

Neue Jugendfreizeitstudie des Instituts für Jugendkulturforschung gibt Einblicke in die Freizeitbedürfnisse Jugendlicher im Lockdown

Das Institut für Jugendkulturforschung beschäftigt sich seit Beginn der Corona-Krise intensiv mit den Auswirkungen der Covid-19-Pandemie auf Kids, Jugendliche und junge Erwachsene. Das aktuelle „Kids- und Teens-Special: Freizeit im Lockdown“ gibt nun Einblicke in die Freizeitwelten 11- bis 17-Jähriger in der Corona-Pandemie.

Wir haben 400 repräsentativ ausgewählte Jugendliche mitten im Lockdown befragt und wollten von ihnen wissen, was sie in ihrer Freizeit am allerliebsten machen, aber auch, ob sie bereit wären, ein Stück ihrer freien Zeit dafür zu verwenden, ältere Menschen aus der Corona-Risikogruppe im Lockdown-Alltag zu unterstützen.

Die Studienergebnisse zeichnen das Bild einer in der Covid-19-Pandemie generationensolidarischen, aber mittlerweile erschöpften Jugend, für die eine bedürfnisorientierte Freizeitgestaltung ein wichtiger Beitrag zu psycho-emotionaler Stabilität wäre.

Sport und Bewegung, Peer-Kontakte und chillen on top

Freunde und Freundinnen treffen, *outdoor* aktiv sein und zwischendurch so richtig gemütlich chillen ist das, was 11- bis 17-Jährige in Sachen Freizeitgestaltung im Lockdown am liebsten tun. 82% sehnen sich nach gemeinsamen Unternehmungen mit ihren Freunden und Freundinnen. Sport und Fitnesstraining wird von immerhin 41% der 11- bis 17-Jährigen als eine Freizeitbeschäftigung, die sie besonders gerne ausüben, genannt. Rund ein Drittel der Kids und Teens (30%) nennt Sport und Bewegung sogar als ihre allerliebste Freizeitbeschäftigung im Lockdown.

66% genießen es darüber hinaus, sich aus dem Lockdown-Stress auszuklinken, einfach einmal nichts zu tun und zu relaxen. „Es ist schon erstaunlich, wie wichtig chillen derzeit für Jugendliche ist, und zwar trotz der Ereignislosigkeit und Monotonie des Pandemie-Alltags, mit der viele ringen. Grund dafür dürfte sein, dass der Schulunterricht im *Distance-Learning-Modus*, aber auch der familiäre Alltag, also das ständige Zusammensein mit den Eltern und Geschwistern, als sehr energieraubend erlebt wird. In diesem Szenario gewinnt eine an den individuellen Bedürfnissen orientierte Freizeitgestaltung für die psychische Gesundheit der Kids und Jugendlichen ungemein an Bedeutung. Und zugleich wächst das Bedürfnis nach einfach einmal Loslassen, Nichtstun und Relaxen“, so Studienautorin Beate Großegger.

Entspannungstechniken wie Yoga spielen bei den coronamüden Kids und Jugendlichen im Lockdown übrigens eine untergeordnete Rolle: Gerade einmal 6% der 11- bis 17-Jährigen sagen, dass sie Yoga in ihrer Freizeit besonders gerne machen.

Mädchen zeigen in Sachen Freizeitgestaltung einen breiteren Präferenzmix, Peer-Kontakte der Jungs konzentrieren sich auf außerhäusliche Freizeitsettings

Der Geschlechtervergleich macht deutlich, dass Mädchen in Sachen Freizeitpräferenzen breiter aufgestellt sind als Jungs, d.h. sie sind in ihrer Freizeitgestaltung weniger stark auf einige wenige Freizeitaktivitäten konzentriert.

Kontakt mit Freunden und Freundinnen ist Mädchen und Jungs gleichermaßen sehr wichtig. Jungs ziehen Gleichaltrigenkontakte in außerhäuslichen Settings den zuhause stattfindenden Aktivitäten mit Freunden und Freundinnen allerdings vor.

