

meinungsraum.at
Juni 2013

Radio Wien
„Stress“

Inhalt

1. Studienbeschreibung
2. Ergebnisse
3. Summary
4. Stichprobenbeschreibung
5. Rückfragen/Kontakt

Studienbeschreibung

1. Studienbeschreibung

Auftraggeber	Radio Wien
Thematik	Stress
Zielgruppe	WienerInnen und NiederösterreicherInnen (Speckgürtel) 14-65 Jahre, repräsentativ nach Alter, Geschlecht, Region und Schulbildung
Stichprobenmethode	Panel-Umfrage
Nettostichprobe	300 Computer Assisted Web Interviews
Interviewdauer	ca. 3 Minuten
Response rate	53%
Feldzeit	21.06.2013 - 25.06.2013

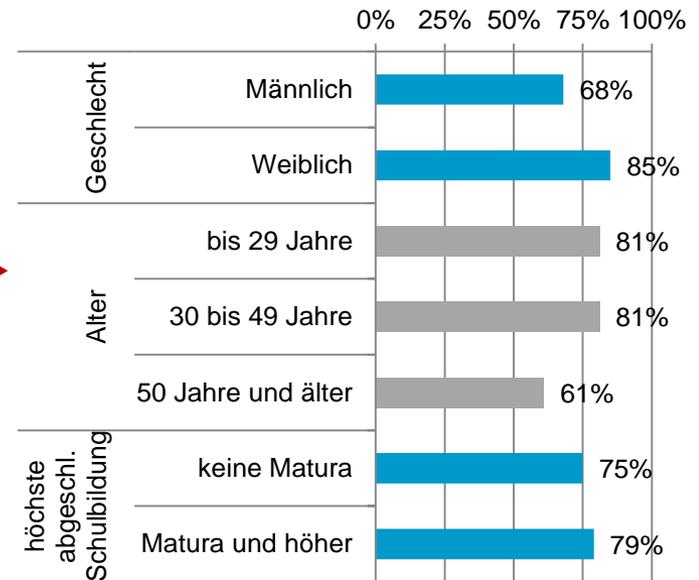
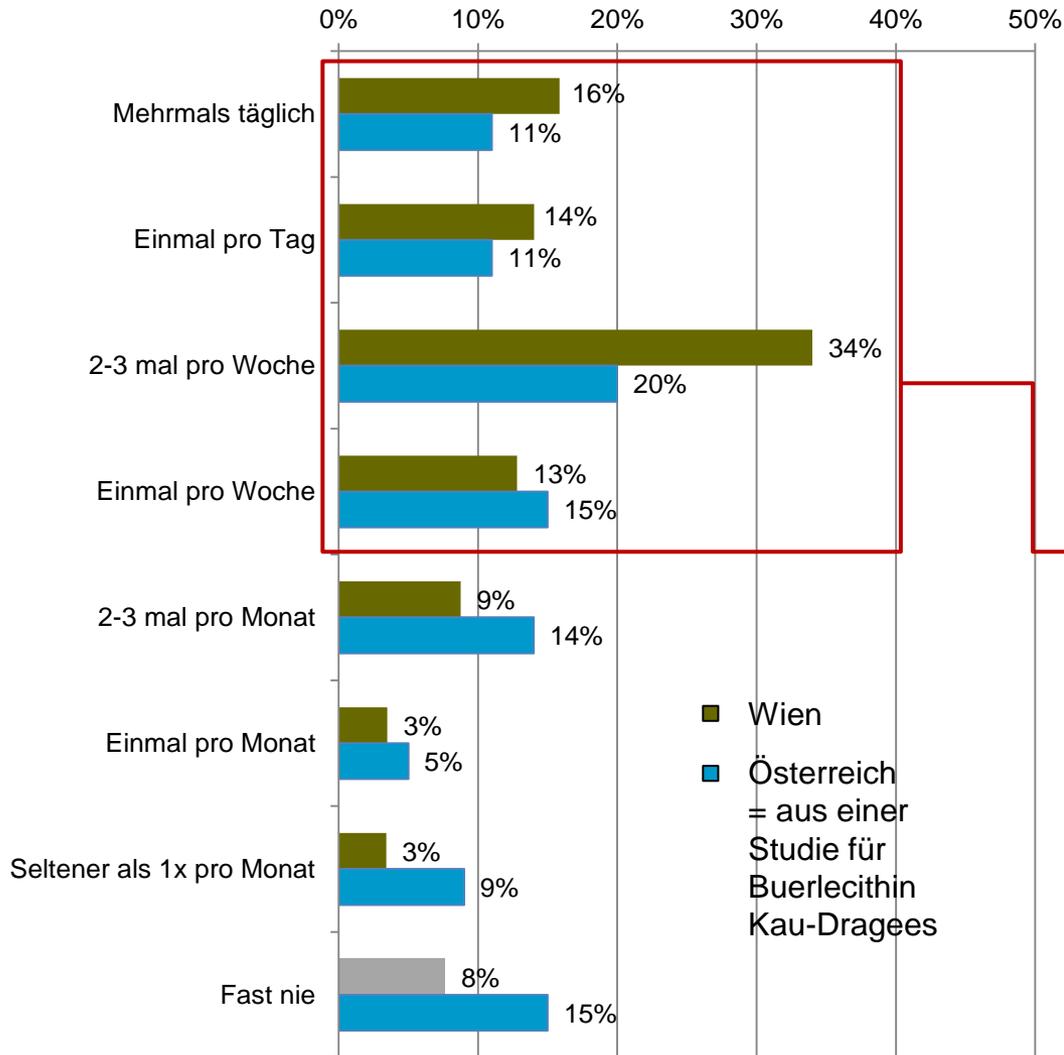
Zitierangabe: bitte zitieren Sie die Studie wie folgt:
Umfrage von meinungsraum.at im Auftrag von Radio Wien

