	9	0	9	18	14	12	10	10	14
66 - 70 KG	18	14	17	20	17	0	17	20	15	18	24	16	21
71 - 75 KG	19	18	22	16	22	13	23	18	22	23	16	19	18
76 - 80 KG	14	14	18	12	11	16	16	15	18	6	14	14	13
81 - 85 KG	11	8	12	9	13	13	15	10	11	10	10	10	11
86 - 90 KG	6	7	6	7	4	13	4	5	3	7	7	7	4
91 - 100 KG	9	5	4	10	16	25	9	4	5	13	7	11	6
UEBER 100 KG	4	4	4	5	2	19	1	2	5	4	3	5	4
KA	2	1	0	3	0	0	0	2	1	1	1	1	1

TABELLE 17: WIE HOCH WAR IHR GEWICHT IN DER VERGANGENEN WOCHE (<7. KURSWOCHES>?)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
BIS 60 KG	7	0	8	23	8	2	1	0	6	7	7	6	7	7
61 - 65 KG	11	2	14	36	17	8	4	2	8	12	13	12	12	7
66 - 70 KG	18	10	26	26	25	20	17	6	14	19	13	19	17	14
71 - 75 KG	19	14	27	9	12	29	20	15	20	19	14	17	18	23
76 - 80 KG	14	17	14	3	13	25	16	11	16	13	14	14	14	14
81 - 85 KG	11	17	7	3	6	8	15	17	10	10	13	11	9	11
86 - 90 KG	6	12	0	0	6	5	10	11	5	7	8	5	7	6
91 - 100 KG	9	17	2	0	7	2	10	25	15	7	11	9	8	13
UEBER 100 KG	4	9	0	0	4	2	3	14	6	4	3	4	4	6
KA	2	2	2	0	1	2	3	0	0	2	4	2	1	0

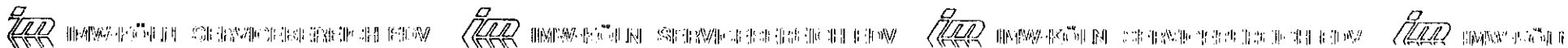


TABELLE 18.1: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, OB SIE DIESE REGELMAESSIG BZW. WIE VORGESCHLAGEN DURCHFUEHRT HABEN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELMAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1.KURSWOCHE)	88	92	87	88	86	94	85	88	86	87	90	87	91
STRICHLISTE 'MEINE BEOBACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	74	79	74	71	74	81	72	74	71	73	76	72	79
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	76	85	71	76	78	88	77	73	67	79	81	73	86
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHE)	54	44	53	56	56	69	44	50	53	63	55	52	57
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	71	71	70	70	71	75	64	68	74	76	69	69	75
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	84	88	83	82	87	88	85	80	84	88	83	84	84
PROTOKOLLE UND BEOBACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	63	56	64	63	67	63	63	63	62	65	66	64	63

TABELLE 18.1: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, OB SIE DIESE REGELMAESSIG BZW. WIE VORGESCHLAGEN DURCHGEFUEHRT HABEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELMAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1.KURSWOCHEN)	88	88	90	86	89	91	92	84	85	90	88	87	92	80
STRICHLISTE 'MEINE BEOBSACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	74	75	74	69	77	80	78	69	71	76	71	76	76	63
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	76	78	77	68	75	83	83	75	80	76	72	76	79	70
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHEN)	54	55	52	50	56	58	52	54	53	52	55	55	55	45
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	71	70	73	68	73	69	78	63	73	71	66	70	75	63
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	84	86	85	73	87	83	88	83	87	83	84	85	86	79
PROTOKOLLE UND BEOBSACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	63	64	65	58	62	71	66	63	60	67	55	66	64	55

75

TABELLE 10.1: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSPUNKTEN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, OB SIE DIESE REGELMAESSIG BZW. WIE VORGESCHLAGEN DURCHGEFUEHRT HABEN.

	GESAMT	ALTER				HAER- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAEUN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	54	60	51	53	54	59	53	58	51	54	54	53	59	
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND DURCHDENKEN	42	47	43	39	40	50	48	32	38	43	43	39	48	
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	28	36	28	24	29	28	27	29	29	20	32	27	30	
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	56	58	51	55	66	59	60	55	47	62	59	55	59	
FAMILIE UND/ODER FREUNDE ZUM KURS MITNEHMEN (7. STUNDE)	19	18	16	18	24	34	15	17	14	25	18	19	19	
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHE	60	59	62	60	59	53	63	63	52	68	60	59	65	
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	43	40	39	47	40	31	35	44	42	43	49	43	42	

TABELLE 18.2: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELMAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1.KURSWOCHEN)	39	47	50	33	33	47	43	36	45	42	35	37	47
STRICHLISTE 'MEINE BEOBACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	37	38	42	34	35	41	35	33	41	35	38	35	43
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	39	42	46	32	40	53	44	39	47	40	29	35	49
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHEN)	32	34	34	31	32	34	23	36	38	31	36	31	37
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	52	56	57	50	45	59	49	50	51	55	52	47	60
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	49	55	56	43	45	56	49	48	51	49	48	44	62
PROTOKOLLE UND BEOBACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	24	25	28	21	25	19	19	24	26	30	22	23	27

TABELLE 18.2: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREN ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELHAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1.KURS- WOCHE)	39	41	38	41	45	43	38	41	43	38	42	41	37	42
STRICHLISTE 'MEINE BEOBACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	37	36	35	43	40	32	41	30	33	39	39	41	36	30
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	39	40	40	36	43	43	39	39	42	37	45	40	36	44
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHE)	32	32	33	30	34	35	34	29	31	35	26	32	33	35
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	52	51	53	53	48	62	57	47	55	52	51	51	52	55
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	49	49	46	55	52	58	50	46	51	49	49	47	50	52
PROTOKOLLE UND BEOBACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	24	28	21	19	24	31	24	26	27	24	22	24	26	20

TABELLE 18.2: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	35	34	38	33	39	38	36	39	36	38	33	34	38	
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND DURCHDENKEN	30	37	30	29	28	47	27	37	29	29	26	27	38	
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	13	19	15	12	8	13	8	11	23	10	13	13	13	
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	42	49	50	36	41	72	41	44	44	43	37	41	45	
FAMILIE UND/ODER FREUNDE ZUM KURS MITNEHMEN (7. STUNDE)	11	14	14	9	6	19	13	7	16	10	8	11	11	
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHE	51	62	59	43	48	53	47	48	53	40	60	45	65	
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	39	45	47	35	32	41	37	35	44	35	43	35	49	

TABELLE 18.2: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT S-X	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	35	42	30	28	38	46	34	40	38	35	33	37	35	35
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND DURCHDENKEN	30	31	30	30	38	29	32	30	30	30	33	37	25	24
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	13	15	12	9	10	12	12	19	18	11	13	15	13	8
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	42	49	38	39	41	46	45	46	40	43	45	43	46	34
FAMILIE UND/ODER FREUNDE ZUM KURS MITNEHMEN (7. STUNDE)	11	10	12	12	12	12	15	6	5	13	16	11	14	6
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	51	53	48	55	52	58	51	51	50	52	51	52	51	49
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	39	41	38	42	43	48	38	37	35	41	42	42	36	41

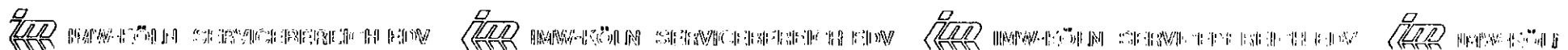


TABELLE 18.3: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELMAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1.KURSWOCHE)	4	8	1	2	6	3	4	7	3	2	3	3	5
STRICHLISTE 'MEINE BEOBACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	15	26	16	13	11	6	23	15	18	13	15	13	21
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	7	4	9	5	9	6	3	10	7	7	6	6	5
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHE)	28	41	36	21	20	38	36	25	30	19	25	24	37
REGELMAECSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	6	14	10	2	3	6	12	8	4	1	6	6	9
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	2	1	2	2	1	3	1	0	1	2	2	2	2
PROTOKOLLE UND BEOBACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	24	38	28	23	12	19	31	24	25	20	27	19	35

TABELLE 18.3: SIE HABEN JETZT (8. KURSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	WISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELMAESSIG DAS PROTOKOLL 'TAEGLICHE NAHRUNGS-AUFNAHME' FUEHREN (IN DER 1. KURSWOCHE)	4	3	4	1	3	2	2	6	8	3	3	3	5	4
STRICHLISTE 'MEINE BEOBACH- TUNGEN BEIM ESSEN' FUEHREN (2 WOCHEN LANG)	15	19	18	12	16	18	17	13	18	16	9	15	14	18
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	7	5	5	11	7	5	6	4	6	8	4	10	3	7
AUFSTELLEN EINES 'ESSPLANS' (3. WOCHE)	28	27	28	32	29	28	29	27	31	28	28	28	27	30
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	6	5	6	9	12	6	1	8	8	5	8	6	5	8
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	2	1	2	4	2	0	1	3	3	2	0	2	0	6
PROTOKOLLE UND BEOBACHTUNGEN DER ERSTEN 14 TAGE AUSWERTEN	24	21	29	26	32	26	25	16	21	23	36	25	24	21

TABELLE 18.3: SIE HABEN JETZT <8. KURSSTUNDE> SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHL. AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	20	26	25	18	11	13	19	15	25	17	24	18	23
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND DURCHDENKEN	26	30	35	20	23	16	25	19	33	25	31	23	33
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	43	45	45	47	33	44	43	45	42	42	47	37	57
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	15	23	16	14	6	9	12	19	11	12	17	12	21
FAMILIE UND/ODER FREUNDE ZUM KURS MITNEHMEN <7. STUNDE>	38	37	47	38	24	34	27	33	49	33	45	33	47
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	4	4	6	2	1	6	3	5	7	2	1	4	3
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	12	18	17	8	11	19	11	17	12	14	8	12	13

TABELLE 18.3: SIE HABEN JETZT (8. KURSSTUNDE) SCHON EINIGE ERFAHRUNGEN MIT DEM KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	20	16	25	20	20	17	22	18	21	21	13	16	22	25
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND DURCHDENKEN	26	23	26	35	25	25	24	22	33	26	17	22	27	38
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	43	41	44	50	52	35	44	37	48	44	41	42	43	51
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	15	12	18	14	12	12	15	18	21	13	11	12	13	25
FAMILIE UND/ODER FREUNDE ZUM KURS MITNEHMEN (7. STUNDE)	38	35	36	50	40	29	31	41	42	38	33	37	36	45
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	4	2	3	9	6	0	4	0	3	4	1	3	3	4
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	12	13	13	11	12	11	15	15	16	11	13	11	12	15

TABELLE 19: MACHT IHNEN DIE KURSTEILNAHME SPASS? (ZUR ZEIT DER 8. KURSSTUNDE)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
JA, SEHR	67	70	67	66	68	63	69	71	63	64	69	67	70
JA	27	21	25	29	30	34	27	25	33	32	22	28	23
ES GEHT	4	10	7	3	1	3	4	4	3	2	8	3	7
WENIGER	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBERHAUPT NICHT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	2	2	0

TABELLE 19: MACHT IHNEN DIE KURSTEILNAHME SPASS? (ZUR ZEIT DER 8. KURSSTUNDE)

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA, SEHR	67	73	62	58	74	60	68	68	58	69	76	78	58	61
JA	27	22	30	36	22	35	25	25	33	27	21	20	36	25
ES GEHT	4	3	7	4	3	5	5	6	8	3	3	1	5	13
WENIGER	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBERHAUPT NICHT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	1	1	2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1



TABELLE 20: SEIT DER 8. KURSSTUNDE HABEN 5 WEITERE KURSABENDE STATTGEFUNDEN. AN WELCHEN DIESER KURSABENDE HABEN SIE TEILGENOMMEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIH- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
9. KURSSTUNDE	83	92	82	83	76	78	85	75	89	80	85	80	89
10. KURSSTUNDE	78	81	80	79	71	78	75	74	82	79	83	76	82
11. KURSSTUNDE	76	78	78	78	69	75	73	70	78	74	83	75	79
12. KURSSTUNDE	73	79	78	72	66	75	79	65	75	71	75	74	72
13. KURSSTUNDE	76	79	79	74	75	69	76	70	77	75	80	77	74

TABELLE 20: SEIT DER 8. KURSSTUNDE HABEN 3 WEITERE KURSABENDE STATTGEFUNDEN. AN WELCHEN DIESER KURSABENDE HABEN SIE TEILGENOMMEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SÜ- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
9. KURSSTUNDE	83	81	83	86	91	89	82	74	82	85	83	86	78	86
10. KURSSTUNDE	78	79	75	84	85	82	78	70	74	81	79	82	77	76
11. KURSSTUNDE	76	76	78	70	84	85	72	72	70	78	82	80	72	76
12. KURSSTUNDE	73	72	76	70	81	83	69	69	63	77	78	80	67	72
13. KURSSTUNDE	76	74	81	70	86	80	78	69	68	79	82	83	70	77

TABELLE 20.1: ANZAHL BESUCHTER KURSSTUNDEN (<9. BIS 13. KURSSTUNDE)

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
5 STUNDEN	55	55	55	57	51	50	52	45	53	58	63	56	51	
4 STUNDEN	19	25	22	16	17	16	24	21	23	14	16	18	22	
3 STUNDEN	8	8	7	8	9	16	7	7	11	8	6	6	13	
2 STUNDEN	3	4	1	3	1	3	3	8	0	0	1	2	5	
1 STUNDE	7	4	9	6	8	9	7	5	8	5	7	7	5	
KEIN KURSESUCH	9	4	6	9	15	6	8	13	4	14	7	11	4	

TABELLE 20.1: ANZAHL BESUCHTER KURSSTUNDEN (9. BIS 13. KURSSTUNDE)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	ZUFRIEDEN- HEIT ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZUFRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZUFRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
5 STUNDEN	55	55	56	51	66	58	56	45	43	60	62	64	48	49
4 STUNDEN	19	18	20	18	17	26	17	20	23	17	18	16	19	27
3 STUNDEN	8	7	6	15	7	5	6	13	12	7	4	5	11	10
2 STUNDEN	3	3	2	3	2	0	4	3	3	3	1	3	2	1
1 STUNDE	7	7	8	4	4	8	7	9	6	7	5	7	9	1
KEIN KURSSESUCH	9	10	7	9	4	3	11	11	13	6	9	6	10	11

TABELLE 21: HABEN SIE DEN KURSBE such INZWISCHEN ABGEBROCHEN (<13. KURSSTUNDE>?)

	GESAMT	ALTER				LEBENS SITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
JA	5	7	4	6	1	3	8	7	7	2	3	4	8
NEIN	92	90	93	91	96	94	88	92	93	92	94	92	91
KA	3	3	2	3	3	3	4	1	0	6	3	4	1

TABELLE 21: HABEN SIE DEN KURSBESUCH INZWISCHEN ABGEBROCHEN (<13. KURSSTUNDE>?)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERNAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA	5	4	5	8	2	3	3	9	10	3	3	3	8	4
NEIN	92	93	93	85	96	95	94	91	88	94	93	95	89	94
KA	3	3	2	7	1	2	3	0	3	3	4	3	3	1

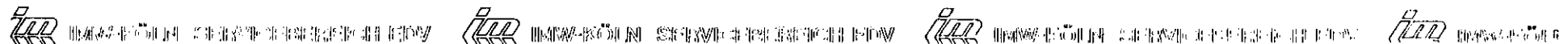


TABELLE 21.1: WENN JA: WARUM HABEN SIE DEN KURS BESUCH INZWISCHEN ABGEBROCHEN?

