

forsa.

Sommerurlaub 2024

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

29. August 2024
f24.0170/43991 Sh

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 2024“ durchgeführt.

Im Rahmen der Untersuchung wurden insgesamt 1.001 nach einem systematischen Zufallsverfahren ausgewählte Bundesbürgerinnen und -bürger ab 14 Jahren befragt, die in diesem Sommer schon Urlaub hatten – egal ob sie diesen zuhause verbracht haben oder verreist sind.

Die Erhebung wurde vom 13. bis zum 26. August 2024 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 (44 %) oder sehr gut (41 %) erholt.

Dass sie sich weniger gut (11 %) bzw. überhaupt nicht (3 %) im Urlaub erholt haben, geben nur wenige Befragte an.

Insgesamt wird die Erholung im Sommerurlaub 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
	2024	41	44	11	3
Ost		39	49	8	4
West		42	43	12	3
Bayern		47	39	11	2
Baden-Württemberg		46	42	9	2
Mitte		36	49	10	5
Nord		42	37	16	5
Nordrhein-Westfalen		40	45	12	3
Männer		45	42	9	3
Frauen		37	45	13	4
14- bis 29-Jährige		41	41	15	4
30- bis 44-Jährige		36	43	14	5
45- bis 59-Jährige		46	42	9	3
60 Jahre und älter		41	49	7	2

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 (84 %) gibt an, dass die Sonne und die Natur zu ihrer Erholung beigetragen haben. Für 74 Prozent war es die Zeit mit der Familie während desurlaubes, 73 Prozent nennen den Ortswechsel und 69 Prozent die Zeit, die sie für sich selbst hatten.

64 Prozent der Befragten berichten, dass der Wegfall der Arbeitsbelastung und 57 Prozent, dass Bewegung und Sport sich positiv auf ihre Erholung ausgewirkt haben.

Der Verzicht auf Handy oder Internet wird von 32 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
2024	84	74	73	69	64	57	32	
Ost		81	70	66	61	56	54	27
West		85	75	74	71	66	58	33
Bayern		88	68	72	69	66	66	37
Baden-Württemberg		89	69	74	75	67	60	36
Mitte		78	76	68	72	66	55	38
Nord		80	79	73	71	62	55	27
Nordrhein-Westfalen		88	81	82	70	68	57	30
Männer		82	76	70	69	59	59	32
Frauen		86	73	76	69	68	56	32
14- bis 29-Jährige		82	78	73	69	68	66	36
30- bis 44-Jährige		88	79	80	66	82	53	41
45- bis 59-Jährige		85	79	72	74	69	53	27
60 Jahre und älter		80	63	67	67	40	58	25

Basis: Befragte, die sich gut oder sehr gut in ihrem Urlaub erholt 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 (49 %) geben an, dass es ihnen nicht gelungen ist, während ihres Sommerurlaubes abzuschalten.

Bei 32 Prozent hat in diesem Jahr Stress mit der Familie oder Freunden dazu beigetragen, dass sie sich nicht erholen konnten. 19 Prozent führen dies auf große Hitze zurück, 17 Prozent auf Stress bei der An- oder Abreise, z.B. durch Chaos am Bahnhof oder am Flughafen.

Bei 14 Prozent lag dies daran, dass sie während des Urlaubes krank wurden bzw. sich verletzt haben, 11 Prozent führen die mangelnde Erholung auf Enttäuschung oder Ärger über den Urlaubsort, die Unterkunft oder die Verpflegung zurück.

8 Prozent führen die mangelnde Erholung auf das schlechte Wetter zurück. Ebenfalls 8 Prozent geben an, dass sie während ihres Urlaubes über das Handy oder Internet erreichbar sein mussten und dadurch keine Erholung finden konnten.

Gründe, weshalb man sich im Sommerurlaub nicht gut erholen konnte

Aus diesen Gründen konnten sich in ihrem Sommerurlaub nicht gut erholen:	2024 %
es gelang ihnen nicht, abzuschalten	49
Stress mit der Familie oder Freunden	32
große Hitze	19
Stress bei der An- oder Abreise, z.B. durch Chaos am Bahnhof oder am Flughafen	17
es wurden krank bzw. haben sich verletzt	14
Enttäuschung oder Ärger über den Urlaubsort, die Unterkunft oder die Verpflegung	11
schlechtes Wetter	8
es mussten über Handy oder Internet erreichbar sein	8
sonstiges	21

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, gibt – ähnlich wie in den letzten Jahren – jede/r zehnte Befragte 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
	2024	10
Ost		5
West		11
Bayern		5
Baden-Württemberg		10
Mitte		11
Nord		9
Nordrhein-Westfalen		15
Männer		7
Frauen		12
14- bis 29-Jährige		16
30- bis 44-Jährige		10
45- bis 49-Jährige		7
60 Jahre und älter		6

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 (56 %).