Ergebnisse

2.1 Häufigkeit des Stressgefühls: Drei Viertel haben mind. 1x pro Woche Stress

Wie oft fühlen Sie sich normalerweise (negativ) gestresst

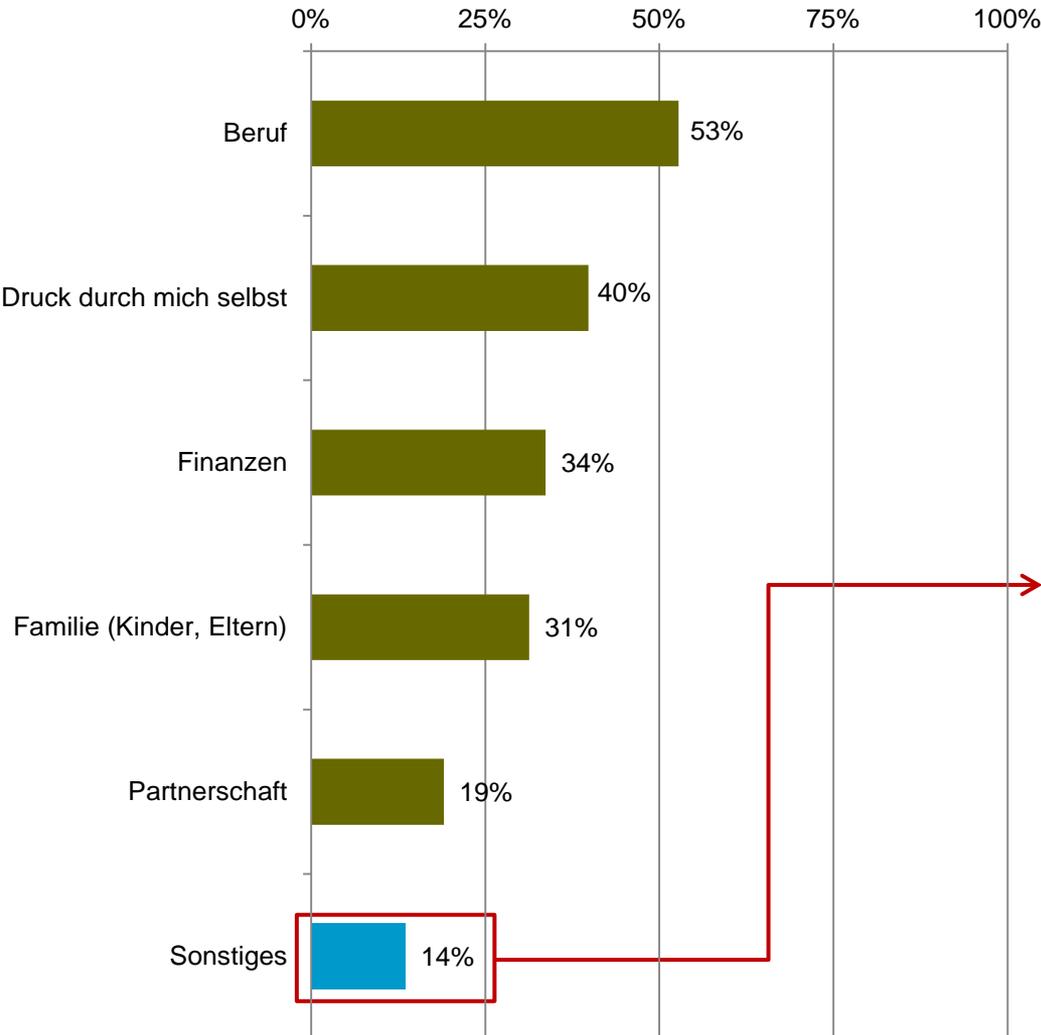
Einfachnennung, Angaben in %, n = 300



2.2 Auslöser für Stress: 53% sind durch den Beruf gestresst

Was sind bei Ihnen Auslöser für negativen Stress – bzw. die größten Stressfaktoren?

