

**Danke** für die **Teilnahme** an der Erstbefragung, vom 29. März bis 5. April 2020, zum **Thema:**

### **Gewohnheiten in der Krise!**

Insgesamt konnte 164 vollständige Befragungen ausgewertet werden (n=164) – 90 weibliche und 74 männliche Teilnehmer. Eine Auswahl von **ersten Erkenntnissen**, die sich in dieser explorativen Online-Studie **herauskristallisiert** haben und noch tiefergehend analysiert werden, sind:

#### **Negative, positive oder neutrale Belegung von Gewohnheiten:**

- Gewohnheiten werden von den Befragten als positiv wahrgenommen.
- Die Gruppe der älteren Befragten (56-85 Jährige) betrachten Gewohnheiten am positivsten.

#### **Sind die Auslöser für gute und schlechte Gewohnheiten bekannt?**

- Auslöser von guten Gewohnheiten sind bei allen Befragten bekannter als Auslöser von schlechten Gewohnheiten.
- Auslöser von schlechten Gewohnheiten sind Frauen bekannter als Männern.
- Bei Menschen in Partnerschaften sind die Auslöser gerade für schlechte Gewohnheiten bekannter als bei Alleinlebenden.

#### **Erlebte Einschränkung der Gewohnheiten durch die Corona-Krise**

- Männer fühlen sich tendenziell eingeschränkter als Frauen – Alleinstehende mehr als Paare.
- Am stärksten fühlen sich junge Menschen im Alter von 18-30 Jahren eingeschränkt.

#### **Auf welche Gewohnheiten verzichten die Befragten in der Corona-Krise:**



## **Verinnerlichte Routinen: Arbeits- & Tagesabläufe**

Abbildung 1: Einschränkungen und Verzicht von Gewohnheiten in der Krise (eigene Abbildung, MaxQda, 2020)

#### **Leichtester Verzicht an Gewohnheiten in der Corona-Krise:**

- Der leichteste Verzicht liegt darin, nicht mehr in Restaurants und Cafés zu gehen.
- Es fällt den Befragten leicht, auf Spontanes und Überflüssiges zu verzichten, z. B. unnötiges kaufen und spontan mal zu bummeln.