	GESAMT	ALTER				MAEH- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	26	5	6	13	1	1	6	6	5	2	4	14	11	
KURSBEDINGTE GRUENDE:														
PROBLEME MIT DEN KURS- AUFGABEN, ZU GROSSER ZEITLICHER AUFWAND, GRUPPE BRACHTE MIR NICHTS	8	20	17	0	0	0	17	0	20	0	0	0	18	
PRIVATE GRUENDE:														
URLAUB, EINLADUNGEN, UNZUG, ICH HATTE ZU VIELE ANDERE PROBLEME	8	0	17	8	0	100	0	0	0	50	0	7	9	
BERUFLICHE GRUENDE:														
BERUFLICH BEDINGTE ZEITMANGEL, ERNEUTE BERUFSTAETIGKEIT	12	0	0	23	0	0	17	0	20	50	0	21	0	
GESUNDHEITLICHE GRUENDE:														
SCHLECHTER GESUNDHEITS- ZUSTAND, KRANKENHAUS- AUFENTHALT, SCHWANGER- SCHAFT	23	40	17	23	0	0	0	33	40	0	50	21	27	
SONSTIGE GRUENDE	8	20	17	0	0	0	0	17	0	0	25	0	18	
KA	42	20	33	46	100	0	67	50	20	0	25	50	27	

TABELLE 21.1: WENN JA: WARUM HABEN SIE DEN KURS BESUCH INZWISCHEN ABGEBROCHEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	26	10	9	6	4	2	5	9	12	10	2	6	16	3
KURSBEDINGTE GRUENDE:														
PROBLEME MIT DEN KURS- AUFGABEN, ZU GROSSER ZEITLICHER AUFWAND, GRUPPE BRACHTE MIR NICHTS	8	0	11	17	50	0	0	0	0	20	0	0	13	0
PRIVATE GRUENDE:														
URLAUB, EINLADUNGEN, UMZUG, ICH HATTE ZU VIELE ANDERE PROBLEME	8	10	11	0	0	50	0	11	17	0	0	0	13	0
BERUFLICHE GRUENDE:														
BERUFLICH BEDINGTER ZEITMANGEL, ERNEUTE BERUFSTAETIGKEIT	12	20	11	0	0	0	40	11	17	10	0	0	13	33
GESUNDHEITLICHE GRUENDE:														
SCHLECHTER GESUNDHEITS- ZUSTAND, KRANKENHAUS- AUFENTHALT, SCHWANGER- SCHAFT	23	20	33	17	0	50	0	33	25	10	0	33	19	0
SONSTIGE GRUENDE	8	0	11	17	0	0	20	0	17	0	0	0	6	33
KA	42	50	22	50	50	0	40	44	25	60	100	67	38	33

55

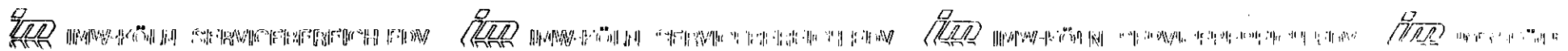


TABELLE 22: WIE HOCH WAR IHR DURCHSCHNITTSGEWICHT IN DER VERGANGENEN WOCHE? (<22. KURSWOCHE)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEH	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERH	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERH	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
BIS 60 KG	12	22	9	12	10	3	9	19	8	11	15	10	17
61 - 65 KG	16	18	17	15	16	3	15	20	18	19	15	15	16
66 - 70 KG	18	15	20	20	13	0	20	17	21	17	22	19	16
71 - 75 KG	16	16	20	11	18	19	15	19	23	13	13	15	18
76 - 80 KG	10	5	10	12	10	16	15	8	5	8	11	10	11
81 - 85 KG	8	11	9	5	11	16	7	7	4	10	9	8	8
86 - 90 KG	5	0	4	7	4	9	3	4	5	7	3	5	4
91 - 100 KG	7	5	6	7	12	22	5	4	7	10	6	8	6
UEBER 100 KG	2	1	2	3	1	13	1	0	3	4	1	3	2
KA	5	5	4	5	5	0	11	2	5	2	6	6	3

TABELLE 22: WIE HOCH WAR IHR DURCHSCHNITTSGEWICHT IN DER VERGANGENEN WOCHEN? (22. KURSWOCHEN)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	303	76	238	201	71
BIS 60 KG	12	2	14	42	21	5	2	0	6	13	17	16	10	6
61 - 65 KG	16	8	23	27	26	12	14	3	12	18	13	18	14	11
66 - 70 KG	18	12	27	16	19	43	18	8	13	19	22	18	19	13
71 - 75 KG	16	13	19	9	14	28	20	12	20	17	9	15	16	23
76 - 80 KG	10	17	6	0	4	8	19	15	13	9	13	10	10	13
81 - 85 KG	8	14	3	1	7	3	13	16	8	7	13	8	8	7
86 - 90 KG	5	8	1	0	3	2	8	9	4	5	5	5	4	3
91 - 100 KG	7	15	1	0	4	0	5	29	14	6	5	5	8	13
UEBER 100 KG	2	5	0	1	2	0	1	9	6	2	0	1	3	4
KA	5	6	6	3	0	0	0	0	5	6	1	3	6	8

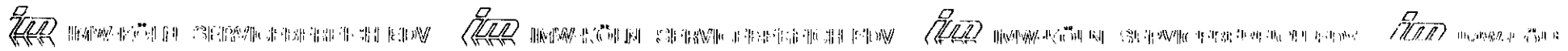


TABELLE 23: SIE HATTEN JA VOR KURSBEGINN BESTIMMTE ERWARTUNGEN DAZU, WIE STARK SIE IHR GEWICHT REDUZIEREN BZW. WIEVIEL SIE ABNEHMEN WOLLTEN, WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TRIFFT AUF SIE ZU?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH HABE WEIT WENIGER ABGE- NOMMEN ALS ERWARTET	23	22	24	23	27	19	28	20	22	30	20	22	28
ICH HABE IN ETWA SO VIEL AB- GENOMMEN, WIE ICH ERWARTETE	59	64	61	57	55	50	57	61	59	51	66	59	57
ICH HABE STAERKER ABGENOMMEN ALS ICH ERWARTETE	15	14	13	17	14	31	11	17	16	15	12	16	13
KA	3	0	2	3	4	0	4	2	3	4	2	3	1

TABELLE 23: SIE HATTEN JA VOR KURSBEGINN BESTIMMTE ERWARTUNGEN DAZU, WIE STARK SIE IHR GEWICHT REDUZIEREN BZU. WIEVIEL SIE ABNEHMEN WÜLLTEN. WELCHE DER FOLGENDEN AUSSAGEN TRIFFT AUF SIE ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH HABE WEIT WENIGER ABGE- NOMMEN ALS ERWARTET	23	27	22	18	9	8	21	51	100	0	0	7	26	72
ICH HABE IN ETWA SO VIEL AB- GENOMMEN, WIE ICH ERWARTETE	59	53	61	70	61	68	59	44	0	100	0	65	66	25
ICH HABE STAERKER ABGENOMMEN ALS ICH ERWARTETE	15	17	14	12	28	23	18	2	0	0	100	26	6	1
KA	3	2	4	0	1	2	3	3	0	0	0	2	2	1

65

TABELLE 24: BEI DEM KURS GING ES JA NICHT NUR UM GEWICHTSABNAHME, SONDERN UM EIN INSGESAMT GESUENDERES UND FUER SIE ZUFRIEDENSTELLENDERES ESSVERHALTEN. WIE ZUFRIEDEN SIND SIE INSGESAMT GESEHEN MIT DEM ERGEBNIS, DAS SIE IN DIESEM KURS ERREICHT HABEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- HER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
SEHR ZUFRIEDEN	46	38	41	50	52	47	44	52	45	46	43	48	41
ZUFRIEDEN	39	48	43	35	34	47	41	31	45	36	42	39	42
ES GEHT	10	10	9	11	11	3	9	14	8	13	10	9	12
MENIGER ZUFRIEDEN	3	1	4	3	1	0	3	2	1	4	3	2	3
UEBERHAUPT NICHT ZUFRIEDEN	1	3	1	0	1	3	1	0	0	1	1	1	1
KA	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1

TABELLE 24: BEI DEM KURS GING ES JA NICHT NUR UM GEWICHTSABNAHME, SONDERN UM EIN INSGESAM GESUENDERES UND FUER SIE ZUFRIEDENSTELLENDERES ESSVERHALTEN. WIE ZUFRIEDEN SIND SIE INSGESAM GESEHEN MIT DEM ERGEBNIS, DAS SIE IN DIESEM KURS ERREICHT HABEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- NICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
SEHR ZUFRIEDEN	46	49	43	47	64	65	48	27	13	50	83	100	0	0
ZUFRIEDEN	39	35	43	41	32	31	41	41	43	43	16	0	100	0
ES GEHT	10	12	9	9	4	3	9	22	29	6	1	0	0	75
WENIGER ZUFRIEDEN	3	2	3	1	1	0	1	7	10	0	0	0	0	18
UEBERHAUPT NICHT ZUFRIEDEN	1	2	0	1	0	0	0	3	4	0	0	0	0	7
KA	1	0	2	0	0	2	0	1	1	0	0	0	0	0

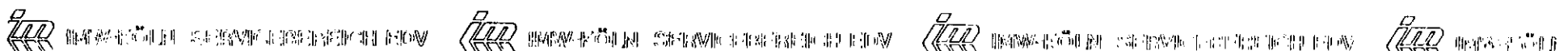


TABELLE 25.1: NACH ABSCHLUSS DES KURSES HABEN SIE ERFAHRUNGEN MIT DEM GESAMTEN KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, OB SIE DIESE REGELMAESSIG BZW. WIE VORGESCHLAGEN DURCHGEFUEHRT HABEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	61	63	62	55	69	63	68	53	47	66	68	69	58	49
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	71	70	72	74	80	75	75	61	66	74	72	76	70	61
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS- AUFNAHME' AUSFUELLEN	48	50	46	50	56	57	48	39	37	50	61	56	43	38
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	32	32	35	28	33	28	39	29	27	34	32	37	29	21
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND UEBERARBEITEN	27	28	28	24	32	25	32	21	18	27	39	33	25	14
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	14	15	13	11	15	8	15	14	11	14	13	17	10	13
BEOBACHTUNGEN WIEDERHOLEN UND AUSWERTEN	32	38	30	16	30	31	36	39	26	34	34	36	30	28
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHE	56	56	60	49	62	52	55	55	48	59	58	59	53	56
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	36	36	36	34	40	34	41	29	30	37	41	38	34	35
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	46	47	44	43	53	45	46	39	38	48	50	51	43	35
SELBSTHILFE-TREFFEN ORGANI- SIEREN UND BESUCHEN	25	27	24	26	27	22	27	28	23	26	26	30	20	27
PERSOENLICHE KJ-GRENZE ALL- MAEHLICH ERHOEHEN	27	25	29	30	34	31	25	22	11	31	38	34	25	13

103

TABELLE 25.2: NACH ABSCHLUSS DES KURSES HABEN SIE ERFAHRUNGEN MIT DEM GESAMTEN KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	46	55	49	47	37	53	41	38	59	46	48	42	57	
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	51	67	53	46	48	53	47	50	70	51	48	47	65	
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	39	49	40	38	37	44	47	40	58	29	33	36	49	
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	29	25	28	31	30	31	28	38	33	27	25	29	30	
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND UEBERARBEITEN	29	32	30	26	31	41	29	26	33	31	25	26	37	
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	12	18	11	11	12	13	21	11	18	8	9	12	13	
BEOBACHTUNGEN WIEDERHOLEN UND AUSMERTEN	29	23	28	31	32	44	29	29	33	32	21	28	32	
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	52	52	62	47	48	50	49	46	63	54	55	46	69	
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	46	38	51	49	42	47	43	45	60	48	44	45	50	
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	46	49	47	44	45	59	48	39	56	45	42	43	52	
SELBSTHILFE-TREFFEN ORGANI- SIEREN UND BESUCHEN	31	32	36	29	26	31	28	27	42	29	31	26	42	
PERSOENLICHE KJ-GRENZE ALL- MAEHLICH ERHOEHEN	21	22	17	22	22	38	19	23	25	20	17	23	18	

TABELLE 25.2: NACH ABSCHLUSS DES KURSES HABEN SIE ERFAHRUNGEN MIT DEM GESAMTEN KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSPEGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WELCHE DAVON SIE FUER BESONDERS HILFREICH UND NUETZLICH HALTEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	HOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	46	44	52	42	48	49	54	40	45	46	57	49	45	44
TAEGLICHES WIEGEN UND 'BUCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	51	49	54	53	60	51	53	47	50	50	64	50	54	49
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	39	39	43	34	43	46	39	40	37	40	42	41	36	45
VERHALTEMSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	29	27	32	27	34	20	33	31	26	30	32	29	29	27
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND UEBERARBEITEN	29	33	26	23	29	28	34	37	28	30	28	30	27	28
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	12	13	14	5	11	6	13	20	9	12	16	14	10	13
BEOBACHTUNGEN WIEDERHOLEN UND AUSWERTEN	29	33	27	23	29	28	34	35	29	29	32	29	26	34
GESPRAECHE UND ERFAHRUNG- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	52	53	48	61	58	51	56	52	49	52	58	53	53	44
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	46	45	51	41	50	49	47	50	49	46	47	46	48	45
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	46	45	45	49	50	43	49	46	48	46	43	43	48	48
SELBSTHILFE-TREFFEN ORGANI- SIEREN UND BESUCHEN	31	32	28	32	35	31	33	31	29	32	30	32	29	31
PERSOENLICHE KJ-GRENZE ALL- MAEHLICH ERHOEHEN	21	24	17	22	22	17	19	26	20	18	34	23	20	18

TABELLE 25.3: NACH ABSCHLUSS DES KURSES HABEN SIE ERFAHRUNGEN MIT DEM GESAMTEN KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	11	16	14	6	11	22	19	20	4	4	7	10	13
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	4	5	3	4	3	3	7	5	3	2	3	4	4
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	18	19	22	14	15	38	17	15	15	19	14	16	18
VERHALTENSREGELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	35	52	41	32	18	44	37	31	41	25	38	31	45
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND UEBERARBEITEN	35	42	35	38	23	44	39	31	37	29	38	31	45
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	52	53	57	56	37	69	44	56	53	51	55	47	67
BEOBACHTUNGEN WIEDERHOLEN UND AUSWERTEN	25	40	26	24	10	16	28	25	30	18	28	21	35
GESPRAECHE UND ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHE	6	10	4	5	5	16	11	5	1	4	5	5	8
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	17	26	17	15	14	28	19	18	7	19	17	15	19
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	14	15	15	14	10	9	5	17	18	12	17	12	21
SELBSTHILFE-TREFFEN ORGANI- SIEREN UND BESUCHEN	28	42	25	28	23	34	32	31	26	20	29	28	30
PERSOENLICHE KJ-GRENZE ALL- MAEHLICH ERHOEHEN	23	42	26	18	12	22	33	15	23	21	21	18	35

TABELLE 25.3: NACH ABSCHLUSS DES KURSES HABEN SIE ERFABRUNGEN MIT DEM GESAMTEN KURSPROGRAMM SAMMELN KOENNEN.

BITTE KREUZEN SIE BEI DEN FOLGENDEN KURSREGELN, MATERIALIEN UND HAUSAUFGABEN AN, WOMIT SIE SCHWIERIGKEITEN HATTEN.

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELMAESSIGE NUTZUNG DES ERNAEHRUNGSFAHRPLANS (AUS- KREUZEN DER KJ-MENGEN)	11	11	9	14	12	12	7	16	18	9	7	8	12	15
TAEGLICHES WIEGEN UND 'WOCHENGEWICHT' AUSRECHNEN	4	4	4	1	3	3	4	6	8	2	3	3	2	10
DAS DIAGRAMM 'NAHRUNGS-AUF- NAHME' AUSFUELLEN	13	13	20	22	14	18	17	22	27	16	12	13	21	23
VERHALTENSGEDELN UND VOR- SAETZE FUER SICH SELBST AUF- STELLEN	35	34	35	38	32	45	27	42	45	33	30	30	36	51
'VERFUEHRUNGSSITUATIONEN' SAMMELN UND UEBERARBEITEN	35	32	38	39	36	37	30	38	43	33	30	31	36	45
EINEN BELOHNUNGSPLAN AUF- STELLEN UND UEBERARBEITEN	52	47	54	66	59	62	45	50	53	53	54	49	57	52
BEOBACHTUNGEN WIEDERHOLEN UND AUSWERTEN	25	21	25	38	25	31	20	20	28	24	24	24	25	27
GESPRAECHE UND ERFABRUNGS- AUSTAUSCH MIT ANDEREN KURS- TEILNEHMERN SUCHEN	6	6	6	5	5	2	8	7	13	3	7	4	6	10
SPEZIELLE KJ-ARME REZEPTE AUSARBEITEN UND AUSTAUSCHEN	17	17	15	22	16	22	14	20	19	16	20	17	13	27
FUER MEHR BEWEGUNG SORGEN	14	13	16	12	9	14	15	17	15	15	9	9	17	20
SELBSTHILFE-TREFFEN ORGANI- SIEREN UND BESUCHEN	28	26	30	30	27	25	25	35	34	26	26	22	32	34
PERSOENLICHE KJ-GRENZE ALL- NAEHLICH ERHOEHEN	23	17	27	27	25	29	12	26	34	21	12	17	25	35

107

TABELLE 26: EINIGE DER KURSREGELN UND AUFGABEN KONNTEN JA AB DER 12. KURSSTUNDE GELOCKERT ODER WEGGELASSEN WERDEN. WAS VON DEN FOLGENDEN DINGEN HABEN SIE IN DEN LETZTEN WOCHEN GELOCKERT BZW. WEGGELASSEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIH- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
AUFSTELLEN VON VORSAETZEN													
JA	64	64	67	63	60	69	67	63	60	67	64	61	73
NEIN	17	21	17	16	15	25	12	19	21	13	16	16	18
KA	19	15	16	21	25	6	21	18	19	20	20	23	9
AUSARBEITEN DES BELOHNUNGS- PLANS													
JA	69	77	71	69	58	78	73	61	66	68	71	64	83
NEIN	12	10	12	12	14	13	8	17	16	10	11	12	10
KA	19	14	17	18	28	9	19	23	18	23	17	24	7
TAEGLICHES WIEGEN													
JA	25	18	21	24	38	22	23	26	21	32	22	28	16
NEIN	58	64	59	60	45	66	60	54	63	52	59	52	72
KA	18	18	20	16	17	13	17	20	16	15	19	20	12
FUEHREN DES DIAGRAMMS 'TAEGLI- CHE NAHRUNGS-AUFNAHME'													
JA	50	49	56	47	49	50	52	56	47	50	49	48	57
NEIN	35	38	32	41	23	41	28	29	41	31	39	34	35
KA	15	12	12	12	28	9	20	15	12	19	12	18	8

