

Freizeit-Monitor 2021: Die beliebtesten Freizeitaktivitäten der Deutschen

Freizeit-Monitor 2021

16. September 2021

Die BAT-Stiftung für Zukunftsfragen stellte am 16. September 2021 im Rahmen einer Online-Pressekonferenz den „Freizeit-Monitor 2021“ vor. Für die seit 1986 regelmäßig durchgeführte Untersuchung wurden im August 2021 über 3.000 Personen im Alter von 18 bis 74 Jahren repräsentativ zu ihrem Freizeitverhalten sowie zu den Sonderthemen „Freizeit in Coronazeiten“ und „Was in der Freizeit Spaß macht“ durch die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) befragt. Zusätzlich wurde erstmals eine der insgesamt 100 untersuchten Freizeitaktivitäten ausgewählt und einer Detailanalyse unterzogen. Kernergebnisse:

- **DIE HÄUFIGSTEN FREIZEITAKTIVITÄTEN DER BUNDESBÜRGER:** Internet baut Spitzenplatz aus
- **FREIZEITAKTIVITÄTEN VOR UND WÄHREND DER PANDEMIE:** Deutlich mehr innerhäusliche Aktivitäten
- **SPASSFAKTOREN IN DER FREIZEIT:** Soziale Aktivitäten machen am meisten Spaß
- **FREIZEITAKTIVITÄT „IN DER NATUR AUFHALTEN“:** In Zukunft gern noch öfter

Die häufigsten Freizeitaktivitäten der Bundesbürger: Internet kann Spitzenplatz verteidigen

Fast genau vor 30 Jahren, im August 1991, wurde das World Wide Web erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt. War es in den Anfangsjahren noch eine Spielerei von wenigen, ist es mittlerweile die häufigste Freizeitbeschäftigung der Bundesbürger: 97 Prozent nutzen das Internet regelmäßig (wenigstens einmal in der Woche).

„Die Anziehungskraft des Internets ist ungebrochen. Es verspricht Wissen, Unterhaltung und Ablenkung, bietet (scheinbar) Anonymität, Gleichheit sowie Kontrolle, ist fast allgegenwärtig und fasziniert nahezu alle Bürger“, so Professor Dr. Ulrich Reinhardt, wissenschaftlicher Leiter der Stiftung für Zukunftsfragen.

