

# WIdOmonitor

Die Versicherten-Umfrage des Wissenschaftlichen Instituts der AOK

Ausgabe 2/2019

## Gesundheitszustand und Gesundheitsverhalten von Auszubildenden

### Eine bundesweite Repräsentativ-Umfrage unter Auszubildenden in kleineren und mittleren Unternehmen

Von Klaus Zok und Sarah Jane Böttger

#### Abstract

Eine repräsentative Befragung von Auszubildenden liefert aktuelle Befunde zu Gesundheitsverhalten sowie zu Arbeitsbedingungen und Belastungen. Ihre Gesundheit schätzen die Auszubildenden mehrheitlich als gut ein. Gleichwohl benennen sie aber auch eine Reihe von Gesundheitsbeschwerden, wobei „Müdigkeit, Mattigkeit und Erschöpfung“ mit Abstand am häufigsten genannt werden. Die Auskünfte zum Gesundheitsverhalten zeigen, dass ein Viertel der Befragten sportlich kaum bis gar nicht aktiv ist. Fast zwei Drittel greifen mehrfach pro Woche zu Süßigkeiten und knapp jeder Fünfte zu Fast Food. Die mittlere Schlafdauer der Befragten liegt während der Woche bei 6,8 Stunden. Damit fühlt sich jeder zweite Azubi nicht ausgeruht und leistungsfähig. Auszubildende, die ein eher riskantes Gesundheitsverhalten angegeben haben, nennen häufiger psychosomatische Beschwerden und überdurchschnittlich viele Fehlzeiten. Die Mehrheit der Auszubildenden steht Maßnahmen zur Gesundheitsförderung in ihrem Betrieb aufgeschlossen gegenüber und wünscht sich ein speziell auf ihre Situation zugeschnittenes Angebot. ■

A representative survey of apprentices provides current findings on their health behaviour, working conditions and stress levels. The majority of trainees rate their health as good. Nevertheless, they mention a number of health complaints, with “fatigue, faintness and exhaustion” being by far the most frequently mentioned. The information on health behaviour shows that a quarter of those surveyed do little or no sport. Nearly two thirds reach for sweets several times per week and almost every fifth consumes fast food. The average sleep duration of the interviewees during the week is 6.8 hours. Thus, every other apprentice does not feel rested and productive. Trainees who have indicated risky health behaviour are more likely to mention psychosomatic complaints and above-average absenteeism. The majority of trainees are open-minded about health promotion measures in their company and would welcome an offer tailored to their specific situation. ■

#### KOMMENTAR

*Wie soll der neue Arbeitsschutz aussehen, neu, weil zugeschnitten auf eine globalisierte und digitalisierte Arbeitswelt? Die von Zok und Böttger ermittelten Daten geben dazu Aufschluss: Er sollte sich verstärkt mit der psychischen Gesundheit befassen, damit sie nicht nur geschützt, sondern auch gestärkt werden kann. Zahlreiche Studien belegen mittlerweile, dass Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich bei der Arbeit wohl fühlen, die besseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind. Der neue Arbeitsschutz sollte sich zweitens gezielter mit dem Gesundheitszustand einzelner Zielgruppen, zum Beispiel wie hier geschehen mit der Gesundheit Auszubildender befassen und mit den darauf einflussnehmenden Bedingungen. Und er sollte drittens Arbeitgeber verpflichten, ihr Berichtswesen um Indikatoren zur Gesundheit ihrer Beschäftigten zu erweitern.*



*Professor em. Dr. Bernhard Badura,  
Fakultät für Gesundheitswissenschaften  
der Universität Bielefeld und  
Mitherausgeber des Fehlzeiten-Reports*

## 1 Das Thema

Der demografische Wandel lässt den Druck auf die Unternehmen steigen, sich stärker als bisher für die Gesundheit von jüngeren Beschäftigten einzusetzen. Auszubildende sind aus Sicht der Unternehmen eine wichtige, aber auch schwierige Zielgruppe. Die Jugendlichen und jungen Erwachsenen befinden sich in einer Lebensphase voller Umbrüche, privat wie beruflich. Sie bewegen sich in einem neuen Umfeld und treffen auf neue Herausforderungen. Die beruflichen Weichen werden gestellt, erste Selbstständigkeit erlebt und positive wie negative Erfahrungen gesammelt. Gesundheit setzen viele dabei – noch – als gegeben voraus.

Für Unternehmen sind junge, gut ausgebildete Fachkräfte ein entscheidender Zukunftsfaktor. Viele Betriebe haben vor dem Hintergrund des demografischen Wandels immer größere Schwierigkeiten, geeignete Bewerber zu finden. So blieben im Berichtsjahr 2017/2018 in Deutschland 57.656 Ausbildungsstellen unbesetzt (BA 2018). „Von Oktober 2018 bis Juli 2019 wurden den Agenturen für Arbeit und den Jobcentern mehr Ausbildungsstellen gemeldet als im Vorjahreszeitraum. Die Bewerberzahl liegt erneut unter der des Vorjahres. Bundesweit übersteigt die Zahl der gemeldeten Ausbildungsstellen bis Juli 2019 die der gemeldeten Bewerber. Der Abstand fällt deutlicher aus als im Vorjahreszeitraum“ (BA 2019). „Unternehmen in Deutschland haben weiter große Probleme, Ausbildungsplätze zu besetzen. In rund jedem dritten Unternehmen bleiben Stellen unbesetzt“ (DIHK 2019, S. 3). Besonders im Hinblick auf zunehmenden Fachkräftemangel ist es wichtig, dass Auszubildende gesund ins Berufsleben starten, motiviert sind und auch nach der Ausbildung gerne im Ausbildungsbetrieb bleiben. Doch über die Gesundheit von Auszubildenden in deutschen Betrieben ist bislang eher wenig bekannt (s. BiBB 2018).

Die empirische Grundlage für die Fragen zu Gesundheitszustand und -verhalten von Auszubildenden bilden Daten einer zu Jahresbeginn 2019 durchgeführten repräsentativen Erhebung in kleineren und mittleren Unternehmen in Deutschland. Dazu wurde eine Zufallsstichprobe von 2.497 Unternehmen der Größe zwi-

schen 15 und 200 Mitarbeitern aus der Unternehmensdatenbank „Bisnode“ gezogen. Die Unternehmen wurden telefonisch kontaktiert und auf das Vorhandensein von Auszubildenden und zu ihrer Bereitschaft, an der Befragung teilzunehmen und die Befragungsunterlagen an ihre Azubis weiterzuleiten, angesprochen. Im zweiten Schritt wurden die Auszubildenden über den postalisch oder per E-Mail zugestellten Zugangscod online befragt; mit Incentives wurde ihre Motivation für eine Beteiligung an der Befragung unterstützt. Von den 1.844 kontaktierten Unternehmen mit Auszubildenden waren 359 Unternehmen bereit, die Befragungsunterlagen an ihre Auszubildenden weiterzuleiten.

Insgesamt haben 1.420 Auszubildende die Fragen zu Gesundheit, Gesundheitsverhalten sowie Arbeitsbedingungen und Belastungen in Schule und Betrieb beantwortet. Der Fragebogen basiert auf einer Studie, die zuletzt im Rahmen des Fehlzeiten-Reports 2015 publiziert wurde (Betz et al. 2015).

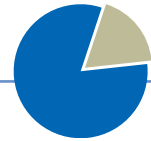
## 2 Befragungsergebnisse

### 2.1 Gesundheitszustand der Auszubildenden

Das Durchschnittsalter der Auszubildenden liegt bei 21 Jahren. Über 90 Prozent der Befragten gehören der Altersgruppe zwischen 16 und 25 Jahren an. Der eigene Gesundheitszustand wird erwartungsgemäß von der Mehrheit der befragten Auszubildenden subjektiv als gut oder sehr gut bezeichnet (83,2 Prozent). Männer stufen ihren Gesundheitszustand häufiger als gut oder sehr gut ein (87,0 Prozent) als Frauen (80,6 Prozent). Insgesamt 15,8 Prozent der Befragten berichten über gesundheitliche Einschränkungen, hier ist der Anteil der weiblichen Auszubildenden höher (18,9 Prozent zu 11,4 Prozent Männer). Lediglich ein Prozent der jungen Beschäftigten stuft die eigene Gesundheit als schlecht oder sehr schlecht ein.

