

Erfolgsquote sehr hoch

Befragung nach einem Jahr*

Nach einem Jahr fragte ENDLICH AUFATMEN bei den ehemaligen Kursteilnehmer mit einem Fragebogen nach, ob Sie immer noch Nichtraucher sind. Die Erfolgsquote übertrifft unsere Erwartungen und bestätigt den Trend von Untersuchungen der Uni Freiburg, die bis 50 und 80% (je nach Methodenkombination) liegt. ENDLICH AUFATMEN geht mit seiner Methodenkombination von Verhaltenstraining, Hypnose und Anleihen beim Coaching einen ungewöhnlichen und besonderen Weg. Uns ist sehr erfolgreich. Leider ist es uns gerichtlich verboten, unsere Befragungsergebnisse zu veröffentlichen, so dass wir nur auf Untersuchungen von Universitäten hinweisen können.

Die Befragung

Da ENDLICH AUFATMEN an langfristigen Erfolgen interessiert ist, haben wir unsere eigene Erfolgsmesslatte sehr hoch gelegt. Es soll keine Strohfeuer effekte geben, sondern die Teilnehmer des Kurses sollen dauerhaft in das Nichtraucherleben geführt werden. Aus diesem Grund erfolgt die anonyme schriftliche Befragung im Gegensatz zu vielen anderen Nichtraucherseminaren erst nach einem Jahr. Eine Rücklaufquote von fast 50% (N=64) ist ein sehr guter Wert und auch die vielen dankbaren Kommentare machen uns sehr stolz und wir freuen uns für alle die es (schon) geschafft haben.

Die Ergebnisse

Bemerkenswert ist auch, dass **alle** den Kurs weiter empfehlen wollen. Das wird auch bei den aktuellen Anmeldungen deutlich, die sehr häufig auf Empfehlung ehemaliger



Teilnehmer kommen. Bei der Bewertung der Kursmethoden werden die Einzelelemente unterschiedlich intensiv wahrgenommen. Durch die Verschiedenheit der Teilnehmeransprache und die unterschiedlichen Methoden, können die Teilnehmer erfolgreich dort abgeholt werden, wo sie stehen – für jeden ist etwas Passendes dabei. Am besten kommen die Kernelemente des Kurses in der Einschätzung weg: Die Hypnose und die „Gehirnwäsche“ (Verhaltensmodifikation) erfahren sehr hohe Zustimmung. Sowohl das Erkennen der Eigenverantwortung für den Rauch-Stopp und die