TABELLE 26: EINIGE DER KURSREGELN UND AUFGABEN KONNTEN JA AB DER 12. KURSSTUNDE GELOCKERT ODER WEGGELASSEN WERDEN. WAS VON DEN FOLGENDEN DINGEN HABEN SIE IN DEN LETZTEN WÖCHEN GELOCKERT BZW. WEGGELASSEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
AUFSTELLEN VON VORSAETZEN														
JA	64	61	65	72	75	66	61	61	63	64	70	63	67	62
NEIN	17	18	14	16	17	20	19	16	14	17	21	22	11	15
KA	19	21	20	12	8	14	20	23	23	19	9	16	22	23
AUSARBEITEN DES BELOHNUNGS- PLANS														
JA	69	66	69	77	78	69	68	63	68	70	72	68	71	65
NEIN	12	13	12	12	11	17	14	14	13	12	12	14	11	10
KA	19	22	19	11	11	14	18	23	19	18	16	18	18	25
TAEGLICHES WIEGEN														
JA	25	28	22	23	25	26	28	27	26	23	26	26	24	23
NEIN	58	54	60	65	63	58	54	57	60	59	58	58	56	63
KA	18	18	19	12	12	15	18	16	14	18	16	16	20	14
FUEHREN DES DIAGRAMMS 'TAEGLI- CHE NAHRUNGS-AUFNAHME'														
JA	50	45	54	57	53	45	51	52	57	48	50	43	54	63
NEIN	35	36	34	34	39	43	31	36	32	36	38	45	26	27
KA	15	19	13	9	8	12	18	12	12	16	12	13	20	10

109

TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSREGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AN WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG		
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF3- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF3- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141		
REGELN, DIE DAS ESSVERHALTEN BETREFFEN:															
LANGSAMER ESSEN	14	11	17	13	14	28	12	15	14	12	14	13	18		
BEWUSSTER ESSEN UND TRINKEN	18	14	22	15	18	25	23	15	16	13	16	16	20		
RICHTIG ESSEN UND GENIESSEN, MIT VERNUNFT ESSEN, WENIGER ESSEN	7	7	8	4	10	9	9	11	3	5	6	6	8		
MIT KUCHENBESTECK ESSEN, 3 PAUSEN PRO ESSEN, NACH JEDEM BISSEN BESTECK 20 SEKUNDEN WEGLEGEN	1	7	0	0	0	0	3	1	0	1	1	1	3		
ABWECHSLUNGSREICHE KOST, KALORIENARM, FETTARME KOST, OBST, GEMUESE	8	8	7	11	5	6	5	11	12	7	7	7	11		
KEIN ALKOHOL, WENIGER ALKOHOL	3	1	3	3	2	16	0	4	0	5	1	2	4		
KEINE KOHLENHYDRATE	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1		
KEIN FETT, WENIGER FETT, KEINE BUTTER	2	1	1	2	5	9	3	1	0	4	2	3	1		
KEINE RESTE ESSEN, NICHT NASCHEN, KEINE SUESSIGKEITEN	9	11	11	7	9	9	8	8	8	7	13	9	11		

TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSREGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AM WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE- RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELN, DIE DAS ESSVERHALTEN BETREFFEN:														
LANGSAMER ESSEN	14	15	14	9	12	20	15	16	18	13	14	13	17	13
BEWUSSTER ESSEN UND TRINKEN	18	16	19	19	14	26	20	14	12	19	24	18	19	11
RICHTIG ESSEN UND GENIESSEN, MIT VERNUNFT ESSEN, WENIGER ESSEN	7	6	8	7	7	8	8	6	6	8	4	5	9	7
MIT KUCHENBESTECK ESSEN, 3 PAUSEN PRO ESSEN, NACH JEDEM BISSEN BESTECK 20 SEKUNDEN WEGLEGEN	1	0	2	3	2	0	1	1	2	1	1	1	0	3
ABWECHSLUNGSREICHE KOST, KALORIENARM, FETTARME KOST, OBST, GEMUESE	8	8	8	12	10	14	8	7	8	9	9	11	5	8
KEIN ALKOHOL, WENIGER ALKOHOL	3	4	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	1
KEINE KOHLENHYDRATE	1	1	0	0	0	0	0	2	1	1	0	0	1	0
KEIN FETT, WENIGER FETT, KEINE BUTTER	2	3	2	0	1	3	3	2	2	3	3	2	3	1
KEINE RESTE ESSEN, NICHT NASCHEN, KEINE SUESSIG-KEITEN	9	8	10	9	9	17	8	6	4	11	7	10	9	4

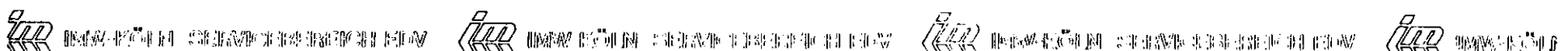


TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSGEGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AN WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DER	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DER	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELN, DIE DIREKT AUF DAS KURSPROGRAMM BEZOGEN SIND:													
EINZELNE KURSAUFGABEN, KURSMATERIAL	33	37	38	35	20	38	29	36	37	25	38	30	42
GRUPPENSITUATION DES KURSES, GEMEINSAME GESPRACHE, REGELMAESSIGES TREFFEN	11	5	16	12	6	3	9	7	16	13	11	11	10
REGELMAESSIGES WIEGEN	30	30	36	28	28	28	25	25	37	29	35	30	30
REGISTRIEREN DES GEWICHTES	3	3	2	3	1	0	1	1	5	4	2	2	5
REGELN, DIE DIE ORGANISATION DER MAHLZEITEN BETREFFEN:													
NUR ZU BESTIMMTEN ZEITEN ESSEN, KEINE ZUSATZMAHL- ZEITEN	10	8	12	12	3	25	9	13	8	4	8	7	16
NUR AM GEDECKTEN TISCH ESSEN, NACH ESSEN SOFORT WEGRAEUMEN, INMER AM GLEICHEN PLATZ ESSEN	4	5	5	2	2	6	5	5	1	4	3	2	8
MAHLZEITEN NETT ANRICHTEN, FERTIGE PORTIONEN AUF DEN TELLER GEBEN, KLEINE PORTIONEN MACHEN	3	3	4	2	2	3	1	2	1	4	3	3	2

TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSREGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AM WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELN, DIE DIREKT AUF DAS KURSPROGRAMM BEZOGEN SIND:														
EINZELNE KURSAUFGABEN, KURSMATERIAL	33	35	31	36	38	29	28	37	38	32	36	37	28	41
GRUPPENSITUATION DES KURSES, GEMEINSAME GESPRAECH, REGELMAESSIGES TREFFEN	11	12	9	11	9	11	12	12	11	11	13	13	9	13
REGELMAESSIGES WIEGEN	30	30	29	35	34	35	29	28	28	32	30	30	30	32
REGISTRIEREN DES GEWICHTES	3	1	3	7	2	3	1	3	3	2	3	2	3	6
REGELN, DIE DIE ORGANISATION DER MAHLZEITEN BETREFFEN:														
NUR ZU BESTIMMTEN ZEITEN ESSEN, KEINE ZUSATZMAHL- ZEITEN	10	12	9	7	12	8	12	9	9	10	12	11	8	10
NUR AM GEDECKTEN TISCH ESSEN, NACH ESSEN SOFORT UEGRAEUMEN, INNER AM GLEICHEN PLATZ ESSEN	4	2	4	7	6	2	3	4	5	2	7	3	3	4
MAHLZEITEN NETT ANRICHTEN, FERTIGE PORTIONEN AUF DEN TELLER GEBEN, KLEINE PORTIONEN MACHEN	3	4	1	3	3	0	4	4	3	3	3	4	2	0

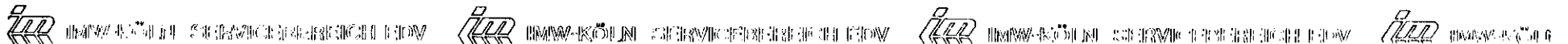


TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSREGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AM WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEH- NER	AL- LEIH- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
REGELN, DIE ALLGEMEINE VERHALTENSAENDERUNG BETREFFEN:													
MEHR SPORT TREIBEN, VIEL BEWEGUNG	10	16	6	8	13	9	8	11	11	10	10	10	11
NUR KALORIENARME WARE EINKAUFEN, KEINE GROSSEN VORRAETE ANLEGEN, NUR EINKAUFEN GEHEN, WENN MAN SATT IST	3	3	1	3	3	0	5	0	1	6	2	3	3
SOZIALE UND PSYCHOLOGISCHE REGELN:													
NICHT MEHR UEBERREDEN LASSEN, UNTERSTUETZUNG DER FAMILIE SUCHEN	1	0	1	2	1	0	0	2	3	1	1	1	1
SONSTIGE REGELN	9	14	9	7	8	13	8	11	14	5	7	8	11
KA	22	21	14	24	30	3	31	20	18	26	20	26	11

TABELLE 27: WELCHE VERHALTENSREGELN HABEN SICH IM VERLAUF DES KURSES FUER SIE PERSOENLICH AM WIRKSAMSTEN ERWIESEN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
REGELN, DIE ALLGEMEINE VER- HALTENSAENDERUNG BETREFFEN:														
MEHR SPORT TREIBEN, VIEL BEWEGUNG	10	10	10	7	9	9	13	7	8	11	8	13	8	3
NUR KALORIENARME WARE EINKAUFEN, KEINE GROSSEN VORRAETE ANLEGEN, NUR EINKAUFEN GEHEN, WENN MAN SATT IST	3	2	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	0
SOZIALE UND PSYCHOLOGISCHE REGELN:														
NICHT MEHR UEBERREDEN LASSEN, UNTERSTUETZUNG DER FAMILIE SUCHEN	1	1	1	1	1	0	1	2	0	2	1	2	0	0
SONSTIGE REGELN	9	6	13	7	9	15	8	7	8	8	12	10	6	6
KA	22	22	22	18	17	15	23	22	25	21	14	19	22	27

11
11
C1

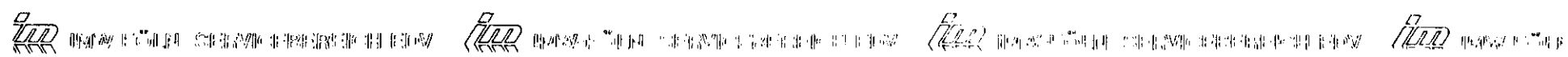


TABELLE 28: WERDEN SIE DAS PROGRAMM ODER EINZELNE TEILE DAVON AUCH WEITERHIN DURCHFUEHREN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HEUDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
NEIN	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
JA, UM MEIN GEWICHT ZU HALTEN	36	32	28	42	38	47	32	49	30	37	31	37	35
JA, UM NOCH WEITER ABZU- NEHMEN	61	64	69	55	58	47	65	49	68	58	64	59	62
KA	3	3	3	2	4	6	3	2	1	5	3	3	2

TABELLE 28: WERDEN SIE DAS PROGRAMM ODER EINZELNE TEILE DAVON AUCH WEITERHIN DURCHFUEHREN?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	303	76	238	201	71
NEIN	0	0	1	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0
JA, UM MEIN GEWICHT ZU HALTEN	36	26	43	54	43	40	29	25	20	38	54	45	31	20
JA, UM NOCH WEITER ABZU- NEHMEN	61	71	54	42	55	58	68	71	77	59	43	54	65	75
KA	3	3	3	4	2	0	3	4	3	3	3	1	4	6

117

TABELLE 29.1: OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDESKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN IN IHRER FAMILIE?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE MIT KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHL. AB-	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGENICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	76	78	77	77	74	91	69	77	73	77	77	75	79	
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFE	29	25	27	33	27	22	11	26	33	40	30	32	23	
MAN HAT SICH GLEICHGUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	10	11	10	11	6	3	8	11	16	10	9	10	11	
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	15	18	13	13	17	9	13	14	11	18	17	14	17	
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERNUNTERT	8	14	8	7	6	13	9	11	8	5	6	8	9	
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	40	42	33	44	42	66	41	45	33	45	34	41	40	

TABELLE 29.1: OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN IN IHRER FAMILIE?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	76	81	76	64	76	86	85	76	73	78	78	81	73	73
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFE	29	30	26	31	29	25	28	34	31	28	34	32	29	23
MAN HAT SICH GLEICHGUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	10	6	12	18	12	5	7	8	16	9	7	7	12	15
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	15	13	16	19	17	17	11	11	13	15	16	18	11	14
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERMUNBERT	8	7	8	11	6	6	8	9	13	7	9	7	10	8
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	40	41	43	28	43	43	48	36	29	43	51	48	36	31

113

TABELLE 29.2: OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDESKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN IN IHREM FREUNDESKREIS?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHL. AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	31	42	39	26	23	34	37	24	45	25	28	28	39
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFE	23	26	26	25	14	38	24	19	27	25	19	23	25
MAN HAT SICH GLEICHGUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	15	27	14	13	12	34	19	11	19	10	13	14	18
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	22	26	24	20	18	47	12	21	23	23	20	23	19
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERMUNTERT	18	22	19	18	17	19	12	17	19	25	18	19	17
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	8	14	9	7	2	3	8	8	11	6	8	8	8

TABELLE 29.2: OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN IN IHREM FREUNDKREIS?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	31	37	29	19	36	40	35	27	32	29	43	34	30	28
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFE	23	23	24	19	30	25	23	21	17	24	33	29	20	15
MAN HAT SICH GLEICHGUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	15	12	16	23	19	12	10	16	16	16	13	14	14	24
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	22	21	18	30	25	17	20	19	14	23	30	25	20	17
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERMUNBERT	18	15	20	24	17	11	17	22	23	17	17	17	17	27
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	8	11	6	3	9	6	8	8	9	7	11	9	8	7

121

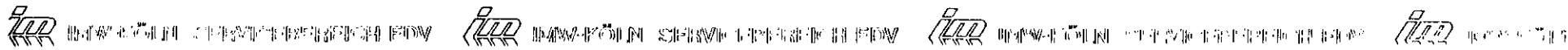


TABELLE 29.3: OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDESKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN AN IHREM ARBEITSPLATZ?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUFs- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUFs- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	12	22	11	11	8	25	12	24	23	4	1	11	16
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFEN	10	16	10	8	8	28	15	23	11	0	1	11	9
MAN HAT SICH GLEICHQUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	8	14	8	8	3	22	5	17	15	4	0	7	11
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	8	25	8	5	3	16	17	13	14	2	1	8	9
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERMUNTERT	6	15	9	4	2	0	13	11	11	1	1	7	6
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	4	7	4	5	1	3	4	13	10	0	0	4	6

TABELLE 29.3) OB MAN IN DER FAMILIE, IM FREUNDESKREIS ODER AM ARBEITSPLATZ UNTERSTUETZT WIRD, HAT AUCH EINFLUSS AUF DEN ERFOLG DER BEMUEHUNGEN, ABZUNEHMEN.

WIE WAR DAS BEI IHNEN AN IHREM ARBEITSPLATZ?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUEHNDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MAN HAT MICH IN MEINEM ENT- SCHLUSS BESTAETIGT UND UNTERSTUETZT	12	15	10	9	14	15	15	10	12	10	21	11	14	11
MAN HAT NICHT RICHTIG DARAN GEGLAUBT, DASS ICH ES SCHAFFE	10	10	10	8	16	22	8	8	5	10	18	12	9	7
MAN HAT SICH GLEICHGUELTIG GEZEIGT UND GAR NICHT SO RECHT NOTIZ DAVON GENOMMEN	8	6	8	15	10	11	3	8	7	8	9	9	6	8
MANCHMAL HAT MAN SICH UEBER MICH LUSTIG GEMACHT	8	7	9	12	12	12	4	8	10	8	11	9	8	8
MAN HAT MICH EHER WIEDER ZUM ESSEN VERFUEHRT ODER ERNUNTERT	6	5	6	15	6	2	4	7	8	7	5	6	6	8
MAN HAT MICH AKTIV UNTER- STUETZT UND SELBST BEI DEM PROGRAMM MITGEMACHT	4	5	3	5	6	2	5	4	3	3	11	5	3	4

TABELLE 30: HABEN SIE SEIT KURSBEGINN...

