

Chronisch kranke Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Zeiten von Corona.

exklusiv für



Univ. Klinik f. Kinder- und Jugendheilkunde/Neuroonkologie

durchgeführt von

MAKAM Research GmbH
Hietzinger Hauptstraße 34
1130 Wien
www.makam.at

Wien, 2021

Inhaltsverzeichnis

1	Ziel der Befragung	2
2	Methodologie und methodisches Vorgehen	2
2.1	Online-Befragung	2
2.2	Auswertung und Analyse.....	3
3	Zusammenfassung der Ergebnisse.....	4
4	Struktur der Stichprobe	5
5	Ergebnisse	6
5.1	Beurteilung des Homeschooling/Homeworking.....	6
5.2	Gefühlslagen der befragten Kinder und Jugendliche	6
5.2.1	Gefühlslagen zu Corona.....	6
5.2.2	Gefühlslagen während Homeschooling bzw. Homeworking	11
5.2.3	Gefühlslagen nach dem 1. Lockdown.....	13
5.2.4	Gefühlslagen im Längsschnitt.....	16
5.2.5	Negative Erfahrungen während des Lockdowns	22
5.2.6	Positive Erfahrungen während des Lockdowns.....	24
5.2.7	Mögliche ideale Situation	25
6	Anhang.....	27
6.1	Tabellenverzeichnis	27
6.2	Abbildungsverzeichnis.....	27

1 Ziel der Befragung

Die primäre Zielsetzung der Befragung besteht darin herauszufinden, wie Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die aufgrund einer (ehemaligen) Erkrankung an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde in Behandlung sind oder waren und/oder im Rahmen der Nachsorge betreut werden, die Zeit während der Corona-bedingten Lockdowns empfunden haben. Weiters wurden die Gemütslagen nach der Lockerung der Ausgangssperren analysiert. Als Kontrollgruppe fungierten Personen, die nicht an der an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde in Behandlung waren oder sind.

2 Methodologie und methodisches Vorgehen

2.1 Online-Befragung

Um die o.a. Zielsetzung zu erreichen, wurde die Methode einer Online-Befragung gewählt. Bei einer Online-Erhebung werden die Antworten auf die Fragen von den RespondentInnen selbst im Internet via Webbrowser (Internet Explorer, Firefox, Chrome, ...) in einen programmierten Fragebogen eingegeben.

Neben der zeit- und kosteneffizienten Adressierung potenzieller RespondentInnen bietet die Methode der Online-Befragung u. a. folgende Vorteile:

- weniger Fehlerquellen durch automatische Filtersteuerung
- rasche Durchführung der Feldphase
- Einbindung von Bildern/Video/Audio/Animationen möglich, die auch rotiert werden können
- Erinnerungsmöglichkeit für noch nicht beantwortete Fragebögen
- einfacher Export der Daten in ein Auswertungsprogramm
- Auskunftsperson entscheidet, wann sie an dem Interview teilnehmen möchte
- Unterbrechung der Befragung und späteres Ausfüllen möglich
- Programmierung im Layout des Auftraggebers möglich (Logo, Farbwahl)

Die Programmierung des Fragebogens erfolgte durch MAKAM Research, der Befragungslink zur Online-Umfrage wurde durch die Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde verteilt.

Zielgruppe der Befragung waren Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde in Behandlung sind oder waren und/oder im Rahmen der Nachsorge betreut werden. Weiters wurde der Link zum Fragebogen über PsychologInnen, die Kinder und Jugendliche mit Lernschwierigkeiten betreuen, verteilt.

Der Fragebogen (siehe Anhang) wurde so gestaltet, dass dieser selbständig oder in Begleitung eines Erziehungsberechtigten, wenn die Zielperson unter 14 Jahren alt ist, ausgefüllt werden konnte

Die Befragung erfolgte zwischen September 2020 und Jänner 2021. Die durchschnittliche Ausfülldauer betrug 16 Minuten (Median).

2.2 Auswertung und Analyse

Alle erhobenen Daten werden automatisch elektronisch erfasst und umfassenden Plausibilitäts- und Vollständigkeitskontrollen unterzogen.

Neben der Rohdatenlieferung werden alle Ergebnisse in Form eines Tabellenbandes ausgewertet. Der Tabellenband enthält zwar statistische und inhaltlich relevante Breaks um die Ergebnisse relevanter Subzielgruppen miteinander vergleichen zu können, jedoch sind aufgrund der geringen Stichprobengröße von $n=49$ keine statistischen Signifikanzen zwischen einzelnen Untergruppen vorhanden. Aufgrund dieser geringen Stichprobe erfolgte die Auswertung der Ergebnisse im Rahmen von hermeneutischen Verfahren, wie dem Kodieren, wo Zuordnen von vordefinierten und operationalisierten Variablenwerten zu Merkmalsausprägungen erfolgten. Der nachfolgende Bericht enthält eine Vielzahl von O-Tönen, wobei nur ausgewählte Zitate herangezogen wurden.

3 Zusammenfassung der Ergebnisse

Trotz der vielfältigen Angaben zu ihrer Gefühlswelt ließen sich einige prägnante Bereiche identifizieren, die die Befragten während des und nach dem Lockdown besonders bewegen. So ist zu beobachten, dass das **soziale Umfeld**, wie (Groß-)Eltern, Freunde, KollegInnen, teilweise auch LehrerInnen maßgeblich die Gefühlslage der Befragten beeinflussen. Das ist beidseitig zu betrachten: Die Ausgangsbeschränkungen sowie die Verordnung, nur noch von zu Hause aus arbeiten bzw. lernen zu dürfen, führt einerseits zu einer Isolation von außerfamiliären Beziehungen. Die Verlagerung der sozialen Kontakte in die digitale Sphäre per Messenger oder Videochats stellen den Betroffenen zufolge keinen Ersatz für den persönlichen Kontakt wie z.B. Umarmungen dar. Sie fühlen sich sozial **exkludiert**. Andererseits ermöglicht dies am Beispiel der Familie, mehr Zeit zusammen zu verbringen, weil viele Betroffene im Lockdown bei ihren (Groß-)Eltern leben. Sehr häufig läutete die Rückkehr in den Alltag zwar auch die Wiederaufnahme der meisten Kontakte ein. Die Exklusion blieb bei einigen Betroffenen jedoch auch nach dem Lockdown bestehen; so verliefen sich beispielsweise Freundeskreise nach einiger Zeit oder brachen komplett weg.