Mehrfachnennung, Angaben in %, n = 300

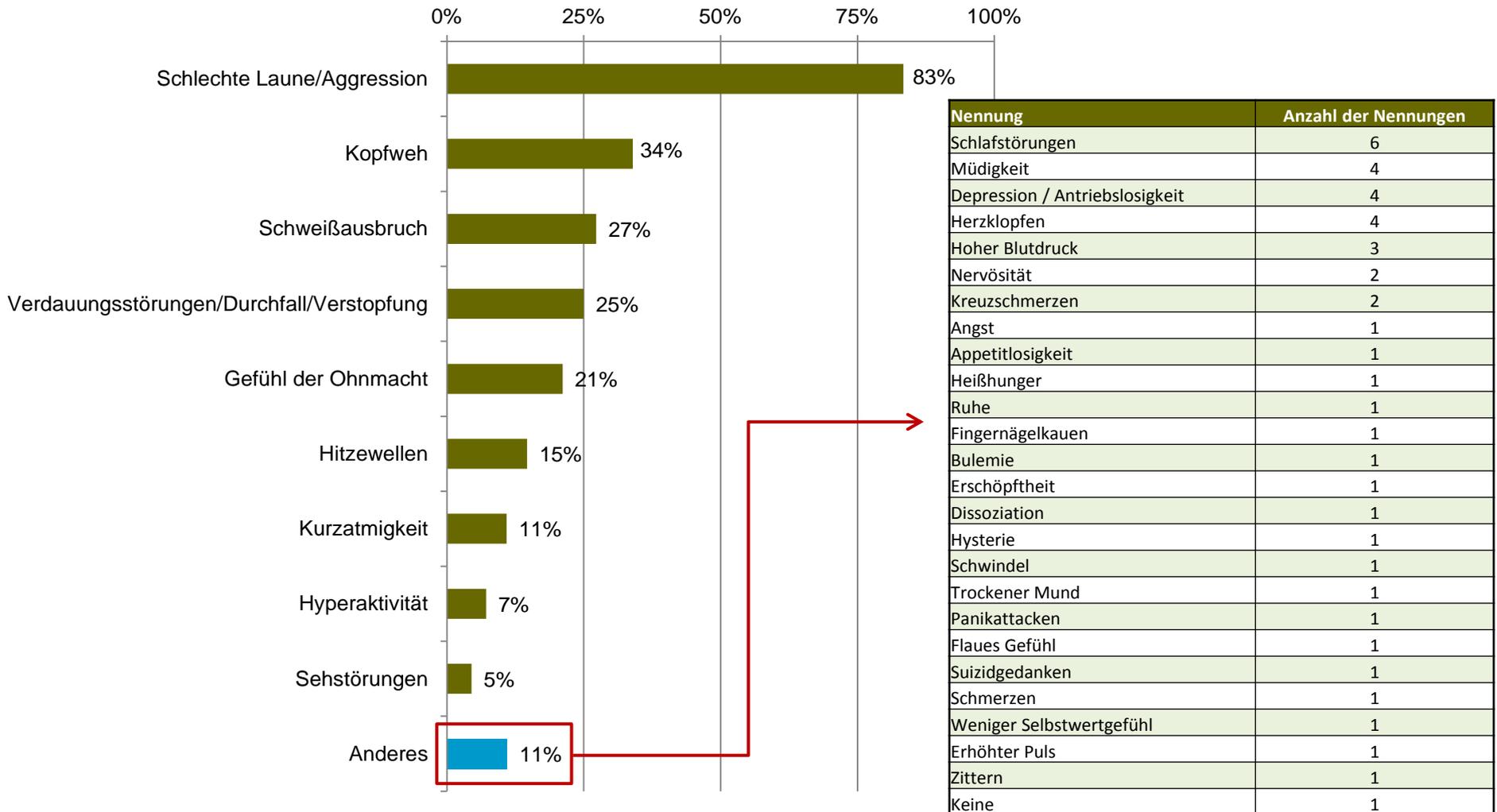


Nennung	Anzahl der Nennungen
Schule / Studium	15
Ausländer	9
Verkehr / Stau / Öffentliche Verkehrsmittel	5
Nachbarn / Mitbewohner	4
Lärm	3
Schmerzen / Behinderung	3
Menschenmengen	2
Freizeitstress / Zeitmanagement	2
Hausumbau	1
Haushalt	1
Freunde	1
Wohnungseinrichtung	1
Verein	1
Schlafmangel	1
Pflege von Angehörigen	1
Pensionistendasein	1
Einkauf	1
Politiker	1
Kein Stress	1

2.3 Stresssymptome: 83% reagieren mit schlechter Laune oder Aggression

Welche körperlichen oder psychischen Symptome zeigen Sie, wenn Sie unter Stress leiden?

