

# GENERATION CORONA

Ergebnisse einer  
repräsentativen Befragung  
junger Erwachsener

April 2021



# INHALTSVERZEICHNIS

1.	Untersuchungsansatz	Seite 3
2.	Management Summary	Seite 5
3.	Ergebnisse	
	▪ Wie die Corona-Pandemie das Leben verändert	Seite 11
	▪ Einfluss auf Schule, Ausbildung und Job	Seite 16
	▪ Einfluss auf Familie und Freunde	Seite 20
	▪ Einfluss auf die körperliche und psychische Gesundheit	Seite 26
	▪ Einfluss auf Hobbys und Freizeitaktivitäten	Seite 32
	▪ Einfluss auf die Gesellschaft	Seite 34
	▪ Zukunftserwartungen	Seite 38
4.	Statistik	Seite 47
5.	Kontakt und Impressum	Seite 50

# 1. UNTERSUCHUNGSANSATZ

# UNTERSUCHUNGSANSATZ

## ■ **Inhalt der Studie**

Die Studie „Generation Corona“ untersucht den Einfluss der Pandemie auf Schule und Job, Familie, Freunde und Freizeit, aber auch auf die körperliche und psychische Gesundheit junger Erwachsener in Deutschland. Im Fokus stehen Fragen zu verschiedenen Lebensbereichen. Darüber hinaus wurde nach unterschiedlichen Lebensphasen differenziert:

- Schüler
- Studenten
- Junge berufstätige Akademiker
- Berufseinsteiger ohne akademischen Abschluss
- Beruflich Etablierte ohne akademischen Abschluss
- Junge Eltern
- „Orientierer“: Arbeitssuchende, FSJler, Praktikanten, in Wartezeit zwischen Schule und Studium/Ausbildung

## ■ **Untersuchungsdesign**

Bundesweite repräsentative Online-Befragung von 1.000 Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 16 bis 29 Jahren.

## ■ **Befragungszeitraum**

März bis April 2021

## 2. MANAGEMENT SUMMARY

# MANAGEMENT SUMMARY

Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen haben das Leben von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland massiv und nachhaltig verändert. Monatelang geschlossene Schulen und Hochschulen, eingeschränkte soziale Kontakte und die Sorge um die berufliche Zukunft der „Generation Corona“ lassen die negativen Folgen der Krise in allen Lebensbereichen deutlich spüren.

Welchen Einfluss hat die Pandemie auf Schule und Job, Familie, Freunde und Freizeit, aber auch auf die körperliche und psychische Gesundheit der jungen Deutschen? Die Studie "Generation Corona", für die 1.000 Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 16 bis 29 Jahren befragt wurden, liefert Antworten.

## **Wie die Corona-Pandemie das Leben der jungen Deutschen verändert**

Für mehr als drei Viertel der jungen Erwachsenen hat sich das Leben durch die Corona-Pandemie stark verändert (S. 11). Der Alltag der „Generation Corona“ ist geprägt durch Verzicht, Einschränkungen und Unsicherheiten. Zwei von drei der unter 30-Jährigen geben an, dass sich ihr Leben seit Beginn der Corona-Pandemie in den letzten 12 bis 14 Monaten eher verschlechtert hat (S. 13).

Eine Vielzahl wichtiger und einmaliger Ereignisse konnte aufgrund der Einschränkungen nicht wahrgenommen werden. Mehr als die Hälfte der jungen Erwachsenen musste auf besondere Feiern/Feste verzichten, die sich nach der Pandemie nicht mehr nachholen lassen. Knapp einem Viertel der Befragten wurde sogar die Möglichkeit genommen, sich von einem Menschen vor seinem Tod oder auf der Beerdigung zu verabschieden (S. 14).

Vor besonderen Herausforderungen stehen Schülerinnen, Schüler und Studierende, von denen mehr als ein Drittel ein geplantes Praktikum, einen neuen Job oder Studienplatz aufgrund der Corona-Pandemie nicht wahrnehmen konnten (S. 15).

# MANAGEMENT SUMMARY

## **Welchen Einfluss hat die Pandemie auf Schule, Ausbildung und Job?**

Die Generation Corona sorgt sich um ihre berufliche Zukunft. Die Hälfte der Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Deutschland geht davon aus, dass sie durch die Pandemie im Berufsleben deutliche Nachteile haben wird und befürchtet, dass in dieser Zeit erworbene Schul-, Hochschul- oder Ausbildungsabschlüsse weniger anerkannt werden (S. 17). In Bezug auf Digitalisierung und Homeoffice/Homeschooling konnte die Hälfte der unter 30-Jährigen aber auch positive Erfahrungen in der Pandemie machen (S. 16). Allerdings fällt auf, dass Geringverdiener deutlich weniger davon profitiert haben. Hier sind es vor allem junge Besserverdienende, die die Corona-Pandemie nutzen konnten, um sich im Bereich Digitalisierung weiterzubilden (S. 18).

## **Wie die Pandemie die körperliche und psychische Gesundheit bestimmt**

Darüber hinaus belastet die jungen Menschen die Gefahr der Ansteckung mit dem Virus. Knapp 40 Prozent haben Angst davor, sich selbst anzustecken. Die Sorge, das persönliche Umfeld anzustecken ist mit mehr als 70 Prozent der Befragten noch einmal deutlich größer (S. 26). Soziale Isolation und eine massive Einschränkung der persönlichen Kontakte sind die Folgen. Während der Pandemie wurden vor allem Kontakte zum erweiterten Freundeskreis sowie zu Verwandten eingeschränkt (S. 20). Vor allem Studierende haben sich von ihrem Freundeskreis distanziert (S. 22).

Am stärksten vermissen die unter 30-Jährigen den Kontakt zu ihrem engeren Freundeskreis (S. 23). Mehr als die Hälfte der jungen Frauen und Männer beklagen die Einsamkeit und befürchten sogar, durch fehlende Kontaktmöglichkeiten ihren Freundeskreis zu verlieren (S. 24).

# MANAGEMENT SUMMARY

Somit ist es nicht überraschend, dass die Corona-Krise vor allem auf psychischer Ebene belastet. Mehr als die Hälfte der jungen Deutschen klagt über Traurigkeit, depressive Gedanken oder innere Unruhe und Nervosität (S. 29). Frauen leiden besonders stark (S. 13). Sie haben deutlich häufiger mit derartigen psychischen Belastungssymptomen zu kämpfen als Männer (S. 30). Aber auch bei Jugendlichen, die mit Geschwistern zusammenleben, treten depressive Gedanken oder aggressives Verhalten vergleichsweise häufig auf (S. 31).

Neben den psychischen Problemen haben auch die physischen Probleme zugenommen. Sechs von zehn der unter 30-Jährigen haben eine Verschlechterung ihrer körperlichen Fitness festgestellt (S. 32). Vor allem Rückenbeschwerden treten seit Beginn der Pandemie häufiger auf (S. 29).

## **Wie die Pandemie die Gesellschaft verändert**

Drei Viertel der jungen Erwachsenen wurden in den letzten Monaten mit Vorwürfen zu ihrem Verhalten konfrontiert. Allerdings ging es dabei weniger um sie als Pandemie-Treiber, beispielsweise durch Rücksichtslosigkeit und Missachtung der Regeln, sondern vielmehr um ihre veränderten Freizeitaktivitäten. Jedem zweiten Jugendlichen wurde vorgeworfen, zu viel Zeit mit dem Handy zu verbringen. Einem Viertel der Befragten wird nachgesagt, keiner sinnvollen Beschäftigung nachzugehen (S. 34). Verständnis für ihr Verhalten wird ihnen am ehesten von ihren Eltern entgegengebracht. Von der Gesellschaft und der Politik fühlt sich dagegen nur eine Minderheit der jungen Erwachsenen hinsichtlich ihrer Bedürfnisse während der Pandemie-Zeit ausreichend ernst genommen (S. 36).

# MANAGEMENT SUMMARY

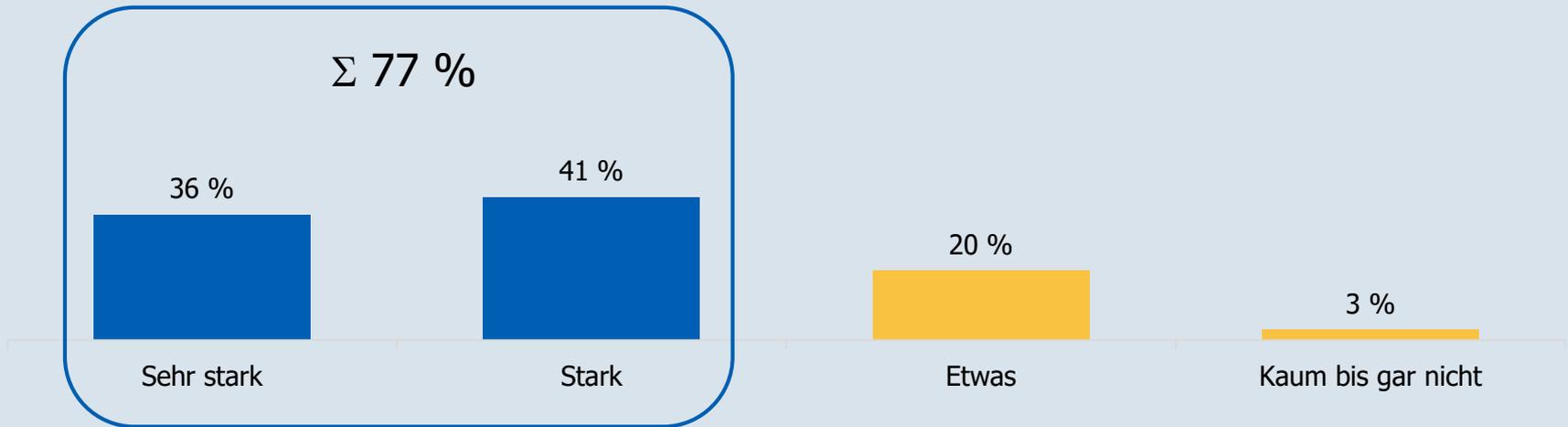
## **Erwartungen und Wünsche an die Zukunft**

Den Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist das Vertrauen in die Zukunft verloren gegangen. Nur etwa ein Viertel der jungen Deutschen spricht aktuell von konkreten Plänen, die aus ihrer Sicht auch genauso realisiert werden können. Etwa ein Drittel der fühlt sich hinsichtlich der Umsetzbarkeit von Zukunftsplänen verunsichert und hat sich von konkreten Plänen verabschiedet (S. 38). Das nicht absehbare Ende der Pandemie bereitet den ihnen dabei die größten Sorgen (S. 42). Wenn die Pandemie irgendwann vorbei ist, freuen sich die meisten vor allem auf Treffen mit ihren Freunden, ein Leben ohne Maske sowie Restaurant- und Café-Besuche (S. 44).

## 3. ERGEBNISSE

# WIE DIE CORONA-PANDEMIE DAS LEBEN VERÄNDERT

- Für mehr als drei Viertel der jungen Erwachsenen hat sich das Leben durch die Corona-Pandemie stark verändert.