Auch **fehlende Aktivitäten** sind ein entscheidender Faktor für Langeweile und vor allem Verärgerung, da die Ausgangsbeschränkungen weniger Möglichkeiten bieten, Freunde an öffentlichen Plätzen wie Cafés oder Kinos zu treffen. Die Isolation wird somit verstärkt und zusätzlich durch Krankheit und der empfundenen **Panikmache in den Medien** verschärft. Dennoch werden teilweise erfolgreich Alternativen gefunden: Vor allem Erwerbstätige wirken entspannter und sind dementsprechend aktiver. Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Verhalten wird den Befragten deutlich, wie *„sehr [sie] eigentlich immer durch [den] Alltag hetzte[n]“* und ein Stück weit die Kontrolle über den Alltag gewonnen haben.

Die **Unsicherheit** in Wechselwirkung mit Verwirrung und Angstzuständen zeigt sich vor allem bei der Frage, wie lange die Situation noch andauern wird. Intransparente, aber gleichzeitig zu häufige Berichterstattungen und ungenaue Anweisungen seitens der Regierung verärgern Kinder, Jugendliche und Erwachsene gleichermaßen. Das Gefühl, permanent von Freunden bzw. KollegInnen isoliert zu sein, ohne zu wissen, ob das Wiedersehen in naher Zukunft stattfinden wird, wird als aufreibend empfunden und lässt darauf schließen, dass (gleichgesinnte) Menschen aufeinander angewiesen sind und elementarer Bestandteil des Copings sein können.

Aus diesen Stimmungsbildern lässt sich der folgende Verlauf ableiten: Seltener schlagen angenehme Gefühle wie Erleichterung oder Zufriedenheit während des Lockdowns bei den Betroffenen in Wut und Verunsicherung um, sobald Schulen und Büros wieder öffnen. Häufiger ist das Gegenteil der Fall: Bekannte Gesichter in einer vertrauten Umgebung außerhalb von zu Hause wiederzusehen, gibt diesen Menschen wieder ein **Gefühl von Freiheit und Normalität zurück**.

4 Struktur der Stichprobe

Insgesamt füllten 49 Personen den Fragebogen online aus (davon 9 aus der Kontrollgruppe), davon 59% weibliche und 41% männliche Personen. Das Durchschnittsalter der Befragten betrug 19 Jahre (Mittelwert). 82% sind oder waren in der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde in Behandlung.

Von allen Befragten sind derzeit 18% wegen einer onkologischen Erkrankung in Behandlung und 33% in Nachsorge, bei 18% wurde Neurofibromatose diagnostiziert und 6% sind wegen Lernschwierigkeiten in Behandlung. 11% geben an gesund zu sein und keine Beschwerden zu haben.

Fast 2 Drittel der Befragten sind SchülerInnen, StudentInnen oder in einer anderen Ausbildung, 22% sind erwerbstätig.

3 Viertel der Befragten waren während des Lockdowns nicht in der Schule oder in der Arbeit, 14% auch danach nicht. Nur ein kleiner Teil der SchülerInnen wurde während dieser Zeit von einer/m HauslehrerIn unterrichtet.

5 Ergebnisse

5.1 Beurteilung des Homeschooling/Homeworking

Mehr als 4 von 10 Befragten ging es in der Zeit, als sie von zu Hause gelernt oder gearbeitet haben, **schlechter als vor Corona**. Ihnen fehlte neben dem Kontakt zu Freunden, die Unterstützung beim Lernen oder bei den Hausübungen, sie bekamen aber auch kaum Feedback von den LehrerInnen.

„Weil mir niemand bei den Hausaufgaben helfen konnte.“

„Meine Freunde und so viel Stoff.“

„Ich konnte nicht so in der Klasse mit meinen Freunden sitzen und zuhören, habe einen Teil selber gelernt und habe auch jetzt noch so eine kleine Lücke.“

„Beim Deutsch Lernen brauche ich jemanden direkt bei mir.“

„Naja, man hatte niemanden zum Fragen, wie was geht usw. Und wenn man einer Lehrperson eine Frage gestellt hatte, musste man sehr lange warten, bis er/sie dir zurückschreibt.“

„Wir hatten Neues gelernt. Schwierig ohne Erklärung der Lehrer.“

„Motivation und Verständnis für zu Hause lernen war nicht da. Feedback hat gefehlt.“

„Lernen macht viel mehr Spaß in der Schule und zu Hause gar nicht“

„Viel wurde nicht erklärt, Fragen per Email beantwortet, hat gedauert“

„Weil keine anderen Kinder und Freunde da waren.“

Nur etwa 1 von 10 Befragten hat sich **in der Zeit des Homeschoolings bzw. Homeworkings eher besser als davor gefühlt**, da mehr Freizeit vorhanden war, wodurch Stress vermieden werden konnte.

„Kurzarbeit bescherte mir viel Freizeit. Rückenbeschwerden wurden weniger“

„Ich hab länger schlafen können“

„Es wurde viel Stress rausgenommen, weniger Termine, mehr Möglichkeiten, mir meine Zeit selbst einzuteilen“

5.2 Gefühlslagen der befragten Kinder und Jugendliche

5.2.1 Gefühlslagen zu Corona

Das **Stimmungsbild der Befragten zu Corona ist negativ**: Die primären Gefühle reichen hierbei von „**genervt**“, „**wütend**“, „**verunsichert**“ bis zu „**ängstlich**“ und „**verwirrt**“.

