

Belastung durch chronischen Stress

Sonderauswertung der Befragung der DAK-Gesundheit im Rahmen des Schwerpunktthemas 2014 – „Rushhour des Lebens“

Die Ergebnisse gelten für die Altersgruppe 25-40

Kontakt:

Jörg Marschall
T +49 30 230 809 37
joerg.marschall@iges.de

IGES Institut GmbH

Friedrichstraße 180
10117 Berlin

www.iges.de

Berlin, 6. Mai 2014

Inhalt

1.	Identifikation von Personengruppen mit viel und wenig Belastung durch chronischen Stress (Alter 25-40)	4
2.	Belastung durch chronischen Stress nach höchstem Schulabschluss (Alter 25-40)	6
3.	Belastung durch chronischen Stress nach Stellung im Beruf (Alter 25-40)	7
4.	Belastung durch chronischen Stress: Erwerbstätige Eltern im Vergleich zu erwerbstätigen Kinderlosen (Alter 25-40)	10
5.	Belastung durch chronischen Stress nach Alter und Geschlecht (Alter 25-40)	11
6.	Anhang: Das Trierer Inventar zur Erfassung chronischen Stress (TICS)	13

1. Identifikation von Personengruppen mit viel und wenig Belastung durch chronischen Stress (Alter 25-40)

Eine besonders geringe Stressbelastung haben:

- Männer haben ein geringeres Niveau an chronischer Stressbelastung als Frauen (Punktwert: 17,9 zu 20,7).
- Erwerbstätige haben eine geringere Stressbelastung als nicht erwerbstätige (Männer: 17,6 zu 19,7; Frauen: 19,7 zu 23,1). Eine besondere Gruppe stellen die Teilzeit arbeitenden Männer dar, die nur einen Punktwert von 15,4 aufweisen.
- Studierende weisen ein überdurchschnittliches Stressniveau auf (Studenten: 19,8 gegenüber 17,9 aller Männer; Studentinnen: 23,2 gegenüber 20,7 aller Frauen).
- Unter den Erwerbstätigen sind Akademiker/innen weniger durch chronischen Stress belastet als Erwerbstätige, die eine Ausbildung oder Lehre als beruflichen Abschluss haben (Männer: 16,3 zu 17,9; Frauen: 19,4 zu 20,2).
- Eine besonders hohe Belastung durch chronischen Stress weisen alleinerziehende Mütter auf (genauer: Mütter ohne Partnerschaft) (Punktwert: 24,6).
- Unter den Männern weisen die verheirateten nicht-erwerbstätigen Männer den höchsten Stresswert auf (Punktwert: 21,4).

Tabelle 1: Punktwert Chronische Stressbelastung nach ausgewählten Personengruppen

	SSCS-Punkt- wert	N
Gesamt	19,2	3.113
Männer	17,9	1.592
Frauen	20,7	1.521
Männer in Vollzeit oder vollzeitnaher Beschäftigung	17,6	1.288
Männer in Teilzeit (<30h)	15,4	42
Männer, nicht erwerbstätig	19,7	253
Frauen, in Vollzeit oder vollzeitnaher Beschäftigung	19,7	840
Frauen in Teilzeit (<30h)	20,3	327
Frauen, nicht erwerbstätig	23,1	343
Alleinerziehende Mütter	24,6	69
verheiratete nicht erwerbstätige Männer, mit Ehepartner zusammenlebend	21,4	40
Studenten	19,8	125
Studentinnen	23,2	88
Erwerbstätige (Akademiker und Nicht-Akademiker)		
Erwerbstätige (männlich) Akademiker	16,3	285
Erwerbstätige (männlich) mit Ausbildung/Lehre	17,9	1017
Erwerbstätige (weiblich) Akademikerinnen	19,4	320
Erwerbstätige (weiblich) mit Ausbildung/Lehre	20,2	793

Quelle: IGES nach Befragungsdaten der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

2. Belastung durch chronischen Stress nach höchstem Schulabschluss (Alter 25-40)

Die Belastung durch chronischen Stress nimmt mit höherem Schulabschluss ab. Personen mit Abitur und Fachabitur weisen den geringsten Wert auf, Personen mit Hauptschulabschluss den höchsten, Personen mit Realschulabschluss befinden sich hinsichtlich des Punktwerts zwischen höchstem und geringstem Bildungsgrad.

Die Unterschiede sind allerdings sehr gering ausgeprägt.