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DER	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DER	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS (UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
...DAS KURSMATERIAL AN ANDERE PERSONEN WEITERGEBEN ?													
JÄ	27	27	30	24	30	47	16	39	27	23	22	26	30
NEIN	57	60	57	57	53	50	59	43	60	60	64	57	56
KA	16	12	14	19	17	3	25	18	12	18	15	18	13
...ANDEREN PERSONEN ERKLAERT, WIE MAN SEIN ESSVERHALTEN AENDERN UND ABNEHMEN KANN													
JÄ	83	90	82	85	75	100	83	87	85	77	77	83	84
NEIN	8	5	9	9	8	0	9	6	7	8	13	8	6
KA	9	4	9	6	17	0	9	7	8	14	10	8	9
...MIT ANDEREN PERSONEN GESPROCHEN, DAMIT SIE IHR ESSVERHALTEN AENDERN UND ABNEHMEN													
JÄ	77	90	75	75	73	91	80	76	81	73	71	74	84
NEIN	8	4	12	7	9	6	5	11	8	12	8	8	9
KA	15	5	13	17	18	3	15	13	11	15	20	17	7
...ANDEREN PERSONEN EMPFOHLEN, AUCH DIESEN ERNAHRUNGSKURS ZU BESUCHEN													
JÄ	84	90	80	85	85	91	84	87	92	74	83	85	84
NEIN	7	7	10	7	2	6	5	6	5	11	8	5	10
KA	9	3	9	8	13	3	11	7	3	15	10	10	6

TABELLE 30: HABEN SIE SEIT KURSBEGINN...

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENJER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
...DAS KURSMATERIAL AN ANDE- RE PERSONEN WEITERGEGEBEN ?														
JA	27	29	24	27	26	22	32	25	27	26	33	28	27	24
NEIN	57	54	59	59	61	63	54	60	58	58	55	59	55	61
KA	16	16	18	14	13	15	15	15	16	16	12	13	18	15
...ANDEREN PERSONEN ER- KLAERT, WIE MAN SEIN ESSVER- HALTEN AENDERN UND ABNEHMEN KANN														
JA	83	83	82	85	90	83	83	79	79	84	89	86	83	76
NEIN	8	9	9	4	6	8	8	14	10	8	7	8	6	14
KA	9	8	9	11	4	9	10	7	11	8	4	6	11	10
...MIT ANDEREN PERSONEN GE- SPROCHEN, DAMIT SIE IHR ESS- VERHALTEN AENDERN UND AB- NEHMEN														
JA	77	74	77	84	83	80	80	70	71	78	84	82	75	69
NEIN	8	8	9	8	7	8	6	15	13	8	7	8	7	14
KA	15	18	14	8	11	12	14	15	17	14	9	11	18	17
...ANDEREN PERSONEN EMPFOH- LEN, AUCH DIESEM ERNAEH- RUNGSKURS ZU BESUCHEN														
JA	84	82	86	86	89	97	82	78	73	86	97	92	81	69
NEIN	7	7	7	8	6	2	9	11	13	6	0	4	7	17
KA	9	11	7	5	6	2	10	11	14	8	3	4	12	14

125

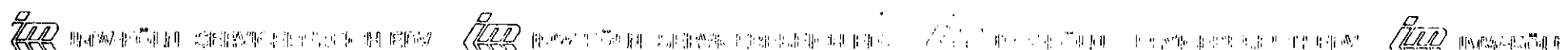


TABELLE 31: FOLGENDE IN MEINEM HAUSHALT LEBENDEN PERSONEN HABEN SEIT PROGRAMMBEGINN AUCH ABGENOMMEN:

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
<EHE>PARTNER HAT AUCH ABGENOMMEN:													
1 - 2 KG	2	0	3	1	2	9	0	2	4	1	1	2	1
3 - 5 KG	8	4	10	9	5	25	1	8	7	7	8	8	8
6 - 8 KG	3	1	2	4	2	9	3	4	1	1	2	3	3
9 KG UND MEHR	4	1	5	3	4	9	0	6	3	2	3	4	2
KA	84	93	80	83	86	47	96	80	85	88	86	83	86
KIND(ER) HAT/HABEN AUCH ABGENOMMEN:													
1 - 2 KG	1	0	2	0	0	6	0	0	0	0	1	1	1
3 - 5 KG	5	0	3	8	4	3	5	7	1	7	3	6	4
6 - 8 KG	1	0	2	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1
9 KG UND MEHR	1	0	1	0	3	3	0	1	0	1	1	1	1
KA	92	100	92	90	91	88	93	89	97	90	94	92	94
ANDERE HAUSHALTSANGEHÖRIGE HABEN AUCH ABGENOMMEN:													
1 - 2 KG	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
3 - 5 KG	2	8	1	1	1	3	4	0	4	1	1	2	1
6 - 8 KG	1	3	1	1	0	3	1	1	0	1	1	0	3
9 KG UND MEHR	1	5	1	0	0	0	8	0	0	0	1	1	2
KA	95	84	96	98	99	94	87	99	96	98	97	97	94

TABELLE 31: FOLGENDE IN MEINEM HAUSHALT LEBENDEN PERSONEN HABEN SEIT PROGRAMMBEGINN AUCH ABGENOMMEN:

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERUAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
(EHE)PARTNER HAT AUCH ABGENOMMEN:														
1 - 2 KG	2	2	2	1	2	8	1	2	2	2	3	2	1	3
3 - 5 KG	8	8	8	7	9	5	11	5	7	7	13	10	5	8
6 - 8 KG	3	2	2	5	4	0	3	2	2	3	4	3	2	1
9 KG UND MEHR	4	3	5	3	6	3	4	1	1	4	7	5	2	1
KA	84	84	83	84	80	85	82	90	89	85	74	80	88	86
KIND(ER) HAT/HABEN AUCH ABGENOMMEN:														
1 - 2 KG	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1
3 - 5 KG	5	5	6	3	9	8	5	2	2	5	11	9	2	0
6 - 8 KG	1	2	1	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	1
9 KG UND MEHR	1	1	1	0	0	0	3	0	0	1	0	1	0	0
KA	92	91	93	95	88	92	90	95	97	92	87	88	96	97
ANDERE HAUSHALTSANGEOERIGE HABEN AUCH ABGENOMMEN:														
1 - 2 KG	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
3 - 5 KG	2	2	3	0	2	0	3	2	1	2	4	2	2	3
6 - 8 KG	1	1	1	1	1	3	1	0	0	2	0	2	0	0
9 KG UND MEHR	1	1	2	0	4	2	1	1	2	1	1	1	1	1
KA	95	95	94	99	94	95	95	96	98	94	95	95	96	96

127

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION				SCHULBILDUNG		
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(KUNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN HAT SICH VERBESSERT													
SEHR STARK	24	40	19	21	25	25	27	26	16	27	21	24	25
STARK	48	42	51	50	46	56	44	49	59	42	48	48	49
WENIGER STARK	16	12	17	17	15	19	16	13	15	15	19	16	17
UEBERHAUPT NICHT	4	4	7	4	0	0	1	6	3	5	4	3	7
KA	8	1	6	9	14	0	12	6	7	11	8	10	2
ICH FUEHLE MICH WIEDER LEISTUNGSFAEHIGER													
SEHR STARK	18	30	12	17	20	19	25	18	14	19	15	19	18
STARK	48	40	56	47	48	59	36	45	59	43	53	49	44
WENIGER STARK	15	15	15	17	11	19	21	14	10	14	16	13	21
UEBERHAUPT NICHT	5	10	7	4	1	3	4	6	7	4	5	3	12
KA	13	5	10	15	19	0	13	17	11	20	11	17	5

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFINDEN HAT SICH VERBESSERT														
SEHR STARK	24	27	20	23	37	32	23	13	9	25	42	37	15	4
STARK	48	44	54	47	48	48	55	43	40	52	46	46	54	42
WENIGER STARK	16	17	13	19	11	12	11	30	33	12	8	10	18	31
UEBERHAUPT NICHT	4	4	4	4	1	2	4	7	9	3	1	2	3	11
KA	8	8	8	7	3	6	7	8	9	8	3	5	9	11
ICH FUEHLE MICH WIEDER LEISTUNGSFAEHIGER														
SEHR STARK	18	20	17	14	25	23	19	7	8	18	33	29	10	7
STARK	48	46	51	49	51	49	54	43	39	54	45	49	54	31
WENIGER STARK	15	16	14	16	12	12	11	28	30	11	9	9	15	34
UEBERHAUPT NICHT	5	5	5	5	2	3	4	9	11	4	3	3	5	13
KA	13	12	13	16	9	12	11	14	13	13	11	11	15	15

129



TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHELP OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH SEHE WIEDER BESSER AUS UND WIRKE ANZIEHENDER FUER ANDERE													
SEHR STARK	19	32	20	17	15	22	19	19	19	15	20	20	21
STARK	40	42	44	36	41	34	43	39	48	42	38	39	40
WENIGER STARK	21	18	21	24	16	28	17	23	22	15	23	18	27
UEBERHAUPT NICHT	4	7	2	4	2	6	4	2	1	5	3	4	4
KA	16	1	13	19	26	9	17	17	10	23	17	19	9
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH LEIDE, HABEN SICH VERMINDERT													
SEHR STARK	11	10	7	14	11	25	15	13	5	8	6	12	6
STARK	22	15	17	22	38	19	19	24	26	26	21	22	24
WENIGER STARK	23	25	28	24	13	25	19	23	29	18	24	22	26
UEBERHAUPT NICHT	20	36	27	18	4	22	15	19	22	14	27	17	30
KA	24	15	22	23	34	9	33	21	18	33	22	28	13

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH SEHE WIEDER BESSER AUS UND WIRKE ANZIEHENDER FUER ANDERE														
SEHR STARK	19	25	15	14	29	26	24	8	5	20	39	33	10	3
STARK	40	35	43	49	43	42	42	33	32	46	36	37	45	34
WENIGER STARK	21	17	26	20	14	15	19	29	39	16	13	15	23	34
UEBERHAUPT NICHT	4	5	2	5	2	3	2	8	8	3	0	3	2	11
KA	16	19	15	12	12	14	13	23	17	15	12	12	19	18
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH LEIDE, HABEN SICH VERMINDERT														
SEHR STARK	11	16	7	1	15	11	17	6	3	11	17	17	5	3
STARK	22	24	20	22	24	31	22	23	20	22	29	27	14	30
WENIGER STARK	23	20	24	30	20	29	18	27	27	24	18	19	28	24
UEBERHAUPT NICHT	20	17	24	23	21	14	19	25	31	17	17	17	22	28
KA	24	22	25	24	20	15	23	20	19	25	18	20	31	15

1
2
1

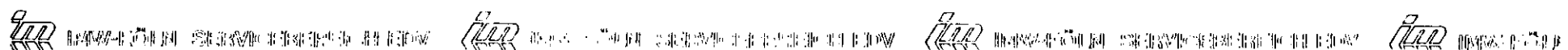


TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				MAEN- HER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
ICH BIN WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER														
SEHR STARK	18	26	12	18	23	38	17	17	12	19	16	19	17	
STARK	48	47	50	49	46	41	51	48	56	46	49	46	51	
WENIGER STARK	16	19	20	15	11	16	17	17	18	13	16	15	21	
UEBERHAUPT NICHT	4	4	7	5	1	3	3	5	5	5	5	4	6	
KA	12	4	12	13	19	3	12	14	8	17	14	15	5	
ICH HABE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT														
SEHR STARK	9	14	8	9	6	9	12	11	7	5	8	10	6	
STARK	18	19	16	19	15	13	20	23	23	21	10	20	12	
WENIGER STARK	27	38	27	29	16	38	24	23	29	24	33	23	38	
UEBERHAUPT NICHT	18	18	26	15	14	28	9	14	21	12	24	14	30	
KA	28	11	23	28	48	13	35	30	21	38	24	34	13	

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH BIN WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER														
SEHR STARK	18	21	18	11	25	26	22	6	8	19	33	28	12	6
STARK	48	46	52	47	52	49	49	48	43	53	39	47	51	44
WENIGER STARK	16	16	16	16	14	12	16	23	26	14	11	11	20	23
UEBERHAUPT NICHT	4	5	3	8	1	0	4	10	12	2	3	2	3	15
KA	12	12	11	18	9	12	9	14	12	12	14	11	13	13
ICH HABE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT														
SEHR STARK	9	12	7	4	15	8	10	7	4	9	17	15	4	3
STARK	18	20	18	11	21	15	20	17	17	20	16	18	17	20
WENIGER STARK	27	25	28	32	24	32	29	26	35	26	22	21	31	37
UEBERHAUPT NICHT	18	16	19	26	19	17	14	24	20	18	18	19	17	20
KA	28	27	29	27	21	28	26	27	24	28	26	27	30	21

123

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR- STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH FUEHLE MICH WIEDER AUS- GEGLICHTER UND ZUFRIEDENER													
SEHR STARK	19	29	16	21	15	25	16	26	11	17	21	21	18
STARK	44	41	49	42	43	41	41	31	63	49	43	45	42
WENIGER STARK	18	23	17	17	15	25	19	21	15	14	18	14	26
UEBERHAUPT NICHT	4	5	7	3	0	6	4	1	3	5	5	3	6
KA	15	1	11	16	27	3	20	20	8	15	13	17	9
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN MACHT MIR WIEDER MEHR SPASS													
SEHR STARK	17	19	15	19	16	19	21	19	14	18	15	18	16
STARK	42	49	40	40	46	59	41	44	44	38	41	42	42
WENIGER STARK	20	16	27	19	14	16	15	17	26	18	25	18	25
UEBERHAUPT NICHT	5	8	6	5	2	3	7	5	7	5	4	4	10
KA	15	7	12	16	22	3	16	15	10	21	15	18	8

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	236	201	71
ICH FUEHLE MICH WIEDER AUS- GEGLICHTER UND ZUFRIEDENER														
SEHR STARK	19	20	19	19	30	22	22	7	6	20	37	32	10	6
STARK	44	43	45	46	43	40	49	42	33	50	42	47	44	37
WENIGER STARK	18	18	18	20	16	22	12	29	36	12	9	9	24	30
UEBERHAUPT NICHT	4	5	3	4	2	3	2	8	8	4	0	2	3	15
KA	15	15	15	11	8	14	15	15	14	14	12	11	18	13
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN MACHT MIR WIEDER MEHR SPASS														
SEHR STARK	17	19	17	12	26	28	17	9	4	20	26	30	7	4
STARK	42	42	43	41	43	45	44	41	43	43	39	45	40	37
WENIGER STARK	20	19	19	24	19	12	21	25	25	19	17	14	24	30
UEBERHAUPT NICHT	5	5	4	9	4	2	3	10	13	3	5	3	6	13
KA	15	15	17	14	7	14	15	16	16	14	12	8	22	17

135

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEH- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF@- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF@- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERH	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERH	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH FUEHLE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGEWOHNHEITEN NICHT MEHR SO ABHAENIG													
SEHR STARK	14	19	16	14	9	9	16	15	14	12	15	15	13
STARK	38	41	37	37	43	59	41	39	36	33	40	35	48
WENIGER STARK	27	29	28	28	18	19	19	26	32	26	27	25	29
UEBERHAUPT NICHT	5	7	6	5	4	9	5	2	8	7	3	5	6
KA	16	4	14	15	26	3	19	17	11	21	15	20	4
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES													
SEHR STARK	20	27	20	21	14	22	21	19	16	21	20	19	24
STARK	37	36	37	39	38	44	33	44	32	40	38	38	36
WENIGER STARK	22	29	27	19	14	31	16	18	33	12	24	19	27
UEBERHAUPT NICHT	4	3	5	3	4	3	4	2	7	2	3	3	6
KA	17	5	12	18	30	0	25	17	12	24	15	21	7

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH FUEHLE MICH VON HEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGE- WOHNHEITEN NICHT MEHR SO AB- HAENIG														
SEHR STARK	14	13	15	15	22	28	12	4	4	17	18	24	5	6
STARK	38	38	41	32	43	35	44	32	32	40	46	43	36	30
WENIGER STARK	27	27	26	27	20	28	24	40	39	26	13	18	30	44
UEBERHAUPT NICHT	5	5	3	15	6	2	3	8	11	3	8	5	6	6
KA	16	17	14	11	8	8	17	17	14	14	14	10	21	15
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES														
SEHR STARK	20	20	20	22	24	37	18	11	15	24	17	28	13	15
STARK	37	39	39	30	40	29	41	40	33	37	46	40	37	31
WENIGER STARK	22	20	23	26	22	23	19	23	27	21	18	16	26	28
UEBERHAUPT NICHT	4	4	2	8	3	0	3	9	8	2	4	3	3	6
KA	17	18	16	15	10	11	18	18	17	16	14	13	20	20

