

Sommerurlaub 2023

Ergebnisse einer repräsentativen Befragung

forsa Gesellschaft für
Sozialforschung und
statistische Analysen mbH

Gutenbergstraße 2
10587 Berlin

Telefon 030 62882-0

E-Mail info@forsa.de

Vorbemerkung

Im Auftrag der DAK-Gesundheit hat forsa Gesellschaft für Sozialforschung und statistische Analysen mbH eine repräsentative bundesweite Befragung unter der deutschsprachigen Bevölkerung zum Thema „Sommerurlaub 2023“ durchgeführt.

Im Rahmen der Untersuchung wurden insgesamt 1.005 nach einem systematischen Zufallsverfahren ausgewählte Bundesbürgerinnen und -bürger ab 18 Jahren befragt, die in diesem Sommer schon Urlaub hatten – egal ob sie diesen zuhause verbracht haben oder verreist sind.

Die Erhebung wurde vom 14. bis zum 25. August 2023 anhand von computergestützten Telefoninterviews (CATI) durchgeführt.

Die ermittelten Ergebnisse können lediglich mit den bei allen Stichprobenerhebungen möglichen Fehlertoleranzen (im vorliegenden Fall +/- 3 Prozentpunkte) auf die Grundgesamtheit übertragen werden.

Die Untersuchungsbefunde werden im nachfolgenden Ergebnisbericht vorgestellt.

1 Erholung im Urlaub

Die große Mehrheit der Bundesbürgerinnen und -bürger, die in diesem Sommer schon Urlaub hatten, hat sich in diesem gut (36 %) oder sehr gut (46 %) erholt.

Dass sie sich weniger gut (13 %) bzw. überhaupt nicht (5 %) im Urlaub erholt haben, geben nur wenige Befragte an.

Insgesamt wird die Erholung im Urlaub somit ähnlich eingeschätzt wie in den Vorjahren.

Personen unter 45 Jahren geben etwas häufiger die Älteren an, sich im Urlaub weniger gut bzw. überhaupt nicht erholt zu haben.

Erholung im Urlaub

Es haben sich insgesamt betrachtet im Urlaub erholt

		sehr gut	gut	weniger gut	überhaupt nicht
		%	%	%	%
insgesamt:	2012	40	46	9	3
	2013	42	43	10	4
	2014	45	43	9	3
	2015	46	39	10	4
	2016	45	43	8	3
	2017	42	45	8	4
	2018	43	45	7	4
	2019	45	41	10	3
	2020	36	44	13	6
	2021	39	42	14	5
	2022	40	43	12	4
	2023	36	46	13	5
Ost		36	51	8	4
West		36	45	14	5
Bayern		36	41	14	9
Baden-Württemberg		37	45	10	7
Mitte		41	46	11	2
Nord		33	45	19	4
Nordrhein-Westfalen		34	46	15	4
Männer		35	48	12	4
Frauen		37	44	14	5
14- bis 29-Jährige		29	49	14	8
30- bis 44-Jährige		31	47	16	6
45- bis 59-Jährige		40	44	14	2
60 Jahre und älter		42	44	8	4

an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Diejenigen, die sich gut oder sehr gut im Urlaub erholt haben, wurden danach gefragt, was in besonderem Maße zu ihrer Erholung beigetragen hat.

Eine große Mehrheit der Befragten (82 %) gibt an, dass die Sonne und die Natur zu ihrer Erholung beigetragen haben. Für 75 Prozent war es die Zeit mit der Familie während des Urlaubes, 73 Prozent nennen den Ortswechsel und 67 Prozent die Zeit, die sie für sich selbst hatten.

62 Prozent der Befragten berichten, dass der Wegfall der Arbeitsbelastung und 56 Prozent, dass Bewegung und Sport sich positiv auf Ihre Erholung ausgewirkt haben.

Der Verzicht auf Handy oder Internet wird von 28 Prozent der Befragten genannt, die sich im Urlaub gut oder sehr gut erholt haben.