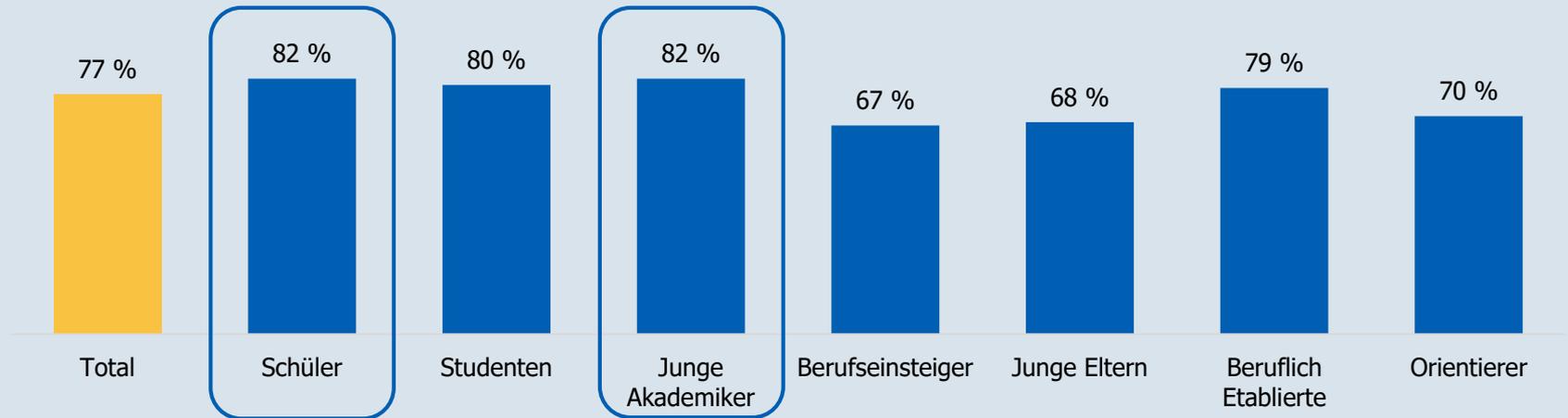


Frage 1: Inwieweit hat die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen Ihr Leben seit dem Frühjahr 2020 verändert?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

# WIE DIE CORONA-PANDEMIE DAS LEBEN VERÄNDERT

- Am deutlichsten machen sich diese Pandemie-bedingten Veränderungen bei Schülerinnen, Schülern, jungen Akademikerinnen und Akademikern bemerkbar.

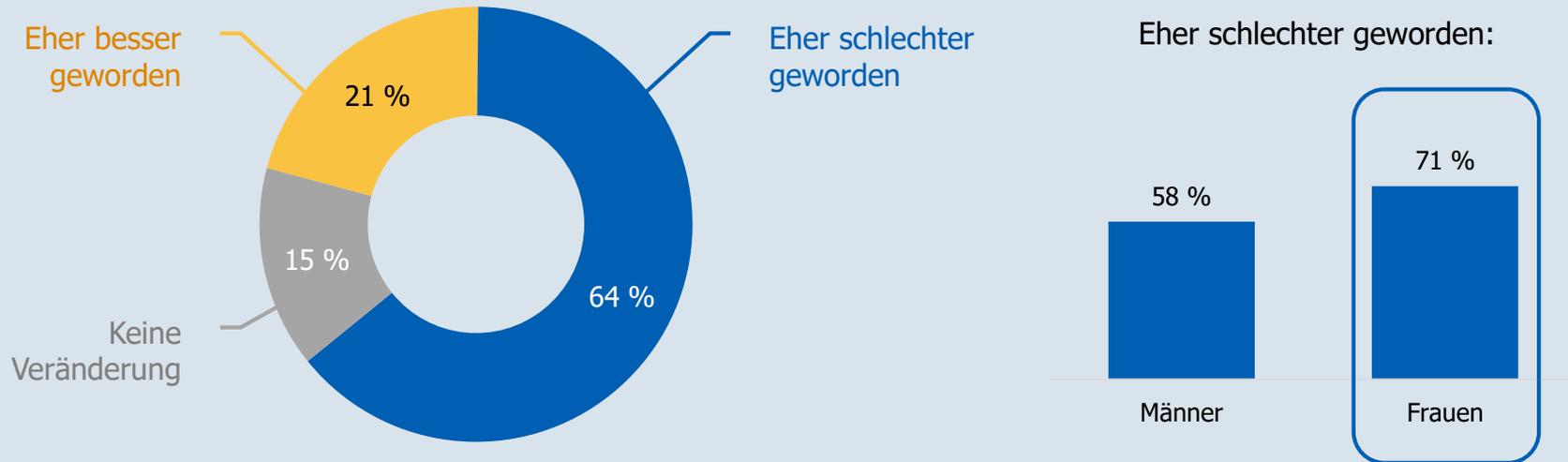
## Top-2: Sehr stark + Stark



Frage 1: Inwieweit hat die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen Ihr Leben seit dem Frühjahr 2020 verändert?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung, Top-2: Sehr stark + Stark)

# WIE DIE CORONA-PANDEMIE DAS LEBEN VERÄNDERT

- Für fast zwei Drittel der unter 30-Jährigen hat sich das Leben in den letzten 12 bis 14 Monaten eher verschlechtert. Besonders Frauen leiden unter den Veränderungen.

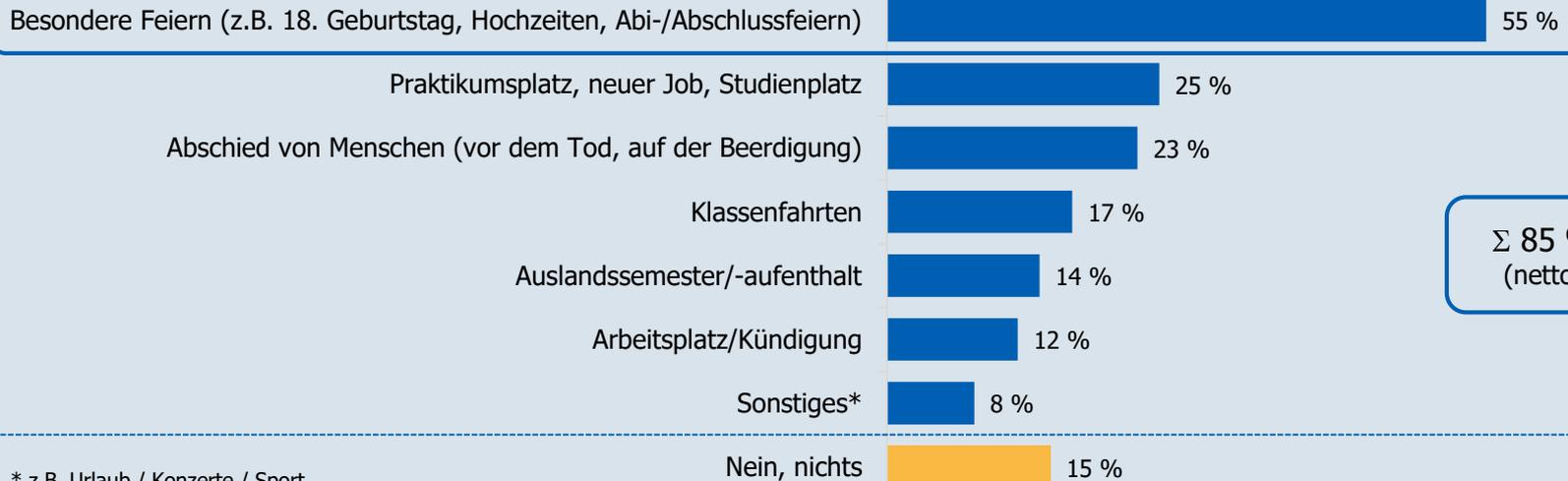


Frage 2: Wenn Sie jetzt einmal auf die Veränderungen in den letzten 12 bis 14 Monaten zurückblicken und die positiven Dinge, die vielleicht hinzugekommen sind, mit den negativen abwägen: Ist Ihr Leben bzw. Ihr Alltag seit Beginn der Corona-Pandemie insgesamt gesehen eher besser geworden oder eher schlechter geworden?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

# WIE DIE CORONA-PANDEMIE DAS LEBEN VERÄNDERT

- Mehr als die Hälfte der jungen Erwachsenen musste auf besondere Feiern verzichten, die sich nach der Pandemie nicht mehr nachholen lassen.



Frage 3: Wurde Ihnen durch die Corona-Pandemie und die damit zusammenhängenden Einschränkungen etwas genommen, was sich so – sofern man es absehen kann – nicht mehr nachholen lässt und was Sie sehr bedauern? Wenn ja, was?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

# WIE DIE CORONA-PANDEMIE DAS LEBEN VERÄNDERT

- Mehr als ein Drittel der Schülerinnen, Schüler und Studierenden konnten aufgrund der Corona-Pandemie ein geplantes Praktikum, einen neuen Job oder Studienplatz nicht wahrnehmen.

Verluste durch die Corona-Pandemie	Total	Lebensphase							
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer	
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87	
Besondere Feiern (z.B. 18. Geburtstag, Hochzeiten, Abi-/Abschlussfeiern)	<b>55 %</b>	60 %	58 %	58 %	60 %	52 %	51 %	41 %	
Praktikumsplatz, neuer Job, Studienplatz	<b>25 %</b>	43 %	33 %	23 %	21 %	16 %	17 %	20 %	
Abschied von Menschen (vor dem Tod, auf der Beerdigung)	<b>23 %</b>	19 %	27 %	25 %	27 %	27 %	19 %	16 %	
Klassenfahrten	<b>17 %</b>	63 %	14 %	0 %	20 %	3 %	0 %	15 %	
Auslandssemester/-aufenthalt	<b>14 %</b>	14 %	25 %	15 %	10 %	12 %	11 %	9 %	
Arbeitsplatz/Kündigung	<b>12 %</b>	0 %	10 %	17 %	9 %	20 %	14 %	24 %	
Sonstiges	<b>8 %</b>	7 %	6 %	6 %	8 %	8 %	13 %	7 %	
Nein, nichts	<b>15 %</b>	6 %	10 %	18 %	17 %	16 %	21 %	20 %	

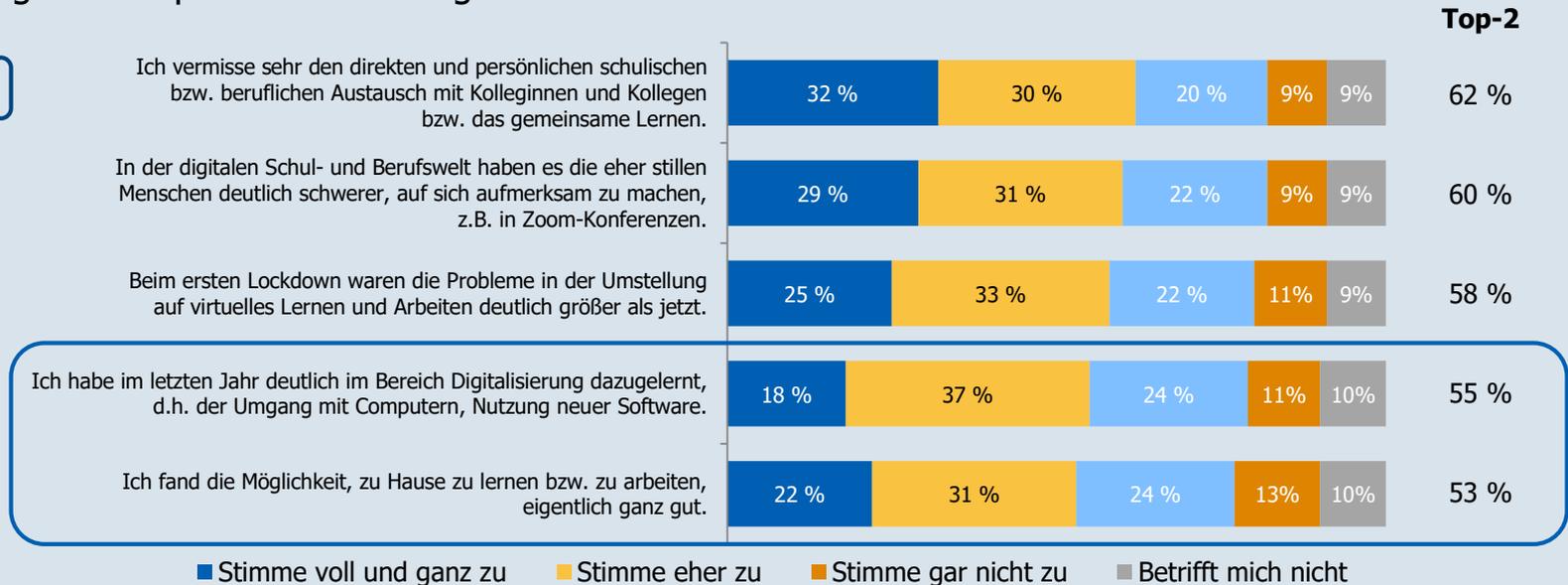
Frage 3: Wurde Ihnen durch die Corona-Pandemie und die damit zusammenhängenden Einschränkungen etwas genommen, was sich so – sofern man es absehen kann – nicht mehr nachholen lässt und was Sie sehr bedauern? Wenn ja, was?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

# EINFLUSS AUF SCHULE, AUSBILDUNG UND JOB

- In Bezug auf Digitalisierung und Homeschooling/Homeoffice hat etwa die Hälfte der unter 30-Jährigen auch positive Erfahrungen aus der Pandemie mitnehmen können.