Zudem zeigt die Studie, dass das Freizeitverhalten im Kids- und Teenager-Alter zum Teil sehr stark geschlechtsspezifisch akzentuiert ist: Gaming etwa ist eine männliche Domäne, Lesen und Shopping sind hingegen weiblich. Und auch Events und Veranstaltungsbesuche sind für Mädchen „cooler“ als für Jungs.

Die Lieblingsfreizeitbeschäftigung wird im Lockdown verstärkt zum Thema jugendlicher Selbstreflexion

Vergleicht man die Freizeitpräferenzen vor der Corona-Pandemie mit den Freizeitpräferenzen im zweiten und dritten Lockdown, wird deutlich, dass die Freizeitbedürfnisse der österreichischen Teenager in den letzten 15 Monaten trotz Krisenerfahrung vergleichsweise stabil geblieben sind, die Rahmenbedingungen, die Jugendliche für Freizeitgestaltung in der Corona-Pandemie vorfinden, sind jedoch völlig andere.

In diesem Szenario wird die persönliche Lieblingsfreizeitbeschäftigung, wie das aktuelle Kids- und Teens-Special „Freizeit im Lockdown“ zeigt, verstärkt zum Thema jugendlicher Selbstreflexion. Galt vor der Corona-Pandemie noch für ein Drittel der 16- bis 17-Jährigen: „Ich habe keine spezielle Lieblingsfreizeitbeschäftigung – Hauptsache frei!“, sagt das in Lockdown 2 und 3 nur mehr rd. jede/r Sechste. 84% machen sich hingegen nun Gedanken, was sie in der Freizeit wirklich gerne tun bzw. was sie gerne machen würden, wenn es die Corona-Pandemie zuließe.

Engagement für ältere Menschen aus der Corona-Risikogruppe: Mädchen haben die Nase vorne

Wenn es darum geht, ein Stück der freien Zeit dafür zu verwenden, älteren Menschen aus der Corona-Risikogruppe informelle Unterstützung im Lockdown-Alltag anzubieten, etwa indem man für die alten Nachbarn, die nebenan wohnen, Besorgungen erledigt oder mit ihrem Hund Gassi geht, geben sich Mädchen engagierter als Jungs. Das zeigte sich bereits zu Beginn der Corona-Krise, im ersten Lockdown, und das gilt auch für die aktuelle Umfrage zu Freizeit im zweiten und dritten Lockdown.

Über die langen Monate der Krise hinweg ist bei jungen Österreicherinnen und Österreichern die grundsätzliche Solidarität mit älteren Menschen aus der Risikogruppe erfreulich stabil, und zwar auf hohem Niveau. Die Bereitschaft, sich täglich Zeit für ein längeres Telefonat mit Oma und Opa Zeit zu nehmen, um einen Beitrag zu leisten, den Großeltern die soziale Isolation ein

wenig zu erleichtern, ist im Vergleich zu Lockdown 1 im Frühjahr 2020 allerdings rückläufig. Für aufmunternde Gespräche mit den Großeltern fehlt den coronamüden Jugendlichen zunehmend die Energie und, selbst betroffen von der Ereignislosigkeit des Alltags im Modus des *Social Distancing*, wissen die Jugendlichen auch nicht, was sie den Großeltern erzählen sollen.

„Wir beobachten nicht etwa eine Entsolidarisierung mit älteren Menschen, sondern vielmehr eine zunehmende persönliche Überforderung Jugendlicher, die es ihnen nicht mehr ermöglicht, in der Krise auch noch für andere eine psychische Stütze zu sein,“ so fasst Großegger die Studienergebnisse zusammen. „Diejenigen, die helfen wollen, konzentrieren sich daher darauf, in Alltagsdingen praktische Unterstützung anzubieten, und vermeiden Gespräche über die Tristesse des Alltags in der Pandemie.“

***Recharging* – bedürfnisorientierte Freizeitgestaltung als Medizin gegen Corona-Müdigkeit**

Freizeit ist für Kids und Teens nicht nur ein wichtiger Erlebnisfaktor, bedürfnisorientierte Freizeitgestaltung ist für 11- bis 17-Jährige in der Corona-Pandemie auch ein wichtiger Beitrag zu emotionaler Stabilität und psychischer Gesundheit.