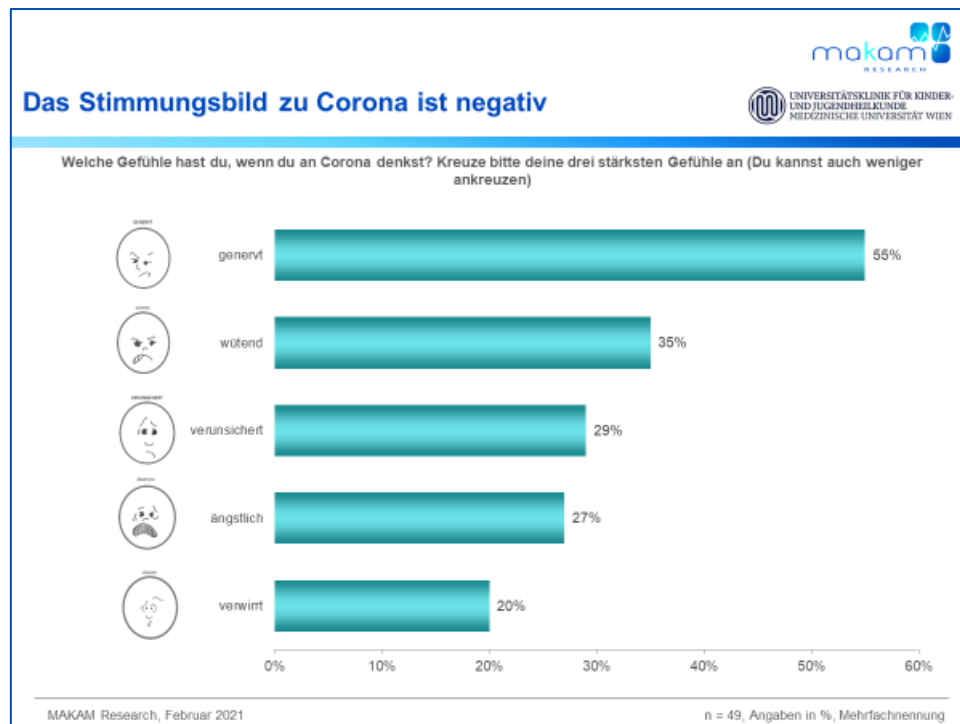


Abbildung 1: Gefühlslagen zu Corona

„**Genervt**“ reagieren die Befragten hauptsächlich wegen der **Maskenpflicht**,

„Die Maske und desinfizieren stört mich“

„Weil beim Schutzmasken tragen immer meine Brille anläuft und es total nervt, weil ich nie genau weiß wo ich sie tragen muss oder nicht“

der **Panikmache in den Medien und intransparenten Informationen der Regierung:**

„Die ständige Berichterstattung und die Panikmache“

„Weil ich es überall höre und mich das nervt“

„Man hört so viele Dinge darüber, was man tun oder auch nicht tun soll, dass man sich nicht mehr wirklich auskennt...“

„Die Maßnahmen und die Kommunikation nach außen sind nicht eindeutig und klar, die Regierung hat deutlich selbst Angst und wenig Expertise, trotzdem wird (zumindest nach außen ersichtlich) wenig mit Experten gearbeitet, sondern selbst einfach irgendwelche Maßnahmen ergriffen, die teilweise keinen Sinn machen. Im einen Moment wird etwas beschlossen, das im nächsten Moment wieder nicht gilt, oder nur für manche Bereiche oder Personengruppen. Es ist alles sehr wischi-waschi“ und nicht eindeutig, man hat das Gefühl, dass nur die Hälfte der Fakten weitergegeben werden, wie die Zahlen zustande kommen, ist auch nicht klar und statistisch fragwürdige Diagramme werden in die Kamera gehalten. Meiner Meinung nach ist viel Angstmache dabei, anstatt die Fakten wieder zu geben und vernünftige Regelungen zu finden, die Sinn machen und auch befolgt werden (können).“

Aber auch die **fehlenden sozialen Kontakte zu Freunden und Familie** sowie **nicht mögliche Aktivitäten nerven** die Kinder und Jugendliche.

„Ich kann meine Familie im Ausland nicht sehen“

„Weil man sich nicht mit Freunden treffen kann, und nicht hinausgehen kann wie man will. Fühle mich eingesperrt.“

„Nichts kann stattfinden, weil nichts normal ist“

„...damit verbundene Einschränkungen des alltäglichen Lebens, es dominiert fast jeden Lebensbereich“

„Weil ich viele Sachen nicht machen kann oder nicht stattfinden, die ich gerne mache“

Einige argumentieren ihre Gereiztheit mit **rücksichtslosem Verhalten anderer**, die sich nicht an Maßnahmen halten:

„Weil ich es nicht verstehe, weshalb sich die Leute nicht an die z.B. Maskenpflicht halten (es tut niemanden weh, das zu tun) beziehungsweise sich auch wegen der Maßnahmen aufregen. Wir haben ja gesehen, dass wenn wir nichts tun, es nicht besser wird.“

„Weil viele Leute einfach zu lässig mit den Corona-Bestimmungen umgehen und so tun als wäre nichts.“

„Es nervt, dass andere Menschen so rücksichtslos sind, sich nicht an die Maßnahmen (Abstand, MNS) zu halten.“

Ein/e Befragte/r fühlt sich genervt, *„aufgrund von Covid bei **med. Fragestellungen so alleine gelassen zu werden und keine Hilfe zu bekommen.**“*

Wut entsteht – ähnlich wie das Gefühl des genervt seins durch **fehlende Aktivitäten und daraus resultierender Exklusion:**

„Ich kann meine Familie im Ausland nicht sehen.“

„Weil ich nicht Übernacht bei Familie oder Freunden bleiben kann, WEIL WENN ICH EINEN TAG WO ANDERS SCHLAFE MUSS ICH DANACH 1 WOCHEN IN QUARANTÄNE IM ZIMMER BLEIBEN)“

„Freunde treffen und was unternehmen“

„Weil es nicht mehr zum Aushalten ist, aber man nichts tun kann, nur zu Hause ist nicht zum Aushalten“

„Ich bin wütend, weil Corona mir meinen Urlaub verdorben hat.“

Die Teilnehmenden sind aber auch **wütend auf ihre Mitmenschen** und machen diese aufgrund der Nichteinhaltung von Maßnahmen **verantwortlich** für die andauernde Situation:

„Wenn jeder etwas mehr auf die Hygiene achten würde, wäre es vielleicht nicht so weit gekommen...“

„Weil sich so viele Leute nicht an die Maskenpflicht halten und damit andere und sich selber gefährden.“