Die Frage nach Körpergröße und Gewicht der Befragten erlaubt die Berechnung des Body-Mass-Index (BMI). Die Werte zeigen – gemäß WHO-Kriterien –, dass 23,2 Prozent der Auszubildenden als übergewichtig und 4,7 Prozent als adipös gelten können. 66,9 Prozent entfallen

*Gesundheit sehen junge Erwachsene oft noch als etwas Selbstverständliches an.*



in die Kategorie „normalgewichtig“ und 5,2 Prozent sind untergewichtig. Frauen sind häufiger normalgewichtig (74,7 Prozent) als Männer (55,5 Prozent). Untergewicht spielt bei den Männern (2,6 Prozent) im Vergleich zu den Frauen (7,1 Prozent) eine deutlich geringere Rolle. 33,8 Prozent der männlichen Auszubil-

denden gelten gemäß BMI als übergewichtig und 8,1 Prozent als adipös. Die weiblichen Auszubildenden liegen deutlich darunter: 15,9 Prozent sind als übergewichtig einzustufen, 2,3 Prozent sind adipös.

Bei der Frage, mit welchen gesundheitlichen Problemen Auszubildende zu tun haben, wurde

Tabelle 1

### Gesundheitliche Beschwerden von Auszubildenden

„Wie oft haben Sie die folgenden gesundheitlichen Beschwerden?“

Jahr	2019	2015
Anzahl befragter Auszubildender	1.420	1.295
	Angabe „immer“ oder „häufig“ in Prozent	
<b>Körperliche Symptome</b>		
Verspannungen, Verkrampfungen	27,8	22,1
Kopfschmerzen	26,2	25,7
Rückenschmerzen	21,7	21,1
Hautprobleme	18,2	14,1
Erkältungen	13,0	11,8
Reizung der Augen	11,5	9,9
Verdauungsstörungen	10,2	7,6
Magenschmerzen/Sodbrennen	9,5	10,3
Reizhusten	6,6	5,5
Kreislaufstörungen	5,9	5,7
Gelenkschmerzen	4,9	6,6
Schwindelgefühle	4,5	5,7
Appetitlosigkeit/Übelkeit	4,0	4,0
Herzbeschwerden	2,1	1,3
Atemnot	0,8	1,7
<b>Psychische Symptome</b>		
Müdigkeit, Mattigkeit, Erschöpfung	43,2	36,0
Nervosität, Unruhe	13,0	9,7
Reizbarkeit	12,8	10,7
Schlafstörungen	11,3	10,0
Lustlosigkeit, Ausgebranntsein	11,1	15,1
Mutlosigkeit, Traurigkeit, Bedrückung	10,0	8,8

In ihrer Verteilung ähneln sich die Beschwerden in den untersuchten Jahren 2019 und 2015: Bei den psychischen Symptomen rangieren „Müdigkeit, Mattigkeit, Erschöpfung“ auf dem ersten Platz. An zweiter Stelle rangieren in beiden Stichproben eine Reihe von muskuloskelettalen Beschwerden.

Quelle: WIdO-monitor 2019

**Auszubildende fühlen sich im Allgemeinen gesund, benennen aber auch körperliche und psychische Beschwerden.**

**Insgesamt ist die Betroffenheit von körperlichen Beschwerden häufiger ausgeprägt als die Prävalenz psychischer Symptome.**

den Teilnehmern ein standardisierter Fragenkatalog vorgelegt, den sie auf einer gestuften Antwortskala beantworten konnten (Tabelle 1). Im Vergleich mit der – inhaltlich und methodisch gleichen – Erhebung aus dem Jahr 2015 (Betz et al. 2015) zeigen die Angaben der jeweils befragten Auszubildenden in beiden Stichproben ein ähnliches Profil.

Die Symptomatik „Müdigkeit, Mattigkeit und Erschöpfung“ wird mit Abstand am häufigsten genannt. Aktuell sind 43,2 Prozent der Auszubildenden immer oder häufig davon betroffen (2015: 36,0 Prozent). An zweiter Stelle rangieren in beiden Stichproben Verspannungen/Verkrampfungen, gefolgt von Kopf- und Rückenschmerzen. Die Befragungsergebnisse zeigen ferner – neben der Nennung von Erkältungsbeschwerden und Überreizung der Augen – jeweils eine ähnlich hohe Prävalenz von immer oder häufig vorkommenden Stresssymptomen wie Nervosität, Unruhe, Reizbarkeit sowie Schlafstörungen und Formen von Antriebslosigkeit und Bedrückung.

In einer zusammenfassenden Betrachtung berichten 63,7 Prozent der Auszubildenden, dass sie Symptome von zumindest einer oder mehreren körperlichen Gesundheitsbeschwerden aufweisen und 52,3 Prozent mindestens eine psychische Beschwerdesymptomatik.

Auffällig ist das Ausmaß, in dem die Auszubildenden subjektiv Zusammenhänge zwischen ihren gesundheitlichen Beschwerden und dem Arbeitsplatz sehen (Abbildung 1). Hier werden insbesondere muskuloskeletale Beschwerden, aber auch Überbeanspruchungen der Augen mehrheitlich in Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz gebracht. Alle anderen benannten körperlichen Symptome haben deutlich weniger mit dem Arbeitsplatz zu tun.

Bei den psychischen Beschwerden werden Stresssymptome wie Lustlosigkeit und Ausgebranntsein sowie Müdigkeit und Erschöpfung, aber auch Nervosität und Unruhe mehrheitlich in Zusammenhang mit der Arbeit gesehen. Bei der Angabe von Gereiztheit und Schlafstörungen spielen zu einem deutlich geringeren Teil arbeitsbedingte Einflüsse eine Rolle.

Nach einer kumulativen Analyse gibt mehr als jeder zweite Azubi (58,8 Prozent) mindestens eine arbeitsbedingte gesundheitliche Beschwerde an.

Die Betroffenheit von körperlichen Beschwerden, die mit der eigenen Tätigkeit zu tun haben, ist dabei höher als der Anteil psychischer Symptome, die auf den Arbeitsplatz zurückgeführt werden (43,5 Prozent zu 36,5 Prozent). Bei Auszubildenden, deren Ausbildungsberuf – gemäß Eigenauskunft – von nicht manuellen Tätigkeiten (zum Beispiel am Schreibtisch) gekennzeichnet ist, gibt jeder zweite arbeitsbedingte körperliche Beschwerden an (50,0 Prozent), die Angabe psychischer Beschwerden ist deutlich niedriger (38,2 Prozent). Auszubildende mit vorwiegend manuellem Tätigkeitsspektrum nennen deutlich häufiger arbeitsbedingte psychische Symptome (47,2 Prozent) als körperliche Beschwerden (38,7 Prozent).

Die Auszubildenden geben ferner per Selbstauskunft im Schnitt 8,2 Arbeitsunfähigkeitstage (AU-Tage) für die vergangenen zwölf Monate an. Bei Frauen ist die Anzahl etwas höher als bei Männern (8,4 zu 7,7 Tage). Bei Auszubildenden, die angeben, ausschließlich manuelle körperliche Tätigkeiten zu verrichten, ist die durchschnittlich berichtete Ausfallzeit größer als bei denen, die sich mit nicht manuellen Tätigkeiten beschäftigen (9 zu 7,8 AU-Tagen).