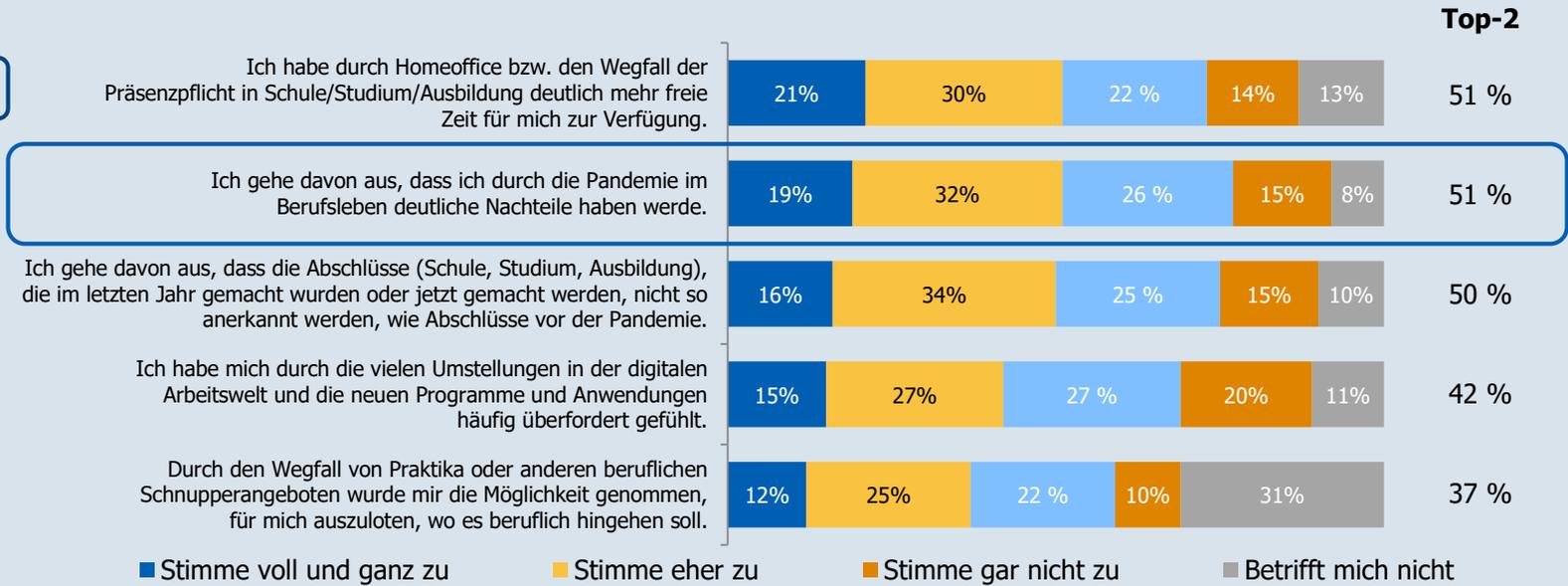
1/2



# EINFLUSS AUF SCHULE, AUSBILDUNG UND JOB

- Jeder bzw. jede zweite der jungen Erwachsenen befürchtet, durch die Pandemie berufliche Nachteile zu haben.

2/2



# EINFLUSS AUF SCHULE, AUSBILDUNG UND JOB

- Vor allem junge Besserverdienende konnten die Corona-Pandemie nutzen, um sich in puncto Digitalisierung weiterzubilden.

Top-2: Stimme voll und ganz zu + Stimme eher zu (1/2)	Total	Haushaltsnettoeinkommen (Euro)*				
		Unter 1.000	1.000 bis unter 2.000	2.000 bis unter 3.000	3.000 bis unter 4.000	4.000 und mehr
Basis	1.000	146	184	246	138	130
Ich vermisse sehr den direkten und persönlichen schulischen bzw. beruflichen Austausch mit Kolleginnen und Kollegen bzw. das gemeinsame Lernen.	<b>62 %</b>	60 %	64 %	58 %	67 %	67 %
In der digitalen Schul- und Berufswelt haben es die eher stillen Menschen deutlich schwerer, auf sich aufmerksam zu machen, z.B. in Zoom-Konferenzen.	<b>60 %</b>	54 %	59 %	57 %	67 %	62 %
Beim ersten Lockdown waren die Probleme in der Umstellung auf virtuelles Lernen und Arbeiten deutlich größer als jetzt.	<b>58 %</b>	56 %	58 %	56 %	61 %	61 %
Ich habe im letzten Jahr deutlich im Bereich Digitalisierung dazugelernt, d.h. der Umgang mit Computern, Nutzung neuer Software.	<b>55 %</b>	53 %	49 %	54 %	<b>62 %</b>	<b>61 %</b>
Ich fand die Möglichkeit, zu Hause zu lernen bzw. zu arbeiten, eigentlich ganz gut.	<b>53 %</b>	51 %	53 %	58 %	46 %	63 %

Frage 4: Kommen wir einmal speziell auf den Bereich Schule, Ausbildung, Studium und Job zu sprechen. Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen aus diesem Bereich zu?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF SCHULE, AUSBILDUNG UND JOB

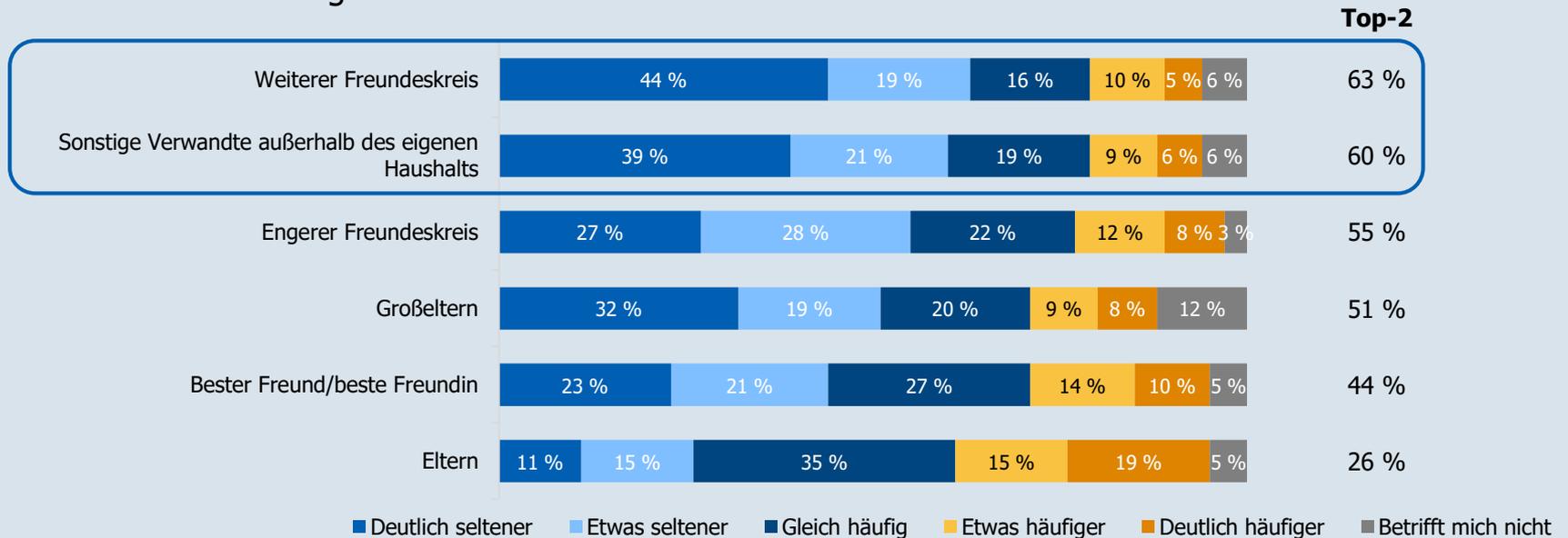
- Junge Geringverdienende gehen dagegen vergleichsweise häufiger davon aus, dass sie durch die Pandemie im Berufsleben deutliche Nachteile haben werden.

Top-2: Stimme voll und ganz zu + Stimme eher zu (2/2)	Total	Haushaltsnettoeinkommen (Euro)*				
		Unter 1.000	1.000 bis unter 2.000	2.000 bis unter 3.000	3.000 bis unter 4.000	4.000 und mehr
Basis	1.000	146	184	246	138	130
Ich habe durch Homeoffice bzw. den Wegfall der Präsenzpflcht in Schule/Studium/Ausbildung deutlich mehr freie Zeit für mich zur Verfügung.	<b>51 %</b>	56 %	51 %	52 %	47 %	55 %
Ich gehe davon aus, dass ich durch die Pandemie im Berufsleben deutliche Nachteile haben werde.	<b>51 %</b>	58 %	55 %	50 %	51 %	36 %
Ich gehe davon aus, dass die Abschlüsse (Schule, Studium, Ausbildung), die im letzten Jahr gemacht wurden oder jetzt gemacht werden, nicht so anerkannt werden, wie Abschlüsse vor der Pandemie.	<b>50 %</b>	53 %	51 %	45 %	62 %	42 %
Ich habe mich durch die vielen Umstellungen in der digitalen Arbeitswelt und die neuen Programme und Anwendungen häufig überfordert gefühlt.	<b>42 %</b>	49 %	46 %	41 %	41 %	28 %
Durch den Wegfall von Praktika oder anderen beruflichen Schnupperangeboten wurde mir die Möglichkeit genommen, für mich auszuloten, wo es beruflich hingehen soll.	<b>37 %</b>	45 %	32 %	35 %	31 %	35 %

Frage 4: Kommen wir einmal speziell auf den Bereich Schule, Ausbildung, Studium und Job zu sprechen. Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen aus diesem Bereich zu?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Während der Pandemie wurden vor allem Kontakte zum erweiterten Freundeskreis sowie zu Verwandten eingeschränkt.