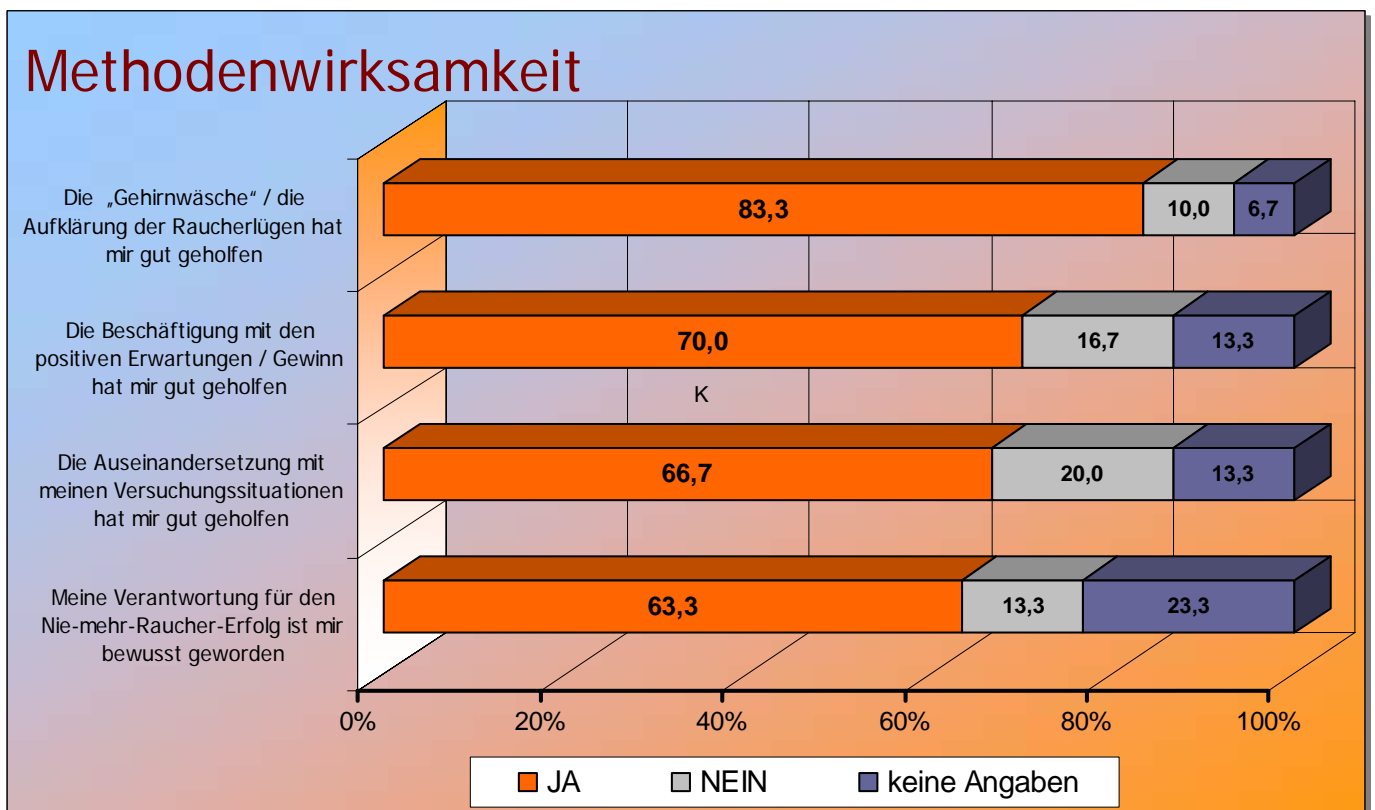
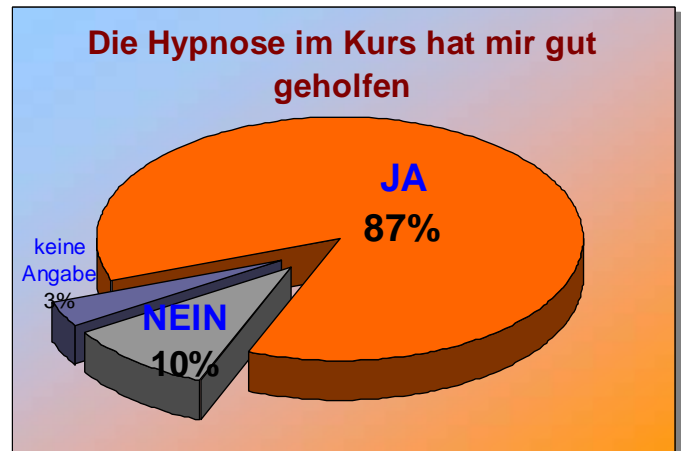
Beschäftigung mit den Versuchungssituationen können (und werden) noch weiter intensiviert. So wurden bereits vor einem Jahr schon erste Veränderungen im Kurs

vorgenommen, die sich dann aber erst bei der übernächsten Befragungsrunde niederschlagen können.

Ausblick

ENDLICH AUFATMEN führt die Befragung zweimal im Jahr durch und spricht dabei jeweils die Teilnehmer an, die 11 bis 18 Monaten vorher bei uns im Kurs waren. Wir nehmen damit eine systematische Erfolgsmessung vor und können so vor einem dem Hintergrund dauerhafter Erfahrungen von Teilnehmern Hinweise auf Verbesserungspotenziale im Kurs erheben.

Denn trotz unsere guten Erfolgsquote sind wir bestrebt uns immer weiter zu verbessern und unser Angebot noch zu optimieren.



September 2005

* Die Befragungswerte beruhen auf 64 Fragebögen, bei einem Rücklauf von 30.