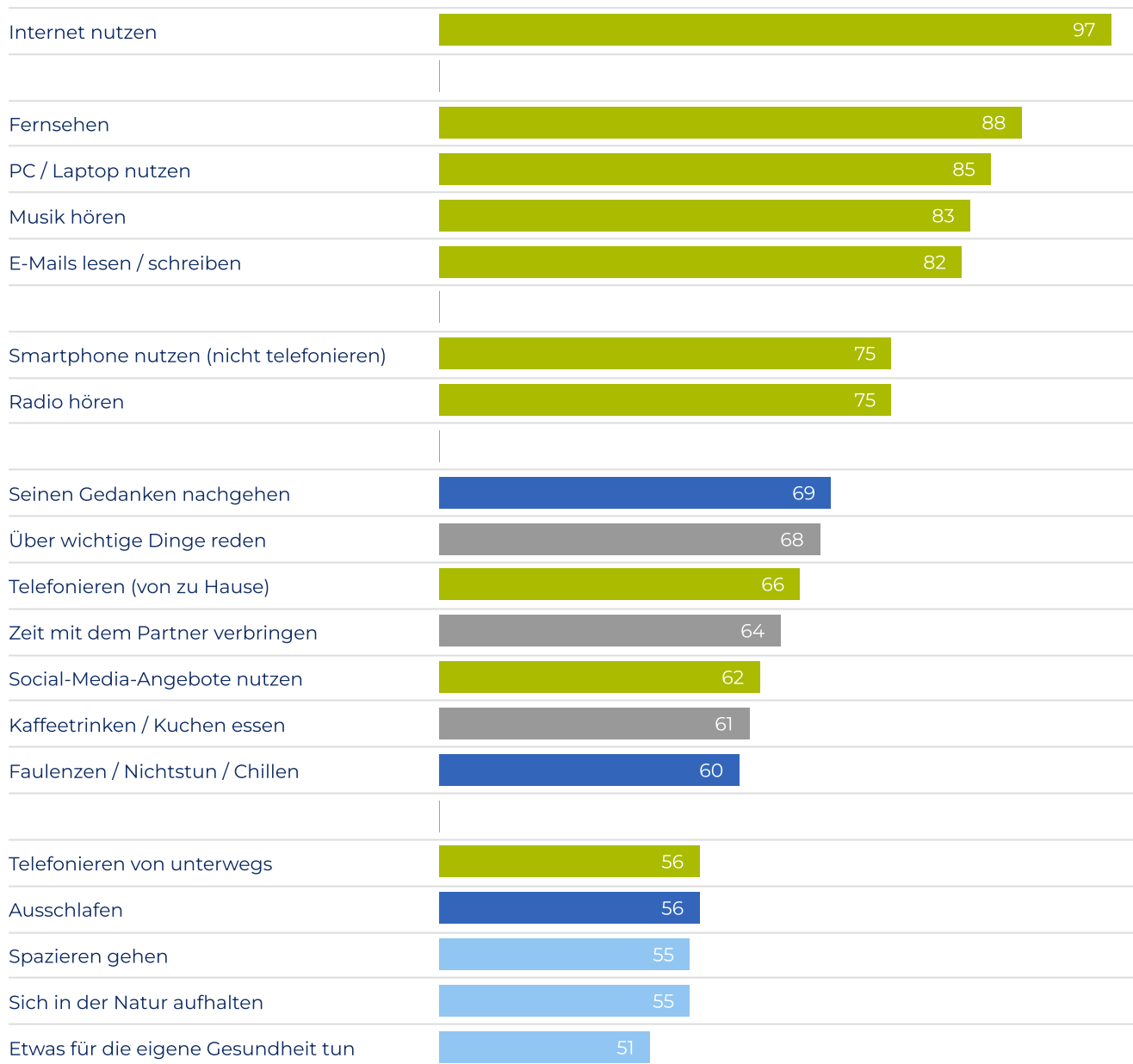
Dahinter folgen weitere mediale Freizeitbeschäftigungen wie Fernsehen, Computernutzung, Musik hören, das Smartphone nutzen, Telefonieren, Radio hören oder Social-Media-Angebote nutzen.

Ergänzend gehen viele Bundesbürger regelmäßig ihren Gedanken nach, faulenzen und schlafen aus. Rund zwei Drittel der Bundesbürger verbringen ihre freie Zeit mit Freunden und der Familie, unternehmen etwas mit dem Partner, reden über wichtige Dinge oder treffen sich zum Kaffeetrinken.

Außerhausaktivitäten finden relativ selten statt. Lediglich spazieren gehen, sich in der Natur aufhalten und etwas für die Gesundheit tun, werden von einer Mehrheit der Bevölkerung regelmäßig ausgeübt.

Die häufigsten Freizeitaktivitäten der Bundesbürger Internet kann Spitzenplatz verteidigen

Von je 100 Befragten nennen als regelmäßige Freizeitaktivität (wenigstens einmal pro Woche):



Grün: Medial / Blau: Regenerativ / Grau: Sozial / Hellblau: Aktiv sein
www.stiftungfuerzukunftsfragen.de

Freizeitaktivitäten vor und während der Corona-Pandemie: Deutlich mehr innerhäusliche Aktivitäten

Die Einschränkungen und die Verunsicherung durch die Coronapandemie beeinflussen weiterhin das Freizeitverhalten der Deutschen. Freizeit findet hauptsächlich in den eigenen vier Wänden statt. Im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie (2019) haben sich die Aktivitäten Streaming

Angebote schauen, sich künstlerisch bestätigt oder Gesellschaftsspiele spielen verdoppelt – Videospiele und Onlineshoppingangebote werden sogar dreimal häufiger genutzt. Zudem wird aber auch deutlich öfter spazieren gegangen, im Garten gearbeitet oder Sport getrieben.

Deutlich seltener als vor zwei Jahren wird dagegen telefoniert, sich mit der Familie oder den Nachbarn getroffen, Zeit im Verein, beim Stammtisch und bei Sportveranstaltungen verbracht sowie für Weiterbildungsangebote genutzt. Den größten Rückgang aller Beschäftigungen lässt sich für die Freizeitaktivität „sich in Ruhe pflegen“ nachweisen.