127

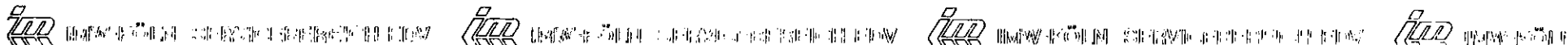


TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESANT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- EHEFR MIT KIN- DER	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	NITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEMICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
<p>ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR ALS ICH EIGENTLICH WILL</p>													
SEHR STARK	3	4	6	3	0	0	4	2	4	1	5	2	6
STARK	8	8	6	8	6	9	7	7	7	8	8	7	9
WENIGER STARK	25	27	33	23	16	44	25	23	29	14	27	24	28
UEBERHAUPT NICHT	42	51	43	42	37	41	37	37	47	42	45	39	50
KA	22	10	12	24	41	6	27	31	14	35	15	28	9
<p>ICH ESSE GERNE GUT, ABER ESSEN ZAEHLT FUER MICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN</p>													
SEHR STARK	7	7	7	7	5	3	8	6	7	8	7	5	10
STARK	19	33	21	15	15	41	23	24	10	14	18	18	22
WENIGER STARK	37	36	34	41	37	28	31	31	51	31	43	36	40
UEBERHAUPT NICHT	15	16	21	15	5	28	11	14	19	14	13	13	21
KA	21	8	17	21	38	0	28	25	14	32	19	27	8

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
<p>ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR ALS ICH EIGENTLICH WILL</p>														
SEHR STARK	3	3	1	11	3	2	1	5	8	2	0	2	3	8
STARK	8	6	8	9	7	6	6	10	17	5	3	3	8	23
WENIGER STARK	25	23	29	20	27	23	28	26	25	26	22	22	26	30
UEBERHAUPT NICHT	42	41	42	45	50	49	41	35	30	46	54	53	37	23
KA	22	26	19	15	13	20	24	25	20	21	21	21	25	17
<p>ICH ESSE GERNE GUT, ABER ESSEN ZAEHLT FUER MICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN</p>														
SEHR STARK	7	6	7	12	7	11	7	4	6	7	8	9	4	8
STARK	19	18	19	24	23	17	17	20	15	20	26	20	20	15
WENIGER STARK	37	35	42	31	41	45	38	35	40	39	30	36	35	49
UEBERHAUPT NICHT	15	17	13	15	16	14	15	18	19	14	17	16	15	13
KA	21	24	19	18	12	14	24	24	20	21	18	19	26	14



TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEGESSEN HABE														
SEHR STARK	14	18	12	14	15	0	21	15	11	17	13	14	15	
STARK	22	18	28	22	15	19	19	12	27	21	28	21	22	
WENIGER STARK	24	29	27	22	18	38	19	25	23	17	27	21	28	
UEBERHAUPT NICHT	22	30	22	23	17	34	20	26	23	17	19	21	29	
KA	18	5	12	19	34	9	21	21	15	29	13	23	6	

TABELLE 32: WIE STARK TREFFEN DIE FOLGENDEN FESTSTELLUNGEN AUF SIE PERSOENLICH ZU?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE PE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SÜ- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
<p>ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEGESSEN HABE</p>														
SEHR STARK	14	14	13	16	14	17	10	22	24	12	8	12	15	20
STARK	22	20	24	22	20	17	25	23	28	18	25	17	23	31
WENIGER STARK	24	22	26	24	23	22	21	23	18	27	21	22	26	23
UEBERHAUPT NICHT	22	24	20	20	30	32	22	18	12	25	30	31	17	10
KA	18	20	17	18	13	12	22	15	18	17	16	18	18	17

141

TABELLE 32.1: WIE STARK TREFFEN FOLGENDE FESTSTELLUNGEN AUF SIE ZU? (AUSSPRÄGUNGEN SEHR STARK UND STARK)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VÖLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFIN- DEN HAT SICH VERBESSERT	72	82	70	70	71	81	71	75	75	69	69	71	74
ICH FUEHLE MICH WIEDER LEISTUNGSFAEHIGER	67	70	67	64	69	78	61	63	73	62	68	68	62
ICH SEHE WIEDER BESSER AUS UND WIRKE ANZIEHENDER FUER ANDERE	59	74	64	53	56	56	61	59	67	57	57	59	61
BESTIMMTE GESUNDHEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH LEIDE, HABEN SICH VERMINDERT	33	25	24	36	48	44	33	37	32	35	27	34	30
ICH BIN WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER	67	73	62	67	69	78	68	64	68	65	65	66	68
ICH HABE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT	27	33	24	29	22	22	32	33	30	26	18	30	18
ICH FUEHLE MICH WIEDER AUS- GEGLICHERER UND ZUFRIEDENER	64	70	65	63	58	66	57	57	74	65	64	65	60

TABELLE 32.1) WIE STARK TREFFEN FOLGENDE FESTSTELLUNGEN AUF SIE ZU? (AUSPRAEGUNGEN SEHR STARK UND STARK)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MEIN ALLGEMEINES WOHLBEFIN- DEN HAT SICH VERBESSERT	72	71	75	70	85	80	78	55	49	77	88	83	69	46
ICH FUEHLE MICH WIEDER LEISTUNGSFAEHIGER	67	66	68	62	76	72	73	50	47	72	78	78	64	38
ICH SEHE WIEDER BESSER AUS UND WIRKE ANZIEHENDER FUER ANDERE	59	60	57	62	72	68	66	41	37	66	75	70	55	37
BESTIMMTE GESUNDEITLICHE BEEINTRAECHTIGUNGEN, UNTER DENEN ICH LEIDE, HABEN SICH VERMINDERT	33	41	27	23	39	42	39	29	23	34	46	44	19	32
ICH BIN WIEDER BEWEGLICHER UND ALLGEMEIN AKTIVER	67	67	70	58	76	75	71	53	51	72	72	75	63	49
ICH HABE WENIGER PROBLEME MIT MEINER UMWELT	27	31	24	15	36	23	31	24	21	29	33	33	21	23
ICH FUEHLE MICH WIEDER AUS- GEGLICHERER UND ZUFRIEDENER	64	63	64	65	74	62	71	49	39	70	79	79	54	42

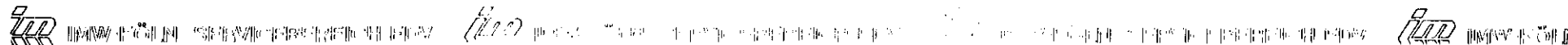


TABELLE 32.11 WIE STARK TREFFEN FOLGENDE FESTSTELLUNGEN AUF SIE ZU? (AUSPRAEGUNGEN SEHR STARK UND STARK)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN MACHT MIR WIEDER MEHR SPASS	59	68	55	59	62	78	63	63	58	56	55	61	57
ICH FUEHLE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGE- WOHNHEITEN NICHT MEHR SO AB- HAENGIG	52	60	53	51	52	69	57	55	49	45	55	50	61
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES	58	63	57	60	52	66	55	63	48	62	58	57	60
ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR, ALS ICH EIGENTLICH WILL	11	12	12	11	6	9	11	10	11	10	13	9	14
ICH ESSE GERNE GUT, ABER ESSEN ZAEHLT FUER MICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN	26	40	28	23	20	44	31	30	16	23	25	23	32
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEGESSEN HABE	36	36	40	36	30	19	40	27	38	38	41	35	37

TABELLE 32.1: WIE STARK TREFFEN FOLGENDE FESTSTELLUNGEN AUF SIE ZU? (AUSPRAEGUNGEN SEHR STARK UND STARK)

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREH ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
DAS (RICHTIGE) ESSEN UND TRINKEN MACHT MIR WIEDER MEHR SPASS	59	61	60	53	70	72	61	50	47	64	66	75	48	41
ICH FUEHLE MICH VON MEINEN BISHERIGEN ESS- UND TRINKGE- WOHNHEITEN NICHT MEHR SO AB- HAENIG	52	51	56	47	65	63	56	36	36	57	64	67	42	35
ESSEN MACHT MIR RICHTIG FREUDE UND ICH GENIESSE ES	58	59	59	51	65	66	60	50	48	61	63	68	50	46
ICH HABE DAUERND HUNGERGE- FUEHLE UND ESSE DESHALB HAEUFIGER UND MEHR, ALS ICH EIGENTLICH WILL	11	9	9	20	10	8	7	15	25	8	3	5	11	31
ICH ESSE GERNE GUT; ABER ESSEN ZAEHLT FUER NICH NICHT ZU DEN WICHTIGSTEN DINGEN	26	24	25	36	30	29	24	24	21	27	34	29	24	24
ICH HABE NACH DEM ESSEN OFT EIN SCHLECHTES GEWISSEN, WEIL ICH ZUVIEL GEESSEN HABE	36	34	37	38	34	34	36	45	53	30	33	29	38	51

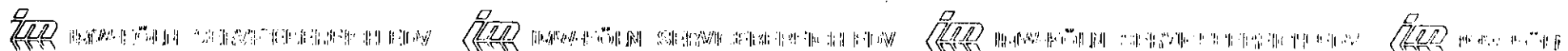


TABELLE 33: WIE UEBERZEUGT SIND SIE, DASS SIE DAS JETZT ERZIELTE ERGEBNIS IN DER ZUKUNFT BEIBEHALTEN WERDEN?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
ICH BIN VOLLKOMMEN SICHER, DASS ICH DIESES ERGEBNIS AUCH IN DER ZUKUNFT BEIBE- HALTEN ODER NOCH VERBESSERN KANN	49	55	51	46	48	66	48	50	51	49	43	47	54
ICH BIN SICHER, DASS ICH DIESES ERGEBNIS ZUMINDEST EINE ZEITLANG BEIBEHALTEN WERDE	38	34	39	39	39	22	40	37	42	35	41	37	40
ICH ZWEIFELE, OB ICH DAS ER- GEBNIS BEIBEHALTEN WERDE	6	8	7	6	1	9	3	6	5	5	8	6	6
KA	7	3	4	9	12	3	9	7	1	12	8	10	0

TABELLE 33: WIE UEBERZEUGT SIND SIE, DASS SIE DAS NETZT ERZIELTE ERGEBNIS IN DER ZUKUNFT BEIBEHALTEN WERDEN?

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENT- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ ZU- WENIGER FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
ICH BIN VOLLKOMMEN SICHER, DASS ICH DIESES ERGEBNIS AUCH IN DER ZUKUNFT BEIBE- HALTEN ODER NOCH VERBESSERN KANN	49	52	45	50	51	49	54	42	38	51	55	58	45	34
ICH BIN SICHER, DASS ICH DIESES ERGEBNIS ZUMINDEST EINE ZEITLANG BEIBEHALTEN WERDE	38	35	41	36	36	45	36	39	41	39	36	34	43	38
ICH ZWEIFELE, OB ICH DAS ER- GEBNIS BEIBEHALTEN WERDE	6	5	6	8	7	5	4	9	11	5	3	2	6	17
KA	7	7	8	5	6	2	6	11	10	6	7	6	6	11

147

TABELLE 34: WENN SIE JETZT NACH DER LETZTEN KURSSTUNDE DIESES KURSSYSTEM MIT ANDEREN IHNEN BEKANNTEN REDUKTIONSMETHODEN VERGLEICHEN, WELCHEN EINDRUCK HABEN SIE?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
DIESES KURSSYSTEM IST WOHL BESSER ALS ANDERE SYSTEME UND METHODEN ZUR GEWICHTSRE- DUKTION	84	88	85	84	80	91	83	87	86	74	85	83	87
DIESES KURSSYSTEM IST WOHL NICHT BESSER, AUCH NICHT SCHLECHTER ALS ANDERE SYSTEME	7	11	9	5	4	6	9	7	5	7	6	6	10
ICH KANN MIR VORSTELLEN, DASS ANDERE SYSTEME BESSER SIND	2	1	1	1	2	0	0	1	1	4	2	1	2
KA	8	0	5	10	14	3	8	5	7	15	7	10	1

TABELLE 34: WENN SIE JETZT NACH DER LETZTEN KURSSTUNDE DIESES KURSSYSTEM MIT ANDEREN IHNEN BEKANNTEN REDUKTIONSMETHODEN VERGLEICHEN, WELCHEM EINDRUCK HABEN SIE?

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ ZU- WENIGER FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
DIESES KURSSYSTEM IST WOHL BESSER ALS ANDERE SYSTEME UND METHODEN ZUR GEWICHTSRE- DUKTION	84	84	85	81	91	97	87	73	73	87	95	92	81	65
DIESES KURSSYSTEM IST WOHL NICHT BESSER, AUCH NICHT SCHLECHTER ALS ANDERE SYSTEME	7	7	6	7	3	0	6	16	18	4	1	2	8	23
ICH KANN MIR VORSTELLEN, DASS ANDERE SYSTEME BESSER SIND	2	0	2	4	1	2	1	2	3	2	0	1	1	4
KA	8	8	7	8	4	2	6	9	7	7	4	6	9	8

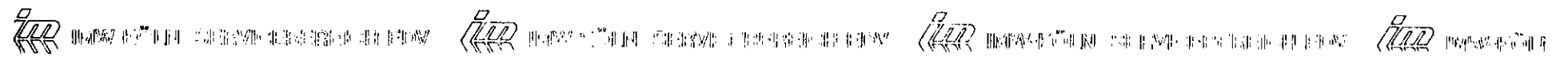


TABELLE 35: HAT IHNEN DIE KURSTEILNAHME SPASS GEMACHT?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DERN	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGENICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
JA, SEHR	72	60	70	73	80	66	73	75	70	71	71	74	68
JA	22	32	25	20	15	31	21	18	29	20	23	21	26
ES GEHT	4	8	1	4	2	3	4	6	0	4	3	3	6
WENIGER	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBERHAUPT NICHT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	2	0	3	2	3	0	1	1	1	5	3	3	1

TABELLE 35: HAT IHNEN DIE KURSTEILNAHME SPASS GEMACHT?

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA, SEHR	72	75	70	62	76	72	76	63	55	75	86	88	58	58
JA	22	20	24	30	19	26	13	27	33	21	13	10	36	24
ES GEHT	4	3	4	4	1	2	3	8	12	2	0	0	2	18
WENIGER	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBERHAUPT NICHT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	2	2	2	4	4	0	3	2	1	3	1	2	3	0

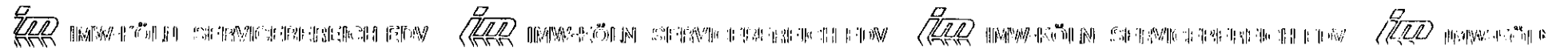


TABELLE S.11 KOERPERGROSSE

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HEUDE FRAUEN	BE- PUS- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
BIS 155 CM	5	3	2	5	13	0	13	6	1	5	5	6	4
156 - 160 CM	18	16	16	18	25	3	16	23	11	27	19	19	14
161 - 165 CM	25	23	30	26	20	6	21	25	30	30	27	26	23
166 - 170 CM	29	36	30	27	28	9	32	30	36	24	32	27	34
171 - 175 CM	13	19	13	16	5	25	8	14	14	11	14	14	14
176 - 180 CM	5	3	7	4	3	34	5	1	4	2	2	5	4
181 - 185 CM	2	0	2	2	1	19	1	0	3	0	0	1	4
186 - 190 CM	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBER 190 CM	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	2	0	0	1	4	3	3	1	1	1	1	1	2

TABELLE 9.1: KOERPERGROESSE

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
BIS 155 CM	5	7	4	4	3	3	5	8	8	4	4	4	6	8
156 - 160 CM	18	23	18	8	17	12	22	20	20	18	17	20	15	23
161 - 165 CM	25	24	28	24	25	31	23	29	25	26	21	28	25	18
166 - 170 CM	29	25	31	39	29	35	28	22	28	30	26	29	26	34
171 - 175 CM	13	15	12	16	16	14	16	12	13	13	17	11	18	10
176 - 180 CM	5	4	5	8	7	3	4	6	3	4	11	5	5	4
181 - 185 CM	2	2	2	0	3	2	1	4	2	1	4	3	1	1
186 - 190 CM	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UEBER 190 CM	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	2	0	0	0	0	0	0	0	1	4	0	2	3	1

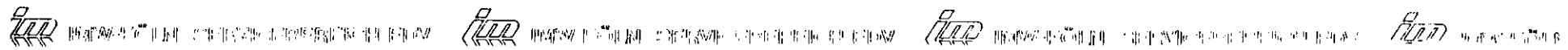


TABELLE S.2: KOERPERGEWICHT AN KURSANFANG

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
BIS 60 KG	3	5	2	3	1	3	3	4	1	4	3	2	4
61 - 65 KG	7	11	7	5	9	0	7	10	7	7	6	6	9
66 - 70 KG	14	18	10	14	15	0	17	15	16	15	13	13	16
71 - 75 KG	18	14	19	21	15	3	13	21	14	18	26	18	20
76 - 80 KG	17	16	20	16	16	9	17	18	22	15	17	17	17
81 - 85 KG	10	8	16	9	6	6	11	12	10	7	13	10	11
86 - 90 KG	10	8	10	9	11	16	13	10	10	8	8	10	9
91 - 100 KG	11	12	7	12	16	28	9	6	10	18	8	14	6
UEBER 100 KG	8	5	9	9	8	31	7	4	8	6	6	9	6
KA	3	1	1	1	3	3	3	1	3	1	0	1	2