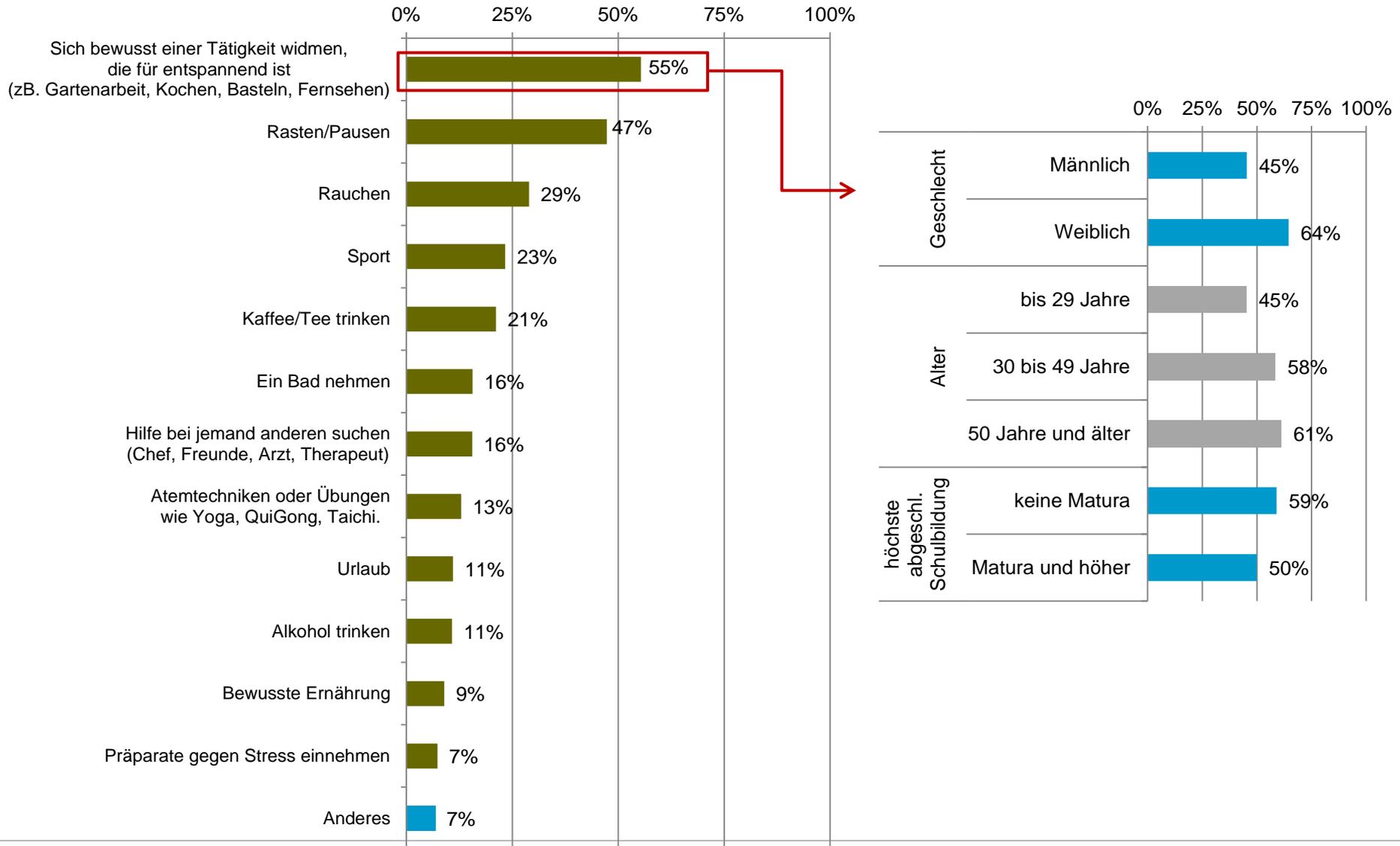
Mehrfachnennung, Angaben in %, n = 300



2.4 Präventionsmaßnahmen: 55% lindern Stress mit entspannenden Tätigkeiten

Was unternehmen Sie, um Stress zu lindern?