Tabelle 2: Belastung durch chronischen Stress nach höchstem Schulabschluss

höchster Schulabschluss	SSCS Punktwert	N
Hauptschulabschluss	19,9	613
Realschulabschluss	19,5	1.167
Abitur oder Fachabitur	18,7	1.306
Insgesamt	19,2	3.086

Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

3. Belastung durch chronischen Stress nach Stellung im Beruf (Alter 25-40)

Die Belastung durch chronischen Stress unterscheidet sich praktisch nicht nach beruflicher Stellung. Geringfügig höhere Werte weisen die Selbstständigen und freien Berufe auf, relativ geringe Werte die Beamten. Aber insgesamt sind die Unterschiede minimal.

Tabelle 3: Belastung durch chronischen Stress nach beruflicher Stellung

Berufliche Stellung	Punktwert SSCS	N
Arbeiter	18,6	570
Angestellter	18,9	1.772
Selbstständige und freie Berufe	19,0	112
Beamte	18,2	202
Insgesamt	18,8	2.656

Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

Erst wenn die berufliche Stellung weiter untergliedert wird, finden sich Gruppen mit besonders hoher und besonders niedriger Belastung durch chronischen Stress. Die Tendenz ist dabei generell: je qualifizierte desto weniger stressbelastet. So erzielen ungelernte Arbeiter einen höheren Punktwert als gelernte oder Facharbeiter. Hochqualifizierte Angestellte sind weniger belastet als Angestellte mit einfacher Tätigkeit und auch innerhalb der Beamten nimmt das Stressniveau mit der beruflichen Stellung ab (wenn auch hier nur geringfügig).

Tabelle 4: Belastung durch chronischen Stress nach beruflicher Stellung (Feinanalyse)¹

In welcher beruflichen Stellung sind Sie derzeit beschäftigt?	Punktwert SSCS	N
Arbeiter		
Arbeiter, ungelernt oder angelernt	20,2	132
Gelernte und Facharbeiter	18,0	417
Angestellte		
Angestellte mit einfacher Tätigkeit (mit oder ohne Ausbildungsabschluss)	20,1	242
Angestellte mit qualifizierter Tätigkeit, (z.B. Sachbearbeiter, Buchhalter, technischer Zeichner).	19,3	987
Angestellte mit hochqualifizierter Tätigkeit oder Leitungsfunktion, z.B. wissenschaftlicher Mitarbeiter, Ingenieur, Abteilungsleiter	17,7	518
Selbstständige und freie Berufe		
Freie Berufe, selbstständige Akademiker	19,1	39
Sonstige Selbstständige	19,2	69

¹ Gruppen, die nicht ausreichend besetzt sind, werden nicht aufgeführt. Bsp.: Beamte im einfachen Dienst, mithelfende Familienangehörige.

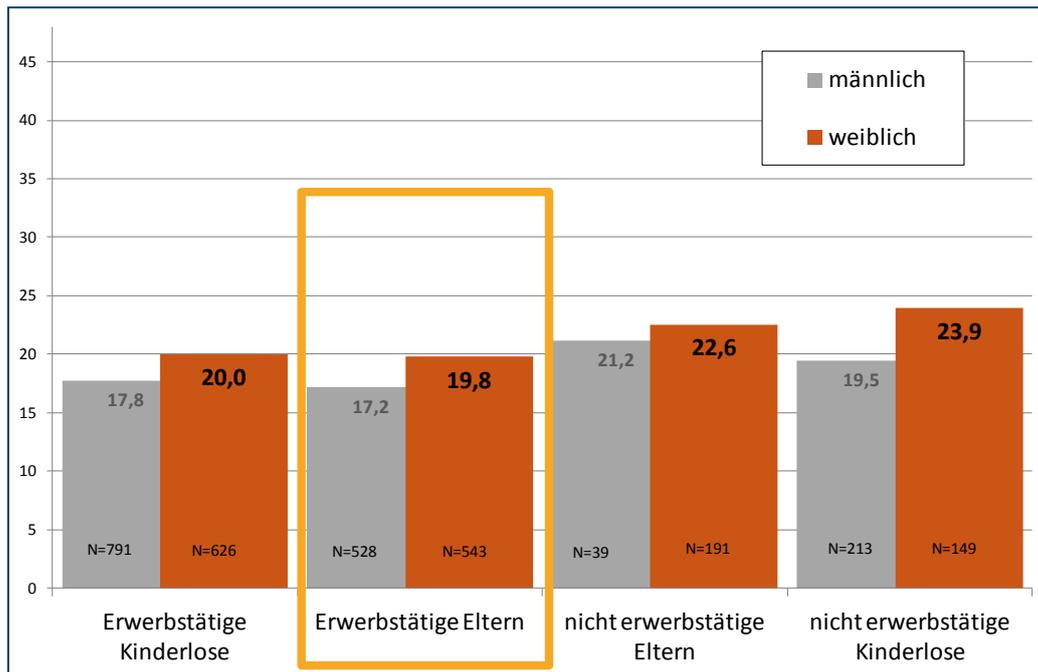
Beamte		
Mittlerer Dienst	19,0	81
Gehobener Dienst	17,6	85
Höherer Dienst	17,5	34
Auszubildender oder Praktikant	21,0	38
... ..		
Insgesamt	18,8	2.750

Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

4. Belastung durch chronischen Stress: Erwerbstätige Eltern im Vergleich zu erwerbstätigen Kinderlosen (Alter 25-40)

Die erwerbstätigen Eltern unterscheiden sich nicht von den erwerbstätigen Kinderlosen. Die Unterschiede (Männer: 17,2 zu 17,8; Frauen: 19,8 zu 20,0) sind minimal und statistisch nicht signifikant.

Abbildung 1: Belastung durch chronischen Stress (SSCS-Punktwert) nach Rush-hour Konstellationen



Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

5. Belastung durch chronischen Stress nach Alter und Geschlecht (Alter 25-40)

Tabelle 5: Belastung durch chronischen Stress nach Alter (in Kategorien) und Geschlecht

Alter Kategori- siert	männlich		weiblich	
	Punktwert SSCS	N	Punktwert SSCS	N
25-29	17,7	502	21,0	465
30-34	17,5	443	20,2	489
35-40	18,3	647	20,7	567
Insgesamt	17,9	1592	20,7	1521

Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

Tabelle 6: Belastung durch chronischen Stress nach Alter und Geschlecht

Alter	männlich		weiblich	
	Punktwert SSCS	N	Punktwert SSCS	N
25	20,4	72	22,2	65
26	18,9	80	22,2	63
27	18,7	98	21,7	84
28	16,2	126	20,3	142
29	16,1	126	20,1	111
30	16,5	111	21,6	119
31	18,9	86	19,0	83
32	18,7	69	19,3	111

Alter	männlich		weiblich	
33	18,3	98	20,1	98
34	15,4	80	20,8	78
35	18,0	163	21,9	115
36	17,8	91	22,0	117
37	20,4	108	19,4	103
38	19,2	99	20,0	82
39	16,4	115	20,5	106
40	18,3	71	19,1	43

Quelle: IGES nach Befragungsdaten (repräsentative Bevölkerungsbefragung) der DAK-Gesundheit. Befragt wurden Männer und Frauen im Alter von 25-40 Jahren. Die Befragung ist repräsentativ für die Bevölkerung der Bundesrepublik Deutschland im Alter von 25-40.

6. Anhang: Das Trierer Inventar zur Erfassung chronischen Stress (TICS)

Trierer Inventar zum chronischen Stress

- Zur Ermittlung der Stressbelastung der 25-40-Jährigen wird das Trierer Inventar zum chronischen Stress verwendet (Screening-Skala: SSCS) (Schulz/Schlotz/Becker 2004).
- Wissenschaftlich anerkanntes Instrument zur Messung von Stress, u.a. in der DEGS-Erhebung des Robert-Koch-Instituts verwendet
- Als chronisch gestresst gilt eine Person dann, wenn sie sich viele Sorgen macht, überlastet und überfordert ist und keine Anerkennung für ihre Anstrengungen erhält.
- Die Skala nimmt Werte von 0 (gar kein Stress) bis 48 (maximaler Stress) an.



Weitere Anmerkung zum Instrument: Das TICS, genauer gesagt die 12-Item Screening Skala, fragt ab, wie häufig bestimmte negative Erfahrungen und Situationen auftreten. Diese zielen ab auf Überforderung, mangelnde Anerkennung, Besorgnis – Dimensionen, die dem wissenschaftlichen Stress-Konzept entsprechen. Dieses unterscheidet sich vom Alltags-Konzept von Stress im Sinne von Hektik, Zeitdruck, „viel zu tun“.

Mögliche Antworten sind pro Situation/pro Erfahrung: nie, selten, manchmal, häufig, sehr häufig. Wer beispielsweise über alle Erfahrungen /Situationen die Antwort „manchmal“ gibt, erhält einen Punktwert von 24 (der Durchschnitt der 25-40-Jährigen liegt bei 19,2).