Die Anzahl der angegebenen AU-Tage korreliert mit den berichteten arbeitsbedingten Gesundheitsbeschwerden ( $r = 0,34$ ). Der Arbeitsausfall ist bei Auszubildenden, die ihre gesundheitlichen Beschwerden auf ihre Tätigkeit zurückführen, mit durchschnittlich 10,2 Tagen doppelt so hoch wie bei Auszubildenden, die keine arbeitsbedingten gesundheitlichen Beschwerden angegeben haben (durchschnittlich 5,2 Fehltag).

## 2.2 Gesundheitsverhalten von Auszubildenden

Da das Gesundheitsverhalten maßgeblichen Einfluss auf den Gesundheitszustand hat, ist es wichtig zu wissen, was Auszubildende für ihre Gesundheit tun, ob sie sich ausreichend bewegen, gesund ernähren oder ausreichend schlafen. Neben der körperlichen Aktivität wurden verschiedene Indikatoren zur Ernährung, zu Schlafgewohnheiten, zum Arzneimittelkonsum sowie zum Konsum illegaler Substanzen erhoben. Darüber hinaus wurden einige Fragen zur privaten Nutzung digitaler Medien gestellt.

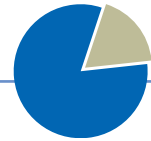


Abbildung 1

### Anteil häufig oder immer auftretender gesundheitlicher Beschwerden im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz

„Wie oft haben Sie die folgenden gesundheitlichen Beschwerden?“

n = 1.420

■ gesundheitliche Beschwerden  
„immer/häufig“ in Prozent

■ ... davon in Zusammenhang mit dem  
Arbeitsplatz, Zustimmung in Prozent

Körperliche Symptome	
Verspannungen, Verkrampfungen	27,8 75,4
Kopfschmerzen	26,2 70,7
Rückenschmerzen	21,7 76,5
Hautprobleme	18,2 25,1
Erkältungen	13,0 38,6
Reizung der Augen	11,5 88,3
Verdauungsstörungen	10,2 34,0
Magenschmerzen/Sodbrennen	9,5 25,0
Reizhusten	6,6 20,2
Kreislaufstörungen	5,9 36,9
Gelenkschmerzen	4,9 47,8
Schwindelgefühle	4,5 17,5
Appetitlosigkeit/Übelkeit	4,0 30,4
Herzbeschwerden	2,1 3,3
Atemnot	0,8 27,3
Psychische Symptome	
Müdigkeit/Mattigkeit/Erschöpfung	43,2 64,6
Nervosität, Unruhe	13,0 59,9
Reizbarkeit	12,8 34,6
Schlafstörungen	11,3 38,8
Lustlosigkeit, Ausgebranntsein	11,1 65,2
Mutlosigkeit/Traurigkeit/Bedrückung	10,0 48,2

**Mehr als jeder zweite Auszubildende leidet unter arbeitsbedingten gesundheitlichen Beschwerden.**

**Auszubildende mit arbeitsbedingten Gesundheitsbeschwerden fehlen öfter am Arbeitsplatz.**

Mehr als Dreiviertel der Befragten sehen einen Zusammenhang zwischen muskuloskelettalen Beschwerden und der Arbeit.

Quelle: WIdO-monitor 2019

## Bewegungsverhalten

45,8 Prozent der Befragten bekunden, stark auf eine ausreichende körperliche Bewegung zu achten, während sich 16,8 Prozent dafür wenig oder gar nicht interessieren. Männer geben dieses Interesse deutlich häufiger an (53,1 Prozent) als Frauen (40,8 Prozent).

Über die Hälfte der Auszubildenden (53,4 Prozent) treibt mehr als zwei Stunden pro Woche Sport. Bei den Männern ist dieser Anteil deutlich größer (61,1 Prozent) als bei den Frauen (48,3 Prozent). Ein Viertel der Auszubildenden (24,2 Prozent) ist aber sportlich kaum bis gar nicht aktiv, auch hier ist der Unterschied zwischen Männern und Frauen signifikant (28,0 Prozent zu 18,3 Prozent). 16,1 Prozent treiben weniger als eine Stunde Sport pro Woche, 8,1 Prozent sind komplett inaktiv.

**Männer konsumieren häufiger Fast Food sowie Soft- und Energydrinks als Frauen.**

## Ernährungsgewohnheiten

Rund die Hälfte der Auszubildenden (48,4 Prozent) nimmt dreimal täglich eine Mahlzeit zu sich. Die Mehrheit isst mittags (87,4 Prozent), kaum geringer ist der Anteil, was das Abendessen betrifft (80,9 Prozent). Dagegen verzichtet rund jeder dritte Auszubildende (35,8 Prozent) auf ein Frühstück. Täglich Obst und Gemüse finden sich bei knapp zwei Drittel der Befragten (63,1 Prozent) auf dem Speiseplan, Frauen (72,1 Prozent) greifen hier weit häufiger zu als Männer (49,6 Prozent). 14,9 Prozent der männlichen Auszubildenden geben an, nur einmal pro Woche oder gar nicht Obst und Gemüse zu sich zu nehmen (der weibliche Anteil liegt bei 6,5 Prozent).

**Die durchschnittliche Schlafdauer der Azubis liegt bei 6,8 Stunden pro Werktag.**

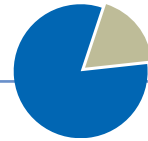
Zu den gesundheitsproblematischen Essgewohnheiten zählen ein hoher Konsum von industriell stark verarbeiteten und stark zuckerhaltigen Lebensmitteln: Fast zwei Drittel der Auszubildenden greifen mehrfach pro Woche zu Süßigkeiten (63,9 Prozent), fast jeder Dritte zu stark zuckerhaltigen Getränken wie etwa Softdrinks (31,6 Prozent) und knapp jeder Fünfte zu Fast Food (17,1 Prozent). Der Konsum von Energydrinks fällt deutlich geringer aus (9,2 Prozent mehrfach pro Woche).

Mehr als zwei Drittel (71,8 Prozent) der weiblichen Auszubildenden greifen mehrmals in der Woche zu Süßigkeiten, davon jede Fünfte täglich (20,0 Prozent). Bei den Männern fällt der Anteil deutlich niedriger aus: mehrfach pro Woche 52,1 Prozent, davon täglich 10,9 Prozent. Männer nehmen dafür deutlich häufiger mehrmals pro Woche Fast-Food-Produkte (22,7 Prozent, Frauen 12,4 Prozent), stark zuckerhaltige Getränke (45,9 Prozent, Frauen 21,8 Prozent) sowie Energydrinks zu sich (14,6 Prozent, Frauen 5,5 Prozent).

Lediglich 7,2 Prozent der jungen Erwerbstätigen verzichten ganz auf Süßigkeiten. Nur knapp ein Fünftel (19,9 Prozent) verzichtet laut Angaben komplett auf Fast-Food-Ernährung, rund 30 Prozent (29,1 Prozent) auf stark zuckerhaltige Getränke. Rund drei Viertel (77,7 Prozent) konsumieren keine Energydrinks. Der Konsum von Kaffee oder Tee ist dagegen ziemlich ausgeglichen, die Hälfte der Auszubildenden (49,9 Prozent) gibt an, täglich oder mehrfach täglich Kaffee oder Tee zu trinken. Frauen geben dies häufiger an als Männer (52,5 Prozent zu 45,9 Prozent). Knapp ein Fünftel trinkt weder Kaffee noch Tee (21,9 Prozent).

## Schlafgewohnheiten

Etwas mehr als die Hälfte der Befragten (53,3 Prozent) fühlt sich wochentags am Arbeitsplatz oder in der Schule „oft“ oder „immer“ ausgeruht und leistungsfähig. Rund ein Zehntel (9,9 Prozent) fühlt sich am Arbeitsplatz oder in der Schule „fast nie“ oder „niemals“ dazu in der Lage. Die mittlere Schlafdauer der befragten Auszubildenden liegt während der Woche bei 6,8 Stunden pro Tag und am Wochenende bei 8,6 Stunden pro Tag. Ein Drittel der weiblichen (34,6 Prozent) und zwei Fünftel (43,5 Prozent) der männlichen Auszubildenden treten werktags mit weniger als sieben Stunden Schlaf die Arbeit an. Zwei Drittel der Befragten schlafen werktags zwischen sieben und neun Stunden (61,0 Prozent), am Wochenende ist der Anteil größer (71,0 Prozent).