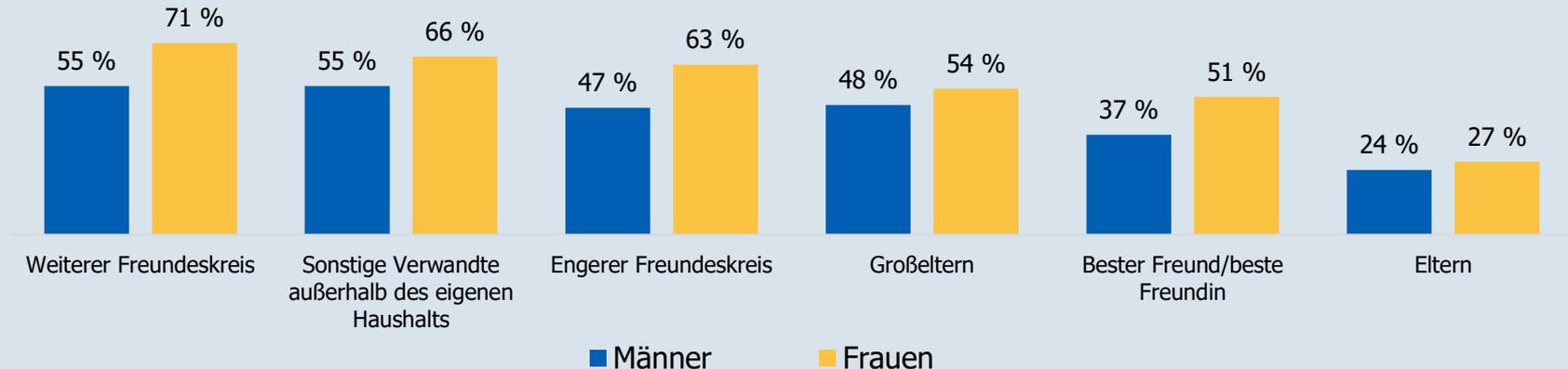
Frage 5: Wie hat sich Ihr persönlicher Kontakt zu den folgenden Personengruppen im Vergleich zu den Zeiten vor der Pandemie verändert? Inwieweit sehen Sie die folgenden Personen jetzt häufiger bzw. weniger häufig?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Junge Frauen haben ihre Kontakte in einem stärkeren Maß eingeschränkt als junge Männer.

## Top-2: Deutlich seltener + Etwas seltener



Frage 5: Wie hat sich Ihr persönlicher Kontakt zu den folgenden Personengruppen im Vergleich zu den Zeiten vor der Pandemie verändert? Inwieweit sehen Sie die folgenden Personen jetzt häufiger bzw. weniger häufig?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top-2: Deutlich seltener + Etwas seltener)

# EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Vor allem Studierende haben sich während der Pandemie von ihrem Freundeskreis distanziert.

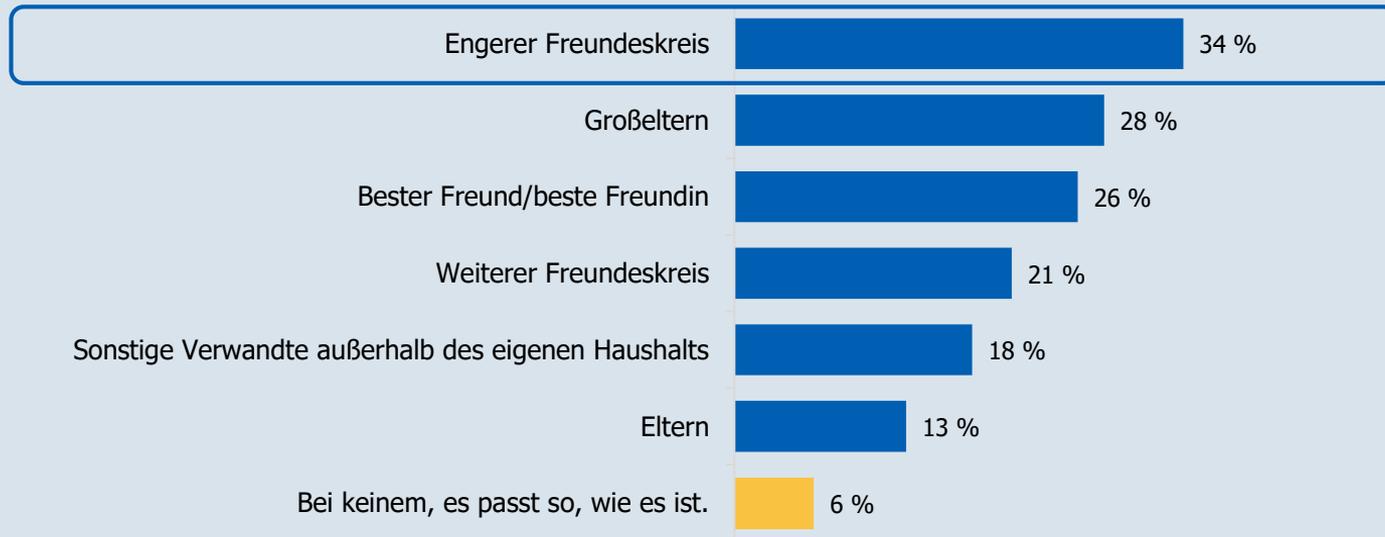
Persönlicher Kontakt Top-2: Deutlich seltener + Etwas seltener	Total	Lebensphase							
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer	
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87	
Weiterer Freundeskreis	<b>63 %</b>	65 %	<b>71 %</b>	64 %	65 %	53 %	64 %	49 %	
Sonstige Verwandte außerhalb des eigenen Haushalts	<b>60 %</b>	66 %	65 %	59 %	65 %	48 %	63 %	45 %	
Engerer Freundeskreis	<b>55 %</b>	59 %	<b>60 %</b>	63 %	54 %	42 %	60 %	34 %	
Großeltern	<b>51 %</b>	56 %	55 %	56 %	53 %	42 %	51 %	38 %	
Bester Freund/beste Freundin	<b>44 %</b>	44 %	<b>53 %</b>	51 %	38 %	38 %	44 %	33 %	
Eltern	<b>26 %</b>	14 %	25 %	40 %	16 %	31 %	35 %	13 %	

Frage 5: Wie hat sich Ihr persönlicher Kontakt zu den folgenden Personengruppen im Vergleich zu den Zeiten vor der Pandemie verändert? Inwieweit sehen Sie die folgenden Personen jetzt häufiger bzw. weniger häufig?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top-2: Deutlich seltener + Etwas seltener)

## EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Am stärksten vermissen die unter 30-Jährigen den Kontakt zu ihrem engeren Freundeskreis.



# EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Mehr als die Hälfte der jungen Frauen und Männer beklagen die Einsamkeit und befürchten, durch fehlende Kontaktmöglichkeiten ihren Freundeskreis zu verlieren.



Frage 7: Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen zum Thema Familie und Freunde zu?  
 Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF FAMILIE UND FREUNDE

- Für junge Eltern haben die pandemiebedingten Einschränkungen einen vergleichsweise großen Einfluss auf das Familienleben.

Familie und Freunde Top-2: Stimme voll und ganz zu + Stimme eher zu	Total	Familienstruktur / Lebensform					
		Single	Ehe / Partnerschaft ohne Kind(er)	Ehe / Partnerschaft mit Kind(ern)	Eltern-Haushalt ohne Geschwister	Eltern-Haushalt mit Geschwistern	Sonstige Lebensform
Basis	1.000	139	198	133	171	221	138
Wenn ich zuhause bin, bin ich eigentlich die meiste Zeit in meinem Zimmer und beschäftige mich da alleine.	<b>61 %</b>	69 %	53 %	44 %	65 %	72 %	59 %
Die Familie ist mir seit Corona deutlich wichtiger geworden.	<b>58 %</b>	58 %	55 %	<b>65 %</b>	60 %	58 %	55 %
Seit Beginn der Pandemie fühle ich mich häufig einsam.	<b>56 %</b>	59 %	53 %	54 %	55 %	57 %	58 %
Ich habe große Sorge, dass ich durch die fehlenden Kontaktmöglichkeiten meinen Freundeskreis - zumindest teilweise - verliere.	<b>54 %</b>	51 %	55 %	53 %	53 %	57 %	55 %
Im Freundeskreis sprechen wir viel über unsere Sorgen in Zusammenhang mit Corona (Erkrankung, Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit etc.).	<b>54 %</b>	61 %	54 %	55 %	51 %	52 %	57 %
Ich 'treffe' mich jetzt deutlich häufiger virtuell mit meinen Freunden, z.B. bei Online-Spielen.	<b>45 %</b>	45 %	41 %	46 %	46 %	47 %	47 %
Mir ist es viel wichtiger, meine Freunde persönlich zu treffen, als mich an Kontaktbeschränkungen zu halten.	<b>44 %</b>	42 %	47 %	45 %	37 %	42 %	54 %
Bei uns zu Hause kommt es deutlich häufiger zu Konflikten und Streitigkeiten als noch vor Corona.	<b>38 %</b>	0 %	46 %	44 %	44 %	45 %	41 %
Am Wochenende unternehmen wir mit der Familie häufig etwas miteinander (Spiele, Ausflüge etc.).	<b>38 %</b>	32 %	37 %	<b>57 %</b>	37 %	32 %	40 %

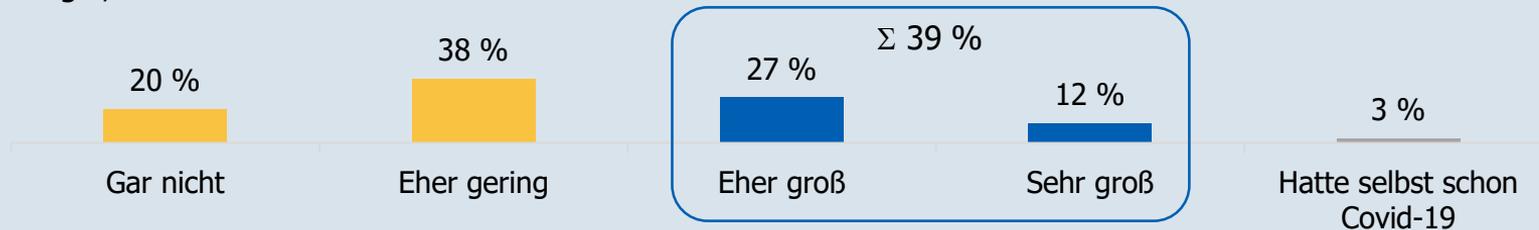
Frage 7: Inwieweit stimmen Sie den folgenden Aussagen zum Thema Familie und Freunde zu?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top-2: Stimme voll und ganz zu + Stimme eher zu)

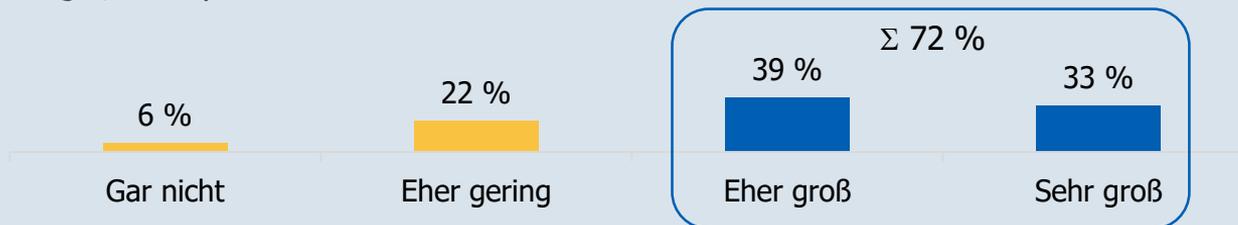
# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Die Angst, das persönliche Umfeld anzustecken, ist deutlich größer als die Angst vor einer eigenen Ansteckung.

