

„Vorurteile und Diskriminierung machen krank.“ Studie belegt Wirkung von Diskriminierungserfahrungen auf die Gesundheit

Dresden, den 3. August 2021. Mehr als jeder zweite Mensch in Deutschland ist von Vorurteilen und Diskriminierung betroffen. Und wer bewusst oder unbewusst unter Vorurteilen oder Diskriminierung leidet, leidet häufiger unter Essstörungen, Migräne, Burn-out oder Depressionen. Zu diesen Ergebnissen kommt eine repräsentative Grundlagenstudie der IKK classic, die das renommierte rheingold institut aus Köln durchgeführt hat. Die Studie analysiert und verdeutlicht erstmals die Zusammenhänge zwischen Diskriminierungserfahrungen und den Auswirkungen auf die Gesundheit.

Betroffene leiden häufiger unter Erkrankungen

Das Erfahren von Vorurteilen und Diskriminierung hat für die physische und psychische Gesundheit der Diskriminierten weitreichende Folgen. Sie fühlen sich weniger gesund und leiden häufiger unter Krankheiten als nicht Diskriminierte.

Hier zeigen die Ergebnisse einen deutlichen Zusammenhang:

- Zusammenbrüche/Burn-out: 3,4x so oft
- Migräne/chronische Kopfschmerzen: 3x so oft
- Angststörungen und Phobien: 2,8x so oft
- Depressionen: 2,5x so oft
- Schlafstörungen: 2,3x so oft
- Magen-Darm-Erkrankungen: 2,3x so oft

Frank Hippler, Vorstandsvorsitzender der IKK classic: „Diskriminierung ist ein großes Problem – ein gesellschaftliches und ein medizinisches. Mit der Studie möchten wir für ein gesundes Zusammenleben sensibilisieren und zur Aufklärung bei diesem wichtigen Thema beitragen. Der respektvolle Austausch sowie ein wertschätzender Umgang mit anderen Menschen und sozialen Gruppen sind wichtige Faktoren, damit aus Vorurteilen erst gar kein diskriminierendes Verhalten entsteht. Unser Ziel ist es, Haltung zu zeigen – gegenüber unseren Versicherten und unseren Mitarbeitenden.“

Vorurteile und Diskriminierung als Alltagsproblem

Die Ergebnisse zeigen, dass mit rund 60 Prozent eine Mehrheit der Menschen in Deutschland von Vorurteilen und Diskriminierung betroffen ist – im Internet oder im direkten Umgang, im Arbeitskontext, in der Schule oder in der Öffentlichkeit. Die meisten Menschen sind sich der Existenz von Vorurteilen bewusst und sogar 74 Prozent der Menschen in Deutschland sind der Meinung, dass jede und jeder bereit sein sollte, über die eigenen Vorurteile nachzudenken und sie zu überwinden. Interessanterweise geben im Gegenzug nur 38 Prozent der Befragten an, selbst Vorurteile zu haben.

Laut Stephan Urlings, Managing Partner beim rheingold institut und Studienautor, sind Vorurteile natürlich, nur müsse der eigene Umgang damit stets neu reflektiert werden: „Wir brauchen Schubladen, um im Alltag zurechtzukommen und sortieren unsere Umwelt in Kategorien, Begriffe und Bilder. Vorurteile sind zunächst natürlich und das Eingeständnis, dass man selbst Vorurteile hat, ist eine wichtige Erkenntnis. Es ist der erste Schritt, um daraus kein diskriminierendes Verhalten gegenüber anderen entstehen zu lassen.“

Zum Umdenken bewegen

Die Studie zeigt auch Präventions- und Interventionsmöglichkeiten auf, um das Risiko für diskriminierendes Verhalten zu reduzieren. So ist das effizienteste Mittel gegen Vorurteile der Kontakt zu und die Interaktion mit anderen Personen und sozialen Gruppen. Als grobe Regel gilt: Mindestens fünf Kontakte sind nötig, um einzelne Personen nicht als Ausnahme zu sehen und das eigene Vorurteil abzubauen.

Weniger Vorurteile bedeutet weniger Krankheiten. Mit der Studie und einer Haltungskampagne möchte die IKK classic auf die gesundheitlichen Dimensionen von Vorurteilen und Diskriminierung aufmerksam machen. Die Studie besteht aus einer Kombination aus qualitativer und quantitativer Forschung. In 40 Einzelinterviews mit Menschen ab 18 Jahren wurden zunächst persönliche Diskriminierungserfahrungen im Alltag erhoben. Mit einer repräsentativen Stichprobe von 1.527 Personen wurden die in den Einzelinterviews aufgestellten Hypothesen überprüft. Weiterführende Informationen zum Studiendesign und den Ergebnissen finden Sie auf der Internetseite www.vorurteile-machen-krank.de.

Die IKK classic

Die IKK classic ist mit mehr als drei Millionen Versicherten das führende Unternehmen der handwerklichen Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 8.000 Beschäftigte an 160 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt über 12 Milliarden Euro.

Kontakt

Maren Soehring

Pressesprecherin

Tel. 0351 4292 105513

Mail: Maren.Soehring@ikk-classic.de