TABELLE 9.2: KOERPERGEWICHT AM KURSANFANG

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ ZU- WENIGER FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	197	101	120	305	76	238	201	71
BIS 60 KG	3	0	2	14	2	0	1	0	3	3	1	3	2	4
61 - 65 KG	7	0	9	23	9	2	2	2	5	8	8	6	9	4
66 - 70 KG	14	4	20	34	21	9	8	5	10	15	12	16	13	8
71 - 75 KG	18	11	28	20	22	28	18	9	17	20	14	18	19	17
76 - 80 KG	17	14	25	5	9	26	19	17	19	16	12	16	14	24
81 - 85 KG	10	15	7	4	9	14	12	12	11	9	12	10	11	8
86 - 90 KG	10	16	6	0	6	12	15	13	9	9	14	11	9	8
91 - 100 KG	11	23	2	0	10	5	15	24	14	10	16	11	11	14
UEBER 100 KG	8	16	0	0	12	5	11	19	9	8	11	9	6	8
KA	3	0	0	0	0	0	0	0	3	3	0	2	3	3

1
63
61

TABELLE S.3: ALTER

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
BIS 19 JAHRE	1	10	0	0	0	3	5	1	0	1	0	0	3
20 - 29 JAHRE	13	90	0	0	0	9	23	12	14	0	16	11	19
30 - 39 JAHRE	27	0	100	0	0	22	13	17	49	5	44	27	28
40 - 49 JAHRE	39	0	0	100	0	38	23	51	37	51	37	41	35
50 - 59 JAHRE	13	0	0	0	73	6	20	19	0	36	2	15	9
60 JAHRE UND AELTER	5	0	0	0	27	16	15	0	0	7	1	5	5
KA	2	0	0	0	0	6	1	0	0	0	0	1	1

TABELLE S.3: ALTER

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UES- UEBER- GE- WICHT	UEBFR- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	NISS- ERFOLG	MEH- GER ALS ERWAR- TET	SÜ- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ ZENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
BIS 19 JAHRE	1	0	2	4	2	0	1	0	3	1	0	1	1	4
20 - 29 JAHRE	13	11	13	19	16	20	9	8	11	14	13	11	16	10
30 - 39 JAHRE	27	24	29	35	30	29	26	24	28	28	24	24	30	27
40 - 49 JAHRE	39	39	43	35	42	42	38	41	38	38	45	43	35	42
50 - 59 JAHRE	13	18	9	4	9	8	17	19	14	12	14	16	10	15
60 JAHRE UND AELTER	5	7	3	3	1	2	7	9	7	5	3	5	6	1
KA	2	0	1	0	0	0	1	0	0	2	1	1	2	0



TABELLE S.4: GESCHLECHT

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDF FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
MAENNLICH	6	5	5	6	8	100	0	0	0	0	0	6	6	
WEIBLICH	93	95	94	94	92	0	100	100	100	100	100	94	94	
KA	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

158

TABELLE S.4: GESCHLECHT

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
MAENNLICH	6	9	4	3	7	9	9	7	5	5	13	6	7	3
WEIBLICH	93	91	96	97	93	91	91	93	94	94	87	93	93	96
KA	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1

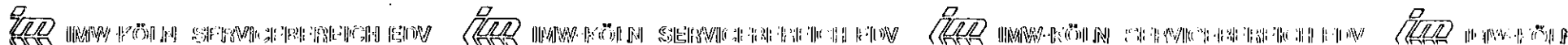


TABELLE S.5: FAMILIENSTAND

GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG		
	BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MÄNN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUFSS- TÄE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUFSS- TÄE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
LEDIG, VERWITW., GETRENNT LEBEND, GESCHIEDEN	15	33	8	8	28	13	100	0	0	0	0	13	21
VERHEIRATET, MIT PARTNER	81	63	90	99	69	84	0	100	100	100	100	84	75
KA	4	4	2	2	3	3	0	0	0	0	0	3	4

TABELLE S.5: FAMILIENSTAND

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR- ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
LEDIG, VERWITW., GETRENNT LEBEND, GESCHIEDEN	15	16	15	12	17	12	15	14	18	15	11	15	16	14
VERHEIRATET, MIT PARTNER	81	80	84	86	81	83	83	82	79	80	87	81	80	83
KA	4	4	1	1	2	5	3	4	3	5	3	5	3	3

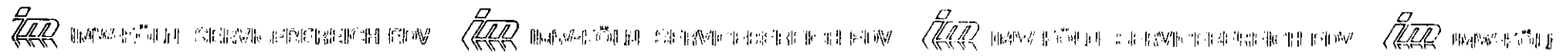


TABELLE S.6.1: ANZAHL WEITERER PERSONEN IM HAUSHALT

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- OHNE KIN- DER	HAUS- MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
KEINE	7	8	4	1	17	9	32	1	0	2	0	5	8
1 PERSON	11	21	7	5	20	9	17	32	0	11	0	9	16
2 PERSONEN	21	27	15	18	32	28	20	18	23	26	17	23	18
3 PERSONEN	34	23	49	37	16	44	13	27	52	29	41	33	33
4 PERSONEN	28	21	26	39	14	9	17	21	25	32	41	30	24

TABELLE S.6.1: ANZAHL WEITERER PERSONEN IM HAUSHALT

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	HOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
KEINE	7	7	7	1	6	3	9	2	5	8	7	8	8	3
1 PERSON	11	12	7	16	9	14	8	13	8	12	11	11	10	10
2 PERSONEN	21	22	20	15	24	14	26	20	23	20	20	21	20	23
3 PERSONEN	34	29	38	39	35	45	24	34	32	35	32	33	35	32
4 PERSONEN	28	30	29	28	25	25	33	32	33	25	32	28	26	32

TABELLE S.6.2: ANZAHL PERSONEN UNTER 14 JAHREN IM HAUSHALT

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- HER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
KEINE	50	44	17	53	91	59	73	100	0	100	0	50	49
1 PERSON	27	34	25	35	8	16	23	0	60	0	47	27	27
2 PERSONEN	18	12	46	8	1	22	3	0	34	0	38	17	18
3 PERSONEN	6	10	11	4	0	3	1	0	5	0	15	6	6

TABELLE S.6.2: ANZAHL PERSONEN UNTER 14 JAHREN IM HAUSHALT

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
KEINE	50	56	43	45	48	46	50	56	52	48	54	52	45	55
1 PERSON	27	23	31	30	24	26	26	23	26	28	22	27	28	23
2 PERSONEN	18	15	22	19	23	20	18	14	18	18	17	16	21	14
3 PERSONEN	6	6	5	7	5	8	6	7	5	6	7	5	6	8

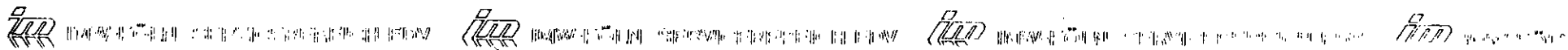


TABELLE S.7: BERUFSTÄTIGKEIT

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
JA, GANZTAGS	21	41	18	18	17	63	43	46	18	0	0	20	27
JA, HALBTAGS	23	14	28	29	13	6	15	54	82	0	0	24	22
ZUR ZEIT IN AUSBILDUNG	2	8	1	0	0	3	8	0	0	2	0	0	5
ZUR ZEIT ARBEITSLOS	1	1	1	1	2	3	3	0	0	2	0	2	0
HAUSFRAU	47	34	51	50	49	0	20	0	0	93	99	50	41
RENTNER, PENSIONAER	3	0	0	0	16	19	9	0	0	2	1	3	4
KA	2	1	1	1	2	6	3	0	0	0	0	1	1

TABELLE S.7: BERUFSTAETIGKEIT

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	YENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERNAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
JA, GANZTAGS	21	24	17	27	27	26	20	22	22	21	25	22	19	25
JA, HALBTAGS	23	19	25	28	26	23	19	21	20	22	29	23	26	17
ZUR ZEIT IN AUSBILDUNG	2	1	2	4	2	2	2	0	3	2	1	2	1	1
FUR ZEIT ARBEITSLOS	1	2	1	0	1	0	1	3	3	1	0	1	0	4
HAUSFRAU	47	48	53	39	42	46	52	50	49	48	41	46	48	51
RENTNER, PENSIONAER	3	5	1	1	1	0	6	4	3	3	3	4	3	1
KA	2	1	2	0	1	3	1	1	1	3	1	3	2	0

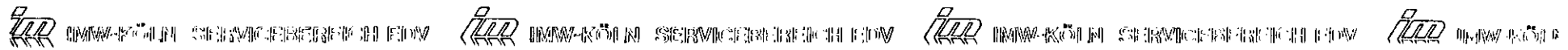


TABELLE S.7.1: WEHN BERUFSTAETIG: BERUFGSRUPPE

	GESAMT	ALTER				MAEH- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	
BASIS(UNGEWICHTET)	227	40	63	95	28	22	43	84	73	0	0	157	69	
FREIE BERUFE, SELBSTAEN- DIGE, LANDWIRTE	15	0	16	23	11	9	5	17	22	0	0	17	13	
LEITENDE ANGESTELLTE, BEAMTE	6	8	8	4	4	14	5	5	4	0	0	3	14	
MITTLERE ANGESTELLTE, BEAMTE, FACHARBEITER	32	40	32	32	25	50	40	29	27	0	0	22	55	
EINFACHE ANGESTELLTE, BEAMTE, ARBEITER	44	50	41	39	61	23	51	49	42	0	0	57	16	
KA	2	3	3	2	0	5	0	1	4	0	0	2	1	

TABELLE S.7.1: WENN BERUFSTAETIG: BERUFGGRUPPE

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	227	104	75	41	86	32	61	43	50	131	41	106	91	30
FREIE BERUFE, SELBSTAEN- DIGE, LANDWIRTE	15	15	17	15	10	9	20	21	18	15	15	13	16	20
LEITENDE ANGESTELLTE, BEAMTE	6	7	4	7	6	0	8	2	6	5	10	8	5	3
MITTLERE ANGESTELLTE, BEAMTE, FACHARBEITER	32	28	35	37	35	31	30	30	34	35	22	31	31	40
EINFACHE ANGESTELLTE, BEAMTE, ARBEITER	44	49	41	37	48	56	43	44	40	43	51	46	44	37
KA	2	1	3	5	1	3	0	2	2	2	2	2	3	0

TABELLE S.8: SCHULABSCHLUSS

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
VOLKSSCHULE / HAUPTSCHULE	69	55	70	72	77	66	60	73	73	77	68	100	0
MITTLERE REIFE	22	30	21	22	17	19	24	24	22	15	25	0	80
ABITUR	3	11	3	0	2	0	9	0	3	2	2	0	11
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	3	1	5	2	1	9	5	4	3	0	1	0	9
KEINEN ABSCHLUSS	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0
KA	3	3	1	2	1	6	1	0	0	4	3	0	0

TABELLE 5.8: SCHULABSCHLUSS

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS<UNGEWICHTET>	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
VOLKSSCHULE / HAUPTSCHULE	69	78	65	57	68	68	73	78	64	69	75	72	68	61
MITTLERE REIFE	22	12	27	38	25	23	15	19	25	22	18	18	25	25
ABITUR	3	3	3	3	2	3	4	1	4	3	3	3	2	4
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	3	4	2	1	2	2	4	2	3	2	4	3	2	3
KEINEN ABSCHLUSS	1	1	1	0	1	3	1	0	0	1	0	1	0	0
KA	3	2	3	1	1	2	3	0	3	4	0	3	2	7

111

TABELLE S.9: WELCHEN SCHULABSCHLUSS HAT IHR (EHE)PARTNER?

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND ÄL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TÄT- IGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TÄT- IGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	415	46	124	180	64	27	0	84	73	84	143	298	106
VOLKSSCHULE/HAUPTSCHULE	63	61	45	65	50	70	0	58	70	58	64	76	33
MITTLERE REIFE	21	26	20	18	30	26	0	29	26	23	14	16	39
ABITUR	3	4	0	3	3	0	0	1	0	5	5	2	7
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	9	9	10	9	8	4	0	12	4	8	11	5	20
KEINEN ABSCHLUSS	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0
FRAGE TRIFFT AUF NICHT ZU, BIN ALLEINSTEHEND	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	3	0	2	4	2	0	0	0	0	5	6	1	2

TABELLE S.9: WELCHEN SCHULABSCHLUSS HAT IHR (EHE)PARTNER?

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAR- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	415	193	152	64	131	54	130	83	95	244	66	192	161	59
VOLKSSCHULE/HAUPTSCHULE	63	68	59	56	61	57	67	70	60	66	61	61	66	61
MITTLERE REIFE	21	17	23	31	24	20	18	20	24	19	29	23	19	25
ABITUR	3	3	4	0	2	4	5	1	2	3	0	2	4	3
ABGESCHLOSSENES STUDIUM	9	7	11	9	10	13	8	5	11	8	11	10	9	5
KEINEN ABSCHLUSS	0	1	0	0	1	2	0	1	0	1	0	1	1	0
FRAGE TRIFFT AUF MICH NICHT ZU, BIN ALLEINSTEHEND	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
KA	3	3	3	3	2	4	2	2	3	4	0	4	1	5

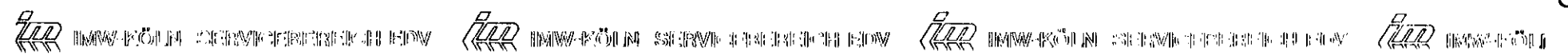


TABELLE A: GEWICHT BEI KURSENDE < IN % DES PERSOENLICHEN NORMALGEWICHTS >

	GESAMT	ALTER				MAEN- NER	LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER		AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERH	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERH	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141	
UNTER NORMALGEWICHT	23	38	26	23	10	13	21	31	25	19	27	19	35	
NORMALGEWICHT	5	5	6	6	2	0	7	4	11	2	6	6	4	
1 - 5 % UEBER NORMALGEWICHT	13	14	16	13	8	22	8	13	14	11	15	12	14	
6 - 10 % UEBER NORMALGEWICHT	12	8	17	12	9	3	9	12	14	12	15	12	10	
11 - 20 % UEBER NORMALGEWICHT	17	16	12	18	25	31	19	18	14	20	12	18	16	
21 - 30 % UEBER NORMALGEWICHT	12	5	12	11	22	22	12	10	10	17	10	14	9	
31 - 40 % UEBER NORMALGEWICHT	5	3	3	4	11	6	3	5	1	7	6	6	3	
41 % UND MEHR UEBER NORMALGEWICHT	5	4	5	6	5	0	8	5	5	7	4	6	4	
KA	8	5	4	6	10	3	13	4	7	4	6	7	4	

TABELLE A: GEWICHT BEI KURSENDE <IN % DES PERSOENLICHEN NORMALGEWICHTS>

	GESAMT S-%	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- UESER- GE- WICHT S-%	UEBER- GE- WICHT S-%	NOR- MAL- GE- WICHT S-%	SEHR STARKE REDUK- TION S-%	STAR- KE RE- DUK- TION S-%	KAUM RE- DUK- TION S-%	MISS- ERFOLG S-%	WENI- GER ALS ERWAR- TET S-%	SO- VIEL WIE ERWAR- TET S-%	MEHR ALS ERWAR- TET S-%	SEHR ZU- FRIE- DEN S-%	ZU- FRIE- DEN S-%	NICHT/ WENIGER ZU- FRIE- DEN S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
UNTER NORMALGEWICHT	23	2	27	98	53	0	0	0	13	26	30	28	21	15
NORMALGEWICHT	5	1	12	4	16	0	0	0	3	5	9	6	5	3
1 - 5 % UEBER NORMALGEWICHT	13	5	29	3	4	78	8	1	7	13	18	14	12	8
6 - 10 % UEBER NORMALGEWICHT	12	11	19	0	7	18	29	4	15	12	7	10	14	14
11 - 20 % UEBER NORMALGEWICHT	17	28	8	1	8	2	38	23	23	15	18	19	15	15
21 - 30 % UEBER NORMALGEWICHT	12	26	0	0	6	2	19	32	13	12	12	11	13	14
31 - 40 % UEBER NORMALGEWICHT	5	10	0	0	3	0	4	17	6	5	3	5	2	10
41 % UND MEHR UEBER NORMALGEWICHT	5	11	0	1	3	0	1	24	14	3	1	3	6	10
KA	8	6	6	3	0	0	0	0	6	9	1	5	9	10

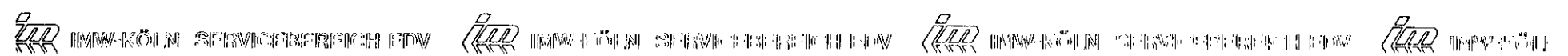
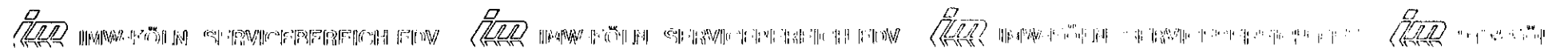