„Durch Home-Office und geschlossene Angebote sinken der Stresslevel und die körperlichen Anstrengungen in der Freizeit ebenso wie die Notwendigkeit, frisch rasiert und frisiert das Haus zu verlassen. Entsprechend seltener pflegen sich die Bürger in Ruhe oder relaxen in der Badewanne – da es schlichtweg nicht nötig ist.“, so Prof. Ulrich Reinhardt.

Die Gewinner im 2-Jahres-Vergleich

Von je 100 Befragten nennen als Freizeitaktivität:

Wöchentliche Aktivitäten

Serien oder Filme streamen	2019: 23% 2021: 45%	+22
PC / Laptop	2019: 64% 2021: 85%	+21
Videospiele spielen	2019: 09% 2021: 27%	+18
Einem persönlichen Hobby nachgehen	2019: 31% 2021: 49%	+18
Spazieren gehen	2019: 38% 2021: 55%	+17
Onlineshopping	2019: 08% 2021: 23%	+15
Smartphone nutzen (nicht telefonieren)	2019: 61% 2021: 75%	+14
Faulenzen / Nichtstun / Chillen	2019: 47% 2021: 60%	+13
Sich mit der Familie treffen	2019: 16% 2021: 29%	+8
Sport treiben	2019: 36% 2021: 44%	+8

Die Verlierer im 2-Jahres-Vergleich

Von je 100 Befragten nennen als Freizeitaktivität:

Wöchentliche Aktivitäten

Sich in Ruhe pflegen	2019: 59% 2021: 34%	 -25
Mobil telefonieren	2019: 78% 2021: 56%	 -22
Zeitung lesen	2019: 66% 2021: 44%	 -22
Telefonieren von zu Hause aus	2019: 87% 2021: 66%	 -21
Radio hören	2019: 89% 2021: 75%	 -14
Durch die Gegend fahren	2019: 37% 2021: 25%	 -12
Sich weiterbilden	2019: 21% 2021: 12%	 -9
Mit den Enkeln / Großeltern treffen	2019: 18% 2021: 11%	 -7
Mit Nachbarn treffen	2019: 41% 2021: 34%	 -7
Kneipen- / Barbesuch	2019: 11% 2021: 06%	 -5

www.stiftungfuerzukunftsfragen.de

 Veränderung 2019 zu 2021 in Prozentpunkten

Spaßfaktoren in der Freizeit: Soziale Aktivitäten machen am meisten Spaß

Freizeit und Spaß werden im allgemeinen Verständnis oftmals gleichgesetzt. Dabei klaffen zwischen konkreter Freizeitaktivität und deren Spaßfaktor oftmals große Lücken. Zeit mit dem Partner oder den Freunden zu verbringen, Aufenthalte in der Natur, spontane Unternehmungen, Essen gehen sowie Ausschlafen oder einem Hobby nachgehen – all das bereitet einer großen Mehrheit der Bundesbürger viel Freude.

Ausgeübt werden diese Tätigkeiten jedoch relativ selten. So widmet sich nicht einmal jeder Zweite regelmäßig seinem persönlichen Hobby oder übt spontan etwas aus. Mit Freunden trifft sich nur etwa jeder Sechste regelmäßig, und nur jeder Dritte nimmt sich wenigstens einmal pro Woche Zeit für Intimitäten.

Umgekehrt bereitet nur etwa jedem Zweiten das Internet, das Fernsehprogramm sowie die PC- oder Handynutzung tatsächlich auch viel Spaß. Bei den häufigsten Freizeitbeschäftigungen schneidet lediglich das Musik hören gut ab und wird von annähernd zwei Dritteln mit Spaß gleichgesetzt.

Groß sind zudem die Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Männer haben deutlich weniger Spaß beim Telefonieren, Buch lesen, Einkaufsbummel oder Handarbeiten. Frauen empfinden wenig Spaß beim Besuch von Spielhallen, Fitnessstudios, Kneipen, Kirchen oder Sportveranstaltungen.