## Rauch- und Trinkverhalten

Ein Drittel der Auszubildenden raucht (34,3 Prozent), davon etwa ein Fünftel (20,3 Prozent) gelegentlich und 14,0 Prozent regelmäßig. 65,6 Prozent sind Nichtraucher. Der Anteil der Raucher ist unter den männlichen Auszubildenden deutlich höher (40,7 Prozent) als unter den weiblichen (30,2 Prozent).

Mehr als die Hälfte (54,1 Prozent) hat in der Woche vor dem Befragungszeitraum ein- bis zweimal Alkohol getrunken, jeder Zehnte (12,1 Prozent) sogar an drei oder mehr Tagen. Ein Drittel (30,6 Prozent) hat gar keinen Alkohol zu sich genommen (Frauen: 34,5 Prozent, Männer: 24,8 Prozent). Bei der Frage „Wie oft trinken Sie sechs oder mehr alkoholische Getränke bei einer Gelegenheit (zum Beispiel beim Abendessen oder auf einer Party)?“ bestätigt jeder vierte Auszubildende (25,0 Prozent) einen entsprechenden Alkoholkonsum ein- oder mehrmals pro Woche. Auch hier ist der Anteil bei den Männern deutlich höher als bei den Frauen (33,6 Prozent zu 19,3 Prozent). Ein Viertel (25,9 Prozent) beantwortet die Frage nach exzessivem Alkoholkonsum mit „nie“ (Männer: 19,6 Prozent; Frauen: 30,0 Prozent).

## Konsum illegaler Substanzen

Als illegale Drogen bezeichnet man Substanzen, deren Besitz, Konsum oder Handel das Betäubungsmittelgesetz regelt. Die Auszubildenden wurden auch befragt, ob sie in den vergangenen zwölf Monaten Erfahrungen mit Drogen gemacht haben. Am häufigsten wird die Frage nach dem Konsum von Cannabis positiv beantwortet. Die Zwölf-Monats-Prävalenz liegt hier bei 22 Prozent. 14,4 Prozent geben an, Haschisch oder Marihuana schon mal probiert zu haben, 5,1 Prozent konsumieren es gelegentlich und 2,5 Prozent regelmäßig. Deutlich weniger Befragte haben schon einmal Erfahrungen mit harten Drogen wie Kokain, Heroin oder LSD (2,0 Prozent) gemacht, wobei die meisten angeben, solche „schon mal probiert“ zu haben (1,8 Prozent). 1,1 Prozent geben Erfahrungen mit Rauschdrogen wie Ketamin oder psychoaktiven Pilzen an, auch hier heißt es meistens: „schon mal probiert“ (0,8 Prozent).

Die Angaben zum Konsum von Amphetaminen wie etwa Ecstasy betragen 2,7 Prozent in den letzten zwölf Monaten (davon 0,7 Prozent mit regelmäßigem oder gelegentlichem Konsum). Fast ebenso groß ist der Anteil beim Konsum von Medikamenten zur Leistungssteigerung wie etwa Methylphenidat (Ritalin). 2,6 Prozent haben hiermit im Zwölf-Monats-Zeitraum Erfahrung gemacht. Männer geben häufiger Erfahrungen mit dem Konsum illegaler Substanzen an als Frauen.

## Medikamentenkonsum

Beim Medikamentenkonsum wurde gezielt nach der Einnahme von Schmerzmitteln, Antidepressiva sowie Beta-Blockern gefragt – bezogen auf den zurückliegenden Monat. Demnach nahmen mehr als zwei Fünftel der Auszubildenden (42,7 Prozent) im Monat vor dem Befragungszeitraum Schmerzmittel ein (vgl. Epidemischer Suchtsurvey ESA, 2015; Piontek et al., 2016). Jede zweite Frau (50,3 Prozent) und jeder dritte Mann (32,0 Prozent) halfen sich selbst mit solchen Mitteln. 4,1 Prozent der Auszubildenden nahm diese an zehn oder mehr Tagen, davon 5,3 Prozent bei den Frauen und 3,1 Prozent bei den Männern. Die 30-Tages-Prävalenz für Antidepressiva liegt bei 2,3 Prozent (vgl. ESA 2016). Auch hier sind Frauen (2,5 Prozent) häufiger betroffen als Männer (1,9 Prozent). Täglich nehmen 1,7 Prozent Antidepressiva ein (Frauen 1,5 Prozent, Männer 1,9 Prozent). Beta-Blocker werden deutlich seltener genannt, hier beträgt die 30-Tage-Prävalenz 0,7 Prozent (vgl. Grütz-macher et al. 2018).

## Medienkonsum

Die Beschäftigung mit digitalen Medien ist für die Auszubildenden alltäglich (Tabelle 2). Der größte Anteil entfällt auf die Nutzung des Smartphones oder Tablets zum Telefonieren, für das Nutzen von Messenger-Diensten, E-Mail oder SMS mit 1,9 Stunden. Auch das Filme- und Videoschauen oder Fernsehen hat einen ähnlich hohen Anteil mit durchschnittlich 1,7 Stunden täglich. Es folgen das Spielen mit Spielekonsole/Computer/Tablet/Smartphone mit 0,7 Stunden und die sonstige

**Unter den Auszubildenden trinken Männer häufiger Alkohol und rauchen.**

**Männer verbringen mehr Zeit mit Spielen, Frauen mit Telefonieren und Chatten.**

Nutzung digitaler Medien (zum Beispiel Lesen, Schreiben, Informationen sammeln) mit 1,1 Stunden täglich. Bei der Nutzung digitaler Medien gibt es geschlechtsspezifische Unterschiede: Während Männer mehr Zeit mit Spielen verbringen, verwenden Frauen mehr Zeit für Telefonieren, Chatten oder SMS.

### Gesundheitsverhalten und Gesundheitsbeschwerden

Eine zusammenfassende Darstellung der einzelnen Variablen zum Gesundheitsverhalten gelingt mithilfe eines Index (analog zu Betz et al. 2015, S. 10). Dazu werden 18 Items dichotomisiert (1 = eher gesundheitsbewusste Verhaltensausrprägung, 2 = eher risikoreiche Verhaltensausrprägung) und zu gleichen Anteilen (additiv) zu einem Gesamtindex des Gesundheitsverhaltens der Auszubildenden summiert. Ein Wert von 18 entspricht einem Befragten, der bei allen Aussagen ein gesundheitsbewusstes Verhalten zeigt. Im Gegensatz dazu steht ein Wert von 36 für ein extrem risikoreiches Gesundheitsverhalten. Der Mittelwert von 25 wurde auf dieser Skala als Grenzwert definiert, da sich über die Hälfte der Items als risikoreiches Verhalten einstufen

lässt. Entsprechend dieser groben Abgrenzung neigen 45,3 Prozent der Auszubildenden zu einem eher gesundheitsförderlichen Verhalten, 54,7 Prozent dagegen zu einem eher risikoreichen (Tabelle 3).

Auszubildende, die sich bezogen auf ihre Gesundheit eher risikoreich verhalten, weisen häufiger psychosomatische Beschwerden auf, vor allem Erschöpfung (46,5 Prozent), Reizbarkeit (15,1 Prozent) und Schlafstörungen (12,9 Prozent). In der Vergleichsgruppe der Auszubildenden mit eher gesundheitsbewusstem Verhalten treten diese Beschwerden deutlich seltener auf (Erschöpfung 35,7 Prozent, Reizbarkeit 11,0 Prozent und Schlafstörungen 8,8 Prozent).

