

Der moderne Stresskiller: Immer mehr Bundesbürger nutzen Wellnessangebote zur Entspannung

Chart der Woche, 2023-KW13

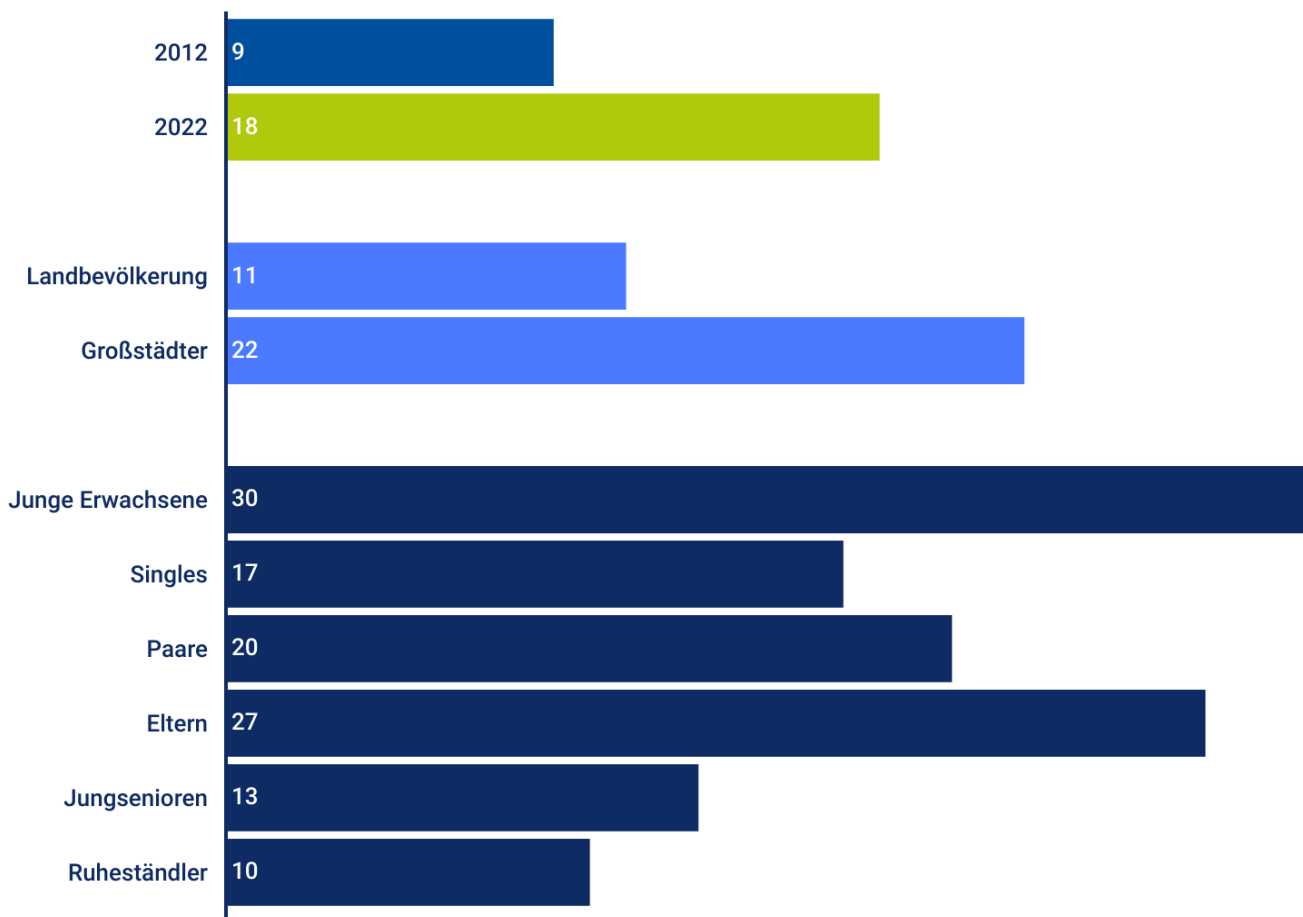
30. März 2023



Der moderne Stresskiller: Immer mehr Bundesbürger nutzen Wellnessangebote zur Entspannung

Der moderne Stresskiller: Immer mehr Bundesbürger nutzen Wellnessangebote zur Entspannung