TABELLE B: GEWICHTSREDUKTION BEI KURSENDE (IN KG)

	GESAMT	ALTER				LEBENSITUATION						SCHULBILDUNG	
		BIS 29 JAHRE	30-39 JAHRE	40-49 JAHRE	50 JAHRE UND AEL- TER	MAEN- NER	AL- LEIN- STE- HENDE FRAUEN	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR OHNE KIN- DER	BE- RUF- TAE- TIGE EHEFR MIT KIN- DERN	HAUS- FRAU OHNE KIN- DER	HAUS- FRAU MIT KIN- DERN	VOLKS- SCHUL- AB- SCHL.	MITT- LERE REIFE ABITUR STU- DIUM
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	73	138	202	93	32	75	84	73	84	143	355	141
KEINE GEWICHTSREDUKTION	4	1	2	7	2	0	4	4	4	7	3	4	4
1 - 2 KG	5	4	6	4	8	9	3	8	4	5	3	6	4
3 - 5 KG	26	27	30	22	31	19	27	21	26	30	30	23	35
6 - 8 KG	25	19	24	28	30	22	23	29	29	31	24	28	21
9 - 10 KG	12	12	15	12	6	13	5	17	11	7	17	12	11
11 - 12 KG	9	14	8	9	5	3	15	8	8	7	9	8	10
13 - 15 KG	6	4	5	6	6	0	4	7	5	6	7	6	4
16 - 20 KG	4	8	3	4	1	25	5	0	1	2	1	4	4
21 KG UND MEHR	2	3	2	2	1	6	1	2	3	1	0	2	3
KA	8	7	5	6	9	3	13	4	8	4	6	8	4

TABELLE B: GEWICHTSREDUKTION BEI KURSENDE (IN KG)

	GESAMT	AUSGANGSGEWICHT			GEWICHTSREDUKTION				ZUFRIEDENHEIT MIT GEWICHTSREDUKTION			ZUFRIEDENHEIT MIT GESUENDEREM ESSVERH.		
		STAR- KES UEBER GE- WICHT	UEBER- GE- WICHT	NOR- MAL- GE- WICHT	SEHR STARKE REDUK- TION	STAP- KE RE- DUK- TION	KAUM RE- DUK- TION	MISS- ERFOLG	WENI- GER ALS ERWAR- TET	SO- VIEL WIE ERWAR- TET	MEHR ALS ERWAR- TET	SEHR ZU- FRIE- DEN	ZU- FRIE- DEN	NICHT/ ZU- WENIGER FRIE- DEN
	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%	S-%
BASIS(UNGEWICHTET)	514	241	181	74	161	65	157	101	120	305	76	238	201	71
KEINE GEWICHTSREDUKTION	4	5	2	7	0	0	0	14	8	3	0	3	4	8
1 - 2 KG	5	5	3	9	0	0	1	18	13	3	1	3	4	15
3 - 5 KG	26	17	31	51	19	12	23	42	44	22	12	15	33	44
6 - 8 KG	25	23	33	19	20	32	32	20	18	30	20	26	28	13
9 - 10 KG	12	12	14	8	14	15	16	2	4	14	17	16	10	3
11 - 12 KG	9	11	8	3	12	14	11	4	1	11	13	13	5	3
13 - 15 KG	6	10	3	0	18	15	8	0	2	4	18	9	3	1
16 - 20 KG	4	8	0	0	12	6	6	1	2	3	12	6	2	0
21 KG UND MEHR	2	3	0	0	5	5	3	0	1	2	5	3	1	1
KA	8	6	6	3	0	0	0	0	8	9	1	5	9	11



Befragungsmaterial

ABNEHMEN- ABER MIT VERNUNFT

Ein Kursprogramm der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung, Köln

TEILNEHMERBEFRAGUNG ZUM KURSBEGINN

A

Bitte füllen Sie den Fragebogen vollständig aus und lassen Sie dabei keine Frage aus. Zuerst tragen Sie bitte in nebenstehendes Feld Ihren Teilnehmercode ein. Die Anleitung dazu finden Sie auf dem Informationsblatt.

IHR TEILNEHMERCODE

Ort		Geburtsdatum			
1. und letzter Buchst. Wohnort	Tag	Monat	Jahr		

I. WIE KAMEN SIE ZU DIESEM KURS?

1. Wie haben Sie erfahren, daß dieser Kurs "Abnehmen, aber mit Vernunft" stattfindet?

Plakat, Anschlag, VHS-Programm	1
Tageszeitung	2
Fernsehen, Rundfunk	3
Freunde, Bekannte, Kollegen	4
Anderes (bitte notieren)	5

2. Haben Sie sich alleine oder zusammen mit jemand anderem zu diesem Kurs angemeldet?

Einzelanmeldung	6
Anmeldung mit Familienangehörigen oder Verwandten	7
Anmeldung mit Freunden, Bekannten, Kollegen	8

3. Mit welchen Personen haben Sie darüber gesprochen, daß Sie abnehmen wollen und deshalb diesen Kurs besuchen?

Familienmitglieder, Verwandte	9
Freunde, Bekannte, Kollegen	10
Ich habe mit niemandem darüber gesprochen	11

4. Gibt es in Ihrer Familie noch weitere Personen, die Probleme mit ihrer Ernährung oder ihrem Gewicht haben?

JA

NEIN

1
2
12

II. IHRE BISHERIGEN VERSUCHE

5. Haben Sie früher schon einmal versucht, abzunehmen?

nein, noch nie	1
ja, einmal	2
ja, mehrmals	3

5.1 Welche der folgenden Methoden haben Sie dabei schon ausprobiert?

einfach weniger essen, FdH (Friß die Hälfte)	14
Nulldiät	15
Aufenthalt im Krankenhaus oder Kurheim, um abzunehmen	16
Gruppenprogramm (z.B. weight watch)	17
einseitige Kost (z.B. Atkins-, Hollywood-, Punkce-Diät)	18
medikamentöse Behandlung (Appetit- zügler, Magenfüller usw.)	19
irgendwelche anderen Methoden um Hunger zu vergessen oder "Pausen" zwischen den Mahlzeiten zu überbrücken (z.B. Rauchen, Kaffee trinken, Kaugummi kauen usw.)	20
sonstige Methoden, nämlich ...	21

6. Weshalb ist es Ihnen bisher noch nicht gelungen, Ihre Ernährung und Ihr Gewicht so zu beeinflussen, wie Sie es gerne hätten?

	trifft zu	
Ich habe vielleicht nicht genug Willensstärke gezeigt		22
Meine Lebenssituation (und mein Beruf) haben mir das Durchhalten unmöglich gemacht		23
Meine bisherigen Versuche waren noch nicht richtig ernsthaft		24
Die Methoden, die ich bisher ausprobiert habe, waren nicht gut		25
Meine Familie und mein persönliches Umfeld haben mich in keiner Weise unterstützt		26
Ich kann einfach schwer Versuchen widerstehen		27
Die negativen Auswirkungen meiner bisherigen Versuche waren schlimmer als der Erfolg		28
Anderes?		29

III. IHRE ERWARTUNGEN AN DEN KURS

7. Was sind Ihre wichtigsten Erwartungen an das Kursergebnis?

	das erwarte ich	
Mein allgemeines Wohlbefinden wird sich verbessern		30
Ich werde wieder leistungsfähiger werden		31
Ich werde wieder besser aussehen und anziehender für andere sein		32
Bestimmte gesundheitliche Beeinträchtigungen, unter denen ich jetzt leide, werden sich vermindern		33
Ich werde wieder beweglicher und allgemein aktiver sein		34
Ich werde weniger Probleme mit meiner Umwelt haben		35
Ich werde wieder ausgeglichener und zufriedener werden		36
Das (richtige) Essen und Trinken wird mir wieder mehr Spaß machen		37
Ich werde mich von meinen bisherigen Ess- und Trinkgewohnheiten nicht mehr so abhängig fühlen		38

8. Wenn Sie einmal ganz ehrlich sind, wie überzeugt sind Sie, daß Sie am Ende dieses Kurses Ihre Ess- und Trinkgewohnheiten so geändert haben, daß Sie keine Gewichtsprobleme mehr haben?

Ich bin vollkommen sicher, daß ich am Ende des Kurses meine Ess- und Trinkgewohnheiten so geändert habe, daß ich keine Gewichtsprobleme mehr habe.		1
Ich bin sicher, daß ich zumindest einiges an Gewicht abgenommen habe		2
Ich zweifle noch etwas am Erfolg des Kurses		3
		39

9. Was meinen Sie, welche Probleme, Lebensgewohnheiten oder andere Hindernisse Sie im Verlauf des Kurses von Ihrem Vorsatz zur Änderung Ihrer Ess- und Trinkgewohnheiten abbringen könnten?

IV. ZU IHRER JETZIGEN SITUATION

10. Welche der folgenden Mahlzeiten nehmen Sie wochentags regelmäßig a) zuhause oder b) außer Haus (Kantine, Restaurant usw.) ein? Bitte kreuzen Sie nur bei Mahlzeiten an, die Sie regelmäßig einnehmen:

	zu Hause	außer Haus	
Frühstück	1	2	40
2. Frühstück/Pausenfrühstück	1	2	41
Mittagessen	1	2	42
Nachmittags-Mahlzeit	1	2	43
Abendessen	1	2	44
Kleinigkeiten nach dem Abendessen	1	2	45

11. Welche der folgenden Aussagen treffen auf Sie persönlich zu?

	trifft zu	
Essen macht mir richtig Freude und ich genieße es		47
Ich habe dauernd Hungergefühle und esse deshalb häufiger und mehr, als ich eigentlich will		48
Ich esse gerne gut; aber Essen zählt für mich nicht zu den wichtigsten Dingen		49
Ich habe nach dem Essen oft ein schlechtes Gewissen, weil ich zuviel gegessen habe		50

12. Wie würden Sie im großen und ganzen Ihren eigenen Gesundheitszustand beurteilen?

sehr gut	1
gut	2
zufriedenstellend	3
weniger zufriedenstellend	4
schlecht	5
sehr schlecht	6

13. Sind Sie zur Zeit in ärztlicher Behandlung in Zusammenhang mit einer Krankheit, die mit Ihrer Ernährung zu tun hat?

ja	1
nein	2

14. Im alltäglichen Leben kann es Probleme verschiedenster Art geben, z.B. im Beruf, in der Ausbildung, durch Hitze und Stress, in der Familie, im Freundeskreis usw. Wie stark fühlen Sie sich insgesamt durch Probleme dieser Art belastet?

sehr stark	1
stark	2
weniger stark	3
kaum	4
überhaupt nicht	5

V. ANGABEN ZUR STATISTIK

S.1 Ihre Körpergröße? _____ cm

S.2 Ihr Körpergewicht? _____ kg

S.3 Ihr Alter? _____ Jahre

S.4 Ihr Geschlecht? männlich weiblich

S.5 Familienstand? ledig, verwitw., getrennt lebend, geschieden verheiratet/mit Partner

S.6 Haushaltsgröße? In meinem Haushalt leben außer mir noch _____ Personen. Davon sind _____ Personen unter 14 Jahre.

S.7 Sind Sie zur Zeit berufstätig?

ja, ganztags	1
ja, halbtags	2
zur Zeit in Ausbildung	3
zur Zeit arbeitslos	4
Hausfrau	5
Rentner, Pensionär	6

S.7.1 FÜR BERUFSTÄTIGE
Zu welcher Berufsgruppe gehören Sie?

freie Berufe, Selbstständige, Landwirte	1
leitende Angestellte, Beamte	2
mittlere Angestellte, Beamte, Facharbeiter	3
einfache Angestellte, Beamte, Arbeiter	4

S.8 Welchen Schulabschluß haben Sie?

Volksschule/Hauptschule	1
Mittlere Reife	2
Abitur	3
Abgeschlossenes Studium	4
Keinen Abschluß	5

S.9. Welchen Schulabschluß hat Ihr (Ehe)Partner?

Volksschule/Hauptschule	1
Mittlere Reife	2
Abitur	3
Abgeschlossenes Studium	4
Keinen Abschluß	5
Frage trifft auf mich nicht zu, bin alleinstehend	6

BZ

BZ

54-

56

57-

59

60-

61

1

2.

62

1

2

63

64

65

1

2

3

4

5

6

66

1

2

3

4

5

6

67

1

2

3

4

5

6

68

1

2

3

4

5

6

69

51

52

53

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

ABNEHMEN- ABER MIT VERNUNFT

Ein Kursprogramm der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung, Köln

TEILNEHMERBEFRAGUNG
ZUR 8. KURSSTUNDE

B

Damit wir die Fragebogen, die Sie zu verschiedenen Zeitpunkten des Kurses ausfüllen, einander zuordnen können, bitten wir Sie, in die dafür vorgesehenen Kästchen einen 8-stelligen Code einzutragen. Schreiben Sie dazu

- in das 1. Kästchen den ersten Buchstaben Ihres Wohnortes,
- in das 2. Kästchen den letzten Buchstaben Ihres Wohnortes
- in das 3. bis 6. Kästchen Ihren Geburtstag,
- in das 7. und 8. Kästchen Ihr Geburtsjahr (ohne 19...).

Ein Beispiel: Sie wohnen in Köln; Sie sind am 10.12.1916 geboren.
Dann würde Ihr Code lauten: KN101216

→

K	N	1	0	1	2	1	6
---	---	---	---	---	---	---	---

ORT	GEBURTSdatum		
	Tag	Monat	Jahr

1. und letzter Buchstabe/Wohnort

Bitte tragen Sie diesen Code ein.

I. FRAGEN ZUM KURSbesUCH

BZ

1. Im bisherigen Verlauf des Kurses haben 8 Kursabende stattgefunden. An welchen dieser Kursabende haben Sie teilgenommen?

Informationsabend	BZ
1. Kursstunde	71
2. Kursstunde	72
3. Kursstunde	73
4. Kursstunde	74
5. Kursstunde	76
6. Kursstunde	77
7. Kursstunde	78
8. Kursstunde	79

2. Wie sehen Sie Ihre weitere Kursteilnahme? Kreuzen Sie bitte das Zutreffende an.

Ich werde weiter an allen Kursabenden teilnehmen und voll beim Kurs mitmachen	1
Ich werde möglicherweise nicht mehr zu allen Kursabenden kommen, das Kursprogramm mit Hilfe der Unterlagen aber trotzdem weiter durchführen	2
Ich habe ernsthafte Zweifel daran, daß ich den Kurs bzw. das Kursprogramm weiterhin mitmache	3
Ich habe die Kursteilnahme bereits abgebrochen bzw. bin fest entschlossen dazu	4

2.1 Können Sie bitte kurz begründen, weshalb Sie nicht mehr bzw. nur noch eingeschränkt am Kurs teilnehmen?

80

3. Wie hoch war Ihr Gewicht in der vergangenen Woche?

kg 81-
83

WENN SIE UNS WEITERE ANREGUNGEN, EINDRÜCKE UND ERFAHRUNGEN MITTEILEN KÖNNEN, NUTZEN SIE BITTE DIE RÜCKSEITE.

VIELEN DANK!

II. FRAGEN ZUM KURSprogramm

BZ

4. Sie haben jetzt schon einige Erfahrungen mit dem Kursprogramm sammeln können. Bitte kreuzen Sie bei den folgenden Kursregeln, Materialien und Hausaufgaben an,

	(A)	(B)	(C)
ob Sie diese regelmäßig bzw. wie vorgeschlagen durchgeführt haben		welche davon Sie für besonders nützlich und hilfreich halten	womit Sie Schwierigkeiten hatten
	Frage (A)	Frage (B)	Frage (C)

Regelmäßig das Protokoll "Tägliche Nahrungsaufnahme" führen (in der 1. Kurswoche)				84 98 112
Strichliste "Meine Beobachtungen beim Essen" führen (2 Wochen lang)				85 99 113
Das Diagramm "Nahrungsaufnahme" ausfüllen				86 100 114
Aufstellen eines "Eßplans" (3. Woche)				87 101 115
Regelmäßige Nutzung des Ernährungsfahrplans (auskreuzen der KJ-Mengen) davon				88 102 116
Tägliches Wiegen und "Wochengewicht" ausrechnen				89 103 117
Protokolle und Beobachtungen der ersten 14 Tage auswerten				90 104 118
Verhaltensregeln und Vorsätze für sich selbst aufstellen				91 105 119
"Verführungssituationen" sammeln und durchdenken				92 106 120
Einen Belohnungsplan aufstellen und überarbeiten				93 107 121
Für mehr Bewegung sorgen				94 108 122
Familie und/oder Freunde zum Kurs mitnehmen (7. Stunde)				95 109 123
Gespräche und Erfahrungsaustausch mit anderen Kursteilnehmern suchen				96 110 124
Spezielle KJ-arme Rezepte ausarbeiten und austauschen				97 111 125

5. Macht Ihnen die Kursteilnahme Spaß?

ja, sehr	1
ja	2
es geht	3
weniger	4
überhaupt nicht	5

126

ABNEHMEN- ABER MIT VERNUNFT

Ein Kursprogramm der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung, Köln

TEILNEHMERBEFRAGUNG
ZUR 13. KURSSTUNDE

C

Demit wir die Fragebogen, die Sie zu verschiedenen Zeitpunkten des Kurses ausfüllen, einander zuordnen können, bitten wir Sie, in die dafür vorgesehenen Kästchen einen 8-stelligen Code einzutragen. Schreiben Sie dazu

- in das 1. Kästchen den ersten Buchstaben Ihres Wohnortes.
- in das 2. Kästchen den letzten Buchstaben Ihres Wohnortes
- in das 3. bis 6. Kästchen Ihren Geburtstag.
- in das 7. und 8. Kästchen Ihr Geburtsjahr (ohne 19..).