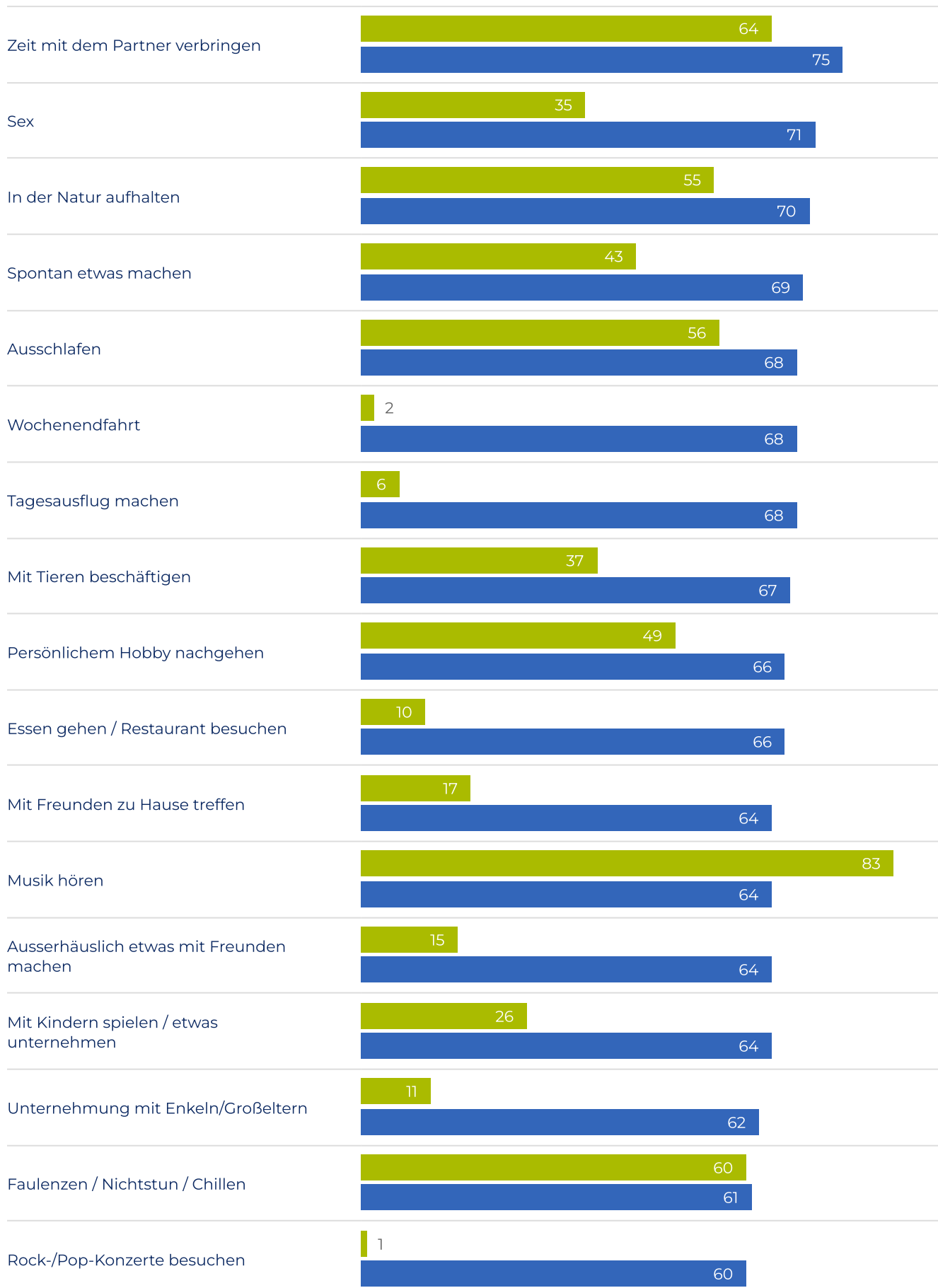
Im Langzeitvergleich zwischen 1986 und 2021 zeigt sich eine abnehmende Zufriedenheit der Bürger in der Freizeit. Wurden vor 35 Jahren noch zwei Drittel aller ausgeübten Freizeitbeschäftigungen von einer jeweiligen Mehrheit mit Spaß assoziiert, sind es aktuell nur noch gut ein Drittel aller Aktivitäten.

