



Front Coronavirus #WIRSINDZUKUNFT **Schweiz** Zürich Bern Basel Zentralschweiz Mehr ▾

Front | Schweiz | **Ständig online - Junge haben wegen Corona die Nase voll von Social Media**

Publiziert 31. Mai 2021, 15:16

STÄNDIG ONLINE

Junge haben wegen Corona die Nase voll von Social Media

Das Corona-Jahr hat laut einer neuen Studie die Hälfte der Jungen zu Social-Media-Muffeln gemacht. Sie könne es kaum erwarten, wieder Face to Face Zeit mit Freunden zu verbringen, sagt eine Userin.



von
Carla Pfister

1 / 8



Die Zahl der Schweizerinnen und Schweizer, die sich eine Online-Auszeit wünschen, ist im Corona-Jahr um vier Prozent gestiegen.

20min/Simon Glauser

Darum gehts

- Eine Umfrage zeigt: Corona macht online-müde.
- 40 Prozent der Befragten wünschen sich eine Internet-Auszeit.
- Besonders junge Menschen sind sehr gestresst davon, immer online zu sein.

Die Zahl der Schweizerinnen und Schweizer, die sich eine Online-Auszeit wünschen, ist im Corona-Jahr um vier Prozent gestiegen. Laut einer Umfrage der Digital-Marketing-Agentur zeit.ch wären 39 Prozent der Befragten gerne häufiger offline.

Auffällig ist laut der Studie, dass junge Menschen viel gestresster von Social Media sind als Personen über 39 Jahre. Bei den unter 20-Jährigen wünscht sich über die Hälfte (51 Prozent) eine Auszeit vom Digitalen, während es bei den 20 bis 39-Jährigen rund die Hälfte (49 Prozent) ist. Ähnlich fühlen von 20 Minuten befragte Passanten:

Loumi (23)

«Der erste Gedanke, wenn man aufwacht, ist es, aufs Handy zu schauen. Man will wissen, was gerade so auf Social Media läuft. Es ist eine Routine, ähnlich wie das Zähneputzen. Man kann leicht in eine Sucht hineinrutschen, vor allem während der Quarantäne. Zum Glück hat es mich emotional nicht so stark beeinflusst. Aber man teilt sein ganzes Leben auf Social Media und auch die ganzen Influencer sind momentan noch höher im Kurs. Ich persönlich kann es kaum erwarten, wieder Face to Face mit Freunden Zeit zu verbringen. Es wird ein Schritt in die Normalität, wenn man wieder mit Menschen direkt reden kann. Die Maske auszuziehen und die Emotionen vom Gegenüber zu sehen – das kann man nicht mit Social Media ersetzen. Nur schon ein Lächeln macht einen happy. Darauf freue ich mich am meisten, wenn die Normalität zurückkehrt!»

Yaggy (20)

«Bereits vor Corona merkte ich, dass ich weniger Interesse habe, auf Social Media zu sein. Meine Hobbies sind mir wichtiger, sodass ich mehr Zeit damit verbringen wollte. Ich will einen ausgeglicheneren Alltag. Aber nun seit Corona hat sich auch mein Studium vollständig ins Digitale entwickelt. So bin ich automatisch dazu gezwungen, mehr Zeit online zu verbringen. Ich merke, dass ich davon eine Art <brain fog> entwickelt habe, weil ich so viel Zeit digital verbringen muss. Die Coronazeit war für mich also recht anstrengend und psychisch belastend. Ich freue mich sehr darauf, wenn man bald wieder mehr im echten Leben mit Freunden zusammen sein kann. Klar hält man sich an die Massnahmen und trifft so wenig Menschen wie möglich, aber man vermisst seine Leute.»

Digitaler Hype könnte sich beruhigen

Am Montag treten die nächsten **Öffnungsschritte** des Bundesrates in Kraft und das Sozialleben wird wieder mehr in Schwung kommen: In Innenräumen können sich wieder 30 Personen treffen, auch die Gastronomie darf wieder drinnen stattfinden.

Brauchst du eine digitale Auszeit?

Ja, ständig online zu sein, stresst mich.

Nein, ich fühle mich wohl mit meinem Internet-Konsum.

Ist mir egal.

 2085 VOTES

Die Soziologin Katja Rost erwartet einen Aufschwung des offline Kontaktes nach der Pandemie. «Online Kontakte sind keine offline Kontakte. Vieles einer direkten Kommunikation läuft über Körpersprache, Mimik und den sozialen Kontext ab. So kann es beispielsweise sehr wohltuend sein, gemeinsam zu schweigen. Das ist bei einem Zoom-Call eher unwahrscheinlich, weil es immer etwas Geplantes bleibt», so Rost.