Im Hinblick auf die angegebenen Arbeitsunfähigkeitszeiten zeigt sich ein deutlicher Unterschied (Tabelle 4): Die Gruppe der Auszubildenden mit eher gesundheitsbewusstem Verhalten gibt weniger AU-Tage an (durchschnittlich 6,7 in den vergangenen zwölf Monaten) als Auszubildende mit eher risikoreichem Gesundheitsverhalten (im Schnitt 9,25 AU-Tage). Gesundheitsbewusste Auszubildende waren seltener arbeitsunfähig gemeldet und seltener mehr als drei Tage krankgeschrieben als Auszubildende mit eher risikoreichem Gesundheitsverhalten.

**Tabelle 2**

### Tägliche private Beschäftigung mit digitalen Medien

„Wie lange beschäftigen Sie sich am Tag durchschnittlich mit der privaten Nutzung digitaler Medien?“

Durchschnittliche Mediennutzung in Stunden	Frauen	Männer	Gesamt
Filme/Videos schauen oder Fernsehen	1,7	1,7	1,7
Telefonieren, Chatten/Nutzen von Messenger-Diensten, SMSen via Smartphone/Tablet	2,2	1,5	1,9
Spielen mit Spielekonsole/Computerspiele, Tablet oder Smartphone	0,3	1,2	0,7
Sonstige Nutzung von Computer/Tablet oder Smartphone zum Beispiel Lesen, Schreiben, Informationen suchen über das Internet	1,0	1,2	1,1
<b>Medienbeschäftigung insgesamt</b>	<b>5,1</b>	<b>5,4</b>	<b>5,2</b>

Angabe in Stunden

Quelle: WIdO-monitor 2019



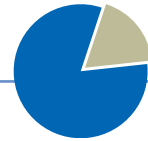


Tabelle 3

## Kategorisierung der Auszubildenden nach ihrem Gesundheitsverhalten

Gesundheitsverhalten	Eher gesundheitsbewusst	Eher risikoreich
<b>Bewegungsverhalten*</b>		
Achten auf ausreichend körperliche Bewegung	sehr stark, stark	gar nicht; wenig; teils, teils
Sportliche Aktivität	regelmäßig mehr als zwei Stunden pro Woche	nie – regelmäßig unter zwei Stunden pro Woche
<b>Ernährungsgewohnheiten*</b>		
Obst und Gemüse	täglich bis mehrmals täglich	nie – mehrmals die Woche
Fast Food (zum Beispiel Currywurst, Pizza, Fertiggerichte)	nie bis einmal pro Woche	mehrmals die Woche/mehrmals täglich
Süßigkeiten (Kuchen, Plätzchen, Kekse)	nie bis einmal pro Woche	mehrmals die Woche/mehrmals täglich
Stark zuckerhaltige Getränke	nie bis einmal pro Woche	mehrmals die Woche/mehrmals täglich
Energydrinks	nie bis einmal pro Woche	mehrmals die Woche/mehrmals täglich
<b>Trink- und Rauchverhalten*</b>		
Rauchverhalten	nie	gelegentlich, regelmäßig
Alkoholkonsum an Tagen pro Woche	0 Tage	1 bis 7 Tage
Rauschkonsum	nie	seltener als einmal pro Monat – mehrmals pro Woche
<b>Substanzkonsum</b>		
Cannabis	nie	schon probiert, gelegentlich, regelmäßig
Amphetamine	nie	schon probiert, gelegentlich, regelmäßig
Kokain, Heroin, LSD	nie	schon probiert, gelegentlich, regelmäßig
Medikamente zur Leistungssteigerung	nie	schon probiert, gelegentlich, regelmäßig
Sonstige Drogen	nie	schon probiert, gelegentlich, regelmäßig
<b>Schlafgewohnheiten**</b>		
Regelmäßiger Schlaf werktags	7 bis 9 Stunden	< 7 Stunden / > 9 Stunden
Regelmäßiger Schlaf Wochenende	7 bis 9 Stunden	< 7 Stunden / > 9 Stunden
<b>BMI</b>		
	18,5–24,9	< 18,5 / > 25,0

\* Kategorien in Anlehnung an DEGS1 (vgl. Hapke et al., 2013; Krug et al., 2013; Lampert et al., 2013; Mensink et al., 2013 und Rabenberg & Mensink, 2013)

\*\* Die optimale Schlafdauer für junge Erwachsene (18–25 Jahre) beträgt täglich sieben bis neun Stunden (Hirshkowitz et al., 2015)

Quelle: WIdO-monitor 2019

**Auszubildende mit risikobehaftetem Gesundheitsverhalten waren häufiger krankgemeldet als ihre Kollegen mit eher gesundem Lebensstil.**

## 2.3 Wahrnehmung der Arbeitsbedingungen

Befragt nach verschiedenen Bereichen ihrer Ausbildung, zeigen sich mehr als drei Viertel der Auszubildenden (79,8 Prozent) mit ihrer Arbeit im Ausbildungsbetrieb insgesamt (sehr)

zufrieden, 16,4 Prozent sind dies teilweise und nur 3,8 Prozent sind (überhaupt) nicht zufrieden. Ähnlich sieht es beim Betriebsklima aus: 81,7 Prozent sind (sehr) zufrieden und nur 4,8 Prozent sind (überhaupt) nicht zufrieden. Die Unterschiede zwischen den Geschlechtern sind marginal und nicht signifikant. Die

**Tabelle 4**

**Gesundheitsverhalten und Fehlzeiten von Auszubildenden**

Anzahl AU-Tage (gruppiert)	Auszubildende insgesamt	Gesundheitsverhalten	
		eher gesundheitsbewusst	eher risikoreich
<i>n</i>	1.305	514	617
0 Tage	14,3 Prozent	18,9 Prozent	11,8 Prozent
1–3 Tage	23,7 Prozent	26,8 Prozent	21,6 Prozent
4–14 Tage	45,3 Prozent	41,4 Prozent	47,6 Prozent
15–42 Tage	15,7 Prozent	12,1 Prozent	17,5 Prozent
> 42 Tage	1,0 Prozent	0,8 Prozent	1,5 Prozent
<b>Durchschnitt</b>	<b>8,17 Tage</b>	<b>6,7 Tage</b>	<b>9,25 Tage</b>

Gesundheitsbewusste Auszubildende fehlen seltener am Arbeitsplatz als solche, die sich in Sachen Gesundheit eher risikoreich verhalten. Quelle: WIdO-monitor 2019

Mehrheit der Befragten steht hinter ihrem Ausbildungsbetrieb: 70,3 Prozent der Auszubildenden können sich mit den Zielen ihres Unternehmens und der Unternehmenspolitik identifizieren. Bei den Frauen ist der Anteil höher als bei den Männern (75,0 Prozent zu 63,6 Prozent). Allerdings äußern sich mehr als ein Fünftel der Auszubildenden (22,2 Prozent) kritisch mit „teilweise“ und 7,5 Prozent ablehnend. Mehr als zwei Drittel (69,3 Prozent) sind mit ihrer Bezahlung zufrieden. Frauen zeigen sich dabei häufiger zufrieden (73,5 Prozent) mit Lohn und Gehalt als Männer (62,9 Prozent).

**Die Zufriedenheit mit der Ausbildung in den Betrieben ist im Allgemeinen hoch, kritischer wird die Situation in der Berufsschule bewertet.**

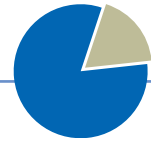
Im Vergleich zum Ausbildungsbetrieb wird die Schule kritischer bewertet. Nicht einmal die Hälfte äußert sich zufrieden (40,4 Prozent) und 28,4 Prozent sind sogar überhaupt nicht zufrieden. Bei den männlichen Auszubildenden ist der Anteil der Unzufriedenen mit dem Schulbetrieb (34,1 Prozent) höher als bei den weiblichen (24,4 Prozent).