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

Ein Sonnenbrand wird von 14 Prozent der Befragten genannt. 5 Prozent geben an, dass sie sich einer Operation unterzogen haben und 4 Prozent nennen psychische Probleme bzw. Depressionen als Art der Erkrankung. Ein Magen-Darm-Infekt wird von 3 Prozent der Befragten genannt.

Art der Erkrankung oder Verletzung im Urlaub

	2024 %
Erkältung	56
Unfall, Sturz oder ähnliches	19
Sonnenbrand *	14
Operation	5
Psychische Probleme, z.B. Depression	4
Magen-Darm-Infekt	3
sonstiges	20

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.

Von den wenigen Befragten, die während ihres Sommerurlaubes krank waren oder sich verletzt haben, hat sich nur eine Minderheit aufgrund dessen krankschreiben lassen (14 %).

Die große Mehrheit (86 %) hat das nicht getan.

Krankschreibung aufgrund von Erkrankung oder Verletzung im Urlaub

Aufgrund der Erkrankung bzw. Verletzung haben sich krankschreiben lassen:	2024
	%
ja	14
nein	86

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

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 Sport bzw. Fitnesstraining betrieben (71 %) oder ihren Stress reduziert haben (67 %).

Etwas mehr als jede/r Zweite hat auf eine gesunde Ernährung geachtet (55 %) bzw. viel geschlafen (55 %).

Ein kleinerer Anteil der Befragten (14 %) hat Wellnessanwendungen in Anspruch genommen.

Nur 6 Prozent der Befragten geben an, nichts Spezielles für die eigene Gesundheit getan zu haben.

Die unter 60-Jährigen sagen häufiger als die älteren Befragten, dass sie im Urlaub Stress reduziert 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
2024	67	71	55	55	14	6	
Ost		64	70	52	49	11	8
West		68	71	55	56	14	5
Bayern		67	74	51	48	11	6
Baden-Württemberg		67	71	58	60	17	7
Mitte		67	69	57	58	11	4
Nord		63	68	51	54	12	7
Nordrhein-Westfalen		74	73	59	61	19	3
Männer		68	70	50	54	13	7
Frauen		66	71	59	56	15	5
14- bis 29-Jährige		64	75	51	63	14	6
30- bis 44-Jährige		75	71	56	56	11	5
45- bis 59-Jährige		74	65	53	54	13	6
60 Jahre und älter		55	71	58	47	17	6

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 (86 %), bewusst Abstand zum Alltag zu halten (81 %) und auf Umwelt- und Klimaschutz bzw. Nachhaltigkeit zu achten (77 %).

Im Urlaub erreichbar zu sein, finden 36 Prozent der Befragten (sehr) wichtig. 34 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 (11 %).

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	37	44	16	3
eine problemlose An- und Abreise zu haben	35	51	10	3
auf Umwelt- und Klimaschutz bzw. Nachhaltigkeit zu achten	21	56	18	5
Erreichbar zu sein, z.B. per Handy oder Mail	9	27	39	25
Über soziale Medien (Facebook, Twitter) in Kontakt mit der Familie oder Freunden zu bleiben	7	27	33	33
Fotos und Eindrücke vom Urlaub über soziale Medien zu teilen	2	9	34	55

an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

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
	2024	86	81	77	36	34	11
Ost		87	81	71	35	37	12
West		86	80	78	36	33	11
Bayern		88	80	80	37	31	5
Baden-Württemberg		86	75	76	36	34	13
Mitte		85	87	80	33	33	15
Nord		88	81	76	44	34	13
Nordrhein-Westfalen		85	79	79	32	33	11
Männer		83	78	72	33	31	9
Frauen		90	83	81	39	37	13
14- bis 29-Jährige		78	70	77	45	45	17
30- bis 44-Jährige		89	90	68	31	25	4
45- bis 59-Jährige		88	86	78	34	28	10
60 Jahre und älter		91	75	85	35	39	15

Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich