

## Erfolgsquote konstant hoch

### Befragung nach einem Jahr\*

Nach einem Jahr fragte ENDLICH AUFATMEN bei den ehemaligen Kursteilnehmer anhand eines Fragebogens nach, ob sie immer noch Nichtraucher sind. Die Erfolgsquote liegt ähnlich hoch, wie die vorherige Befragung. Dies verdeutlicht, dass das Kurskonzept enorm erfolgreich ist. ENDLICH AUFATMEN geht mit seiner Methodenkombination aus Verhaltenstraining, Hypnose und Coachingelementen einen ungewöhnlichen und besonderen Weg. Natürlich freuen wir uns, wenn die Empfehlungsquote unseres Kurses sogar noch einige Prozent über der Aufhörquote liegt – das ist ein besonderes Kompliment, das wir zu schätzen wissen.

*[Leider ist es uns gerichtlich untersagt, unsere Erfolgsquote zu nennen, da unsere Erfolg anderen vermutlich ein Dorn im Auge ist]*

#### Die Befragung

Da ENDLICH AUFATMEN an langfristigen Erfolgen interessiert ist, haben wir unsere eigene Erfolgsmesslatte sehr hoch gelegt. Es soll keine Strohfeuereffekte 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=102) ist ein sehr guter Wert. Der Erfolgswert und auch die vielen dankbaren Kommentare machen uns sehr stolz und wir freuen uns für alle, die es (schon) geschafft haben. Der Kurs kann nun also bereits seit zwei Jahren in etwa die Erfolgswerte nachweisen, die bereits in der Forschung für eine derartige Methodenkombination erhoben wurde.

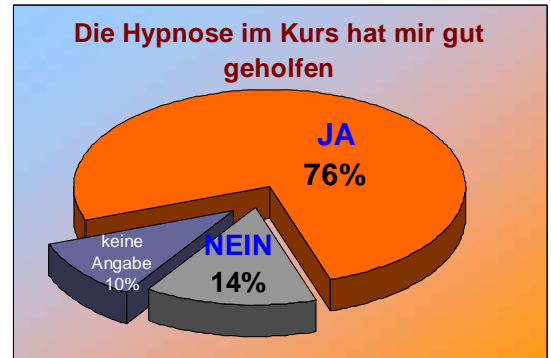
#### Die Ergebnisse



Bemerkenswert ist auch, dass **viele** den Kurs weiter empfehlen wollen. Auch von denen, die es bisher nicht geschafft haben. Das wird auch bei den aktuellen Anmeldungen deutlich, die sehr häufig auf Empfehlung ehemaliger Teilnehmer kommen. Bei der Bewertung der Kursmethoden werden die Einzelemente unterschiedlich intensiv wahrgenommen. Der Kurs will die Teilnehmer dort abholen, wo sie sind und damit auch ganz unterschiedliche „Kanäle“ nutzen, um die Kursteilnehmer in den 6 Stunden zu erreichen. Die große Spannweite zeigt sich auch in den Rückmeldungen zu den Kursmethoden. Zur letzten Befragung gab es dabei kaum

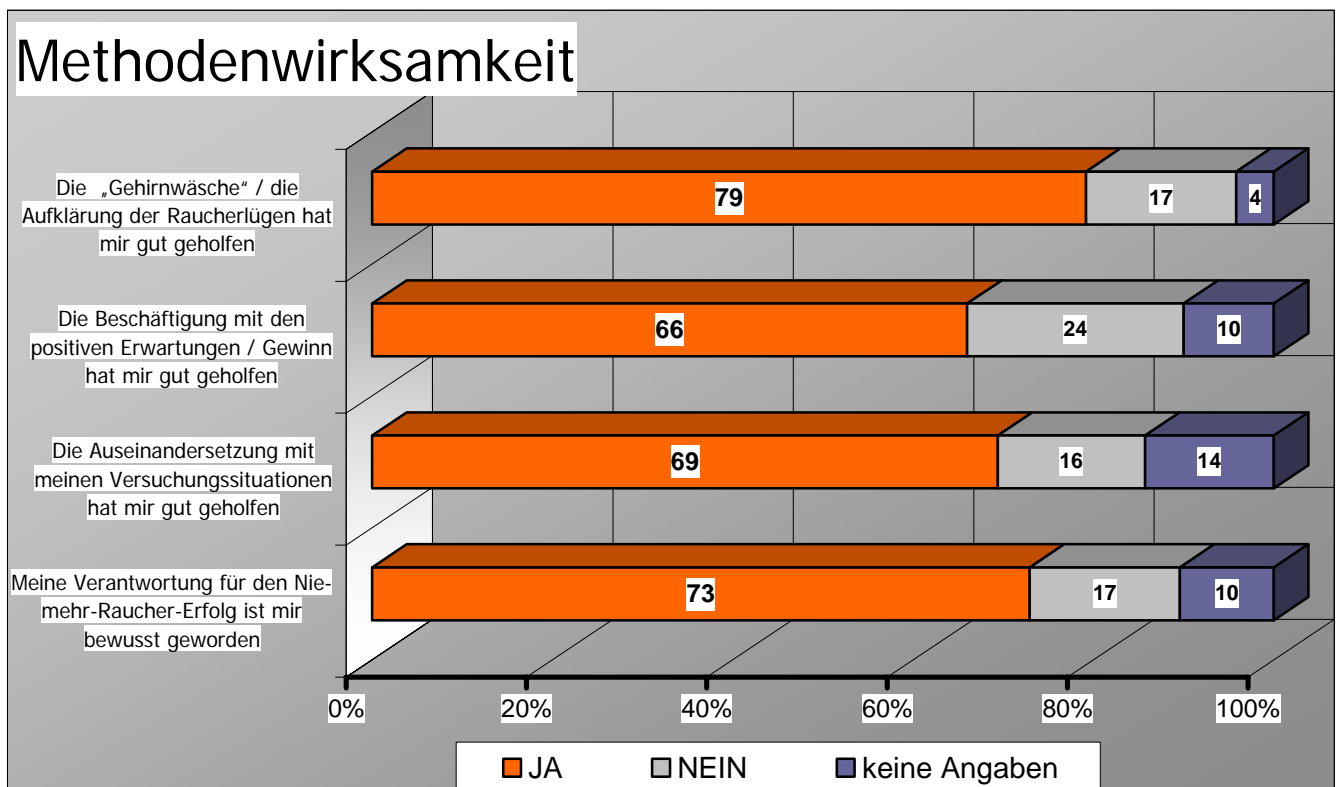
Veränderungen. Am besten kommen die Kernelemente des Kurses in der Einschätzung weg:

Die Hypnose und die „Gehirnwäsche“ (Verhaltensmodifikation) erfahren hohe Zustimmung. Sowohl das Erkennen der Eigenverantwortung für den Rauch-Stopp und die Beschäftigung mit den Versuchungssituationen haben sich leicht verbessert. Noch zu optimieren ist die Beschäftigung mit den positiven Seiten des Nichtrauches. Hier liegt der Wert bei knapp 70% Zustimmung.



## 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 dem Hintergrund dauerhafter Erfahrungen von Teilnehmern Hinweise auf Verbesserungspotenziale im Kurs erheben. Denn wir sind wir bestrebt uns immer weiter zu verbessern und unser Angebot noch zu optimieren.



Juni 2006

\* Die Befragungswerte beruhen auf 102 Fragebögen, bei einem Rücklauf von 50.