„Wenn sich gewisse Leute nicht an die Vereinbarungen halten können (Feiern, Veranstaltungen), wenn es eine Abmachung gibt und diese nicht eingehalten wird, z.B. in der Gastronomie die Registrierpflicht und man schreibt dann statt seinen richtigen Namen Micky Maus oder Daisy Duck hinauf, wenn es die andere Partei von einer Regierung immer besser weiß.“

„Wegen den Leuten, die absichtlich gegen die Richtlinien handeln. Sie verstehen nicht, dass sie jetzt zwar ein bisschen ihre Freiheit einbüßen müssen aber dafür andere Leute schützen.“

Auch das **vorgeschriebene Tragen eines Mund- Nasenschutzes** an unterschiedlichen Orten macht die Befragten **wütend**:

„Mund Nasen Maske, Hände desinfizieren. Warum kann das nicht so wie damals sein?“

„Dass man in der Schule mit Maske herumlaufen muss.“

„Weil es mich aufregt wieso man in offenen U-Bahn Stationen eine Mund-Nasen-Schutz tragen muss, obwohl da sowieso frische Luft rein kommt. Und wir in der Schule immer unser Mund-Nasen-Schutz Masken tragen müssen, wenn wir 1cm von unserem Platz entfernt sind.“

Ein Gefühl der **Verunsicherung** resultiert aus **unterschiedlichsten Faktoren**, wie den Corona-Tests und möglichen negativen Folgen eines positiven Tests, der Corona Ampel, fehlenden sozialen Kontakten, Angstmacherei in den Medien, aber auch wegen der eigenen Erkrankung und Unsicherheit wegen der Zukunft.

„Was wären die Folgen (Quarantäne, Kontakte etc) bei positivem Test?“

Da viele Menschen Corona als „Unsinn“ bezeichnen, wird es wohl noch länger dauern, bis wir das Virus besiegt haben, das wiederum vergrößert das Risiko, als Risikopatient an Corona zu erkranken. Und natürlich leiden auch die sozialen Kontakte auch daran. Naja ich hoffe, dass wir es trotzdem irgendwie überstehen oder eine Lösung finden, mit der es möglich ist, wieder Normalität ins Leben zu bringen.“

„Weil die Bevölkerung im Dunkeln gelassen wird, es wird zu wenig aufgeklärt, auch über Dinge, wie was ist grundsätzlich ein Virus?“ etc sollte es Edukationen geben. Stattdessen wird viel Angstmacherei betrieben, jeden Tag fragwürdige Zahlen gepostet. Mehr Forschung und Wissenschaftlichkeit und weniger Angst wären toll.“

„Verunsichert, wie ich Symptome und Signale meines Körpers deuten soll. Ist es Corona? Ist es etwas Physiologisches? Ist es psychosomatisch?“

„Kein Ende in Sicht. Viel Verzicht im kommenden Jahr.“

„Ich hab etwas Angst vor der Zukunft. Auch bezüglich der Schule.“

Angst wird vor allem wegen einer **möglichen Corona-Infektion zusätzlich zu ihrer bestehenden Erkrankung** empfunden. Einige Personen beschreiben, dass **alte Ängste wieder präsent sind**:

„Weil ich Angst habe, Corona zu bekommen.“

Weil mein Immunsystem schwach ist und meine Familie nicht da ist

„Weil ich Angst habe, dieses Virus zusätzlich zu meinem Hirntumor zu bekommen und weil ich Angst vor den Auswirkungen habe.“

„Angst vor weiterer Krankheit, Schmerzen. Angst vor dem Tod. Alte Ängste kommen wieder hoch.“

„Weil ich Angst habe, dass mich die Krankheit auch überfällt.“

Ein **Gefühl der Angst** resultiert aber auch an einer **möglichen Ansteckung anderer Familienmitglieder**, vor allem der Großeltern,

„Weil die Oma und der Opa Corona bekommen könnten.“

„Angst, andere Familienmitglieder anzustecken und sie dadurch womöglich zu verlieren.“

„Langzeitschäden, ältere Familienmitglieder sind in Gefahr.“

„Wegen meines Opas, große Sorgen.“

oder aufgrund einer **unsicheren Entwicklung des Virus**:

„Weil ich nicht weiß, wie es auf der Welt weitergeht und ob es irgendwann vorbei ist!“

„Weil ich nicht weiß, was noch auf uns zukommen wird? Weil die Zahlen noch schneller in die Höhe schießen als beim ersten Mal? Ob wir einen zweiten Lock-Down verhindern können? Wie lange bleibt uns dieser Virus?“

„Weil noch so viel Unsicherheit gegenüber dem Krankheitsverlauf, Behandlung oder Symptomatik besteht“

Einige empfinden Corona als **verwirrend** aufgrund von **unklaren Informationen und Botschaften über eine mögliche Erkrankung**:

„Die Lage ist verwirrend“

„Weil mir nicht immer ganz klar ist, wie die Lage in der Zeit so ist und wie ich mit den Informationen umgehen soll“

„Weil ich nie weiß, was die offiziellen Richtlinien sind, sie verändern sich dauernd und ich weiß nie, ob ich etwas richtig oder falsch mache“

„Weil immer etwas anderes sehr kurzfristig kommuniziert wird“

„Weil ständig was anderes entschieden wird und ich mich nicht mehr auskenne, was richtig und falsch ist“

Weil ich mich mit der Ampel und den Aussagen der Politiker nicht auskenne“

5.2.2 Gefühlslagen während Homeschooling bzw. Homeworking

Fragt man das Stimmungsbild konkret zu der Zeit ab, als von zu Hause gearbeitet bzw. gelernt wurde, ergibt sich eine **durchwachsene**, eher negative Haltung: Die Befragten fühlten sich hauptsächlich „neutral“, „genervt“, „verunsichert“, aber auch „zufrieden“.

