

## Meinungen zur Zeitumstellung

Datenbasis:	3.521 Befragte <sup>1</sup>
Erhebungszeitraum:	21. September bis 12. Oktober 2017
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK-Gesundheit

22 Prozent der Befragten geben an, dass sie schon einmal Probleme, zum Beispiel gesundheitlicher oder psychischer Art, mit der Umstellung der Zeit auf Winterzeit hatten. 78 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.

---

<sup>1</sup> 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
Nord		22	78
Nordrhein-Westfalen		23	77
Mitte		17	83
Baden-Württemberg		25	75
Bayern		23	77
Ost		24	76
Männer		16	84
Frauen		28	72
14- bis 29-Jährige		15	85
30- bis 44-Jährige		23	77
45- bis 59-Jährige		29	71
60 Jahre und älter		21	78
Hauptschule		19	81
mittlerer Abschluss		25	75
Abitur/Studium		23	77

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

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

75 Prozent geben an, sich wegen der Zeitumstellung müde oder schlapp gefühlt zu haben. 61 Prozent hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen.

36 Prozent konnten sich schlechter konzentrieren und 29 Prozent fühlten sich gereizt. 12 Prozent hatten depressive Verstimmungen.

19 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		
	%	%	%	%	%
- es fühlten sich müde bzw. schlapp	75	79	75	70	79
- es hatten Einschlafprobleme oder Schlafstörungen	64	60	61	58	63
- es konnten sich schlechter konzentrieren	39	38	36	35	37
- es fühlten sich gereizt	34	38	29	24	31
- es kamen wegen der Zeitumstellung morgens nicht pünktlich zur Arbeit ***)	21	21	19	22	16
- es hatten depressive Verstimmungen	13	13	12	13	12

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

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

\*\*\*) nur Erwerbstätige

25 Prozent halten die Zeitemstellung grundsätzlich für sinnvoll. Die meisten (72 %) sind allerdings der Meinung, dass die Zeitemstellung überflüssig ist und abgeschafft werden sollte.

▪ 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
Nord	Nordrhein-Westfalen	26	69
	Mitte	25	71
	Baden-Württemberg	24	75
	Bayern	27	70
	Ost	26	70
Männer		23	75
		27	70
Frauen	14- bis 29-Jährige	23	74
	30- bis 44-Jährige	44	52
	45- bis 59-Jährige	17	79
	60 Jahre und älter	20	77
Hauptschule		23	75
	mittlerer Abschluss	4	73
	Abitur/Studium	20	78
		25	70

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

Immer wieder kommt die Diskussion um eine Abschaffung der Zeitumstellung auf.

48 Prozent der Befragten halten es für realistisch, dass die Zeitumstellung tatsächlich abgeschafft wird. Ähnlich viele (49 %) schätzen dies als unrealistisch ein.

▪ Abschaffung der Zeitumstellung

Dass die Zeitumstellung tatsächlich abgeschafft wird, halten für realistisch

		ja %	nein *) %
insgesamt:	2015	47	50
	2016	51	46
	2017	48	49
Nord		49	46
Nordrhein-Westfalen		48	48
Mitte		45	52
Baden-Württemberg		46	52
Bayern		48	49
Ost		49	48
Männer		46	51
Frauen		49	47
14- bis 29-Jährige		45	52
30- bis 44-Jährige		52	46
45- bis 59-Jährige		51	47
60 Jahre und älter		43	51
Hauptschule		45	49
mittlerer Abschluss		47	50
Abitur/Studium		48	49

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