

Meinungen zur Zeitumstellung

Datenbasis:	3.521 Befragte ¹
Erhebungszeitraum:	27. September bis 13. Oktober 2018
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK-Gesundheit

28 Prozent der Befragten geben an, dass sie schon einmal Probleme, zum Beispiel gesundheitlicher oder psychischer Art, mit der Umstellung der Zeit auf Winterzeit hatten. 72 Prozent können sich nicht erinnern, dass ihnen die Zeitumstellung schon einmal Probleme bereitet hat.

Frauen äußern etwas häufiger als Männer, dass sie schon einmal Probleme mit der Zeitumstellung hatten.

Vergleichsweise häufig geben dies außerdem die 45- bis 59-Jährigen an.

¹ Die Fälle in den Bundesländern Nordrhein-Westfalen, Bayern und Baden-Württemberg wurden auf jeweils mindestens 1.000 Befragte aufgestockt.

▪ Probleme mit der Zeitemstellung *)

		Es hatten schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitemstellung	
		ja	nein, bisher noch nicht
		<u>%</u>	<u>%</u>
insgesamt	2013	24	76
	2014	23	77
	2015	22	78
	2016	24	76
	2017	22	78
	2018	28	72
Nord		28	72
Nordrhein-Westfalen		29	71
Mitte		22	78
Baden-Württemberg		32	67
Bayern		29	71
Ost		30	70
Männer		22	78
Frauen		34	66
14- bis 29-Jährige		18	82
30- bis 44-Jährige		29	71
45- bis 59-Jährige		36	64
60 Jahre und älter		28	72
Hauptschule		24	75
mittlerer Abschluss		30	70
Abitur/Studium		29	71

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Diejenigen, die schon einmal Probleme durch die Zeitumstellung hatten, wurden gefragt, welche Probleme bzw. Symptome auftraten.

79 Prozent geben an, sich wegen der Zeitumstellung müde oder schlapp gefühlt zu haben. 62 Prozent hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen.

39 Prozent konnten sich schlechter konzentrieren und 28 Prozent fühlten sich gereizt. 9 Prozent bringen damit depressive Verstimmungen in Verbindung.

21 Prozent der Erwerbstätigen erinnern sich, wegen der Zeitumstellung schon einmal morgens nicht pünktlich zur Arbeit gekommen zu sein.

▪ Probleme oder Symptome infolge der Zeitumstellung *)

Infolge der Zeitumstellung hatten sie schon einmal folgende Probleme oder Symptome:	insgesamt: **)				Männer Frauen	
	2015	2016	2017	2018		
	%	%	%	%	%	%
- es fühlten sich müde bzw. schlapp	75	79	75	79	77	81
- es hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen	64	60	61	62	55	67
- es konnten sich schlechter konzentrieren	39	38	36	39	39	40
- es fühlten sich gereizt	34	38	29	28	24	32
- es kamen wegen der Zeitumstellung morgens nicht pünktlich zur Arbeit ***)	21	21	19	21	23	19
- es hatten depressive Verstimmungen	13	13	12	9	8	9

*) Basis: Befragte, die schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitumstellung hatten

***) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

***) nur Erwerbstätige

17 Prozent halten die Zeitemstellung grundsätzlich für sinnvoll.

Die meisten (80 %) sind allerdings der Meinung, dass die Zeitemstellung überflüssig ist und abgeschafft werden sollte. Hier ist noch einmal eine Zunahme im Vergleich zum Vorjahr zu verzeichnen.

▪ Sinnhaftigkeit der Zeitemstellung

Es halten die Zeitemstellung generell für sinnvoll

	ja	nein, die Zeitemstellung ist überflüssig und sollte abgeschafft werden
	%	%
insgesamt:		
2013	29	69
2014	27	71
2015	26	71
2016	23	73
2017	25	72
2018	17	80
Nord	16	82
Nordrhein-Westfalen	18	78
Mitte	15	83
Baden-Württemberg	18	78
Bayern	18	77
Ost	16	81
Männer	19	78
Frauen	15	82
14- bis 29-Jährige	26	69
30- bis 44-Jährige	16	80
45- bis 59-Jährige	18	81
60 Jahre und älter	12	86
Hauptschule	12	86
mittlerer Abschluss	14	83
Abitur/Studium	19	78

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Angenommen die Zeitemstellung würde abgeschafft werden, dann wäre es 32 Prozent lieber, wenn dauerhaft die Winterzeit gelten würde.

48 Prozent würden in diesem Fall die Sommerzeit vorziehen.

Relativ vielen ist dies gleichgültig („weiß nicht“ / „ist mir egal“).

▪ Welche Zeit wird präferiert?

	Es sollte dauerhaft gelten	
	Winterzeit %	Sommerzeit *) %
insgesamt	32	48
Nord	32	46
Nordrhein-Westfalen	33	46
Mitte	36	47
Baden-Württemberg	32	48
Bayern	31	49
Ost	28	49
Männer	30	49
Frauen	34	46
14- bis 29-Jährige	22	49
30- bis 44-Jährige	30	48
45- bis 59-Jährige	37	47
60 Jahre und älter	35	47
Hauptschule	30	53
mittlerer Abschluss	34	47
Abitur/Studium	32	47

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“ / „ist mir egal“

Für die Sommerzeit spricht aus Sicht derer, die im Falle einer Abschaffung der Zeitumstellung die Beibehaltung der Sommerzeit präferieren würden, vor allem, dass es dann abends länger hell ist (88 %).

54 Prozent ziehen die Sommerzeit vor, weil sie sich während der Sommerzeit fitter fühlen und 37 Prozent, weil sie glauben, dass diese für den Körper gesünder ist.

24 Prozent begründen ihre Präferenz für die Sommerzeit damit, dass sie morgens zu früh wach werden, wenn es früh hell wird.

▪ Gründe für die Präferenz der Sommerzeit *)

Es wäre ihnen lieber, wenn dauerhaft die Sommerzeit gelten würde, weil ...	insgesamt: **)	Männer	Frauen
	<u>%</u>	<u>%</u>	<u>%</u>
- es mir gefällt, dass es dann abends länger hell ist	88	86	89
- ich mich während der Sommerzeit fitter fühle	54	52	56
- ich glaube, dass die Sommerzeit gesünder für den Körper ist	37	36	39
- ich morgens zu früh wach werde, wenn es früh hell wird	24	24	24

*) Basis: Befragte, die im Falle einer Abschaffung der Zeitumstellung die Sommerzeit vorziehen

**) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Für die Winterzeit spricht aus Sicht derer, die im Falle einer Abschaffung der Zeitumstellung die Beibehaltung der Winterzeit präferieren würden, vor allem, dass es dann morgens früher hell ist (63 %).

58 Prozent würden die Winterzeit vorziehen, weil sie glauben, dass das gesünder für den Körper ist. Damit, dass sie sich während der Winterzeit fitter fühlen und sie Probleme beim Einschlafen haben, wenn es abends lang hell ist, begründen jeweils 28 Prozent ihre Präferenz für die Winterzeit.

▪ Gründe für die Präferenz der Winterzeit *)

Es wäre ihnen lieber, wenn dauerhaft die Winterzeit gelten würde, weil ...	insgesamt: **)	Männer	Frauen
	%	%	%
- es mir gefällt, dass es dann morgens früher hell ist	63	62	64
- ich glaube, dass die Winterzeit gesünder für den Körper ist	58	55	61
- ich mich während der Winterzeit fitter fühle	28	28	29
- ich Probleme beim Einschlafen habe, wenn es abends lang hell ist	28	22	33

*) Basis: Befragte, die im Falle einer Abschaffung der Zeitumstellung die Winterzeit vorziehen

**) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

68 Prozent finden es wichtig, dass sich die Länder der Europäischen Union auf eine einheitliche Zeit einigen.

31 Prozent finden das nicht so wichtig.

Eine Einigung auf eine einheitliche Regelung in der EU finden vor allem die älteren Befragten wichtig.

- Einheitliche Regelung in der Europäischen Union

Es finden wichtig, dass sich die Länder der Europäischen Union auf eine einheitliche Zeit einigen

	ja %	nein, nicht so wichtig*) %
insgesamt	68	31
Nord	71	28
Nordrhein-Westfalen	67	32
Mitte	67	32
Baden-Württemberg	66	33
Bayern	62	37
Ost	75	25
Männer	69	29
Frauen	67	32
14- bis 29-Jährige	63	36
30- bis 44-Jährige	62	37
45- bis 59-Jährige	67	31
60 Jahre und älter	76	23
Hauptschule	71	26
mittlerer Abschluss	72	26
Abitur/Studium	66	34

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“ / „ist mir egal“