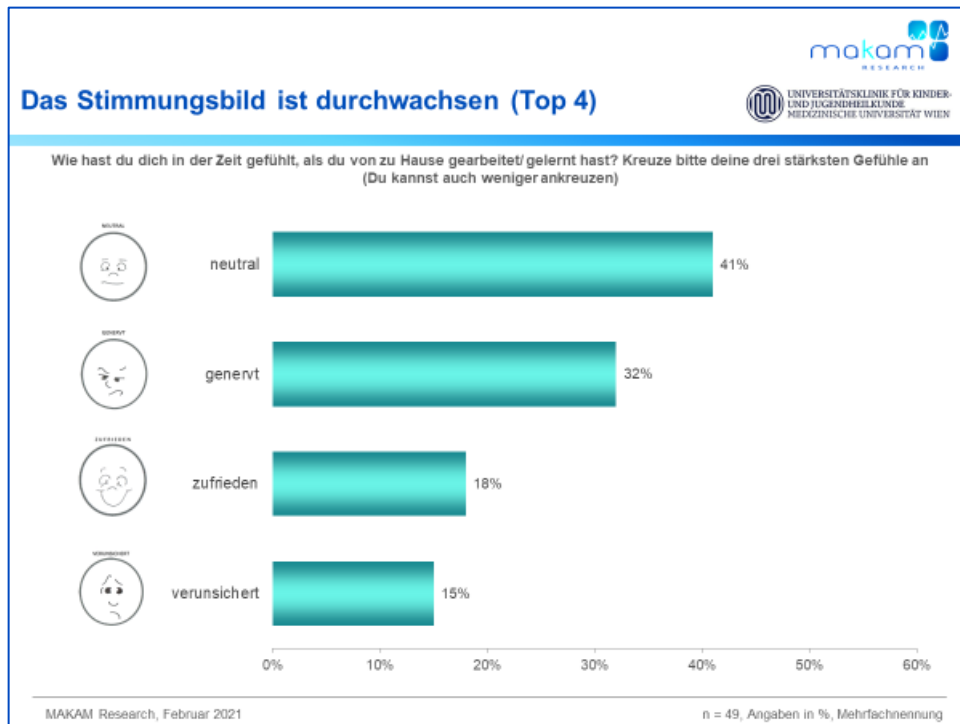


Abbildung 2: Gefühlslagen zu Corona

„Neutral“ waren jene Personen gestimmt, die zu Hause keine besonderen positiven oder negativen Momente erlebten. Am prägnantesten für diese Emotion kann die folgende Aussage gesehen werden: *„Einige Belastungen von davor sind weggefallen, andere sind dazugekommen“*. Häufig wurden jedoch keine konkreten Gründe genannt, wobei es als praktisch empfunden wurde, nicht mehr in die *„überfüllten Hörsäle“* oder allgemein *„raus“* gehen zu müssen.

„Ich bin von Natur aus eher introvertiert, also stört mich das nicht, dass ich nicht in die überfüllten Hörsäle sitzen muss. Ich genieße es, von daheim aus die Vorlesungen zu besuchen“

„War nicht das Tollste auf der Welt, aber auch nicht das Schlechteste“

„War angenehm, weil ich nicht raus musste und auch unangenehm“

„Es war so, man wurde selbstständig und man könnte alles für sich organisieren“

„Weil ich es auch wie normale Schule empfand“

„Weil es für mich selbst nicht so viel verändert hat“

„Mama hat mir Gott sei Dank alles erklärt“

„Weil ich mich zu Hause sicherer fühle bzgl. Corona“

„Insgesamt war's OK, während des Lock Downs zu Hause zu arbeiten. Einige Belastungen von davor sind weggefallen, andere sind dazugekommen“

Einige Kinder, Jugendliche und Erwachsene waren nicht nur **„genervt“**, sobald sie an Corona dachten, sondern auch, wenn sie zu Hause bleiben mussten. Dass sie gereizt waren, lag unter anderem daran, dass sie sich mit dem Lernstoff bzw. den (virtuellen) Meetings **überfordert** und **alleine** gelassen fühlten.

„Manchmal genervt, weil mein technisches Equipment nicht ganz den Anforderungen entspricht und daher manche Dinge nicht so funktioniert haben, wie sie hätten sollen“

„Weil es voll langweilig war“

„So viel HÜ“

„Weil keine anderen Kinder da waren“

„Weil alleine, viel mehr Stoff“

„Weil es viel zu viele Aufgaben gab, die man in kürzester Zeit machen musste“

„Den ganzen Plan des Tages zu sehen war sehr viel“

„Weil es nicht so gut erklärt wurde“

*„Im Home Office weniger informeller Austausch/Pausen mit Kolleg*innen, ein virtuelles Meeting nach dem anderen, Arbeit findet zu Hause statt -> sehr beanspruchend“*

Nicht selten waren die Befragten mit ihrer Situation aber auch **„zufrieden“**, was z.B. an der entspannteren Atmosphäre oder dem gemeinsamen Lernen mit den Eltern lag.

„Weil ich Mama lernen konnte“

„Weil ich zu Hause besser gelernt habe“

„Ich genieße es, von zu Hause aus die Uni zu besuchen“

„Bei Lernerfolg oder Austausch mit Kollegen“

„Entspanntes Arbeiten“

„Konnte alle Aufgaben mit Hilfe der Eltern lösen“

„Verunsicherung“ zeigt sich allgemein bei jenen, die nicht wussten, wie lange der Lockdown noch dauern würde. Schüler litten offensichtlich darunter, dass ihnen Lehrer fehlten, die regelmäßig ihre Hausaufgaben kontrollierten und Feedback gaben. Das würde die These der genervten Schüler stützen, die mit dem Lernmaterial überfordert waren.

„Es war mir oft zu lange und zu viel“

„Dass ich alle Hausaufgaben falsch hab, weil mir niemand helfen kann“

„Es war neu für mich und ich wusste nicht wie es weiter geht“

„Weil ich nie wusste ob das stimmt was ich abgegeben habe“

„Wie lange würde dieser Zustand gehen? Wie weit würde es sich ausbreiten?“

5.2.3 Gefühlslagen nach dem 1. Lockdown

Betrachtet man die Stimmungslage, sobald die Betroffenen wieder außer Haus lernen bzw. arbeiten konnten, schlugen die Emotionen im Vergleich zu vorher spürbar um: Die meisten fühlen sich nun **„glücklich“**, **„erleichtert“**, **„fröhlich“**, waren **„zufrieden“**, aber auch **„neutral“**. Bei den positiven Assoziationen mit dem Ende des Lernens bzw. des Arbeitens von zu Hause finden sich meist die gleichen Begründungen, nämlich das Wiedersehen mit Freunden und KollegInnen sowie damit verbunden die Rückkehr zu einem geregelteren Alltag – der Normalität. Aber auch der Umstand, *„etwas Sinnvolles tun“* zu können, heitert die Befragten auf, wobei „Sinn“ hier unterschiedlich interpretiert werden kann.