Zur Beurteilung ihrer Arbeitsbedingungen wurden den Auszubildenden Aussagen zu den Aufgaben und Anforderungen der Ausbildung, der Identifikation mit dem Unternehmen sowie zu Aspekten der Zusammenarbeit mit den Kollegen und der Beziehung zum Vorgesetzten vorgelegt (Tabelle 5). Die Einschätzungen erfolgten auf einer fünfstufigen Antwortskala, die hier an den beiden Endpunkten zusam-

mengefasst dargestellt wird. Die Mehrheit der Auszubildenden kommt mit den Aufgaben und Anforderungen ihrer Ausbildung gut zurecht. Sie erfahren Erfolgserlebnisse bei der Arbeit (75,0 Prozent) und können ihr Wissen und Können bereits adäquat einsetzen (71,2 Prozent). Mehr als zwei Drittel fühlen sich durch die Arbeit angemessen gefordert (68,4 Prozent) und erleben diese als abwechslungsreich (65,5 Prozent).

Die Identifikation mit dem Ausbildungsbetrieb ist sehr stark ausgeprägt. Die Mehrheit ist sehr zufrieden mit der Wahl des Unternehmens (84,3 Prozent). Ein Großteil der Befragten sieht dort für sich gute berufliche Entwicklungschancen (78,6 Prozent). Frauen schätzen diese signifikant häufiger (80,7 Prozent) positiv ein als Männer (75,4 Prozent). Für fast keinen war die Entscheidung für den Ausbildungsbetrieb nur Mittel zum Zweck (2,4 Prozent).

Die Zusammenarbeit mit den Kollegen wird durchweg gut bewertet. Die Mehrheit der Befragten fühlt sich am Arbeitsplatz im Kollegenkreis anerkannt (83,4 Prozent). Neun von zehn Auszubildenden erleben ein spannungsfreies Arbeitsklima (90,4 Prozent). Der geringe Anteil an Auszubildenden, der Spannung während der Arbeit erlebt (im Schnitt 2,2 Prozent), ist bei Männern höher (3,1 Prozent) als bei Frauen (1,6 Prozent).



Das Verhältnis zum Vorgesetzten bewertet die Mehrheit als gut (87,7 Prozent). 86,1 Prozent der befragten Auszubildenden fühlen sich von ihrem Vorgesetzten gerecht behandelt. Wenn ein Fehler passiert, kritisiert die Führungskraft meistens sachlich und angemessen (82,5 Prozent). Allerdings hat mehr als jeder fünfte Azubi

Angst davor, bei der Arbeit Fehler zu machen (21,5 Prozent). Männliche Auszubildende (13,9 Prozent) geben dies deutlich weniger an als ihre weiblichen Kolleginnen (26,8 Prozent). Bei drei Viertel der Auszubildenden trifft es zu, dass sich der Vorgesetzte genug Zeit für ihre Anliegen nimmt (75,4 Prozent), nahezu ein

Tabelle 5

### Wahrnehmung der Arbeitsbedingungen

„Inwiefern treffen folgende Aussagen auf Ihren Arbeitsplatz bzw. Ihre Person zu?“

Angaben in Prozent

	Trifft (überhaupt) nicht zu	Teils, teils	Trifft (voll und ganz) zu
<b>Aufgaben und Anforderungen der Ausbildung</b>			
Ich habe bei meiner Arbeit Erfolgserlebnisse.	7,4	17,7	75,0
Ich kann bei meiner Arbeit mein Wissen und Können einsetzen.	7,2	21,7	71,2
Meine Ausbildung im Betrieb fordert mich angemessen.	6,8	24,8	68,4
Meine Arbeit während meiner Ausbildung ist abwechslungsreich.	6,6	27,9	65,5
<b>Identifikation mit dem Unternehmen</b>			
Ich bin froh, gerade hier in diesem Unternehmen zu arbeiten.	3,7	12	84,3
Das Unternehmen bietet mir gute berufliche Entwicklungschancen.	5,4	16,1	78,6
Ich arbeite nur deshalb hier, weil es schwer ist, woanders etwas zu bekommen.	92,5	5,1	2,4
<b>Zusammenarbeit, Führung und Fehlerkultur im Unternehmen</b>			
Die Beziehung zu meinem Vorgesetzten ist gut.	2,7	9,6	87,7
Ich fühle mich von meinem Vorgesetzten gerecht behandelt.	3,1	10,8	86,1
Ich fühle mich von meinen Kollegen am Arbeitsplatz anerkannt.	2,5	14,1	83,4
Wenn mal ein Fehler passiert, kritisiert mein Vorgesetzter sachlich und angemessen.	4,2	13,3	82,5
Mein Vorgesetzter nimmt sich ausreichend Zeit für meine Anliegen.	5,4	19,2	75,4
Mein Vorgesetzter erkennt gute Leistungen lobend an.	7,2	20,9	72,0
Ich habe Angst bei der Arbeit Fehler zu machen.	45,1	33,3	21,5
Zwischen mir und meinen Kollegen kommt es häufig zu Spannungen wegen der Arbeit.	90,4	7,4	2,2

Die Arbeitsbedingungen werden positiv bewertet, doch es gibt Defizite in den Bereichen Führung und Fehlerkultur.

Starke Identifikation mit dem Ausbildungsbetrieb: Die Mehrheit der Befragten ist sehr zufrieden mit der Wahl des Unternehmens. Ein Großteil sieht dort auch für sich gute Entwicklungschancen.

Quelle: WIdO-monitor 2019

Viertel erlebt dies nur teilweise (19,2 Prozent) oder gar nicht (5,4 Prozent). Lobende Anerkennung erleben zwar die meisten (72,0 Prozent), jeder Fünfte (20,9 Prozent) aber nur teilweise und 7,2 Prozent gar nicht. Frauen erleben häufiger Lob (73,4 Prozent) als Männer (69,9 Prozent).

## 2.4 Arbeitsbelastungen in Schule und Betrieb

Überlastungen in Schule und Betrieb wirken sich auf die Gesundheit der Auszubildenden aus und können ihre Leistungsfähigkeit und Produktivität beeinträchtigen. Zur Frage, welche Belastungen Auszubildende am Arbeitsplatz und in der Schule wahrnehmen, erhielten die Teilnehmenden einen standardisierten Fragenkatalog, den sie auf einer gestuften Antwortskala beantworten konnten (Tabelle 6). Auch hier zeigen die Angaben im Vergleich zur Erhebung aus dem Jahr 2015 (Betz et al. in FZR 2015) ein ähnliches Rangfolgen-Profil.

Bei den genannten Arbeitsanforderungen und Rahmenbedingungen erleben die Befragten am häufigsten starke Belastungen. 63,8 Prozent nennen mindestens einen Faktor, der sie stark oder sehr stark belastet. Mehr als ein Drittel sieht eintönige Arbeiten als (sehr) stark belastend an (34,9 Prozent). Auch der Termin- und Leistungsdruck hat im Vergleich zur Umfrage im Jahr 2015 deutlich zugenommen.

Im Bereich Führung, Zusammenarbeit und Organisation erlebt jeder Zweite mindestens eine starke Belastung (52,9 Prozent), insbesondere was die Einschätzung der Führungskraft angeht. Auch wenn einzelne Aspekte zum Führungsverhalten tendenziell positiv eingestuft werden, sind im Detail auch Defizite sichtbar (Tabelle 5). Befragt nach Belastungen, geben Auszubildende an, dass Probleme mit dem Vorgesetzten stark oder sehr stark belastend wirken (41,6 Prozent). Bei weiblichen Auszubildenden fühlt sich jede Zweite (50,3 Prozent) durch ein problematisches Verhältnis zum Vorgesetzten stark belastet, bei Männern ist der Anteil mit 30,8 Prozent deutlich geringer. Fast jeder Dritte empfindet mangelnde Informationen als starken Belastungsfaktor (31,8 Prozent).

Die Betroffenheit durch starke physisch-ergonomische Arbeitsbelastungen ist dagegen niedriger: Insgesamt ein Viertel (26,3 Prozent) der Befragten gibt mindestens eine starke Belastung durch Lärm oder körperlich schwere Arbeit an. Im Vergleich zeigen sich im aktuellen Jahr noch mehr Auszubildende mit starken Arbeitsbelastungen konfrontiert als im Jahr 2015.

### Arbeitsbelastungen und gesundheitliche Beschwerden

Um den Zusammenhang zwischen Arbeitsbelastungen und gesundheitlichen Beschwerden besser darstellen zu können, wurden die elf Kategorien zur Einschätzung der gesundheitlichen Belastungen in Schule und Betrieb zu einer Index-Variable zusammengefasst. Die interne Konsistenz dieser Skala ist als gut einzustufen.

Die Daten dieser Belastungsskala wurden im Anschluss transformiert, sodass im Ergebnis ein Wert zwischen 0 und 100 vorliegt, wobei ein hoher Wert eine höhere Arbeitsbelastung anzeigt. Dabei steht der Wert 100 für das Maximum an Arbeitsbelastung und der Wert 0 für das Minimum.

Der vorliegende Belastungs-Index ist in drei Kategorien gegliedert. Als Grenzen wurde das 25- und das 75-Prozent-Perzentil genutzt, die das untere und das obere Viertel der Verteilung abschneiden: Punkte in einem Wertebereich von 0–22,7 (25-Prozent-Quantil mit  $n = 363$  Befragten) beschreiben „keine oder geringe Arbeitsbelastungen“ und 54,9–100 Punkte eine eher „starke/sehr starke Belastung“ (75 Prozent-Quantil mit  $n = 354$  Befragten). Dazwischen liegt als Interquartilsabstand ein dritter Bereich mit Grenzwerten von 22,8–54,8 Punkten ( $n = 699$  Befragte, „mittlere Belastung“). Die folgende Darstellung fokussiert vornehmlich auf den beiden Extremgruppen (Tabelle 7).

Dabei zeigt sich, dass die benannten arbeitsbedingten gesundheitlichen Beschwerden bei starken oder sehr starken Belastungen deutlich zunehmen. Unter Auszubildenden mit geringen Arbeitsbelastungen treten Gesundheitsbeschwerden wie Rücken- oder Kopfschmerzen selten auf: Jeweils unter zehn Prozent der Auszubildenden sind davon betroffen. Bei Auszubildenden, die starken oder sehr starken

**Drei Viertel der Befragten nennen starke oder sehr starke Arbeitsbelastungen.**

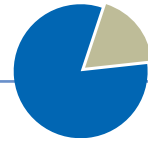


Tabelle 6

## Einschätzung Arbeitsbelastungen in Schule und Betrieb

„Bitte geben Sie bei jedem der folgenden Faktoren an, wie belastend er auf Sie wirkt.“

Jahr	2019	2015
Anzahl befragter Auszubildender	1.420	1.295
	Angaben sehr stark/stark in Prozent	
<b>Physisch-ergonomische Belastungen</b>		
Lärm	20,8	16,1
Körperlich schwere Arbeit	11,5	10,3
<b>Arbeitsanforderungen und -rahmenbedingungen</b>		
Eintönige Arbeit	34,9	24,3
Termin- oder Leistungsdruck	30,2	19,0
Ständige Aufmerksamkeit/Konzentration	28,6	20,1
Häufige Störungen oder Unterbrechungen bei der Arbeit	19,1	12,4
Viele Überstunden	13,9	12,7
<b>Führung, Zusammenarbeit, Organisation</b>		
Schlechtes Verhältnis zu meinen Vorgesetzten	41,6	33,5
Mangelnde Information	31,8	23,8
Ungünstige Arbeitszeiten	27,7	21,8
Zu enge Vorschriften, zu wenig Handlungsspielräume	14,3	14,3

Die Einschätzungen bei Fragen zu starken und sehr starken Arbeitsbelastungen ist in beiden Jahren sehr ähnlich.

Quelle: WIdO-monitor 2019

Arbeitsbelastungen unterliegen, ist der Anteil deutlich höher: bei Rückenschmerzen rund doppelt so hoch (20,9 Prozent), bei Kopfschmerzen beträgt er gar das Vierfache. Mehr als 40 Prozent der Auszubildenden fühlen sich unter den Bedingungen starker Arbeitsbelastungen erschöpft – im Vergleich zu 16 Prozent der Auszubildenden mit weniger belastend wahrgenommenen Arbeitsbedingungen.

Auch die Anzahl der AU-Tage korreliert mit den Arbeitsbelastungen (Tabelle 8). Auszubil-

dende, die ihre physisch-ergonomischen Arbeitsanforderungen als stark und sehr stark wahrnehmen, weisen deutlich mehr AU-Tage auf als Auszubildende, die ihre Arbeitsbelastungen als geringer wahrnehmen. Bei als stark oder sehr stark erlebten Arbeitsbelastungen aus dem Kontext Arbeitsanforderungen/Rahmenbedingungen und Belastungen mit Führung, Zusammenarbeit und Organisation ist ebenfalls ein höherer Arbeitsausfall zu beobachten.

**Tabelle 7**

**Arbeitsbelastungen in Schule oder Betrieb und Gesundheitsbeschwerden von Auszubildenden**

Angaben in Prozent

Arbeitsbedingte gesundheitliche Beschwerden häufig/immer	Belastungen (Quantile)	
	0 – <=22,7 keine/geringe	>=54,9 – 100 starke/sehr starke
<i>Anzahl der Befragten</i>	363	354
<b>Körperliche Symptome</b>		
Kopfschmerzen	8,0	31,6
Verspannungen, Verkrampfungen	9,4	28,5
Rückenschmerzen	9,6	20,9
Reizung der Augen	6,6	16,4
Erkältungen	2,8	9,9
<b>Psychische Symptome</b>		
Müdigkeit, Mattigkeit, Erschöpfung	16,0	44,1
Lustlosigkeit, Ausgebranntsein	0,8	15,8
Nervosität, Unruhe	1,1	13,3
Reizbarkeit	0,3	11,9
Mutlosigkeit, Traurigkeit, Bedrückung	0,3	9,6

Auszubildende, die sich wenig belastet fühlen, haben auch seltener mit gesundheitlichen Beschwerden zu kämpfen als solche, die sich belastet fühlen.

Quelle: WIdO-monitor 2019

## 2.5 Interesse an betrieblichen Gesundheitsangeboten

Die Mehrheit der Auszubildenden ist aufgeschlossen für betriebliche Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Vier von fünf Befragten halten betriebliche Gesundheitsangebote für gut (81,5 Prozent). Bei Frauen fällt die Zustimmung höher aus (86,6 Prozent) als bei Männern (73,8 Prozent). Insgesamt zeigen sich rund zehn Prozent unentschlossen und nur 6,6 Prozent der Azubis reagieren ablehnend.

Auf Basis einer Listenabfrage, an welchen konkreten Gesundheitsangeboten die Auszubildenden teilnehmen würden, interessiert sich die Mehrheit für betriebliche Gesundheitsangebote (Tabelle 9). Nur 2,8 Prozent votieren explizit für „würde an keinem der Angebote teilnehmen“. Den meisten Zuspruch erfährt ein gesundes, vollwertiges Kantinenangebot (65,7 Prozent der Befragten). Spezielle Angebote für Auszubildende begrüßen ebenfalls fast zwei Drittel (61,4 Prozent). Auch an

konventionellen Gesundheitsangeboten wie Gymnastik, Entspannung und arbeitsplatzbezogenen Rückenschulungen besteht Interesse. Das Interesse an betrieblichen Angeboten, insbesondere an Gesundheitskursen wie Stressbewältigung und Entspannung oder Programmen zur Gewichtsabnahme, ist unter weiblichen Auszubildenden generell höher als unter den männlichen. Nicht jedoch bei einem speziell auf die Situation der Auszubildenden zugeschnittenen Angebot: Dieses würden über 60 Prozent der männlichen und weiblichen Auszubildenden gleichermaßen gerne wahrnehmen. Für Maßnahmen zur Suchtprävention besteht dagegen kaum eine Nachfrage.