Medienaktivitäten am Smartphone und in *Social Media* bestimmen, wie man weiß, den Freizeitalltag der 11- bis 17-Jährigen sehr stark. Dennoch gilt: Non-mediale Formen der Freizeitgestaltung sind für Kids und Jugendliche „cooler“ – auch und gerade im Kontext der Lockdown-Erfahrung. Hier muss man ansetzen, wenn man dem Gefühl der Erschöpfung durch soziale Isolation, durch fehlende Ablenkung und durch lähmende Langeweile, unter der mit zunehmender Dauer des Corona-Ausnahmestandes immer mehr junge Menschen leiden, etwas entgegensetzen will.

„In Zeiten der Corona-Pandemie gilt mehr denn je: Freizeit macht nicht nur Spaß, sie hilft uns auch, unsere Batterien wieder aufzuladen, um den Belastungen des Alltags standzuhalten“, so Studienautorin Beate Großegger. „Umso wichtiger ist es, sich im Kontext von Covid-19 mit den Freizeitbedürfnissen und den in die Freizeit verlagerten *Recharging*-Strategien junger Menschen zu beschäftigen, um Erkenntnisse zu gewinnen, wie man Jugendliche in der Bewältigung der Krisenerfahrung bestmöglich unterstützen kann. Wir am Institut für Jugendkulturforschung bleiben an diesem wichtigen und spannenden Thema jedenfalls dran: eine weitere, groß angelegte Studie unter 1.000 Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist bereits in Vorbereitung.“

Die Studie „Kids- und Teens-Special: Freizeit im Lockdown“ ist ab sofort zum Preis von Euro 390,00 exkl. USt. über das Institut für Jugendkulturforschung erhältlich. Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage: <https://jugendkultur.at/kids-teens-special/>

Rückfragenachweis und Bestellung:

Institut für Jugendkulturforschung
Alserbachstraße 18 / 7.OG, 1090 Wien
Tel. 01/532 67 95
Mail: studien@jugendkultur.at

Institut für Jugendkulturforschung

Alserbachstraße 18/7.0G – 1090 Wien

Seit 2001 bietet das Institut für Jugendkulturforschung praxisrelevante Jugendforschung. Seit 2016 betreibt das Institut darüber hinaus ein „generationlab“ mit Forschung, Fortbildung und Beratung zu Generationenfragen.

Das Institut für Jugendkulturforschung verfolgt einen lebensweltlichen Forschungsansatz und bedient sich neben quantitativer Verfahren auch erprobter qualitativer Methoden, die Alltagskulturen optimal erschließen. Die Kombination von interpretativen und statistischen Verfahren ermöglicht angewandte Sozialforschung auf hohem Niveau. Das Leitungsteam des Instituts ist seit mehr als zwei Jahrzehnten erfolgreich in der angewandten Sozialforschung tätig.

Wir sind spezialisiert auf:

- Repräsentativumfragen → face-to-face, telefonisch sowie online
- qualitative Jugend- und Intergenerationenstudien → fokussierte und problemzentrierte Interviews, Gruppendiskussionen, teilnehmende Beobachtungen
- Praxisforschung → summative und formative Evaluationen, Kreativ-Workshops, Werbemittel- und Homepage-Abtestungen, Mystery Checks
- Sekundär(daten)-Analysen und Expertisen zu allen Kernthemen der Jugend- und Generationenforschung
- triangulative Studien-Designs → Kombination verschiedener Erhebungs- und Auswertungsverfahren, um umfassende Antworten auf die zu untersuchenden Fragestellungen zu erhalten
- Trendmonitoring
- Generationenanalyse und -beratung
- Entwicklung empirisch begründeter Typologien als Tool der Zielgruppensegmentierung und strategischen Maßnahmenplanung

Kontakt:

Phone: +43 (1) 532 67 95

Web: <http://www.jugendkultur.at>

E-mail: studien@jugendkultur.at

E-Mail: generationlab@jugendkultur.at