Bei jungen Menschen könne sich ausserdem der Hype für digitale Medien beruhigen, so Rost. «Ein Hype entsteht bei Dingen, die neu und modern sind. Die Digitalität wurde durch die Pandemie aber weniger modern. Das könnte vor allem bei jungen Menschen den Hype beruhigen.» Ein klarer Gegentrend sei ausserdem der Digital Detox. «Es gibt heute sogar spezielle Hotels, die damit werben, dass man keinen Zugang zum Internet hat. Das hätte früher seltsam geklungen», so Rost.

Rost sagt, der Digitalisierungsschub in der Pandemie habe auch die Schwachstellen des Digitalen offengelegt: «Vieles wird wieder zurück ins Analoge verlegt werden, sobald es möglich ist. Man weiss jetzt viel besser, wofür die digitale Kommunikation geeignet ist und wofür eben nicht. Es wird kaum einem Unternehmen in den Sinn kommen, den Firmen-Apero weiterhin online zu veranstalten.» Manche Unternehmen würden wieder vermehrt analoge Sitzungen abhalten, so Rost. «Ich kann mir gut vorstellen, dass man künftig wieder auf ausgedruckte Sitzungsunterlagen setzen wird, weil man sich von digitalen Geräten leicht ablenken lässt.»

Social Media ist da, um zu bleiben

Einigen jungen Menschen hat die Pandemie die Freude an Social Media hingegen nicht verleidet. Corona habe ihn in Bezug auf Social Media nicht gross beeinflusst, sagt Thomas (33). «Zwar war ich mehr zu Hause, im Homeoffice. Aber deswegen bin ich nicht häufiger auf Instagram oder Netflix. Ich bin also genau gleich oft wie vorher online.» Deshalb überfordere es ihn auch nicht und er habe überhaupt nicht weniger Lust auf Social Media. «Da hat mich die Pandemie nicht geprägt.»

Auch laut Social-Media-Experte Sven Ruoss drohen die sozialen Medien nach der Pandemie nicht an Beliebtheit zu verlieren. Er rechne mit einer kurzfristigen Phase. «Langfristig wird die Pandemie den Social-Media-Frust nicht beeinflussen», sagt der Studienleiter des CAS Social Media an der Hochschule für Wirtschaft Zürich (HWZ).

Da wegen des Lockdowns alle physischen Kontakte eingeschränkt worden seien, hätten die Menschen noch mehr Zeit auf Social Media verbracht, sagt Ruoss. «Logischerweise ist der Bedarf nach physischen Treffen nach monatelangen Treffen auf Apps wie Clubhouse oder Houseparty und digitalen Apéros gross.» Social Media sei jedoch gekommen, um zu bleiben. «Sobald wir die physischen Treffen wieder als etwas Alltägliches betrachten, werden die sozialen Medien wieder zu einer beliebten Ergänzung unserer analogen Kommunikation.»

Hast du oder hat jemand, den du kennst, Mühe mit der Coronazeit?

Hier findest du Hilfe:

BAG-Infoline Coronavirus, Tel. 058 463 00 00

BAG-Infoline Covid-19-Impfung, Tel. 058 377 88 92

Dureschnufe.ch , Plattform für psychische Gesundheit rund um Corona

Safezone.ch , anonyme Onlineberatung bei Suchtfragen

Branchenhilfe.ch , Ratgeber für betroffene Wirtschaftszweige

Hotline bei Angststörungen und Panik , Tel. 0848 801 109

Pro Juventute , Beratung für Kinder und Jugendliche, Tel. 147

Dargebotene Hand , Sorgen-Hotline, Tel. 143

My 20 Minuten

Als Mitglied wirst du Teil der 20-Minuten-Community und profitierst täglich von tollen Benefits und exklusiven Wettbewerben!

[Erfahre hier mehr!](#)

DEINE MEINUNG

Das Thema ist wichtig.



Der Artikel ist informativ.



Der Artikel ist ausgewogen.



19

54

Fehler gefunden? Jetzt melden.



19 Kommentare

Diskutiere mit!

Du willst diesen Artikel kommentieren? Cool! Bitte registriere dich dafür. Argumentiere sachlich, respektvoll und unter deinem richtigen Namen. Den Hass lässt du sonstwo. Wir freuen uns.

Registrieren und los gehts

Bereits registriert? [Login](#)



Chrisony

31.05.2021, 22:00

Hab heute fast eine junge Dame über den Haufen gefahren. Ohne kurz anzuhalten und zu schauen, mit Blick aufs Handy am Zebrastreifen vorbei über die Strasse

18

[Kommentar melden](#)

GENAU (14 Lesende)



RentnerSepp

31.05.2021, 19:58

Endlich normal, hoffentlich bleibt es dabei. Indem dass jeder und jede zu allem die Meinung äussert sind wir in einer Situation welche nichts bringt, alle verunsichert und alles in Frage stellt.