Angst, mich selbst anzustecken



Angst, mein persönliches Umfeld anzustecken



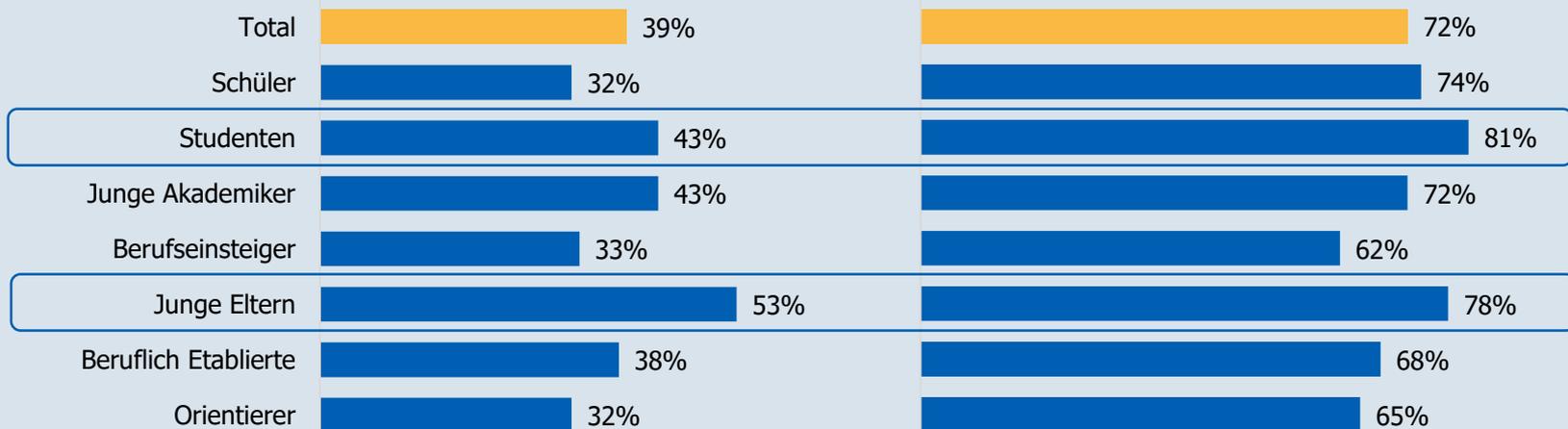
Frage 8: Inwiefern haben Sie Sorge, sich selbst bzw. Ihr persönliches Umfeld mit Covid-19 anzustecken?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Bei Studierenden und jungen Eltern ist die Angst vor Ansteckung vergleichsweise stark ausgeprägt.

Angst, mich selbst anzustecken

Angst, mein persönliches Umfeld anzustecken



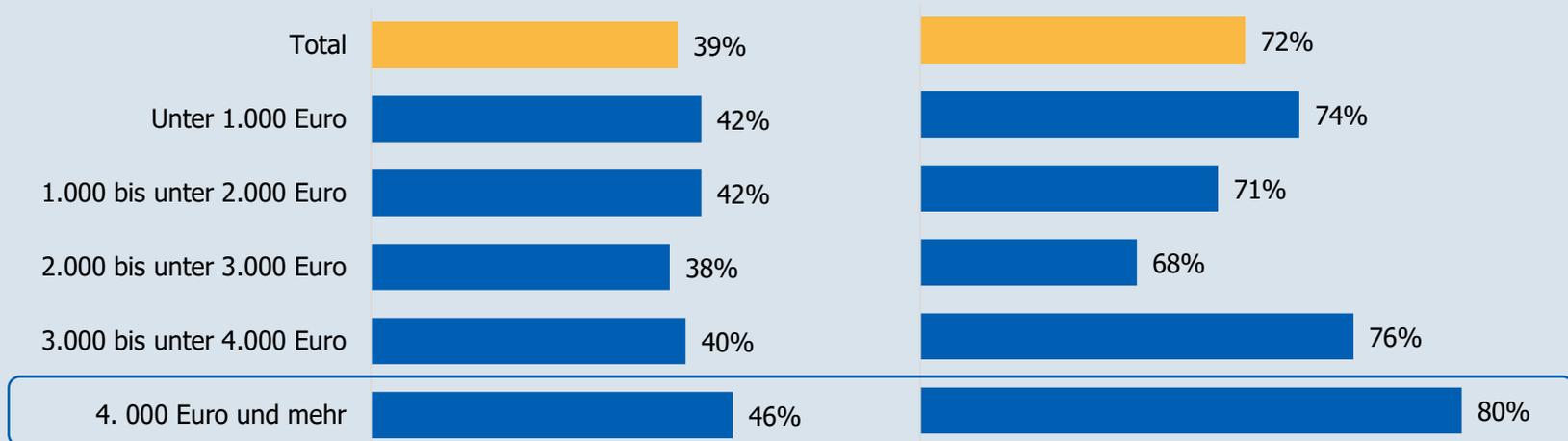
Frage 8: Inwiefern haben Sie Sorge, sich selbst bzw. Ihr persönliches Umfeld mit Covid-19 anzustecken?  
 Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung, Top-2: Sehr groß + Eher groß)

# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Junge Besserverdienende haben eher Sorge, sich selbst und vor allem auch ihr persönliches Umfeld anzustecken.

Angst, mich selbst anzustecken

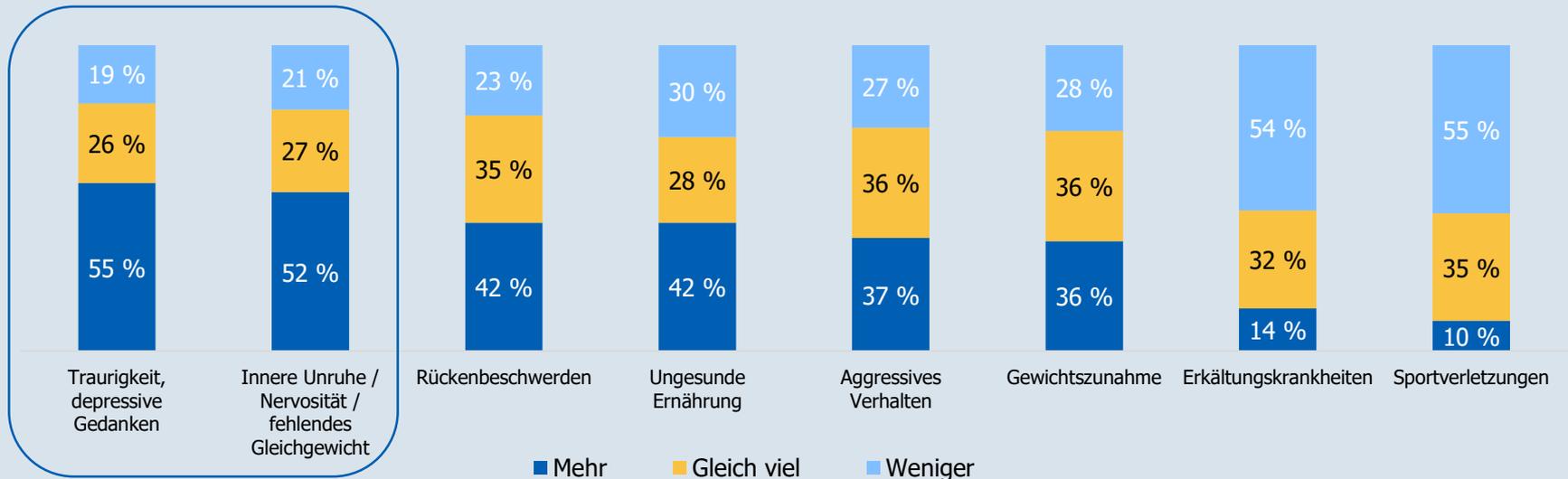
Angst, mein persönliches Umfeld anzustecken



Frage 8: Inwiefern haben Sie Sorge, sich selbst bzw. Ihr persönliches Umfeld mit Covid-19 anzustecken?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung, Top-2: Sehr groß + Eher groß)

# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Mit Traurigkeit, depressiven Gedanken oder innerer Unruhe und Nervosität belastet die Corona-Krise vor allem auf psychischer Ebene.



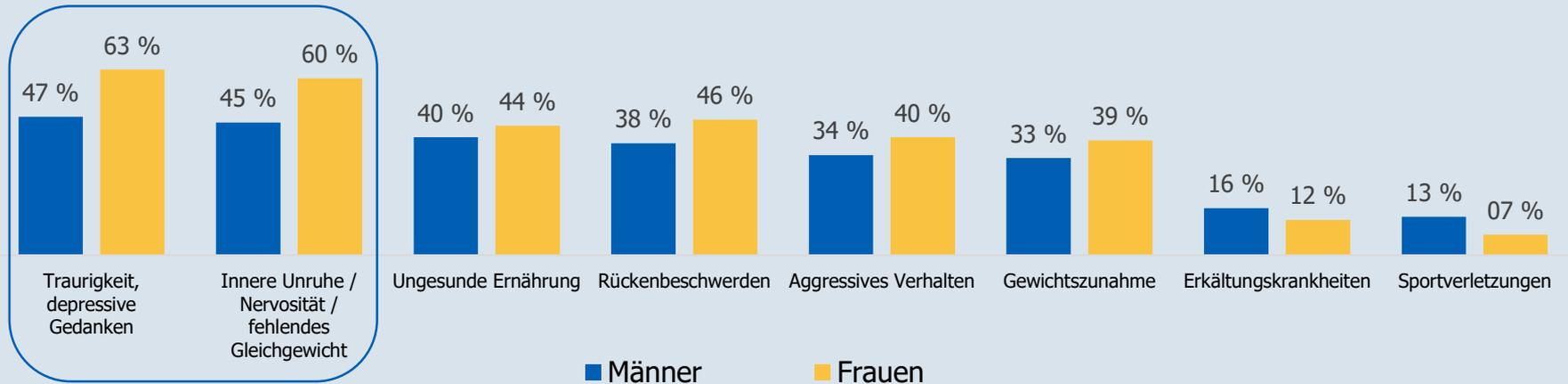
Frage 9: Wenn Sie einmal Ihren körperlichen und emotionalen Zustand im Vergleich zum letzten Jahr, also zu Zeiten vor Corona, sehen: Was hat sich verändert? In welcher Hinsicht haben Sie jetzt mehr, in welcher weniger Probleme?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Besonders bei jungen Frauen haben psychische Belastungssymptome zugenommen.

## Top: Mehr Probleme



Frage 9: Wenn Sie einmal Ihren körperlichen und emotionalen Zustand im Vergleich zum letzten Jahr, also zu Zeiten vor Corona, sehen: Was hat sich verändert? In welcher Hinsicht haben Sie jetzt mehr, in welcher weniger Probleme?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top: Mehr)

# EINFLUSS AUF DIE KÖRPERLICHE UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

- Junge Erwachsene, die mit Geschwistern zusammenleben, klagten besonders häufig über depressive Gedanken oder aggressives Verhalten.

Top: Mehr Probleme	Total	Familienstruktur / Lebensform					
		Single	Ehe / Partnerschaft ohne Kind(er)	Ehe / Partnerschaft mit Kind(ern)	Eltern-Haushalt ohne Geschwister	Eltern-Haushalt mit Geschwistern	Sonstige Lebensform
Basis	1.000	139	198	133	171	221	138
Traurigkeit, depressive Gedanken	<b>55 %</b>	55 %	60 %	43 %	53 %	<b>61 %</b>	49 %
Innere Unruhe / Nervosität / fehlendes Gleichgewicht	<b>52 %</b>	49 %	58 %	47 %	52 %	55 %	47 %
Rückenbeschwerden	<b>42 %</b>	42 %	47 %	41 %	46 %	34 %	42 %
Ungesunde Ernährung	<b>42 %</b>	42 %	41 %	44 %	42 %	45 %	38 %
Aggressives Verhalten	<b>37 %</b>	27 %	41 %	32 %	39 %	<b>43 %</b>	34 %
Gewichtszunahme	<b>36 %</b>	35 %	39 %	35 %	39 %	39 %	26 %
Erkältungskrankheiten	<b>14 %</b>	13 %	17 %	17 %	13 %	10 %	17 %
Sportverletzungen	<b>10 %</b>	7 %	11 %	12 %	11 %	8 %	14 %

Frage 9: Wenn Sie einmal Ihren körperlichen und emotionalen Zustand im Vergleich zum letzten Jahr, also zu Zeiten vor Corona, sehen: Was hat sich verändert? In welcher Hinsicht haben Sie jetzt mehr, in welcher weniger Probleme?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top: Mehr Probleme)

# EINFLUSS AUF HOBBYS UND FREIZEITAKTIVITÄTEN

- Sechs von zehn der unter 30-Jährigen bemerken eine Verschlechterung ihrer körperlichen Fitness.



Frage 10: Welche dieser Aussagen rund um das Thema Hobbys und Freizeitaktivitäten trifft auf Sie persönlich zu?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

# EINFLUSS AUF HOBBYS UND FREIZEITAKTIVITÄTEN

- Mit mehr Bewegung an der frischen Luft und der Ausübung neuer Sportarten hat die Pandemie besonders für junge Eltern auch positive Effekte.