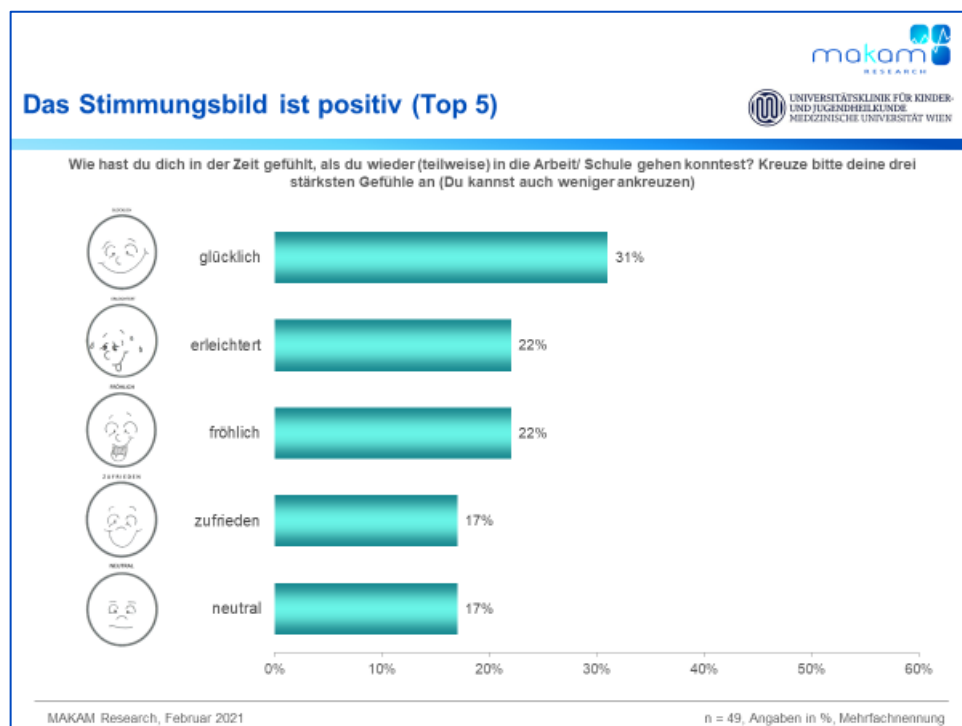


Abbildung 3: Gefühlslagen zu Corona

„Glücklich“ war die am häufigsten empfundene Emotion nach dem Lockdown. Die Gründe hierfür lassen sich vor allem den Kategorien **„Normalität“** und **„Wiedersehen“** zuordnen.

„Weil ich was für mein Gehalt tun kann“

„Weil ich meine Freunde wiedersehen konnte“

„Ich mag Schule“

„Alle wiedergesehen“

„Ich war froh, dass alles wieder relativ normal abläuft“

„Weil ich mich so auf die Schule gefreut hab“

„KollegInnen wieder anzutreffen, wieder in den geregelten Arbeitskreislauf hineinzukommen, auch wenn es nur zweimal in der Woche war“

„Da ich die Lockdown Zeit geschafft habe“

„Endlich wieder unter Menschen“

Die Coronakrise stellt allgemein eine Belastung für viele Menschen dar. Dass im Zuge des Lockdowns auch nicht nur fast alle Freizeitaktivitäten mit Freunden wegfallen, sondern auch das Beisammensein in der Schule oder auf der Arbeit, erschwert ihnen die Lage. Umso **„erleichterter“** fühlten sich die Befragten, als die Homeschooling- bzw. -office-Phase endete:

„Ich war erleichtert, da ich meine Freundinnen wiedergesehen habe“

„Weil ich erleichtert war, dass ich wieder arbeiten gehen konnte“

„Über Rückkehr zu einer Normalität“

„Endlich wieder etwas tun zu können, endlich wieder zweimal in der Woche in das Büro hineinfahren zu dürfen“

„Weil wieder in der Schule“

„Hab es [den Lernstoff; Anm. d. Verf.] wieder erklärt bekommen“

„Normaler Alltag - Freunde sehen“

Eng verwandt mit dem Gefühl der Erleichterung ist den Angaben zufolge auch jenes der Kategorie **„Fröhlich“**, denn auch hier sind Freunde und KollegInnen die treibende Kraft:

„Weil ich wieder alle Freunde und Lehrer sehen konnte“

„Weil ich wieder alle gesehen habe und der Alltag geregelter war“

„Weil es wieder normal in der Schule weiterging“

„Wieder etwas Sinnvolles tun“

„Weil ich wieder meine Kollegen und Kolleginnen sehen konnte“

„Weil ich einen Teil meiner Freunde wiedergesehen hab“

„Zufrieden“ beinhaltet im Prinzip die gleichen Gründe wie die obigen Emotionen. Der Grund liegt darin, dass die Betroffenen diese Gefühle gleichzeitig in Wechselwirkung miteinander empfunden haben, was durch ihre Auswahl von maximal 3 Gefühlen verdeutlicht wird.

„Weil ich meine Freunde wiedergesehen habe“

„Weil, alles wieder weitgehend NORMAL war.“

„Ich war zufrieden, weil ich wieder in die Schule sein durfte“

„Man freut sich wieder auf alle“

„Endlich wieder etwas tun zu können. Endlich wieder eine Aufgabe im Leben zu haben“

„Neutral“ grenzt sich von den oben genannten Gefühlen insofern ab, als es zu keinen nennenswerten Veränderungen im Berufs- oder Schulleben gekommen ist. Vereinzelt weisen die Befragten darauf hin, dass eine Rückkehr in die Schule nicht möglich war.

