

Press release

Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung DIW Berlin

Monika Wimmer

09/26/2011

<http://idw-online.de/en/news442683>

Research results, Scientific Publications
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing, Psychology, Social studies, Sport science
transregional, national

SOEP-Studie: Nur die Gesunden treiben Sport

Egal ob Herzsportgruppe, Nordic Walking oder Rückenschule – Sport fördert die Gesundheit. Das Problem dabei: Gerade Menschen, die etwas für ihre Gesundheit tun müssten, zieht es relativ selten in die Turnhallen. „Je weniger zufrieden Männer und Frauen mit ihrer Gesundheit sind, desto seltener treiben sie Sport“, sagt die Heidelberger Soziologin Simone Becker. Das ist das Ergebnis ihrer kürzlich als 400. SOEPPaper veröffentlichten Studie.

Die SOEP-Daten zeigen: Im Laufe des Lebens lässt die Gesundheitszufriedenheit der Deutschen immer mehr nach. Gleichzeitig geht die sportliche Aktivität zurück. Zwar ist der Anteil der Deutschen, die mindestens einmal pro Woche Sport treiben, in den vergangenen 15 Jahren um 16 % gestiegen. Aber mit zunehmendem Alter zieht es die Deutschen immer seltener in die Turnhallen. „Je weniger zufrieden Männer und Frauen mit ihrer Gesundheit sind, desto eher geben sie frühere sportliche Aktivitäten auf“, sagt Simone Becker. „Und desto seltener beginnen sie damit, regelmäßig Sport zu treiben.“

Die Folge: Im Alter von 18 Jahren treiben knapp 70 % der Männer und 42 % der Frauen wöchentlich Sport. Mit 35 Jahren zieht es etwa ebenso viele Frauen wie Männer, nämlich jeweils ca. 30 %, auf die Sportplätze. Unter den älteren Menschen ab 68 Jahren sind es nur noch jeweils 18 % der Frauen und Männer.

Warum lässt mit zunehmendem Alter nicht nur die Gesundheitszufriedenheit, sondern auch die Sportbegeisterung nach? „Natürlich kostet es mehr Überwindung Sport zu treiben, wenn man sich nicht fit fühlt“, sagt Simone Becker. Sie kritisiert aber auch das Konzept vieler Präventions- oder Rehabilitationsangebote, wie etwa Herzsportgruppen. „Solche Kurse werden meist nur zeitlich begrenzt angeboten“, so Becker. „Danach haben die Teilnehmer oft keine Möglichkeit mehr, das Training fortzusetzen.“

Für ihre Untersuchung hatte Simone Becker Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) ausgewertet, die zwischen 1986 und 2005 erhoben wurden. In den SOEP-Befragungen geben die Befragten auf einer Skala von 0 (gar nicht zufrieden) bis 11 (sehr zufrieden) an, wie zufrieden sie mit ihrer Gesundheit sind. Außerdem geben sie darüber Auskunft, wie oft sie Sport treiben.

Kontakt zur Wissenschaftlerin Dr. Simone Becker:
simone.becker@soziologie.uni-heidelberg.de

In der Publikationsreihe „SOEPPapers on Multidisciplinary Panel Data Research“ werden ausgewählte wissenschaftliche Studien veröffentlicht, die auf Basis der Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) entstanden sind.

STICHWORT SOEP

Das Sozio-oekonomische Panel (SOEP) ist die größte und am längsten laufende multidisziplinäre Langzeitstudie in Deutschland. Das SOEP ist am DIW Berlin angesiedelt und wird als Teil der Forschungsinfrastruktur in Deutschland unter dem Dach der Leibniz Gemeinschaft (WGL) von Bund und Ländern gefördert. Für das SOEP werden jedes Jahr mehr als 20 000 Menschen in rund 11 000 Haushalten vom Umfrageinstitut TNS Infratest Sozialforschung befragt. Die Daten des SOEP geben unter anderem Auskunft über Einkommen, Erwerbstätigkeit, Bildung und Gesundheit. Weil jedes Jahr dieselben Personen befragt werden, können nicht nur langfristige gesellschaftliche Trends, sondern auch die gruppenspezifische Entwicklung von Lebensläufen besonders gut analysiert werden.

Bibliografischer Hinweis:

„Sport zur Gesundheitsförderung oder treiben nur Gesunde Sport?“ Eine empirische Längsschnittanalyse. Simone Becker, VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden 2011, 39,95 Euro

URL for press release: http://www.diw.de/sixcms/detail.php?id=diw_01.c.379404.de Volltext der Studie

URL for press release: <http://www.diw.de/soeppapers> kostenloser Download aller SOEPpapers