Ein Beispiel: Sie wohnen in Köln; Sie sind am 10.12.1916 geboren.

Dann würde Ihr Code lauten: KN101216

KN101216

ORT		GEBURTSDATUM					
		Tag		Monat		Jahr	

1. und letzter Buchstabe/Wohnort

Bitte tragen Sie Ihren Code ein.

<p>1. Seit der 8. Kursstunde haben 5 weitere Kursabende stattgefunden. An welchen dieser Kursabende haben Sie teilgenommen?</p> <table border="1"> <tr><td>9. Kursstunde</td><td></td><td>BZ</td></tr> <tr><td>10. Kursstunde</td><td></td><td>A12</td></tr> <tr><td>11. Kursstunde</td><td></td><td>A28</td></tr> <tr><td>12. Kursstunde</td><td></td><td>A29</td></tr> <tr><td>13. Kursstunde</td><td></td><td>A30</td></tr> <tr><td> </td><td></td><td>A31</td></tr> </table> <p>2. Haben Sie den Kursbesuch inzwischen abgebrochen?</p> <table border="1"> <tr><td>ja</td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>nein</td><td></td><td>2</td></tr> </table> <p>2.1 WENN JA: Warum haben Sie den Kursbesuch inzwischen abgebrochen?</p> <p>3. Wie hoch war Ihr Durchschnitts-Gewicht in der vergangenen Woche?</p> <p>kg</p> <p>4. Sie hatten ja vor Kursbeginn bestimmte Erwartungen dazu, wie stark Sie Ihr Gewicht reduzieren bzw. wieviel Sie abnehmen wollten. Welche der folgenden Aussagen trifft auf Sie zu?</p> <table border="1"> <tr><td>Ich habe weit weniger als erwartet abgenommen</td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>Ich habe in etwa soviel abgenommen, wie ich erwartete</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>Ich habe stärker abgenommen als ich erwartete</td><td></td><td>3</td></tr> </table> <p>5. Bei dem Kurs ging es ja nicht nur um Gewichtsabnahme, sondern um ein insgesamt gesünderes und für Sie zufriedenstellenderes Essverhalten. Wie zufrieden sind Sie insgesamt gesehen mit dem Ergebnis, das Sie in diesem Kurs erreicht haben?</p> <table border="1"> <tr><td>sehr zufrieden</td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>zufrieden</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>es geht</td><td></td><td>3</td></tr> <tr><td>weniger zufrieden</td><td></td><td>4</td></tr> <tr><td>überhaupt nicht zufrieden</td><td></td><td>5</td></tr> </table>	9. Kursstunde		BZ	10. Kursstunde		A12	11. Kursstunde		A28	12. Kursstunde		A29	13. Kursstunde		A30			A31	ja		1	nein		2	Ich habe weit weniger als erwartet abgenommen		1	Ich habe in etwa soviel abgenommen, wie ich erwartete		2	Ich habe stärker abgenommen als ich erwartete		3	sehr zufrieden		1	zufrieden		2	es geht		3	weniger zufrieden		4	überhaupt nicht zufrieden		5	<p>6. Nach Abschluß des Kurses haben Sie Erfahrungen mit dem gesamten Kursprogramm sammeln können. Bitte kreuzen Sie bei den folgenden Kursregeln, Materialien und Hausaufgaben an,</p> <table border="1"> <tr> <th>A</th> <th>B</th> <th>C</th> <th></th> </tr> <tr> <td>ob Sie diese regelmäßig bzw. wie vorgeschlagen durchgeführt haben</td> <td>welche davon Sie für besonders hilfreich und nützlich halten</td> <td>womit Sie Schwierigkeiten hatten</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>Frage A Frage B Frage C</td> </tr> <tr> <td>Regelmäßige Nutzung des Ernährungsfahrplans (Auskreuzen der KJ-Mengen)</td> <td></td> <td></td> <td>A38 A50 A62</td> </tr> <tr> <td>Tägliches Wiegen und "Wochen-gewicht" ausrechnen</td> <td></td> <td></td> <td>A39 A51 A63</td> </tr> <tr> <td>Das Diagramm "Nahrungsaufnahme" ausfüllen</td> <td></td> <td></td> <td>A40 A52 A64</td> </tr> <tr> <td>Verhaltensregeln und Vorsätze für sich selbst aufstellen</td> <td></td> <td></td> <td>A41 A53 A65</td> </tr> <tr> <td>"Verföhrungssituationen" sammeln und durchdenken</td> <td></td> <td></td> <td>A42 A54 A66</td> </tr> <tr> <td>Einen Belohnungsplan aufstellen und überarbeiten</td> <td></td> <td></td> <td>A43 A55 A67</td> </tr> <tr> <td>Beobachtungen wiederholen und auswerten</td> <td></td> <td></td> <td>A44 A56 A68</td> </tr> <tr> <td>Gespräche und Erfahrungsaustausch mit anderen Kursteilnehmern suchen</td> <td></td> <td></td> <td>A45 A57 A69</td> </tr> <tr> <td>Spezielle KJ-arme Rezepte ausarbeiten und austauschen</td> <td></td> <td></td> <td>A46 A58 A70</td> </tr> <tr> <td>Für mehr Bewegung sorgen</td> <td></td> <td></td> <td>A47 A59 A71</td> </tr> <tr> <td>Selbsthilfe-Treffen organisieren und besuchen</td> <td></td> <td></td> <td>A48 A60 A72</td> </tr> <tr> <td>Persönliche KJ-Grenze allmählich erhöhen</td> <td></td> <td></td> <td>A49 A61 A73</td> </tr> </table> <p>7. Einige der Kursregeln und Aufgaben konnten ja ab der 12. Kursstunde gelockert oder weggelassen werden. Was von den folgenden Dingen haben Sie in den letzten Wochen gelockert bzw. weggelassen?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>ja</td> <td>nein</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Aufstellen von Vorsätzen</td> <td></td> <td></td> <td>A74</td> </tr> <tr> <td>Ausarbeiten des Belohnungsplans</td> <td></td> <td></td> <td>A75</td> </tr> <tr> <td>Tägliches Wiegen</td> <td></td> <td></td> <td>A76</td> </tr> <tr> <td>Führen des Diagramms "Tägliche Nahrungsaufnahme"</td> <td></td> <td></td> <td>A77</td> </tr> </table>	A	B	C		ob Sie diese regelmäßig bzw. wie vorgeschlagen durchgeführt haben	welche davon Sie für besonders hilfreich und nützlich halten	womit Sie Schwierigkeiten hatten					Frage A Frage B Frage C	Regelmäßige Nutzung des Ernährungsfahrplans (Auskreuzen der KJ-Mengen)			A38 A50 A62	Tägliches Wiegen und "Wochen-gewicht" ausrechnen			A39 A51 A63	Das Diagramm "Nahrungsaufnahme" ausfüllen			A40 A52 A64	Verhaltensregeln und Vorsätze für sich selbst aufstellen			A41 A53 A65	"Verföhrungssituationen" sammeln und durchdenken			A42 A54 A66	Einen Belohnungsplan aufstellen und überarbeiten			A43 A55 A67	Beobachtungen wiederholen und auswerten			A44 A56 A68	Gespräche und Erfahrungsaustausch mit anderen Kursteilnehmern suchen			A45 A57 A69	Spezielle KJ-arme Rezepte ausarbeiten und austauschen			A46 A58 A70	Für mehr Bewegung sorgen			A47 A59 A71	Selbsthilfe-Treffen organisieren und besuchen			A48 A60 A72	Persönliche KJ-Grenze allmählich erhöhen			A49 A61 A73		ja	nein		Aufstellen von Vorsätzen			A74	Ausarbeiten des Belohnungsplans			A75	Tägliches Wiegen			A76	Führen des Diagramms "Tägliche Nahrungsaufnahme"			A77
9. Kursstunde		BZ																																																																																																																															
10. Kursstunde		A12																																																																																																																															
11. Kursstunde		A28																																																																																																																															
12. Kursstunde		A29																																																																																																																															
13. Kursstunde		A30																																																																																																																															
		A31																																																																																																																															
ja		1																																																																																																																															
nein		2																																																																																																																															
Ich habe weit weniger als erwartet abgenommen		1																																																																																																																															
Ich habe in etwa soviel abgenommen, wie ich erwartete		2																																																																																																																															
Ich habe stärker abgenommen als ich erwartete		3																																																																																																																															
sehr zufrieden		1																																																																																																																															
zufrieden		2																																																																																																																															
es geht		3																																																																																																																															
weniger zufrieden		4																																																																																																																															
überhaupt nicht zufrieden		5																																																																																																																															
A	B	C																																																																																																																															
ob Sie diese regelmäßig bzw. wie vorgeschlagen durchgeführt haben	welche davon Sie für besonders hilfreich und nützlich halten	womit Sie Schwierigkeiten hatten																																																																																																																															
			Frage A Frage B Frage C																																																																																																																														
Regelmäßige Nutzung des Ernährungsfahrplans (Auskreuzen der KJ-Mengen)			A38 A50 A62																																																																																																																														
Tägliches Wiegen und "Wochen-gewicht" ausrechnen			A39 A51 A63																																																																																																																														
Das Diagramm "Nahrungsaufnahme" ausfüllen			A40 A52 A64																																																																																																																														
Verhaltensregeln und Vorsätze für sich selbst aufstellen			A41 A53 A65																																																																																																																														
"Verföhrungssituationen" sammeln und durchdenken			A42 A54 A66																																																																																																																														
Einen Belohnungsplan aufstellen und überarbeiten			A43 A55 A67																																																																																																																														
Beobachtungen wiederholen und auswerten			A44 A56 A68																																																																																																																														
Gespräche und Erfahrungsaustausch mit anderen Kursteilnehmern suchen			A45 A57 A69																																																																																																																														
Spezielle KJ-arme Rezepte ausarbeiten und austauschen			A46 A58 A70																																																																																																																														
Für mehr Bewegung sorgen			A47 A59 A71																																																																																																																														
Selbsthilfe-Treffen organisieren und besuchen			A48 A60 A72																																																																																																																														
Persönliche KJ-Grenze allmählich erhöhen			A49 A61 A73																																																																																																																														
	ja	nein																																																																																																																															
Aufstellen von Vorsätzen			A74																																																																																																																														
Ausarbeiten des Belohnungsplans			A75																																																																																																																														
Tägliches Wiegen			A76																																																																																																																														
Führen des Diagramms "Tägliche Nahrungsaufnahme"			A77																																																																																																																														

<p>8. Welche Verhaltensregeln haben sich im Verlauf des Kurses für Sie persönlich als am wirksamsten erwiesen? Tragen Sie hier bitte die 3 wirksamsten Regeln ein:</p> <p>① _____</p> <p>② _____</p> <p>③ _____</p>	BZ	<p>13. Wie stark treffen die folgenden Feststellungen auf Sie persönlich zu?</p>	BZ						
		<table border="1"> <tr> <td>Trifft auf mich zu ...</td> <td>sehr stark</td> <td>stark</td> <td>weniger stark</td> <td>überhaupt nicht</td> </tr> </table>	Trifft auf mich zu ...	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht		
Trifft auf mich zu ...	sehr stark	stark	weniger stark	überhaupt nicht					
		Mein allgemeines Wohlbefinden hat sich verbessert	201						
		Ich fühle mich wieder leistungsfähiger	202						
		Ich sehe wieder besser aus und wirke anziehender für andere	203						
		Bestimmte gesundheitliche Beeinträchtigungen, unter denen ich leide, haben sich vermindert	204						
		Ich bin wieder beweglicher und allgemein aktiver	205						
		Ich habe weniger Probleme mit meiner Umwelt	206						
		Ich fühle mich wieder ausgeglichener und zufriedener	207						
		Das (richtige) Essen und Trinken macht mir wieder mehr Spaß	208						
<p>9. Werden Sie das Programm oder einzelne Teile davon auch weiterhin durchführen?</p> <p>nein <input type="checkbox"/> 1</p> <p>ja, um mein Gewicht zu halten <input type="checkbox"/> 2</p> <p>ja, um noch weiter abzunehmen <input type="checkbox"/> 3</p>		Ich fühle mich von meinen bisherigen Ess- und Trinkgewohnheiten nicht mehr so abhängig	209						
<p>10. Ob man in der Familie, im Freundeskreis oder am Arbeitsplatz unterstützt wird, hat auch Einfluß auf den Erfolg der Bemühungen abzunehmen. Wie war das bei Ihnen?</p>		Essen macht mir richtig Freude und ich genieße es	210						
<table border="1"> <tr> <td></td> <td>In meiner Familie</td> <td>Im Freundeskreis</td> <td>Am Arbeitsplatz</td> </tr> </table>		In meiner Familie	Im Freundeskreis	Am Arbeitsplatz		Ich habe dauernd Hungergefühle und esse deshalb häufiger und mehr, als ich eigentlich will	211		
	In meiner Familie	Im Freundeskreis	Am Arbeitsplatz						
<p>Man hat mich in meinem Entschluß bestätigt und unterstützt</p>	179 185 191	Ich esse gerne gut; aber Essen zählt für mich nicht zu den wichtigsten Dingen	212						
<p>Man hat nicht richtig daran geglaubt, daß ich es schaffe</p>	180 186 192	Ich habe nach dem Essen oft ein schlechtes Gewissen, weil ich zuviel gegessen habe	213						
<p>Man hat sich gleichgültig gezeigt und gar nicht so recht Notiz davon genommen</p>	181 187 193	<p>14. Wie überzeugt sind Sie, daß Sie das jetzt erzielte Ergebnis in der Zukunft beibehalten werden?</p> <p>Ich bin vollkommen sicher, daß ich dieses Ergebnis auch in der Zukunft beibehalten oder noch verbessern kann</p>	1						
<p>Manchmal hat man sich über mich lustig gemacht</p>	182 188 194	<p>Ich bin sicher, daß ich dieses Ergebnis zumindest eine Zeitlang beibehalten werde</p>	2						
<p>Man hat mich eher wieder zum Essen verführt oder ermuntert</p>	183 189 195	<p>Ich zweifle, ob ich das Ergebnis beibehalten werden</p>	3						
<p>Man hat mich aktiv unterstützt und selbst bei dem Programm mitgemacht</p>	184 190 196								
<p>11. Haben Sie seit Kursbeginn ...</p>		<p>15. Wenn Sie jetzt nach der letzten Kursstunde dieses Kurssystem mit anderen Ihnen bekannten Reduktionsmethoden vergleichen, welchen Eindruck haben Sie?</p> <p>Dieses Kurssystem ist wohl besser als andere Systeme und Methoden zur Gewichtsreduktion</p>	214						
<table border="1"> <tr> <td></td> <td>ja</td> <td>nein</td> </tr> <tr> <td>... das Kursmaterial an andere Personen weitergegeben?</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>		ja	nein	... das Kursmaterial an andere Personen weitergegeben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	197	<p>Dieses Kurssystem ist wohl nicht besser, auch nicht schlechter als andere Systeme</p>	2
	ja	nein							
... das Kursmaterial an andere Personen weitergegeben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>							
<p>... anderen Personen erklärt, wie man sein Essverhalten ändern und abnehmen kann</p>	198	<p>Ich kann mir vorstellen, daß andere Systeme besser sind</p>	3						
<p>... mit anderen Personen gesprochen, damit sie ihr Essverhalten ändern und abnehmen</p>	199								
<p>... anderen Personen empfohlen, auch diesen Ernährungskurs zu besuchen</p>	200	<p>16. Hat Ihnen die Kursteilnahme Spaß gemacht?</p> <p>ja, sehr <input type="checkbox"/> 4</p>	215						
<p>12. Folgende in meinem Haushalt lebende Personen haben seit Programmbeginn auch abgenommen (Gewichtsverlust eintragen).</p> <p>Ehepartner(in) ja <input type="checkbox"/> _____ kg</p> <p>Kind(er) ja <input type="checkbox"/> _____ kg</p> <p>Andere ja <input type="checkbox"/> _____ kg</p>		<p>ja <input type="checkbox"/> 2</p> <p>es geht <input type="checkbox"/> 3</p> <p>weniger <input type="checkbox"/> 4</p> <p>überhaupt nicht <input type="checkbox"/> 5</p>	216						