„Da ich in meiner Arbeit keinen eigenen Arbeitsplatz habe, auch immer auf die Computer der Kollegen zugreifen muss, wir auch Kundenverkehr haben und diese meistens dort sitzen wo ich meinen Platz habe, bin ich immer noch freigestellt“

„Ging nicht“

„Ging in meinem Bereich halt nicht anders. Meine Arbeit kann ich nicht dauerhaft von zu Hause machen, daher war für mich klar, dass ich irgendwann wieder raus muss und das ist/ war okay :)“

„Es hat sich davor und danach nicht wirklich viel verändert“

„Mit gemischten Gefühlen“

5.2.4 Gefühlslagen im Längsschnitt

Um eine Veränderung der Gefühlslage der befragten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen analysieren zu können, wurden diese im Rahmen eines Längsschnittes verglichen.

Die folgende Tabelle zeigt einen Vergleich der Gefühle während des 1. Lockdowns und danach:

Gefühle	während Lockdown	danach
ängstlich	4	1
genervt	11	1
traurig	3	1
verunsichert	5	4
verwirrt	4	1
überrascht		2
wütend		2
NEGATIV	27	12
neutral	14	6
überrascht	3	1
neugierig		4
aufgeregt		4
NEUTRAL	17	15
erleichtert	4	8
fröhlich	4	8
glücklich	4	11
stolz		2
zufrieden	6	6
POSITIV	18	35
GESAMT	62	62

Tabelle 1: Gefühlslagen während des 1. Lockdowns und danach¹

Aus der Tabelle lässt sich bereits ein Trend in Richtung **positiver Stimmung erkennen**: Gab es während des Lockdowns noch 27 negative Nennungen, waren es bei der Rückkehr in die Schule bzw. das Büro nur mehr 12. Umgekehrt wurden 18 positive Emotionen während und 35 positive Emotionen nach dem Lockdown angegeben.

¹ Eine Person konnte bis zu 3 Emotionen angeben.

Um einen Vorher-Nachher Vergleich der Gefühlslagen durchführen zu können, wurden die Gefühle der Befragten in

- positiv²
- negativ³
- ambivalent⁴
- neutral

eingeteilt.

Aus dieser Einteilung lassen sich folgende Ergebnisse ableiten:

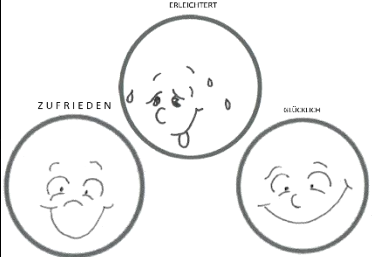

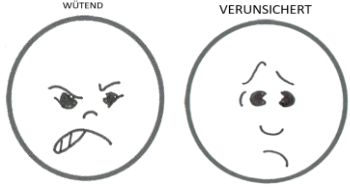
<p><i>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du von zu Hause gearbeitet/gelernt hast?</i></p>		<p><i>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du wieder (teilweise) in die Arbeit/Schule gehen konntest?</i></p>
<p>Von 8 positiv gestimmten Personen während des Lockdowns...</p>		<p>... fühlten sich nach dem Lockdown 2 schlecht</p>
	<p>PRIMÄRE EMOTIONEN</p> 	
<ul style="list-style-type: none"> • Mit Familie/ Freunden lernen • Gefühl der Sicherheit • Bequemlichkeit • Effizienteres Lernen/ Arbeiten 	<p>Motive (kategorisiert)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Schule nimmt Corona nicht ernst • Ungewissheit darüber, wie lange die Home-Office-Regelung noch dauern wird

Tabelle 2: Gefühlslagen im Vergleich

Die Befragten, die sich während des Lockdowns **wohl fühlten**, waren vor allem deshalb erleichtert, weil sie **bei ihrer Familie sein** und/ oder remote **mit Freunden lernen** konnten. Hier machen also die **Mitmenschen einen Großteil des positiven Gefühls** aus.

„Weil ich zu Hause (im Waldviertel bei Familie, nicht in der eigenen Wohnung) mehr tun kann als in Wien“

„Weil ich mehr Zeit mit meiner Schwester und meiner Familie verbringen könnte“

„Weil ich mit Mama lernen konnte“

„Weil ich bei der Familie sein konnte (Oma und Haustiere)“

² zumindest ein Gefühl ist positiv, kein negatives Gefühl (innerhalb einer Frage)

³ zumindest ein Gefühl ist negativ, kein positives Gefühl (innerhalb einer Frage)

⁴ Sowohl positive als auch negative Gefühle (innerhalb einer Frage)

„Wir haben oft Witze während Zoom Konferenzen gemacht und das hat Spaß gemacht“

„Es war witzig, mit meinen Freundinnen gemeinsam zu arbeiten (online)“

Weitere Gründe für Positives sind **Sicherheit**, **Bequemlichkeit** und das Gefühl, zu Hause **effizienter** arbeiten zu können als auswärts:

„Hab mich sicher gefühlt, zu Hause zu sein“

„Weil ich nicht zur Schule gehen musste“

„Weil ich zu Hause besser gelernt habe“

Bei lediglich **2 der Befragten schlug die Zufriedenheit mit der Situation während des Lockdowns in negative Gefühle** um. Diese lagen zum einen daran, dass „meine Schule Corona nicht ernst nimmt“ und zum anderen in der „Unsicherheit, ob ich nächste Woche Homeoffice habe oder weiterhin in die Arbeit gehen kann“.

Im Folgenden wird der umgekehrte Fall untersucht: Die untere Tabelle stellt dar, wie und warum sich die schlechte Laune zur Lockdown-Zeit **in positiv konnotierte Gefühle** entwickelt hat.



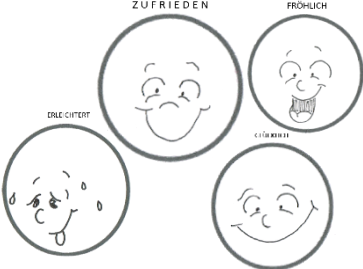
<p>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du von zu Hause gearbeitet/gelernt hast?</p>		<p>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du wieder (teilw.) in die Arbeit/Schule gehen konntest?</p>
<p>Von 15 negativ gestimmten Personen während des Lockdowns.....</p>		<p>... fühlten sich nach dem Lockdown 10 gut</p>
<p>GENERT</p> 	<p>PRIMÄRE EMOTIONEN</p> 	<p>ZUFRIEDEN FRÖHLICH</p> 
<ul style="list-style-type: none"> • Überforderung mit dem Lernstoff • Ungewissheit darüber, wie lange die Situation noch andauern wird • Langeweile • Die allgemeine Lage ist aufreibend 	<p>Gründe (kategorisiert)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederaufnahme sozialer Interaktion (z.B. mit Freunden oder KollegInnen) • Rückkehr zur Normalität (außerhalb der eigenen 4 Wände) • Rückkehr in die Schule/ Arbeit

Tabelle 3: Gefühlslagen im Vergleich

Dass die Befragten sich während des Lockdowns schlecht fühlten, lag hauptsächlich daran, dass sie von der Isolierung **genervt** waren.