Ein Vergleich nach Gesundheitsverhalten zeigt, dass Auszubildende, die sich eher gesundheitsbewusst verhalten, sich überdurchschnittlich häufig für Bewegungsangebote (50,1 Prozent) interessieren oder für Maßnahmen, die die Kommunikation und die Zusammenarbeit fördern (31,3 Prozent). Unter Auszubildenden

**Gesundheitsangebote gefragt:** Vor allem ein vollwertiges Kantinenangebot steht auf der Wunschliste der Azubis.

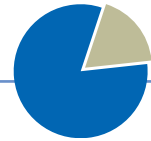


Tabelle 8

### Durchschnittliche Anzahl an AU-Tagen bei Auszubildenden, abhängig von Arbeitsbelastungen

Wahrnehmung von Arbeitsbelastungen	Keine	(Sehr) stark
physisch-ergonomische Arbeitsbelastungen	7,7	9,3
Belastungen aus Arbeitsanforderungen	7,3	8,6
Belastungen durch Führung, Zusammenarbeit oder Organisation	8,1	8,3
	Anzahl AU-Tage	

Quelle: WIdO-monitor 2019

**Auszubildende sind aufgeschlossen für Betriebliche Gesundheitsförderung.**

Tabelle 9

### Interesse von Auszubildenden an betrieblichen Gesundheitsangeboten

„Angenommen, Ihr Betrieb würde die folgenden Maßnahmen anbieten: An welchen Gesundheitsangeboten würden Sie teilnehmen?“

Angaben in Prozent

Gesundheitsangebote (Mehrfachnennungen)	Auszubildende insgesamt	Männer	Frauen
Anzahl der Befragten	1.420	572	847
Gesunde Kantinenangebote (vollwertig)	65,7	58,8	70,4
Spezielle Angebote für Auszubildende	61,4	60,2	62,3
Tägliche Gymnastik am Arbeitsplatz (Bewegungspausen)	45,3	31,3	54,7
Entspannungskurse	40,8	29,9	48,1
Beratung am Arbeitsplatz für einen gesunden Rücken	40,1	38,6	41,3
Arbeitsplatzbezogene Rückenschule	39,8	29,0	47,0
Stressbewältigung mit Entspannung	37,2	25,7	45,0
Programme zur Gewichtsabnahme	25,9	17,4	31,6
Angebote zur Kommunikation und Zusammenarbeit	25,3	21,7	27,8
Nichtraucher-Training	5,5	6,2	5,1
Würde an keinem der Angebote teilnehmen	2,8	5,3	1,1
Weiß nicht/keine Angaben	2,0	3,0	1,2
Angebote zur Suchtberatung	0,9	1,8	0,4

Junge Beschäftigte interessieren sich für konventionelle Gesundheitsangebote wie Rückenschule und Entspannungskurse, aber auch für Angebote, die sich speziell an Auszubildende richten.

Quelle: WIdO-monitor 2019

mit eher problematischem Gesundheitsverhalten ist das Interesse an betrieblichen Gesundheitsmaßnahmen am geringsten (4,7 Prozent).

Sie interessieren sich häufiger für Angebote zur Gewichtsreduktion (27,8 Prozent) und für Nichtraucher-Kurse (8,9 Prozent).

### 3 Fazit

Die Studienergebnisse zeigen, dass es seitens der Auszubildenden Bedarf an Maßnahmen zur Betrieblichen Gesundheitsförderung gibt. Besonders interessant sind dabei speziell auf Auszubildende und ihre Arbeitssituation zugeschnittene Angebote. Um nachhaltige Verhaltensänderungen zu erzielen, sollte es dabei um Themen wie Schlafhygiene, Ernährung und Bewegung sowie Stressmanagement gehen. Unternehmen, die dies erkennen, können damit Fehlzeiten frühzeitig vorbeugen. Bei der Vielzahl möglicher ganzheitlicher Konzepte und Einzel-Interventionen sind Kooperationen mit Krankenkassen und Berufsgenossenschaften sowie mit Berufsschulen, Verbänden und Handwerksammern von Vorteil. Zielgruppengerechte Gesundheitsförderung stellt auch einen Wettbewerbsfaktor für die Unternehmen dar – denn jungen und gesunden Nachwuchs benötigen viele Branchen und Regionen.

### Literatur/Quellen

- Betz M./Haun D./Böttcher M. (2015): Zielgruppenspezifische Gesundheitsförderung bei Auszubildenden, in: Badura B./Ducki A./Schröder H./Klose J./Meyer M. (Hrsg.): *Fehlzeiten-Report 2015. Neue Wege für mehr Gesundheit – Qualitätsstandards für ein zielgruppenspezifisches Gesundheitsmanagement*, Berlin, Heidelberg
- Bundesinstitut für Berufsbildung (BiBB) (2018): *Gesundheitsförderung in der Ausbildung. Eine Zusammenstellung aus: Literaturdatenbank Berufliche Bildung bibb.de/dokumente/pdf/a1bud\_auswahlbibliografie-gesundheitsfoerderung.pdf*; Zugriff am 30.08.2019
- Bundesagentur für Arbeit (BA) (2018): *statistik.arbeitsagentur.de/Navigation/Statistik/Statistik-nach-Themen/Ausbildungsstellenmarkt/Ausbildungsstellenmarkt-Nav.html*; Zugriff am 07.08.2019
- Bundesagentur für Arbeit (BA) (2019): *statistik.arbeitsagentur.de/Statistikdaten/Detail/201907/arbeitsmarktberichte/monatsbericht-monatsbericht/monatsbericht-d-0-201907-pdf.pdf*; Zugriff am 12.08.2019
- Deutscher Industrie- und Handelskammertag (DIHK) (2019): *Ausbildung 2019. Ergebnisse einer DIHK-Online-Unternehmensbefragung der Deutschen Industrie- und Handelskammer, Berlin/Brüssel*
- Grützmacher, J.; Gusy, B.; Lesener, T.; Sudheimer, S.; Willige, J. (2018). *Gesundheit Studierender in Deutschland 2017*. Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Deutschen Zentrum für Hochschul- und Wissenschaftsforschung der Freien Universität Berlin und der Techniker Krankenkasse, o.O.
- Hapke U./von der Lippe E./Gaertner B. (2013): *Bundesgesundheitsblatt* 56(5/6):809-813 DOI 10.1007/s00103-013-1699-0
- Hirshkowitz et al. (2015). *National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: methodology and results summary*. *Sleep Health* (1), 2015, S. 40–43
- Krug S./Jordan S./Mensink G. et al. *Bundesgesundheitsblatt* (2013) 56: 765. doi.org/10.1007/s00103-012-1661-6
- Lampert, T./von der Lippe, E./Müters, S.: *Bundesgesundheitsblatt* (2013) 56: 802. <https://doi.org/10.1007/s00103-013-1698-1>
- Mensink G./Truthmann J./Rabenberg M. et al.: *Bundesgesundheitsblatt* (2013) 56: 779. doi.org/10.1007/s00103-012-1651-8
- Piontek D./Atzendorf J./Gomes de Matos E./Kraus L. (2016): *Kurzbericht Epidemiologischer Suchtsurvey 2015. Tabellenband: Medikamenteneinnahme und Hinweise auf klinisch relevanten Medikamentengebrauch nach Geschlecht und Alter im Jahr 2015*. München: IFT Institut für Therapieforchung
- Rabenberg M./Mensink G. (2013): *Limo, Saft & Co – Konsum zuckerhaltiger Getränke in Deutschland*. Hrsg. Robert Koch-Institut Berlin, GBE kompakt 4(1)



**Sarah Jane Böttger,**  
Wissenschaftliches Institut der AOK (WidO),  
Telefon: 030 34646-2146  
E-Mail: sarah.boettger@wido.bv.aok.de



**Klaus Zok,**  
Wissenschaftliches Institut der AOK (WidO),  
Telefon: 030 34646-2134  
E-Mail: klaus.zok@wido.bv.aok.de