

## Fasten

Datenbasis:	1.004 Befragte
Erhebungszeitraum:	10. bis 12. Februar 2010
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK

Insgesamt halten 48 Prozent, insbesondere Frauen und die formal höher Gebildeten, den über mehrere Wochen andauernden Verzicht auf bestimmte Konsumgüter oder Genussmittel für (sehr) sinnvoll.

Knapp über die Mehrheit der Befragten hingegen findet eine mehrwöchige Fastenzeit weniger bis gar nicht sinnvoll (51 %).

### ■ Ist Fasten sinnvoll?

Es finden den über mehrere Wochen andauernden gezielten Verzicht auf ein bestimmtes Genussmittel, wie z.B. Alkohol oder Konsumgut, wie z.B. Fernsehen ...

	sehr sinnvoll %	sinnvoll %	weniger sinnvoll %	überhaupt *) nicht sinnvoll %
insgesamt	13	35	24	27
Ost	10	34	26	30
West	14	35	24	26
Bayern	17	37	20	25
Baden-Württemberg	13	36	24	26
Süd-West	14	39	21	22
Nord	14	36	23	26
NRW	11	30	28	29
Männer	13	30	24	31
Frauen	13	39	24	23
18- bis 29-Jährige	12	40	23	25
30- bis 44-Jährige	12	33	26	27
45- bis 59-Jährige	15	35	22	26
60 Jahre und älter	13	33	25	28
Hauptschule	11	28	26	32
mittlerer Abschluss	11	33	24	31
Abitur/Studium	17	39	23	21

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

35 Prozent geben an, bereits mehrfach auf ein bestimmtes Konsumgut oder Genussmittel über mehrere Wochen hinweg verzichtet zu haben. 17 Prozent haben dies einmal in ihrem Leben getan.

1 Prozent haben zwar bisher noch nicht gefastet, wollen dies aber unbedingt einmal tun, während 12 Prozent es sich immerhin vorstellen könnten.

Demgegenüber stehen 34 Prozent der Befragten, die noch nie gefastet haben und dies auch in Zukunft nicht vorhaben.

Der Anteil derer, die bereits einmal oder mehrfach gefastet haben, fällt unter den jüngeren und formal höher gebildeten Befragten überdurchschnittlich aus, während insbesondere für die älteren, die im Osten lebenden und die formal niedriger gebildeten Personen Fasten nicht in Frage kommt.

▪ Bisherige Verzichte auf Genussmittel oder Konsumgüter

Es haben bereits für mehrere Wochen auf ein bestimmtes Genussmittel oder Konsumgut verzichtet

	ja, schon öfters	ja, schon einmal	nein, noch nie; möchte es aber un- bedingt mal probieren	nein, noch nie; könn- te es mir aber durch- aus vorstellen	nein, noch *) nie; das käme für mich auch nicht in Frage
	%	%	%	%	%
insgesamt	35	17	1	12	34
Ost	30	15	1	16	38
West	36	18	2	11	33
Bayern	41	12	1	12	33
Baden-Württemberg	38	19	4	13	24
Süd-West	37	22	2	9	30
Nord	37	17	0	10	36
NRW	31	20	1	10	36
Männer	36	16	2	12	34
Frauen	34	18	1	12	34
18- bis 29-Jährige	32	26	2	14	26
30- bis 44-Jährige	36	17	0	15	31
45- bis 59-Jährige	39	16	3	12	29
60 Jahre und älter	32	15	1	7	44
Hauptschule	30	16	2	9	43
mittlerer Abschluss	29	19	2	15	34
Abitur/Studium	44	16	0	11	29

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

Diejenigen Befragten, die angaben, dass Fasten für sie grundsätzlich in Frage kommt, wurden weiter gefragt, auf welche Genussmittel bzw. Konsumgüter sie dann am ehesten verzichten würden.

Die häufigste Nennung hierbei war Alkohol (64 Prozent), dicht gefolgt von Süßigkeiten (59 Prozent). 39 Prozent würden aufs Rauchen verzichten und 37 Prozent auf Fleisch. 32 Prozent könnten sich vorstellen, aufs Fernsehen zu verzichten und 23 Prozent würden den Computer bzw. das Internet auslassen. Vom Auto hingegen wollen sich die wenigsten trennen. Lediglich 15 Prozent wären bereit, es in der Fastenzeit stehen zu lassen und auf alternative Verkehrsmittel zurückzugreifen.

Unterschiede zwischen den Gruppen zeigen sich im Hinblick auf das Geschlecht. Bis auf Alkohol, würden Frauen auf sämtliche genannten Genussmittel bzw. Konsumgüter eher verzichten als Männer. Am deutlichsten zeigt sich dieser Unterschied jedoch beim Verzicht auf Fleisch und Computer.

Die jüngeren Befragten hingegen tun sich schwer beim Verzicht auf das Internet. Dies kommt lediglich für 14 Prozent in Frage und ist damit in dieser Altersgruppe die niedrigste Nennung.

▪ Genussmittel oder Konsumgüter auf die am ehesten verzichtet wird \*)

Beim Fasten würde am ehesten verzichtet werden auf ...

	Alkohol	Süßig- keiten	Rauchen	Fleisch	Fern- sehen	Computer bzw. Inter- net	Auto **)
	%	%	%	%	%	%	%
insgesamt	64	59	39	37	32	23	15
Ost	64	50	41	33	36	21	15
West	64	61	39	39	31	23	15
Bayern	60	64	35	47	30	20	18
Baden-Württemberg	64	62	34	38	39	22	11
Süd-West	70	60	46	39	30	17	15
Nord	65	56	37	32	24	28	13
NRW	63	61	41	37	33	27	18
Männer	64	54	36	28	30	17	12
Frauen	64	62	41	47	35	28	17
18- bis 29-Jährige	65	57	45	32	37	14	18
30- bis 44-Jährige	64	54	38	31	33	21	11
45- bis 59-Jährige	68	61	40	41	33	30	16
60 Jahre und älter	58	61	34	45	28	23	17
Hauptschule	62	57	43	39	30	31	16
mittlerer Abschluss	64	56	41	36	30	25	14
Abitur/Studium	67	62	37	40	36	16	15

\*) Basis: Diejenigen, für die Fasten in Frage kommt

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