Was hat in besonderem Maße zur Erholung im Urlaub beigetragen?

In besonderem Maße hat dazu beigetragen, dass sie sich in ihrem Sommerurlaub sehr gut bzw. gut erholen konnten:

		Sonne und Natur	Zeit mit der Familie	Orts- wechsel	Zeit für sich selbst	Wegfall der Arbeits- belastung	Bewegung und Sport	Verzicht auf Handy oder Internet
		%	%	%	%	%	%	%
insgesamt:	2012	80	68	62	69	60	-	28
	2013	82	71	64	70	64	50	31
	2014	79	64	63	68	61	49	33
	2015	77	65	63	60	59	45	30
	2016	78	65	62	64	59	47	30
	2017	76	67	62	63	56	48	29
	2018	78	67	66	65	59	48	26
	2019	75	66	62	60	57	46	27
	2020	80	69	56	70	61	59	23
	2021	81	68	65	69	63	56	25
	2022	84	73	70	69	65	53	32
2023	82	75	73	67	62	56	28	
Ost		81	74	73	68	57	58	32
West		82	75	74	67	64	56	27
Bayern		89	74	76	66	67	59	28
Baden-Württemberg		84	73	79	73	64	58	36
Mitte		81	69	66	66	55	58	23
Nord		73	75	69	69	66	47	25
Nordrhein-Westfalen		83	81	77	63	65	58	25
Männer		80	75	70	70	62	55	28
Frauen		83	75	77	64	63	58	28
14- bis 29-Jährige		77	64	67	72	70	55	26
30- bis 44-Jährige		84	88	78	60	68	52	29
45- bis 59-Jährige		80	79	72	70	77	55	31
60 Jahre und älter		84	70	76	67	38	61	26

Basis: Befragte, die sich gut oder sehr gut in ihrem Urlaub erholen haben
 Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

Die wenigen Befragten, die sich im Urlaub weniger gut oder überhaupt nicht erholt haben, wurden nach den Gründen dafür gefragt.

Die meisten dieser Befragten (61 %) geben an, dass es ihnen nicht gelungen ist, während ihres Sommerurlaubes abzuschalten.

Bei 31 Prozent hat in diesem Jahr schlechtes Wetter dazu beigetragen, dass sie sich nicht erholen konnten. 26 Prozent führen dies auf Stress mit der Familie oder Freunden zurück, 21 Prozent auf große Hitze.

Bei 19 Prozent lag dies daran, dass sie während des Urlaubes über das Handy oder Internet erreichbar sein mussten und ebenfalls 19 Prozent sagen, dass sie während ihres Sommerurlaubes krank wurden bzw. sich verletzt haben und dadurch keine Erholung finden konnten.

Stress auf der An- oder Abreise hat bei 16 Prozent der Befragten dazu beigetragen, dass sie sich nur wenig bzw. überhaupt nicht erholt haben.

9 Prozent führen die mangelnde Erholung auf Enttäuschung oder Ärger über den Urlaubsort, die Unterkunft oder die Verpflegung zurück.

Gründe, weshalb man sich im Sommerurlaub nicht gut erholen konnte

Aus diesen Gründen konnten sich in ihrem Sommerurlaub nicht gut erholen:	2023 %
es gelang ihnen nicht, abzuschalten	61
schlechtes Wetter	31
Stress mit der Familie oder Freunden	26
große Hitze	21
es mussten über Handy oder Internet erreichbar sein	19
es wurden krank bzw. haben sich verletzt	19
Stress bei der An- oder Abreise, z.B. durch Chaos am Bahnhof oder am Flughafen	16
Enttäuschung oder Ärger über den Urlaubsort, die Unterkunft oder die Verpflegung	9
sonstiges	13

Basis: Befragte, die sich weniger gut oder überhaupt nicht in ihrem Urlaub erholt haben
 Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

2 Erkrankung oder Verletzung im Urlaub

Dass sie während ihres Sommerurlaubes krank geworden sind oder sich verletzt haben, geben 8 Prozent der Befragten an.

