

## Presseinformation

### Job und Familie: Männer leiden eher unter Doppelbelastung als Frauen

Mediaedge:cia startet TNS Emnid Umfrage zum Thema stressbedingte Beschwerden

**Bielefeld/Düsseldorf, 14. September 2006** - Frauen soll es angeblich besser gehen, wenn sie den Job an den Nagel hängen und sich mehr um Heim und Familie kümmern. Diese These erhitzt zurzeit die Gemüter der Nation. Dass Anspruch und Wirklichkeit oftmals weit auseinander liegen, zeigt eine repräsentative Umfrage von TNS Emnid, im Auftrag der Düsseldorfer Agentur Mediaedge:cia. Danach klagen gerade Frauen und Erwerbslose besonders häufig über diverse körperliche und mentale Beschwerden. So leiden knapp 60 Prozent der Frauen mindestens ab und zu unter Kopfschmerzen. Bei den Männern sind es nur 43 Prozent. Außerdem kämpfen Frauen öfter mit Nacken- und Rückenschmerzen (45 Prozent), Rheuma bzw. Wetterfühligkeit (21 Prozent) und Schlafstörungen (18 Prozent).

Fragt man nach körperlichen Beschwerden, bei denen keine physische Ursache vorliegt, führen auch hier die Kopfschmerzen das Ranking an – besonders betroffen sind wieder die Frauen. Andere typische Gesundheitsprobleme wie Rücken- und Nackenschmerzen oder Schlafstörungen werden dagegen häufiger von Männern genannt. Interessant in diesem Zusammenhang ist die berufliche Stellung. Dem Sensor zufolge klagen vor allem Personen im erwerbsfähigen Alter, die aktuell in keinem Arbeitsverhältnis stehen, häufig über unterschiedliche Beschwerden. 44 Prozent leiden zum Beispiel unter Kopfschmerzen und Migräne. Gut jeder Vierte wird von Rücken- und Nackenschmerzen geplagt. Fast ein Fünftel wälzt sich aufgrund von Schlafstörungen nachts im Bett herum. All diese Symptome treten häufiger bei Befragten auf, die entweder erwerbslos sind oder eine einfache berufliche Position ausüben.

Personen in leitenden Positionen oder Selbstständige leiden nach eigener Angabe weniger unter diesen Störungen. Richtig gut geht es ihnen allerdings auch nicht. Fast jeder Zweite ist zumindest ab und zu von mentalen Beschwerden wie Stress, Zeit- und Leistungsdruck betroffen. Jeder Dritte gerät schon mal in Rage und kämpft mit Aggressionsgefühlen wie Ärger, Wut und Gereiztheit.

Auch Befragte mit beruflicher und familiärer Doppelbelastung stehen überdurchschnittlich häufig unter Stress. Der Clou dabei: Die berufstätigen Väter sind sogar etwas anfälliger als die berufstätigen Mütter. Erwerbslose sind dagegen eher niedergeschlagen, antriebslos und haben große Sorgen und Ängste. Auch Einsamkeit, Trauer und Depressionen sowie das Gefühl der inneren Leere treten in dieser Gruppe besonders oft auf. Der Umfrage zufolge sind gerade bei diesen Problemen die Frauen sehr stark betroffen. Das kann allerdings auch daran liegen, dass Männer generell nicht gern über Krankheiten reden. Fakt ist auf alle Fälle, dass Stress, Aggressionen und Nervosität die häufigsten mentalen Beschwerden bei Frauen und Männern sind. Wobei innere Unruhe bzw. Nervosität mit 29 Prozent das Ranking bei den Frauen anführt. Männer leiden dagegen eher unter Stress und Aggressionen (jeweils 25 Prozent).

Ob körperlich oder mental – viele der genannten gesundheitlichen Probleme treten nach Aussage der Befragten vor allem bei hoher Belastung auf. Das gilt insbesondere für Kopfschmerzen (26 Prozent), Nervosität und Anspannung (20 Prozent) sowie Schlaflosigkeit (17 Prozent). Das beste Mittel, um Stress und Niedergeschlagenheit zu beseitigen, ist in den Augen vieler Befragter die Ursachenbekämpfung. Während die über 30-Jährigen vor allem beim Spaziergang Ausgleich finden, entspannen die 14- bis 29-Jährigen am besten beim Musik hören. Auch Sport wird in dieser Zielgruppe groß geschrieben. Fernsehen, Lesen und Gespräche mit Freunden und Bekannten sind in allen Altersgruppen beliebte Mittel zum Stressabbau. Jeder Zehnte würde bei mentalen Krisen auch ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen. 13 Prozent der Befragten – vor allem Frauen, über 30-Jährige und Nicht-Erwerbstätige – können sich Selbsthilfe-Maßnahmen in Form von pflanzlichen Präparaten mit Baldrian oder Johanniskraut sowie nervenstärkenden Tees vorstellen. Um sich über stressbedingte Beschwerden zu informieren, setzt die Mehrheit auf den Hausarzt. Danach folgen die Beratung in der Apotheke und Tipps von Freunden und Verwandten. Höher Gebildete und unter 50-Jährige würden bei Bedarf auch im Internet recherchieren. Ältere Befragte vertrauen dagegen auf die Tipps der Printmedien.

Der Sensor ist eine monatliche Repräsentativbefragung zu aktuellen Themen der Markt- und Medienforschung. Sie wird im Auftrag von Mediaedge:cia von der TNS Emnid Medien- und Sozialforschung, Bielefeld, persönlich bei zirka 1.300 Personen im Alter ab 14 Jahren durchgeführt.

### **TNS Emnid – the sixth sense of business**

Die TNS Emnid Medien- und Sozialforschung GmbH wurde vor mehr als 60 Jahren gegründet und gehört damit zu den traditionsreichsten Anbietern in der Markt- und Sozialforschung. Für Auftraggeber aus der Medien-, Politik- und Sozialforschung ist TNS Emnid kompetenter Partner für nationale und internationale Forschungsvorhaben. Mit modernsten und qualitativ hochwertigen Erhebungsverfahren und Instrumenten der Markt- und Sozialforschung generiert TNS Emnid mit der gesamten Methodik vom Face-to-Face Interview über telefonische Interviews bis hin zu Online-Befragungen aktuelle und exklusive Marketinginformationen. Die TNS Emnid Medien- und Sozialforschung GmbH ist eine Tochtergesellschaft der TNS Infratest Holding GmbH & Co. KG. und gehört zur TNS Gruppe (Taylor Nelson Sofres, London). Sie ist damit Teil einer der führenden Marktforschungs- und Beratungsgesellschaften weltweit. Weitere Informationen unter [www.tns-emnid.com](http://www.tns-emnid.com)

### **Kontakt und weitere Informationen:**

TNS Emnid  
Jan Peter Grootz  
t +49 (0)521 9257 619  
f +49 (0)521 9257 333  
e [jp.grootz@tns-emnid.com](mailto:jp.grootz@tns-emnid.com)  
[www.tns-emnid.com](http://www.tns-emnid.com)

Mediaedge:cia  
Anja Wenke  
t +49 (0)211 55 88 282  
f +49 (0)211 55 88 629  
e [anja.wenke@de.mecglobal.com](mailto:anja.wenke@de.mecglobal.com)  
[www.mecglobal.de](http://www.mecglobal.de)