

Meinungen zur Zeitumstellung

| | |
|------------------------------|---------------------------------------|
| Datenbasis: | 3.514 Befragte ¹ |
| Erhebungszeitraum: | 22. September bis 14. Oktober 2014 |
| statistische Fehlertoleranz: | +/- 2,4 Prozentpunkte |
| Auftraggeber: | DAK-Gesundheit |

23 Prozent aller Befragten geben an, dass sie schon einmal irgendwelche Probleme mit der Zeitumstellung hatten, etwa gesundheitlicher oder psychischer Art.

77 Prozent können sich nicht erinnern, dass ihnen die Zeitumstellung schon einmal Probleme gemacht hat.

Frauen und Befragte im mittleren Alter geben tendenziell etwas häufiger als die übrigen Befragten an, schon einmal Probleme mit der Zeitumstellung gehabt zu haben.

¹ Es wurden 1.000 Fälle repräsentativ für die Bundesrepublik Deutschland realisiert. Die Stichprobe wurde um jeweils ca. 1.000 Fälle in Bayern, Baden-Württemberg und Nordrhein-Westfalen 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 |
| insgesamt 2014 | 23 | 77 |
| Ost | 30 | 70 |
| West | 22 | 78 |
| Bayern | 20 | 80 |
| Baden-Württemberg | 24 | 76 |
| Südwest | 20 | 80 |
| Nord | 26 | 74 |
| NRW | 21 | 79 |
| Männer | 18 | 82 |
| Frauen | 29 | 71 |
| 18- bis 29-Jährige | 20 | 79 |
| 30- bis 44-Jährige | 25 | 74 |
| 45- bis 59-Jährige | 28 | 72 |
| 60 Jahre und älter | 19 | 81 |
| Hauptschule | 19 | 81 |
| mittlerer Abschluss | 24 | 76 |
| Abitur/Studium | 26 | 74 |

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

Diejenigen, die schon einmal Probleme durch die Zeitumstellung hatten, wurden nach den Symptomen gefragt.

77 Prozent geben an, sich deswegen müde oder schlapp gefühlt zu haben. 56 Prozent hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen, 34 Prozent konnten sich schlechter konzentrieren und 31 Prozent fühlten sich gereizt. 12 Prozent geben an, infolge der Zeitumstellung schon einmal unter depressiven Verstimmungen gelitten zu haben. 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 *)

| | Es hatten schon einmal infolge der Zeitumstellung folgende Probleme oder Symptome **) | | | | | |
|----------------------|---|--|--------------------------------------|---------------------|--------------------------------|-------------------------------------|
| | fühlte mich müde bzw. schlapp | hatte Einschlafprobleme oder Schlafstörungen | konnte mich schlechter konzentrieren | fühlte mich gereizt | hatte depressive Verstimmungen | kam ***) nicht pünktlich zur Arbeit |
| | % | % | % | % | % | % |
| insgesamt 2013 | 79 | 59 | 36 | 30 | 10 | 22 |
| insgesamt 2014 ****) | 77 | 56 | 34 | 31 | 12 | 21 |
| Männer | 77 | 57 | 38 | 29 | 12 | 12 |
| Frauen | 77 | 55 | 31 | 32 | 12 | 28 |
| 18- bis 29-Jährige | 81 | 52 | 30 | 20 | 13 | 22 |
| 30- bis 44-Jährige | 77 | 38 | 22 | 36 | 5 | 26 |
| 45- bis 59-Jährige | 77 | 63 | 48 | 32 | 17 | 16 |
| 60 Jahre und älter | 73 | 63 | 30 | 24 | 8 | 7 |
| Hauptschule | 76 | 60 | 29 | 34 | 21 | 39 |
| mittlerer Abschluss | 82 | 66 | 34 | 25 | 13 | 15 |
| Abitur/Studium | 75 | 48 | 34 | 34 | 10 | 22 |

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

**) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

***) Nur Erwerbstätige

****) keine regionale Aufsplittung aufgrund geringer Besetzungszahlen möglich

27 Prozent halten die Zeitemstellung grundsätzlich für sinnvoll. Die meisten (71 %) sind der Meinung, dass die Zeitemstellung überflüssig ist und abgeschafft werden sollte.

▪ Sinn der Zeitemstellung

| | Es halten die Zeitemstellung generell für sinnvoll | |
|---------------------|--|--|
| | ja | nein, ist überflüssig und sollte abgeschafft werden *) |
| | <u>%</u> | <u>%</u> |
| insgesamt 2013 | 29 | 69 |
| insgesamt 2014 | 27 | 71 |
| Ost | 21 | 77 |
| West | 28 | 70 |
| Bayern | 29 | 69 |
| Baden-Württemberg | 30 | 67 |
| Südwest | 28 | 70 |
| Nord | 28 | 72 |
| NRW | 27 | 72 |
| Männer | 31 | 67 |
| Frauen | 23 | 75 |
| 18- bis 29-Jährige | 31 | 68 |
| 30- bis 44-Jährige | 31 | 67 |
| 45- bis 59-Jährige | 22 | 75 |
| 60 Jahre und älter | 21 | 77 |
| Hauptschule | 21 | 77 |
| mittlerer Abschluss | 27 | 71 |
| Abitur/Studium | 25 | 73 |

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

Würde die Zeitumstellung abgeschafft werden, dann sollte nach Meinung von 58 Prozent der Befragten, die die Zeitumstellung überflüssig finden, generell die Sommerzeit gelten. 37 Prozent zögen in diesem Fall die Winterzeit vor.

▪ Sommer- oder Winterzeit? *)

Wenn die Zeitumstellung abgeschafft werden würde, sollte man sich auf folgende Zeit einigen:

| | Sommerzeit % | Winterzeit **) % |
|---------------------|-----------------|---------------------|
| insgesamt 2014 | 58 | 37 |
| Ost | 55 | 41 |
| West | 58 | 36 |
| Bayern | 59 | 35 |
| Baden-Württemberg | 59 | 37 |
| Südwest | 63 | 34 |
| Nord | 53 | 39 |
| NRW | 59 | 35 |
| Männer | 57 | 37 |
| Frauen | 59 | 37 |
| 18- bis 29-Jährige | 66 | 25 |
| 30- bis 44-Jährige | 67 | 29 |
| 45- bis 59-Jährige | 52 | 44 |
| 60 Jahre und älter | 53 | 41 |
| Hauptschule | 65 | 31 |
| mittlerer Abschluss | 59 | 37 |
| Abitur/Studium | 55 | 38 |

*) Basis: Befragte, die für eine Abschaffung der Zeitumstellung sind

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