Erkrankung oder Verletzung im Urlaub

		Es sind im Sommerurlaub krank geworden oder haben sich verletzt
		%
insgesamt:	2013	9
	2014	7
	2015	7
	2016	6
	2017	5
	2018	6
	2019	7
	2020	4
	2021	6
	2022	8
	2023	8
	Ost	
West		8
Bayern		3
Baden-Württemberg		11
Mitte		11
Nord		9
Nordrhein-Westfalen		7
Männer		7
Frauen		9
14- bis 29-Jährige		15
30- bis 44-Jährige		10
45- bis 45-Jährige		4
60 Jahre und älter		4

Die wenigen Befragten, die während ihres Sommerurlaubes krank waren oder sich verletzt haben, wurden gebeten, die Art der Erkrankung oder Verletzung anzugeben.

Die meisten dieser Befragten geben an, dass sie erkältet waren (63 %).

22 Prozent derjenigen, die im Urlaub erkrankt sind oder verletzt waren, berichten von einem Unfall, Sturz oder ähnlichem.

Ein Sonnenbrand wird von 14 und ein Magen-Darm-Infekt von 12 Prozent der Befragten genannt. Weitere 7 Prozent geben an, dass sie mit psychischen Problemen zu kämpfen hatten.

Art der Erkrankung oder Verletzung im Urlaub

	2023 %
Erkältung	63
Unfall, Sturz oder ähnliches	22
Sonnenbrand *	14
Magen-Darm-Infekt	12
Psychische Probleme, z.B. Depression	7
sonstiges	15

Basis: Befragte, die im Urlaub krank wurden oder sich verletzt haben

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

*bei der Interpretation dieses Wertes muss berücksichtigt werden, dass viele einen Sonnenbrand nicht als Krankheit oder Verletzung empfinden dürften, weshalb der tatsächliche Anteil derer, die im Urlaub einen Sonnenbrand hatten, möglicherweise höher liegt.

3 Spezielle Maßnahmen für die Gesundheit im Urlaub

Auf die Frage, was sie in ihrem Urlaub speziell für ihre Gesundheit getan haben, geben jeweils zwei Drittel der Befragten an, dass sie ihren Stress reduziert (68 %) oder Sport bzw. Fitnesstraining betrieben haben (66 %).

Gut jede/r Zweite hat auf eine gesunde Ernährung geachtet (53 %) bzw. viel geschlafen (52 %).

Ein kleinerer Anteil der Befragten (13 %) hat Wellnessanwendungen in Anspruch genommen.

Nur 7 Prozent der Befragten geben an, nichts Spezielles für die eigene Gesundheit getan zu haben.

Spezielle Maßnahmen für die Gesundheit im Urlaub

Es haben in ihrem Urlaub speziell für ihre Gesundheit getan

		Stress reduziert	Bewegung, Sport oder Fitness- training	gesund ernährt	viel Schlaf	Wellness- anwendungen	nichts speziell für die Gesundheit getan
		%	%	%		%	%
insgesamt:	2012	62	66	44	52	14	6
	2013	64	63	55	57	13	8
	2014	61	65	47	53	12	7
	2015	53	58	47	51	13	10
	2016	62	60	49	52	16	9
	2017	59	60	49	50	15	7
	2018	59	63	48	51	15	8
	2019	59	62	51	49	13	7
	2020	66	71	54	56	11	5
	2021	67	68	50	54	15	6
	2022	73	66	57	59	14	5
	2023	68	66	53	52	13	7
Ost		73	65	55	53	18	5
West		67	66	52	52	12	7
Bayern		68	63	51	61	13	9
Baden-Württemberg		62	66	55	49	20	6
Mitte		73	63	58	51	11	7
Nord		69	65	51	49	9	8
Nordrhein-Westfalen		66	70	50	52	11	7
Männer		68	63	51	53	12	9
Frauen		69	68	55	52	14	5
14- bis 29-Jährige		62	68	49	61	10	5
30- bis 44-Jährige		80	65	50	51	12	6
45- bis 59-Jährige		70	60	52	52	16	10
60 Jahre und älter		61	69	59	47	14	7

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

4 Bedeutsamkeit verschiedener Aspekte im Urlaub

Abschließend wurden die Befragten gebeten anzugeben, wie wichtig ihnen verschiedene Dinge im Urlaub sind.

Sehr wichtig oder wichtig ist es der großen Mehrheit der Bürgerinnen und Bürger, eine problemlose An- und Abreise zu haben (88 %), bewusst Abstand zum Alltag zu halten (83 %) und auf Umwelt- und Klimaschutz bzw. Nachhaltigkeit zu achten (76 %).

Im Urlaub erreichbar zu sein, finden 38 Prozent der Befragten (sehr) wichtig. 37 Prozent legen einen großen Wert darauf, über die sozialen Medien in Kontakt mit der Familie und Freunden zu bleiben. Ein kleinerer Anteil der Befragten berichtet, dass es ihnen (sehr) wichtig ist, Fotos und Eindrücke vom Urlaub über soziale Medien zu teilen (12 %).

Bedeutsamkeit verschiedener Aspekte im Urlaub I

	Wenn sie im Urlaub sind, finden			
	sehr wichtig	wichtig	weniger wichtig	gar nicht wichtig
	%	%	%	%
Bewusst Abstand zum Alltag zu halten	38	45	12	4
eine problemlose An- und Abreise zu haben	34	53	10	2
auf Umwelt- und Klimaschutz bzw. Nachhaltigkeit zu achten	21	56	17	7
Erreichbar zu sein, z.B. per Handy oder Mail	9	29	35	26
Über soziale Medien (Facebook, Twitter) in Kontakt mit der Familie oder Freunden zu bleiben	8	29	31	32
Fotos und Eindrücke vom Urlaub über soziale Medien zu teilen	3	9	33	55

an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Bewusst Abstand zum Alltag zu halten, wird von Frauen etwas häufiger als von Männern als (sehr) wichtig eingestuft.

Die unter 30-Jährigen finden es etwas häufiger als Befragte ab 30 Jahren (sehr) wichtig, im Urlaub erreichbar zu sein und über soziale Netzwerke in Kontakt mit Freunden oder der Familie zu bleiben.

Bedeutsamkeit verschiedener Aspekte im Urlaub II

Wenn sie im Urlaub sind, finden folgende Dinge (sehr) wichtig

		eine problemlose An- und Abreise zu haben	bewusst Abstand zum Alltag zu halten	auf Umwelt- und Klima- schutz bzw. Nach- haltigkeit zu achten	erreichbar zu sein, z.B. per Handy oder Mail	über soziale Medien in Kontakt zu bleiben	Fotos und Eindrücke vom Urlaub über soziale Medien zu teilen
		%	%	%	%	%	%
insgesamt:	2016	-	84	-	37	31	12
	2017	-	84	-	38	33	14
	2018	-	79	-	41	35	17
	2019	-	84	87	37	32	13
	2020	-	81	87	39	38	14
	2021	-	82	86	40	40	14
	2022	88	81	83	36	30	10
	2023	88	83	76	38	37	12
Ost		87	82	71	40	37	17
West		88	83	78	38	37	11
Bayern		93	79	77	41	40	12
Baden-Württemberg		84	89	73	36	37	8
Mitte		92	84	82	36	49	13
Nord		89	84	76	36	32	14
Nordrhein-Westfalen		83	82	80	38	31	8
Männer		85	78	72	33	37	11
Frauen		90	88	80	42	36	13
14- bis 29-Jährige		88	79	77	49	57	14
30- bis 44-Jährige		87	91	74	28	22	9
45- bis 59-Jährige		84	87	71	36	29	12
60 Jahre und älter		91	74	83	41	40	13