Von je 100 Befragten sagen, dass sie in ihrer Freizeit wenigstens einmal im Monat Wellnessangebote (z.B. Sauna, Day-Spa, Massage, Kosmetik) nutzen:



**Verdopplung
innerhalb eines Jahrzehnts**



Aus Freizeit-Monitor, 2022: Repräsentativbefragung von 3.000 Personen. ab 18 J. in Deutschland

**Stiftung für
Zukunftsfragen**
Eine Initiative von BAT

Von je 100 Befragten sagen, dass sie in ihrer Freizeit wenigstens einmal im Monat Wellnessangebote (z.B. Sauna, Day-Spa, Massage, Kosmetik) nutzen:

Verdopplung innerhalb eines Jahrzehnts

Aus Freizeit-Monitor, 2022: Repräsentativbefragung von 3.000 Personen. ab 18 J. in Deutschland

Ergebnis

Gegenwärtig findet fast jeder fünfte Bundesbürger mindestens einmal im Monat Entspannung in der Sauna, im Spa, bei Massagen oder anderen Wellnessanwendungen. Damit hat sich das Interesse an dieser Freizeitbeschäftigung innerhalb eines Jahrzehnts verdoppelt. Besonders Großstädter und junge Erwachsene genießen es, sich in ihrer Freizeit auf diese Weise eine Auszeit zu gönnen. Aber auch Paare, egal ob kinderlos oder Eltern, verbringen gerne ihre freie Zeit mit der Nutzung der zahlreichen Angebote.

Gründe

Es gibt eine Vielzahl von Gründen für die steigende Beliebtheit von Wellnessangeboten, wobei die Suche nach Entspannung sowie nach einem Ausgleich zum stressigen (Berufs-)Alltag bei den meisten Bürgern an oberster Stelle steht. Besonders in den Metropolen sehnen sich viele nach einer ruhigen Auszeit inmitten des Trubels und der vielen Menschen, um so den Stress für ein paar Stunden vergessen zu können. Junge Erwachsene, aber auch Paare legen überdurchschnittlich viel Wert auf einen ausgeglichenen Lebensstil und eine gesunde Balance zwischen Anspannung (während der Arbeit) und Entspannung (in der Freizeit). Entsprechend hoch ist ihre Bereitschaft Geld in Wellnessanwendungen zu investieren, um so den Körper und Geist zu regenerieren und neue Energie zu tanken. Bei Paaren spielt die Möglichkeit Quality-Time mit dem Partner zu verbringen und sich gemeinsam verwöhnen zu lassen eine wichtige Rolle.

Als weitere Gründe für die steigende Beliebtheit dieser Freizeitaktivität sind zudem ein steigendes Gesundheitsbewusstsein, Veränderungen im Arbeitsleben, die Entwicklung neuer Wellness-Trends und deren Bewerbung, sowie ein erhöhter Fokus auf mehr Achtsamkeit zu nennen.

Prognose

Das eigene Wohlbefinden sowie eine gesundheitsbewusste Lebensweise werden in Zukunft weiter an Bedeutung gewinnen. Der Markt für Wellness wird sich dabei weiter ausdifferenzieren, Angebote und Anwendungen werden individuell auf die Bedürfnisse des Kunden zugeschnitten und von Gesundheits-, über Schönheits- bis Wohlfühlangeboten reichen.

Auch werden Auswahlmöglichkeiten für bestimmte Zielgruppen (noch) stärker in den Fokus rücken. Diese können z.B. Angebote speziell für Männer, wie Barber-Spas oder spezielle Saunen sein, oder die Kombination von Wellness mit anderen Bereichen, wie zum Beispiel der Gastronomie oder Kunst, um ein ganzheitliches Erlebnis zu schaffen. Aber auch neue Offerte wie z.B. Floating (ein Entspannungserlebnis, bei dem man in einem Salzwasser-Tank schwebt und dabei vollständig abschaltet), Sound Healing, (eine Anwendung, bei der durch Klänge und Vibrationen des Körpers eine Entspannung herbeigeführt wird), Lach-Yoga (bei dem durch gezielte Atem- und Lachübungen die Stimmung gehoben und Stress reduziert wird) oder Watsu (eine Massage im Wasser, bei der durch sanfte Bewegungen und Dehnungen der Körper entspannt wird) werden zukünftig an Popularität gewinnen.