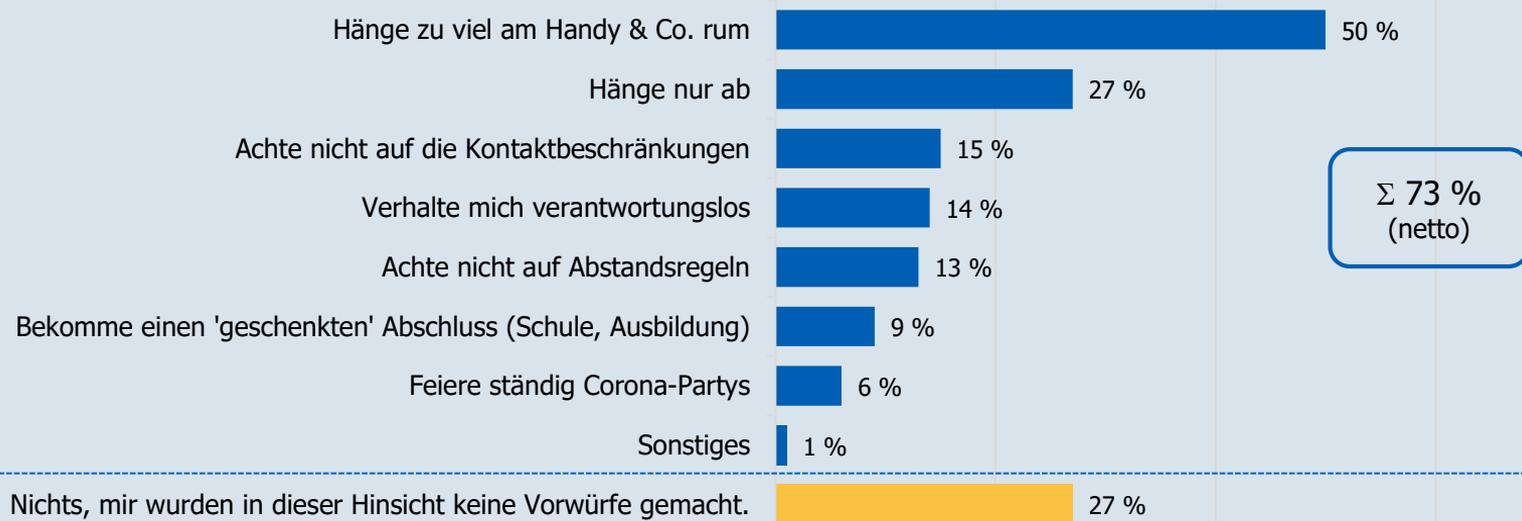
Trifft zu	Total	Lebensphase						
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87
Ich vermisse total das uneingeschränkte Reisen in andere Länder.	<b>72 %</b>	75 %	72 %	82 %	74 %	66 %	73 %	55 %
Seit Corona ist die Nutzung von Handy & Co. zu meiner Haupt-Freizeitbeschäftigung geworden.	<b>72 %</b>	78 %	76 %	69 %	73 %	66 %	69 %	67 %
Ich habe das Gefühl, dass mein Leben seit Corona deutlich entschleunigt ist.	<b>62 %</b>	62 %	61 %	64 %	64 %	65 %	62 %	59 %
Meine körperliche Fitness hat sich seit Corona deutlich verschlechtert.	<b>60 %</b>	57 %	59 %	59 %	67 %	60 %	62 %	61 %
Mir fehlen die uneingeschränkten sportlichen Aktivitäten in einer Gruppe sehr.	<b>58 %</b>	63 %	52 %	65 %	62 %	51 %	56 %	53 %
Ich mache mir häufiger Gedanken darüber, wie ich meinen Medienkonsum einschränken kann.	<b>54 %</b>	49 %	58 %	60 %	54 %	57 %	52 %	48 %
Ich habe durch Corona neue Hobbys bzw. Freizeitaktivitäten für mich entdeckt.	<b>40 %</b>	39 %	43 %	43 %	34 %	37 %	44 %	37 %
Ich nutze digitale Sportkurse, z.B. über YouTube oder Zoom.	<b>40 %</b>	30 %	47 %	52 %	38 %	39 %	38 %	33 %
Ich bin seit Corona deutlich mehr an der frischen Luft als vorher.	<b>38 %</b>	34 %	35 %	41 %	41 %	<b>52 %</b>	36 %	26 %
Ich habe in Folge der coronabedingten Einschränkungen eine oder mehrere neue Sportarten für mich entdeckt.	<b>32 %</b>	28 %	33 %	40 %	32 %	<b>40 %</b>	29 %	23 %

Frage 10: Welche dieser Aussagen rund um das Thema Hobbys und Freizeitaktivitäten trifft auf Sie persönlich zu?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, dargestellt: Trifft zu)

## EINFLUSS AUF DIE GESELLSCHAFT

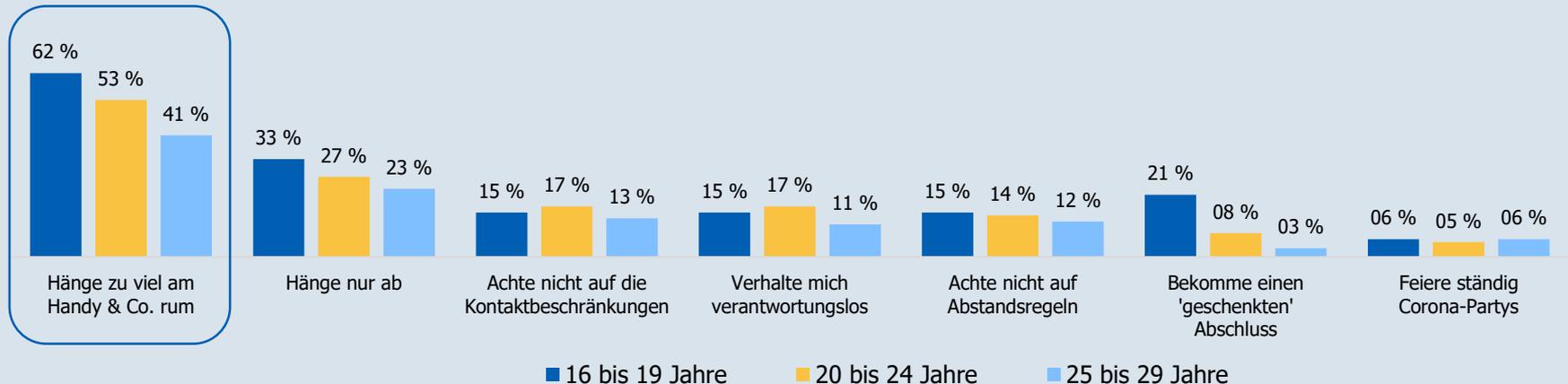
- Drei Viertel der jungen Erwachsenen waren in den letzten Monaten mit Vorwürfen zu ihrem Verhalten konfrontiert.



Frage 11: Mit welchen Vorwürfen, wenn überhaupt, sind Sie persönlich in den letzten Monaten konfrontiert worden?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

# EINFLUSS AUF DIE GESELLSCHAFT

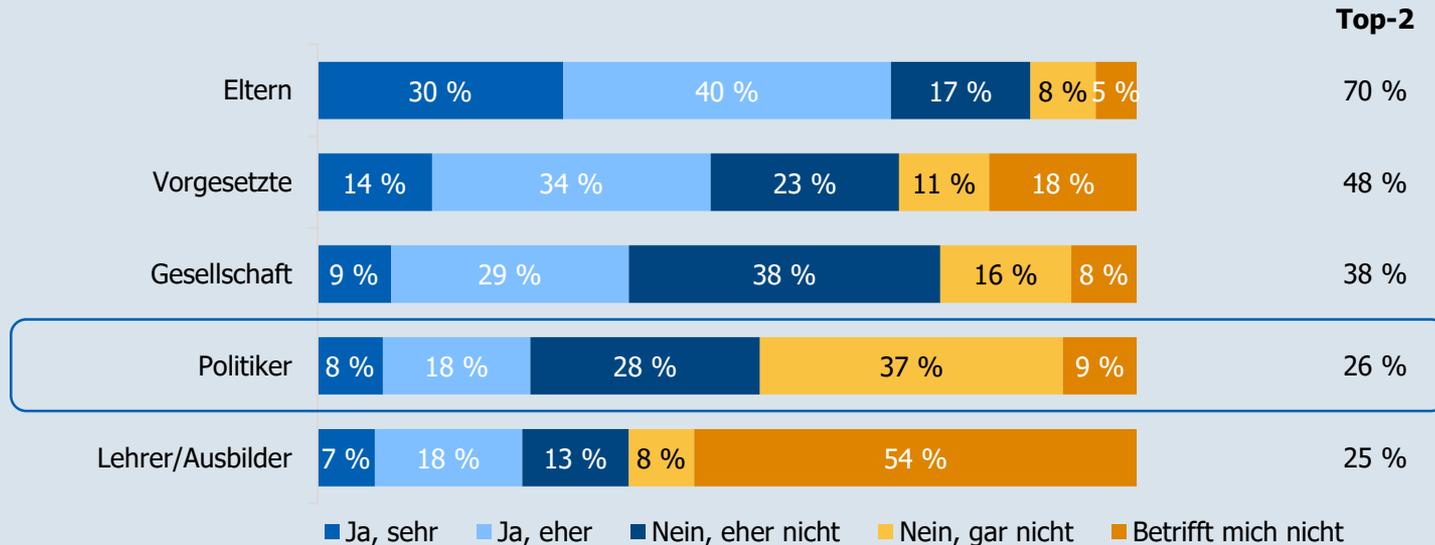
- Unter 20-Jährigen wird besonders häufig vorgeworfen, zu viel Zeit mit dem Handy zu verbringen.



Frage 11: Mit welchen Vorwürfen, wenn überhaupt, sind Sie persönlich in den letzten Monaten konfrontiert worden?  
 Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

## EINFLUSS AUF DIE GESELLSCHAFT

- Nur ein Viertel der jungen Erwachsenen fühlt sich hinsichtlich ihrer Bedürfnisse während der Pandemie-Zeit von der Politik ausreichend ernst genommen.



Frage 12: Fühlen Sie sich und Ihre Bedürfnisse während der Pandemie-Zeit von den nachfolgend genannten Personen und Institutionen ausreichend ernst genommen?  
 Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage)

## EINFLUSS AUF DIE GESELLSCHAFT

- Junge Familien denken eher, dass sie von Gesellschaft und Politik ausreichend ernst genommen werden.

Top-2: Ja, sehr + Ja, eher	Total	Familienstruktur / Lebensform					
		Single	Ehe / Partnerschaft ohne Kind(er)	Ehe / Partnerschaft mit Kind(ern)	Eltern-Haushalt ohne Geschwister	Eltern-Haushalt mit Geschwistern	Sonstige Lebensform
Basis	1.000	139	198	133	171	221	138
Eltern	<b>70%</b>	71 %	74 %	65 %	73 %	67 %	65 %
Vorgesetzte	<b>48 %</b>	53 %	55 %	53 %	47 %	39 %	43 %
Gesellschaft	<b>38 %</b>	38 %	36 %	<b>47 %</b>	39 %	36 %	37 %
Politiker	<b>26 %</b>	31 %	22 %	<b>33 %</b>	26 %	21 %	25 %
Lehrer/Ausbilder	<b>25 %</b>	22 %	14 %	3 %	33 %	44 %	24 %

Frage 12: Fühlen Sie sich und Ihre Bedürfnisse während der Pandemie-Zeit von den nachfolgend genannten Personen und Institutionen ausreichend ernst genommen?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Skalierte Abfrage, Top-2: Ja, sehr + Ja, eher)

## ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Etwa ein Drittel der jungen Erwachsenen ist hinsichtlich der Umsetzbarkeit von Zukunftsplänen verunsichert.



# ZUKUNFTSERWARTUNGEN

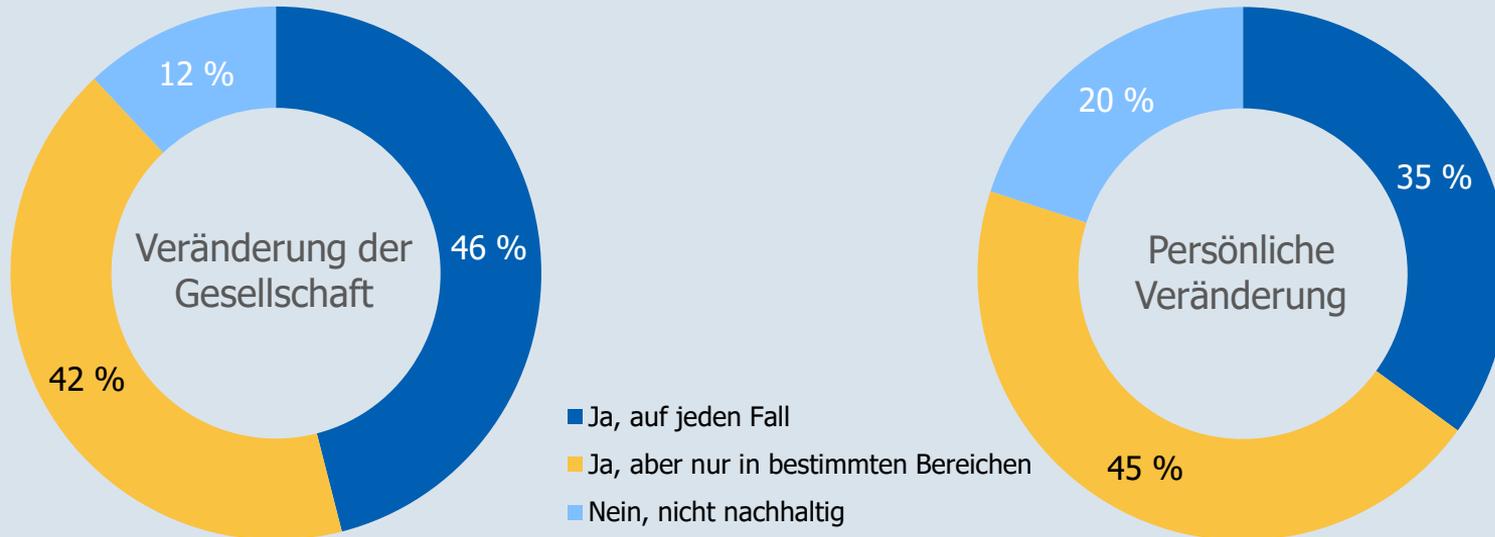
- Etwa ein Drittel der Akademikerinnen und Akademiker sowie der jungen Eltern sind zuversichtlich, dass sie ihre Zukunftspläne auch verwirklichen können.

Zukunftspläne	Total	Lebensphase						
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87
Ich habe zwar konkrete Pläne für die Zukunft, weiß aber nicht, ob sie umsetzbar sind.	<b>36 %</b>	41 %	40 %	38 %	38 %	34 %	36 %	21 %
Ich habe konkrete Pläne für die Zukunft, die auch genauso realisiert werden können.	<b>24 %</b>	25 %	20 %	<b>31 %</b>	24 %	<b>34 %</b>	22 %	16 %
Ich habe die Lust darauf, etwas für die Zukunft zu planen, verloren, weil man eh nicht sagen kann, was man wann und wie	<b>14 %</b>	10 %	12 %	14 %	19 %	12 %	16 %	14 %
Ich habe mich von meinen eigentlichen Zukunftsplänen aufgrund der aktuellen Situation verabschiedet.	<b>12 %</b>	9 %	17 %	9 %	7 %	10 %	14 %	16 %
Ich habe keine Ideen für die Zukunft, weil man nicht sagen kann, wann was in welcher Form gemacht werden kann.	<b>7 %</b>	8 %	6 %	6 %	7 %	6 %	6 %	11 %
Ich habe keine Pläne für die Zukunft, ich bin mit meiner jetzigen Situation zufrieden.	<b>7 %</b>	8 %	5 %	3 %	5 %	4 %	5 %	22 %

Frage 13: Schmieden Sie zurzeit Pläne für die nahe Zukunft, also für dieses oder das nächste Jahr? Welche dieser Aussagen treffen auf Sie zu?  
Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

## ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Neun von zehn junge Erwachsene gehen davon aus, dass sich die Gesellschaft zumindest in Teilen nachhaltig verändern wird.

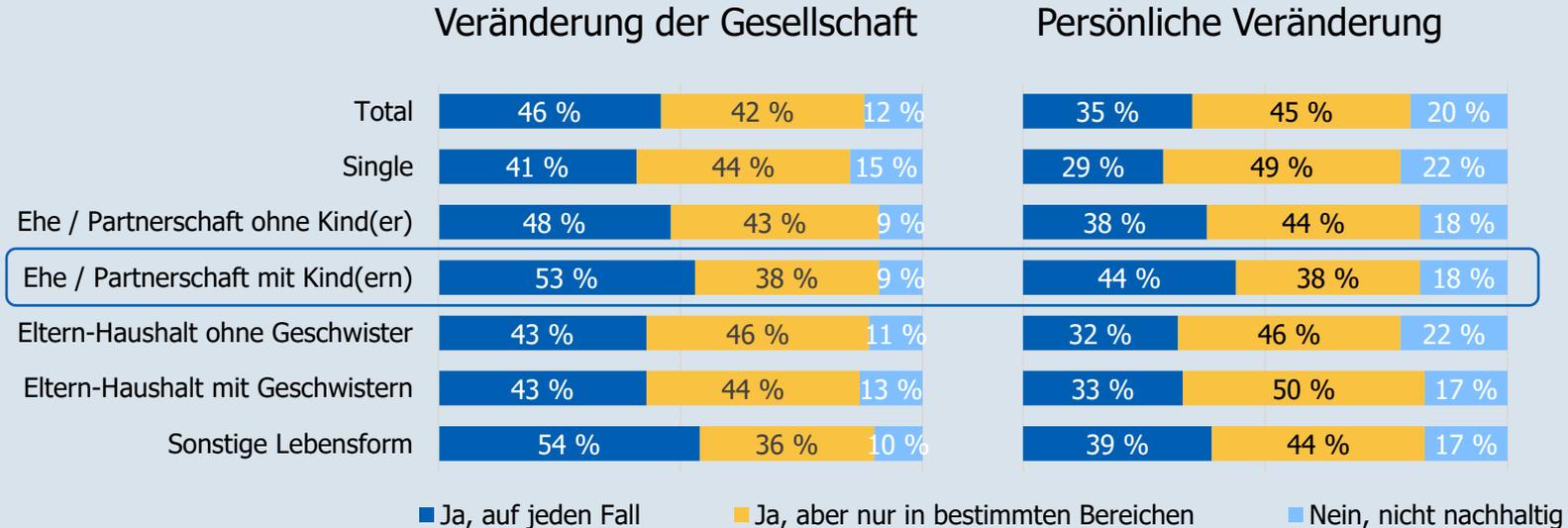


Frage 14: a) Gehen Sie davon aus, dass sich die Gesellschaft durch die Corona-Pandemie nachhaltig verändern wird? / b) Und gehen Sie davon aus, dass die Corona-Pandemie Sie persönlich nachhaltig verändert hat?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

# ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Vor allem junge Familien erwarten nachhaltige gesellschaftliche und persönliche Veränderungen.

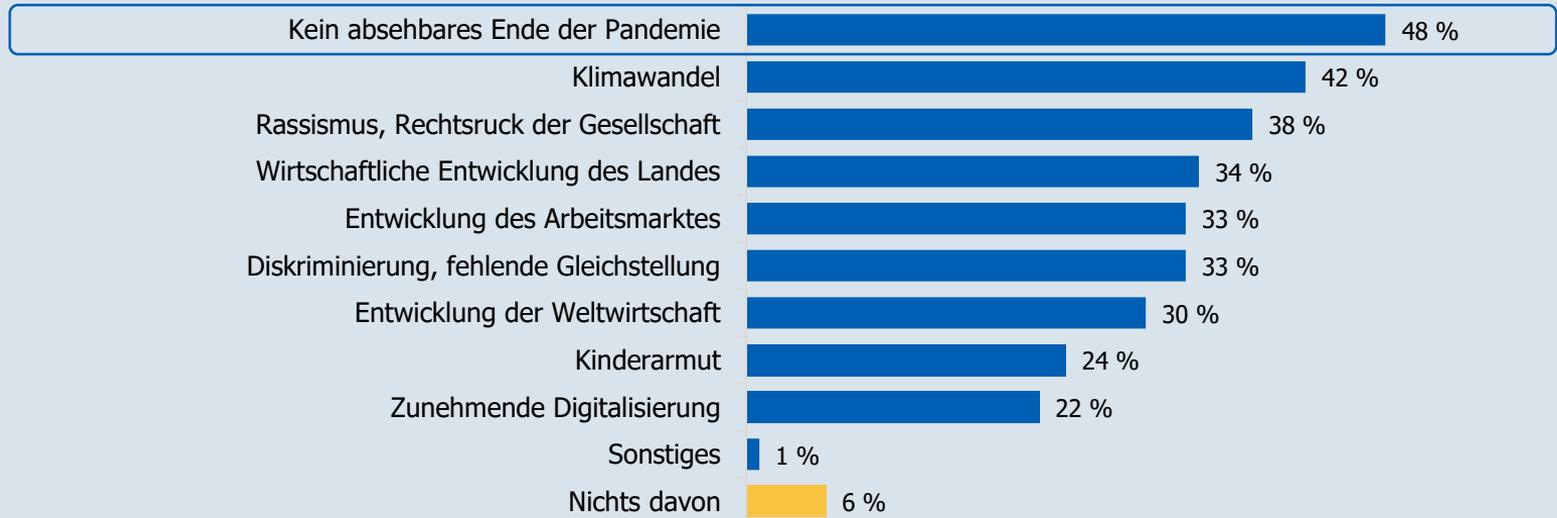


Frage 14: a) Gehen Sie davon aus, dass sich die Gesellschaft durch die Corona-Pandemie nachhaltig verändern wird? / b) Und gehen Sie davon aus, dass die Corona-Pandemie Sie persönlich nachhaltig verändert hat?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Einfachnennung)

# ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Das nicht absehbare Ende der Pandemie bereitet den jungen Erwachsenen die größten Sorgen im Hinblick auf ihre Zukunft.



Frage 15: Welche dieser übergeordneten Themen werden Ihre persönliche Zukunft mit am meisten negativ beeinflussen? Was macht Ihnen mit Blick auf die Zukunft am meisten Sorgen und Ängste?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

# ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Schülerinnen, Schüler und Studierende sorgen sich vor allem um den Klimawandel.