Erhöht hat sich der Spaßfaktor bei lediglich sechs Freizeitaktivitäten, am stärksten bei Beschäftigungen mit Tieren (+25 PP), Buch lesen (+28 PP) sowie dem Besuch von Konzerten (+35 PP). Innerhalb einer Generation ist vielen der Spaß am Theaterbesuch (-44 PP), Tanzen gehen (-42PP) sowie Sport treiben (-40PP) verloren gegangen.

Prof. Ulrich Reinhardt: „Eine Vielzahl von Freizeitbeschäftigungen werden aus Gewohnheit, Pflichtgefühl oder Langeweile ausgeübt, wodurch die Freude, der Erlebnischarakter, die Zufriedenheit und das Wohlfühl verloren gehen. Für Aktivitäten mit einem hohen Spaßfaktor nehmen sich viele Bürger zudem zu wenig (Frei-)Zeit.“

Zwischen Nutzung und Spaß liegen oftmals große Unterschiede Internet kann Spitzenplatz verteidigen

Von je 100 Befragten gehen der Aktivität regelmäßig nach, und von diesen sagen, die Aktivität macht viel Spaß:



Freizeitaktivität „Sich in der Natur aufhalten“: In Zukunft gern noch öfter

Zunehmend mehr Bundesbürger suchen einen Ausgleich zum vielen Zu-Hause-Sitzen und halten sich in der Natur auf. Ob auf Spaziergängen, beim Joggen, Radfahren oder Wandern, ob unter der Woche, am Wochenende oder im Urlaub, ob im Wald, am Wasser oder im eigenen Garten: Der Wunsch nach mehr Naturbezug in der Freizeit ist von zentraler Bedeutung für viele Bundesbürger.

Mehr als jeder zweite Bürger gibt an, sich regelmäßig – wenigstens einmal die Woche – in der Natur aufzuhalten. Innerhalb der Bevölkerung sind es vor allem Frauen, Landbewohner, Paare und formal Höhergebildete, die sich Zeit für diese Aktivität nehmen.

Im Ranking liegt der Spaßfaktor von „Sich in der Natur aufhalten“ sogar auf Platz drei. Und auch bei der Frage, welche Aktivität die Bürger in Zukunft gerne häufiger ausüben möchten, landet diese Beschäftigung weit vorne.

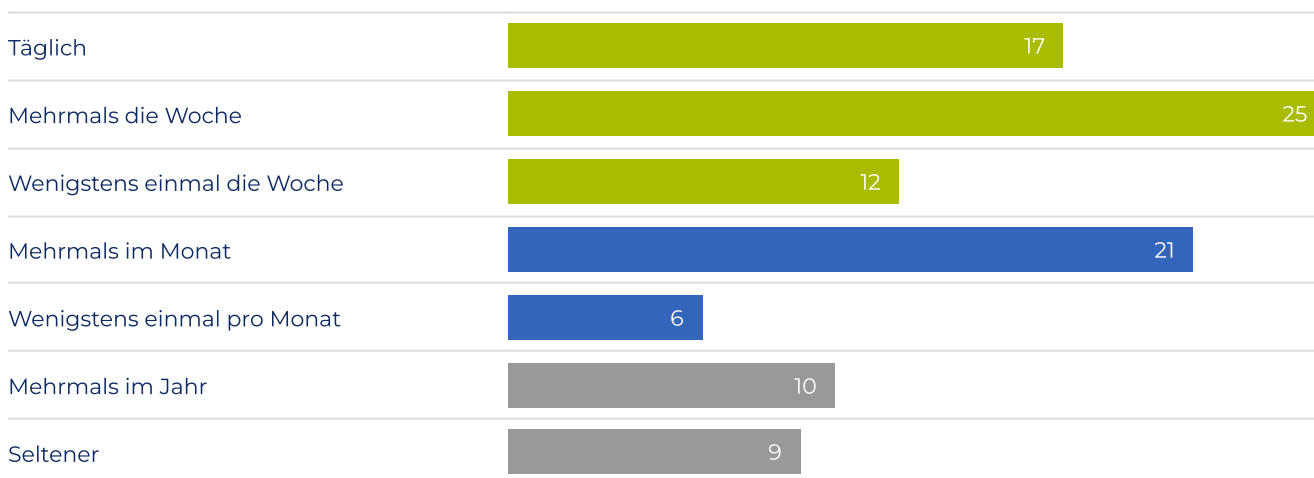
Die Gründe für die Natursehnsucht sind vielschichtig und reichen u.a. vom Wunsch nach Entschleunigung über die Suche nach Schönheit oder Abenteuern bis hin zu einem noch stärkeren Bewusstsein über die Natur durch öffentliche Diskussionen.

