

## Meinungen zur Zeitumstellung

Datenbasis:	1.001 Befragte
Erhebungszeitraum:	11. bis 13. Februar 2015
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK-Gesundheit

27 Prozent aller Befragten geben an, dass sie schon einmal infolge der Zeitumstellung irgendwelche Probleme, z.B. gesundheitlicher oder psychischer Art hatten oder Probleme damit, rechtzeitig aufzustehen.

Frauen und Befragte mittleren Alters zwischen 45 und 59 Jahren geben etwas häufiger als im Durchschnitt aller Befragten an, dass sie schon einmal Probleme mit der Zeitumstellung gehabt zu haben.

73 Prozent hatten bisher nach eigenen Angaben keine Probleme mit der Zeitumstellung.

▪ Probleme mit der Zeitemstellung

		Es hatten schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitemstellung	
		ja	nein, bisher noch nicht
		%	%
insgesamt:	2013	24	76
	2015	27	73
Bayern		21	79
Baden-Württemberg		31	69
Südwest		30	70
Nord		24	76
Nordrhein-Westfalen		28	72
Ost		30	69
Männer		23	77
Frauen		32	68
18- bis 29-Jährige		29	71
30- bis 44-Jährige		28	72
45- bis 59-Jährige		36	64
60 Jahre und älter		20	80
Hauptschule		28	72
mittlerer Abschluss		29	71
Abitur, Studium		27	73

Diejenigen, die schon einmal wegen der Zeitumstellung Probleme hatten, wurden danach gefragt, welche Probleme bzw. Symptome sie aufgrund der Zeitumstellung hatten.

75 Prozent geben an, dass sie sich infolge der Zeitumstellung müde bzw. schlapp gefühlt haben. 62 Prozent hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen.

36 Prozent geben an, dass sie sich infolge der Zeitumstellung schlechter konzentrieren konnten, 31 Prozent fühlten sich gereizt und 20 Prozent kamen wegen der Zeitumstellung morgens nicht pünktlich zur Arbeit. Depressive Verstimmungen hatten nur wenige der Befragten, die wegen der Zeitumstellung Probleme hatten (12 %).

▪ Probleme oder Symptome infolge der Zeitumstellung \*)

Infolge der Zeitumstellung...	ins- gesamt **)	Männer	Frauen
	%	%	%
... fühlten sich müde bzw. schlapp	75	71	77
... hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen	62	51	69
... konnten sich schlechter konzentrieren	36	36	36
... fühlten sich gereizt	31	35	29
... kamen wegen der Zeitumstellung morgens nicht pünktlich zur Arbeit	20	19	20
... hatten depressive Verstimmungen	12	9	14

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

\*\*) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Generell halten 26 Prozent aller Befragten die Zeitemstellung für sinnvoll. Die große Mehrheit aller Befragten (73 %) hingegen meint, die Zeitemstellung sei überflüssig und sollte abgeschafft werden.

▪ Meinungen zur Zeitemstellung

		Es halten die Zeitemstellung generell für sinnvoll	
		ja	nein, *) ist überflüssig und sollte abgeschafft werden
		%	%
insgesamt:	2013	29	69
	2015	26	73
Bayern		25	73
Baden-Württemberg		22	78
Südwest		26	74
Nord		27	72
Nordrhein-Westfalen		26	71
Ost		27	71
Männer		29	68
Frauen		22	77
18- bis 29-Jährige		42	55
30- bis 44-Jährige		18	81
45- bis 59-Jährige		22	75
60 Jahre und älter		21	77
Hauptschule		21	77
mittlerer Abschluss		20	79
Abitur, Studium		25	73

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