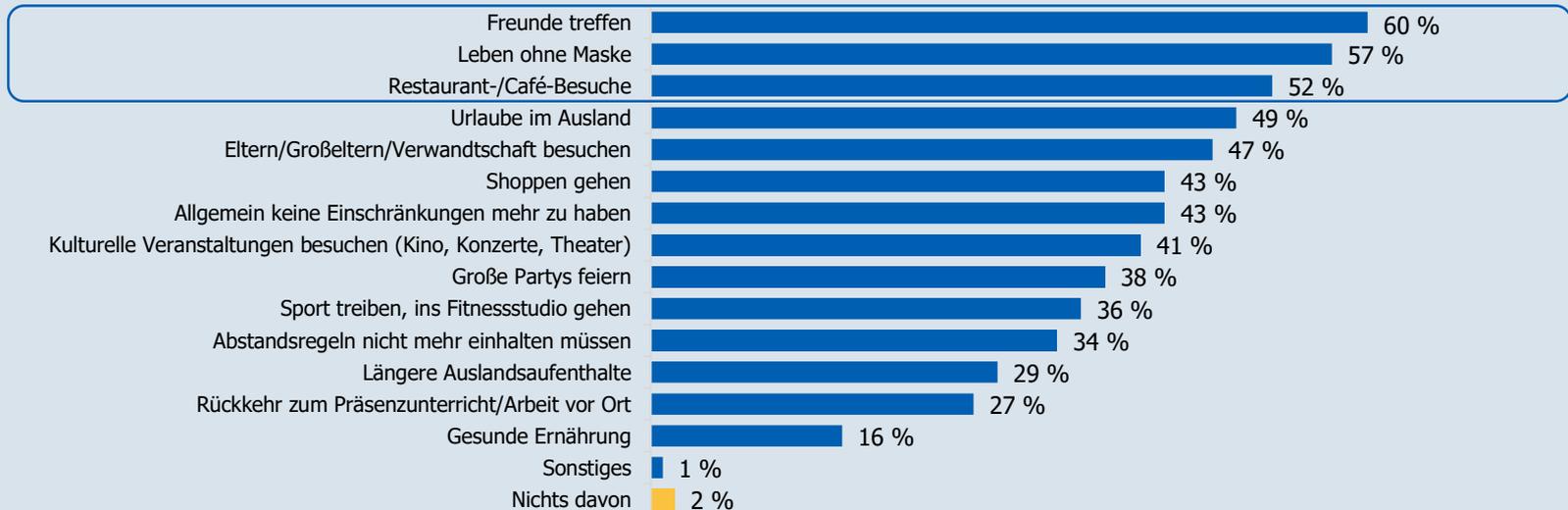
	Total	Lebensphase						
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87
Kein absehbares Ende der Pandemie	<b>48 %</b>	48 %	41 %	50 %	52 %	53 %	51 %	40 %
<b>Klimawandel</b>	<b>42 %</b>	<b>50 %</b>	<b>54 %</b>	47 %	37 %	33 %	37 %	37 %
Rassismus, Rechtsruck der Gesellschaft	<b>38 %</b>	37 %	43 %	32 %	44 %	37 %	35 %	41 %
Wirtschaftliche Entwicklung des Landes	<b>34 %</b>	37 %	28 %	23 %	31 %	37 %	42 %	36 %
Entwicklung des Arbeitsmarktes	<b>33 %</b>	36 %	36 %	28 %	32 %	30 %	36 %	31 %
Diskriminierung, fehlende Gleichstellung	<b>33 %</b>	38 %	31 %	33 %	32 %	34 %	30 %	37 %
Entwicklung der Weltwirtschaft	<b>30 %</b>	30 %	33 %	26 %	27 %	31 %	33 %	28 %
Kinderarmut	<b>24 %</b>	25 %	26 %	14 %	25 %	39 %	18 %	22 %
Zunehmende Digitalisierung	<b>22 %</b>	23 %	18 %	20 %	29 %	20 %	20 %	21 %
Sonstiges	<b>1 %</b>	4 %	1 %	1 %	1 %	1 %	1 %	0 %
Nichts davon	<b>6 %</b>	7 %	4 %	5 %	5 %	2 %	8 %	14 %

Frage 15: Welche dieser übergeordneten Themen werden Ihre persönliche Zukunft mit am meisten negativ beeinflussen? Was macht Ihnen mit Blick auf die Zukunft am meisten Sorgen und Ängste?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

## ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Freunde treffen, ein Leben ohne Maske sowie Restaurant- und Café-Besuche sind die größten Vorfreuden nach dem Ende der Pandemie.

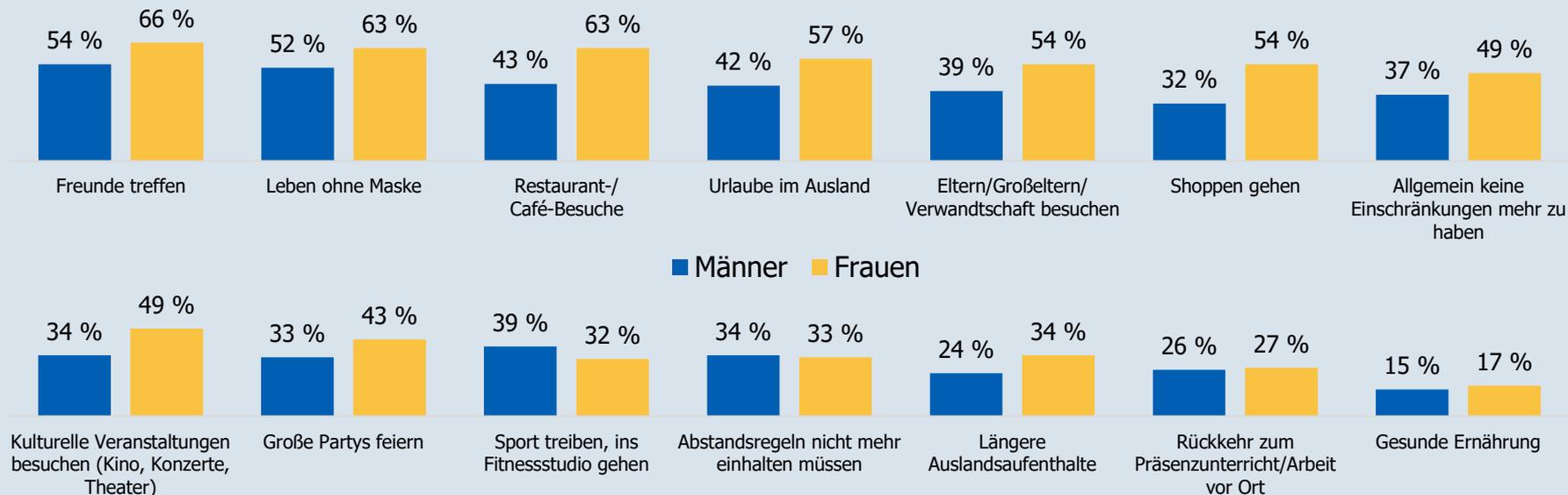


Frage 16: Wenn die Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen vorbei sind, worauf freuen Sie sich dann meisten?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

## ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Die Freude auf ein Leben ohne Einschränkungen ist bei jungen Frauen deutlich stärker ausgeprägt als bei jungen Männern.



Frage 16: Wenn die Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen vorbei sind, worauf freuen Sie sich dann meisten?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

# ZUKUNFTSERWARTUNGEN

- Junge Berufstätige freuen sich am meisten auf ein Leben ohne Maske.

Vorfreuden	Total	Lebensphase						
		Schüler	Studenten	Junge Akademiker	Berufseinsteiger	Junge Eltern	Beruflich Etablierte	Orientierer
Basis	1.000	169	163	111	123	122	225	87
Freunde treffen	60 %	69 %	66 %	53 %	55 %	49 %	60 %	59 %
Leben ohne Maske	57 %	66 %	47 %	45 %	<b>67 %</b>	50 %	<b>65 %</b>	54 %
Restaurant-/Café-Besuche	52 %	55 %	57 %	52 %	53 %	44 %	57 %	37 %
Urlaube im Ausland	49 %	62 %	53 %	50 %	50 %	39 %	49 %	28 %
Eltern/Großeltern/Verwandtschaft besuchen	47 %	50 %	45 %	45 %	44 %	51 %	50 %	33 %
Shoppen gehen	43 %	51 %	43 %	37 %	47 %	35 %	45 %	29 %
Allgemein keine Einschränkungen mehr zu haben	43 %	57 %	42 %	34 %	44 %	32 %	44 %	34 %
Kulturelle Veranstaltungen besuchen (Kino, Konzerte, Theater)	41 %	43 %	44 %	41 %	41 %	34 %	44 %	36 %
Große Partys feiern	38 %	47 %	40 %	36 %	47 %	25 %	35 %	26 %
Sport treiben, ins Fitnessstudio gehen	36 %	43 %	36 %	32 %	34 %	29 %	42 %	23 %
Abstandsregeln nicht mehr einhalten müssen	34 %	43 %	32 %	24 %	39 %	29 %	35 %	25 %
Längere Auslandsaufenthalte	29 %	35 %	29 %	30 %	28 %	25 %	30 %	18 %
Rückkehr zum Präsenzunterricht/Arbeit vor Ort	27 %	37 %	37 %	26 %	26 %	20 %	19 %	16 %
Gesunde Ernährung	16 %	17 %	9 %	19 %	23 %	18 %	18 %	10 %

Frage 16: Wenn die Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen vorbei sind, worauf freuen Sie sich dann meisten?

Basis: Alle Befragten, N = 1.000 (Mehrfachnennung)

## 4. STATISTIK

# STATISTIK

## Geschlecht

Männlich	52 %
Weiblich	48 %

## Alter

16-19 Jahre	25 %
20-24 Jahre	35 %
25-29 Jahre	40 %

## Schulabschluss

Kein allgemeiner Schulabschluss	3 %
Volks- / Hauptschule (ESA)	8 %
Mittlere Reife (MSA)	34 %
Fachhochschulreife / Abitur	42 %
Abgeschlossenes Studium	11 %
Keine Angabe	2 %

## Haushalts-Nettoeinkommen

Unter 1.000 Euro	15 %
1.000 bis unter 2.000 Euro	18 %
2.000 bis unter 3.000 Euro	25 %
3.000 bis unter 4.000 Euro	14 %
4. 000 Euro und mehr	13 %
Keine Angabe	15 %

## Berufstätigkeit

Voll oder teilweise berufstätig	43 %
Schüler/in	17 %
Azubi	10 %
Student/in	18 %
Zurzeit arbeitslos	6 %
Hausfrau/Hausmann	2 %
FSJler, Praktikum	1 %
"Wartezeit" zwischen Schule und Studium/Ausbildung	3 %

# STATISTIK

## Haushaltsgröße

1 Person	14 %
2 Personen	26 %
3 Personen	30 %
4 Personen und mehr	30 %

## Personen im Haushalt

(Ehe-)Partnerin/Partner	34 %
Eigene(s) Kind(er) im Alter unter 6 Jahren	14 %
Eigene(s) Kind(er) im Alter von 6 bis 10 Jahren	3 %
Eigene(s) Kind(er) im Alter ab 10 Jahren	1 %
Mutter und/oder Vater bzw. Lebensgefährt/in der Mutter/des Vaters	39 %
Großeltern	3 %
Jüngere Geschwister	17 %
Ältere Geschwister	12 %
Sonstige Verwandte	2 %
Sonstige Person(en), Wohngemeinschaft mit anderen Personen	8 %
Niemand	14 %

## Bundesland

Baden-Württemberg	14 %
Bayern	17 %
Berlin	5 %
Brandenburg	2 %
Bremen	1 %
Hamburg	2 %
Hessen	8 %
Mecklenburg-Vorpommern	1 %
Niedersachsen	10 %
Nordrhein-Westfalen	23 %
Rheinland-Pfalz	5 %
Saarland	1 %
Sachsen	4 %
Sachsen-Anhalt	2 %
Schleswig-Holstein	3 %
Thüringen	2 %

## 5. KONTAKT UND IMPRESSUM

# KONTAKT UND IMPRESSUM

## ■ Kontakt

**Marc Panke**  
Unternehmenskommunikation

**pronovaBKK**  
Partner für Ihre Gesundheit

---

Postanschrift  
67058 Ludwigshafen

Hausanschrift  
Horst-Henning-Platz 1  
51373 Leverkusen

Fon: 0214 32296 2300  
Fax: 0214 32296 8300  
presse@pronovabkk.de  
[www.pronovabkk.de](http://www.pronovabkk.de)

## ■ Impressum

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung der pronova BKK.

Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischer Form.

Eine Weitergabe an Dritte ist nicht gestattet.