„Je stärker technische Entwicklungen den Alltag prägen, desto größer ist der Wunsch nach einem natürlichen Kontrast. Dieser Spagat zwischen Technik auf der einen und Natur auf der anderen Seite wird auch in Zukunft einen großen Einfluss auf unser Freizeitverhalten haben.“, ist sich Prof. Ulrich Reinhardt sicher.

In der Natur aufhalten

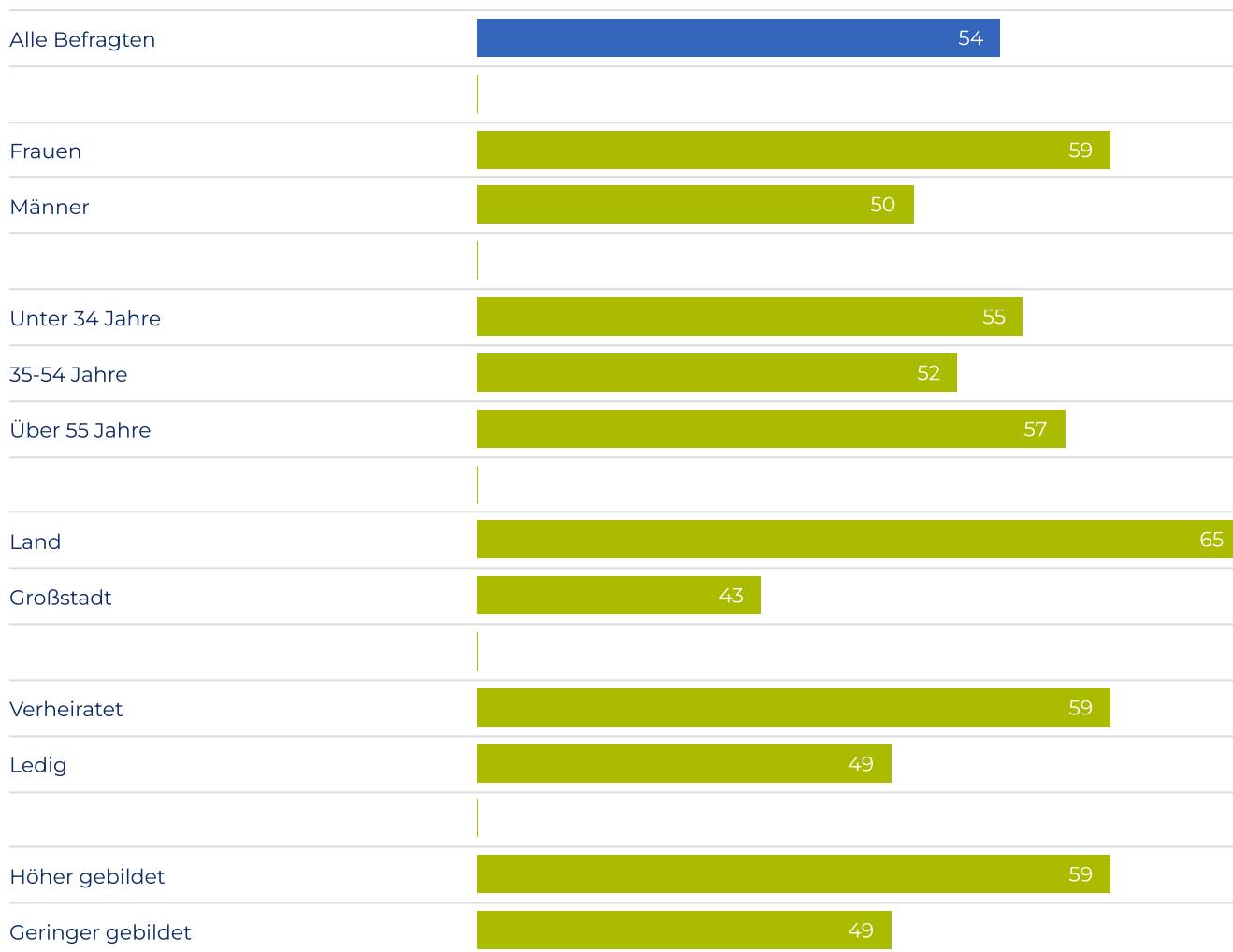
Mehr als jeder Zweite wenigstens einmal pro Woche in der Natur