23

Kommentar melden

GENAU (20 Lesende)



Gripolar

31.05.2021, 19:29

Die Social Media ist aus, die Menschen haben sich selbst erkannt. Nun ist das Interesse weg. Danke für den Spiegel Mark das war eine geniale Idee.

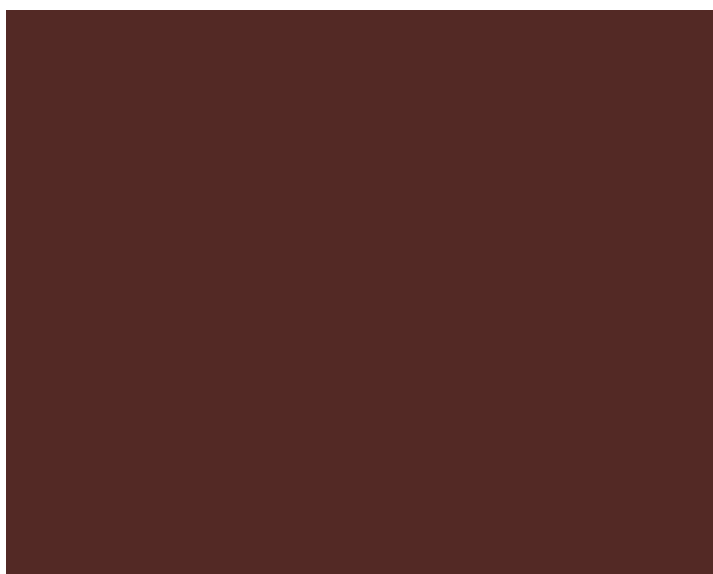
25

Kommentar melden

GENAU (23 Lesende)

Alle Kommentare anzeigen

Artikel zum Thema



**PLÄNE DES BUNDESRATS
«Corona-Zertifikat ist diskriminierend und
komplett unnötig»**



**KIND DAGEGEN, ELTERN DAFÜR?
Teenie-Impfung sorgt für Zoff in Familien**



TROTZ SCHLIESSUNGEN

Shutdown belastet Wirtschaft weniger als befürchtet



BEREITSCHAFT ÜBER 70 PROZENT

Immer mehr Schweizerinnen und Schweizer sagen Ja zur Impfung



STICHPROBEN

Trinken wir Leitungswasser, schlucken wir Rückstände von bis zu 16 Pestiziden



WOHNSTUDIE

16- bis 25-Jährige wohnen am liebsten bei

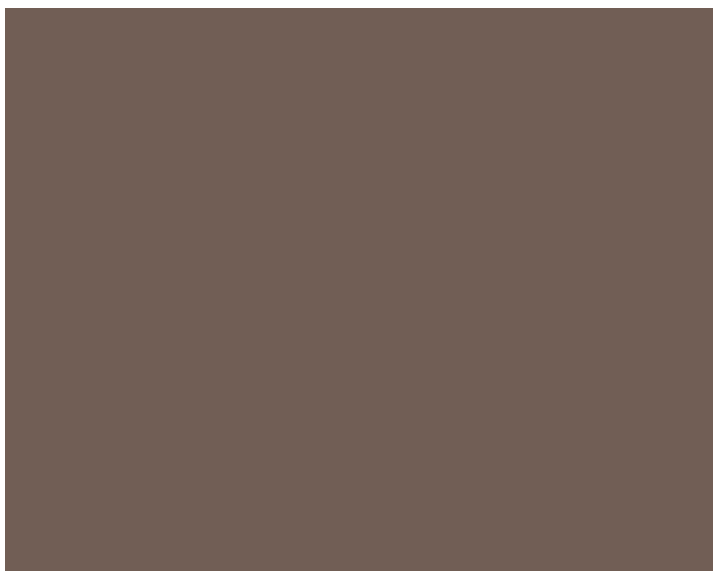


den Eltern



US-FIRMEN BESTEHEN AUF IMPFUNG

Schweizer Starkoch Daniel Humm will nur Geimpfte einstellen



WEGEN CORONA

Eine von zwei Personen weltweit hat weniger Einkommen als vorher



GELD ALS ANREIZ

Lotterie soll Kritiker von Corona-Impfung überzeugen



ZÜRICH

«Bis zum Schluss gehofft und gekämpft» - Street Parade findet 2021 nicht statt