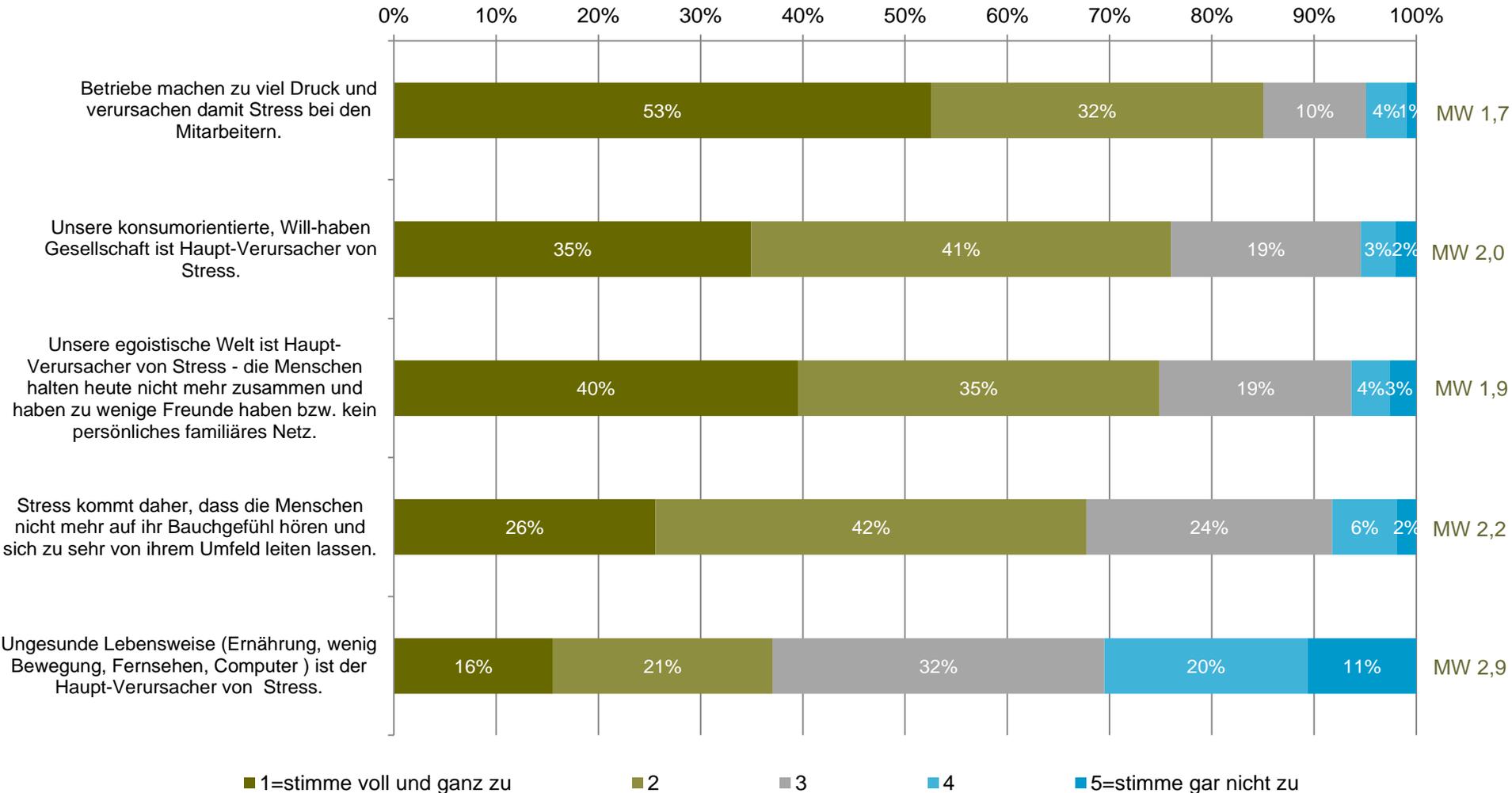
Mehrfachnennung, Angaben in %, n = 300



2.5 Ansichten über Stress: 85% finden, dass die Betriebe zu viel Druck ausüben

Welcher der folgenden Aussagen zum Thema Stress stimmen Sie wie stark zu?

Einfachnennung, Angaben in %, n = 300, absteigend gereiht nach Top-2-Werten



Summary

Von 21.06. bis 25.06.2013 wurden insgesamt 300 Personen aus Wien/Speckgürtel zum Thema „Stress“ online befragt.

- Im Vergleich zu Österreich im gesamten, sind die WienerInnen deutlich öfter gestresst. 77% der WienerInnen sind einmal pro Woche oder häufiger gestresst, jedoch trifft das auf 57% der Gesamtbevölkerung zu. Insgesamt 30% der Befragten haben täglich oder mehrmals täglich Stress, ein Drittel (34%) der WienerInnen fühlt sich 2-3 Mal in der Woche gestresst. 13% der WienerInnen sind einmal pro Woche gestresst. 6% geben an, einmal im Monat oder seltener gestresst zu sein. Nur 8 % haben fast nie Stress – in Österreich sind es 15 % die fast nie Stress empfinden.
- Interessant ist auch der Unterschied nach Geschlechtern. Frauen fühlen sich deutlich häufiger gestresst als Männer – 68% der männlichen Wiener haben zumindest einmal die Woche Stress jedoch 85% der Frauen.
- Keinen Unterschied zwischen Wien und Österreich gibt es bei den Auslösen von negativem Stress. 53% geben an, dass der Beruf der größte Stressfaktor ist. 40% setzen sich selbst unter Druck und erzeugen so Stress. Des Weiteren wird Stress für jeweils ein Drittel von Familie und Finanzen ausgelöst. Auch die Partnerschaft macht 19% der WienerInnen Stress.
- Lässt man die gesellschaftlichen Haupt-Stress-Verursacher anhand von vorgegebenen Aussagen identifizieren, so sind nach Meinung von 85% der WienerInnen die Betriebe der Hauptverursacher von Stress. Jeweils drei Viertel sehen unsere konsumorientierte, Will-haben Gesellschaft und egoistische Lebensweise als die Haupt-Verursacher. 68% sehen das geringe Vertrauen auf unser Bauchgefühl als Stressursache und unsere ungesunde Lebensweise ist nur für 37 % der Verursacher.
- Eine eindeutige Mehrheit, mit mehr als acht von zehn der Wiener Bevölkerung reagieren mit schlechter Laune oder Aggression auf Stress. Bei den körperlichen Symptomen führen Kopfweg (34%) vor Schweißausbruch (27%) und 25% reagieren mit Verdauungsproblemen. Jeder 5te reagiert mit einem Gefühl der Ohnmacht.
- Um sich zu entspannen, widmen sich mehr als die Hälfte der Befragten in ihrer Freizeit bewusst einer anderen Tätigkeit (so wie Kochen, Fernsehen, Gartenarbeit oder Basteln etc.). 47% machen in stressigen Zeiten mehr Pausen, um den Stress zu lindern. 29% rauchen in Stresssituationen und 23% betreiben Sport zur Entspannung.

Stichprobenbeschreibung

4.1 Stichprobenbeschreibung

Geschlecht

	Häufigkeit	Prozent
männlich	144	48,0
weiblich	156	52,0
Gesamt	300	100,0

Alter

	Häufigkeit	Prozent
14 - 19 Jahre	21	7,0
20 - 29 Jahre	66	22,0
30 - 39 Jahre	66	22,0
40 - 49 Jahre	72	24,0
50 - 59 Jahre	51	17,0
60 - 65 Jahre	24	8,0
Gesamt	300	100,0

Schulbildung

	Häufigkeit	Prozent
Volks-, Hauptschulabschluss (Pflichtschule)	57	19,0
Berufsschule/Lehre, Fach/Handelsschule (ohne Matura)	120	40,0
Matura (AHS/BHS)	63	21,0
Kurzstudium, College, FH (Fachhochschule)	30	10,0
Hochschule, Universität	30	10,0
Gesamt	300	100,0

Region

	Häufigkeit	Prozent
Bezirk 1, 4-9	35	11,8
Bezirk 2, 3, 20	42	14,0
Bezirk 15, 16, 17, 18, 19	53	17,5
Bezirk 12, 13, 14, 23	49	16,4
Bezirk 10, 11	38	12,7
Bezirk 21,22	45	14,9
Speckgürtel	38	12,7
Gesamt	300	100,0

5. Rückfragen/Kontakt

Studienleitung: Roswitha Wachtler
Tel: +43 (0)1 512 8900 0
Mobil: +43 (0) 664 887 359 18
Mail: roswitha.wachtler@meinungsraum.at
Web: www.meinungsraum.at