Von je 100 Befragten halten sich so häufig in der Natur auf:



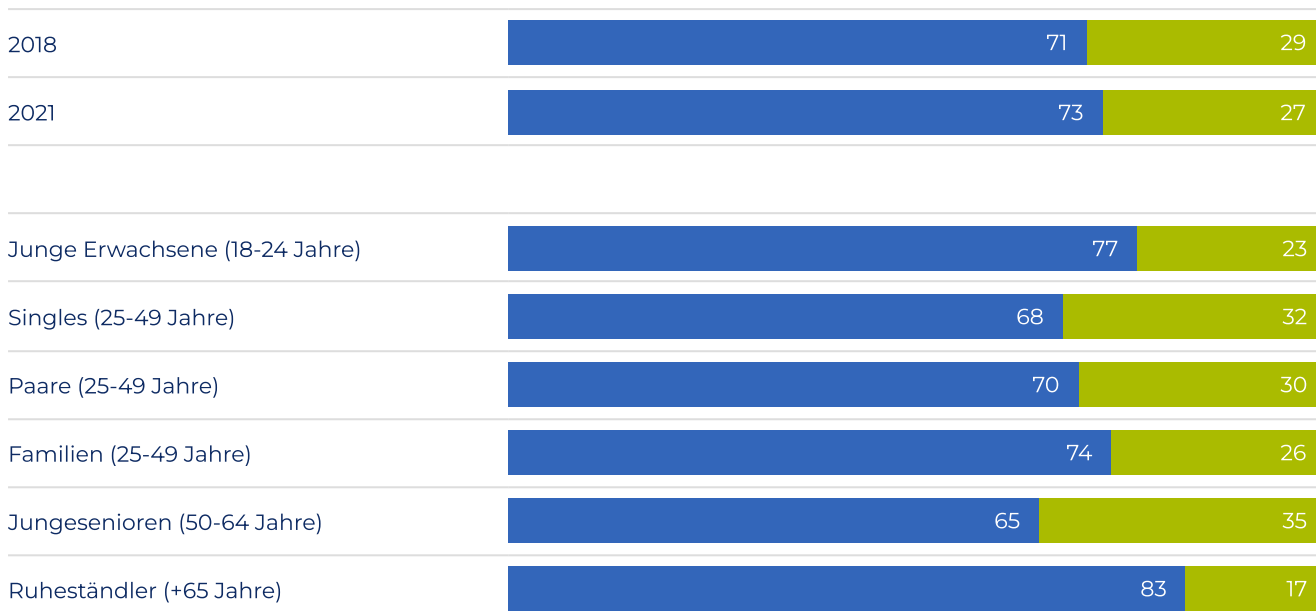
In der Natur aufhalten

Von je 100 Befragten halten sich wenigstens einmal pro Woche in der Natur auf:



Drei von vier Bürgern zu Einschränkungen bereit

Von je 100 Befragten stimmen folgender Aussage zu:



- Bin bereit, Einschränkungen in meinen Konsum- und Lebensgewohnheiten hinzunehmen, wenn dadurch Natur und Umwelt dauerhaft erhalten bleiben
- Möchte meine Freiheit und Unabhängigkeit behalten und das Leben genießen, auch wenn dadurch die Umwelt nachhaltig beeinträchtigt wird

www.stiftungfuerzukunftsfragen.de

Auf unserer Themenwebsite www.freizeitmonitor.de finden Sie ab sofort alle Ergebnisse der Studie im Detail. Dort haben Sie auch die Möglichkeit der interaktiven und individuellen Auswertung von Daten inkl. des Exports aller Grafiken und Charts.

Technische Daten der Untersuchung

Anzahl und Repräsentanz: Über 3.000 Personen im Alter von 18 bis 74 Jahren in Deutschland

Zeitraum der Befragung: August 2021

Methode: CAWI

Befragungsinstitut: Gesellschaft für Konsumforschung (GfK), Nürnberg