Vor allem die **Überforderung** mit dem Lernstoff und die daraus resultierende **Hilflosigkeit** wird als Grund für die Gereiztheit angegeben:

„So viel HÜ“

„Den ganzen Plan des Tages zu sehen war sehr viel“

„Weil es nicht so gut erklärt wurde“

„Weil wir neue Lehrer hatten und Englisch neuen Stoff war schwierig zu verstehen“

„Dass ich alle Hausaufgaben falsch hab, weil mir niemand helfen kann“

„Weil ich nie wusste ob das stimmt was ich abgegeben habe“

„Weil ich manche Hausaufgaben gar nicht kapiert hab und manche so schwierig waren“

Außerdem fühlten sich die Befragten **im Unklaren** gelassen, wann bzw. ob sich die Situation wieder normalisiert.

„Wie lange würde dieser Zustand gehen? Wie weit würde es sich ausbreiten?“

„Weil man nicht weiß wie es weitergeht. Ungewissheit“

„Weil mich die Situation verwirrt hat, zu Hause zu lernen, so lange“

Bei einigen Personen herrschte außerdem **Langeweile** und Unzufriedenheit mit der **allgemeinen Lage**:

„Weil es voll langweilig war“

„Über die Lage“

„Gesamtzustände“

Der Großteil dieser Personen, die mit der Situation, von zu Hause aus zu lernen oder zu arbeiten, überfordert waren, genossen die Rückkehr in ein Stück Normalität außerhalb der eigenen vier Wände. Hierbei spielte die **Wiederaufnahme der sozialen Kontakte** eine wesentliche Rolle, aber auch die **Rückkehr in den Alltag**. Freunde oder zumindest gute Bekannte wiederzusehen bzw. (physisch) zu treffen gibt ein Stück der Zugehörigkeit und des sozialen Beisammenseins zurück.

„Weil ich wieder alle Freunde und Lehrer sehen konnte“

„Weil ich meine Freunde wiedergesehen habe“

„Endlich wieder etwas tun zu können. Endlich wieder zweimal in der Woche in das Büro hineinfahren zu dürfen“

„Weil ich wieder alle gesehen habe und der Alltag geregelter war“

„Weil ich mich so auf die schule gefreut hab“

„KollegInnen wieder anzutreffen. Wieder in den geregelten Arbeitskreislauf hineinzukommen, auch wenn es nur zweimal in der Woche war“

„Ich war zufrieden, weil ich wieder in die Schule sein durfte“

„Man freut sich wieder auf alle“

„Endlich wieder etwas tun zu können. Endlich wieder eine Aufgabe im Leben zu haben“

Zusammenfassend lässt sich beobachten, dass auf der einen Seite die **Gefühle der Erleichterung, des Glücklichseins und der Zufriedenheit** während des Lockdowns bei den Betroffenen **in Wut und Verunsicherung umschlugen**. Das passierte aber nur bei 2 Personen. Häufiger waren der **Umschwung von allgemeiner Genervtheit in Zufriedenheit, Erleichterung, Fröhlichkeit und Glücklichsein zu beobachten**. Das Gefühl, permanent von Freunden bzw. KollegInnen isoliert zu sein, ohne zu wissen, ob das Wiedersehen in naher Zukunft stattfinden wird, wird als aufreibend empfunden und verstärkt die Theorie, dass (gleichgesinnte) Menschen aufeinander angewiesen sind und elementarer Bestandteil des Copings sein können.

Als weiteres Szenario wurden Befragte mit einer **ambivalenten Stimmungslage** herangezogen. Damit sind jene gemeint, die bei der Nennung von 3 Stimmungsbildern gemischte Gefühle hatten.






<p>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du von zu Hause gearbeitet/gelernt hast?</p>		<p>Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du wieder (teilw.) in die Arbeit/Schule gehen konntest?</p>
<p>Von 5 ambivalent gestimmten Personen während des Lockdowns...</p>		<p>... blieb bei 1 Person der Gemütszustand nach dem Lockdown unverändert</p>
<p>ZUFRIEDEN</p>  <p>GENERT</p> 	<p>PRIMÄRE EMOTIONEN</p> 	<p>ÄNGSTLICH</p>  <p>FRÖHLICH</p> 
<ul style="list-style-type: none"> • Mit Homeschooling/ Office verbundener Stress • Eltern helfen bei den Schulaufgaben und verbringen dadurch mehr Zeit mit dem Kind • Zeitersparnis/ entspanntes Arbeiten 	<p>Gründe (kategorisiert)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Freude über das Wiedersehen mit Freunden bei gleichzeitiger Angst vor einer Ansteckung

Tabelle 4: Gefühlslagen im Vergleich

Auch wenn die Stichprobe hier sehr klein ist, ließen sich wertvolle Erlebnisse der Personen ableiten, die als Idealtypus für das allgemeine Empfinden dienen können:

Bei einer Person war die Mutter bei der Lösung der Schulaufgaben zwar eine große Hilfe, die permanente Kontrolle durch den Elternteil hat das Kind jedoch gestört. So meint sie einerseits: *„Mama hat mir Gott sei Dank alles erklärt“* und *„konnte alle Aufgaben mit Hilfe der Eltern lösen“*, doch eine gewisse Anspannung war zu verspüren, *„weil Mama immer schaut, dass ich alle Sachen habe“*.

Einer anderen Person ging es mit den Lernerfolgen dank der Mutter ähnlich; der Lernalltag war aber *„oft zu lange und zu viel“*, was darauf schließen lässt, dass der Transfer von lokalem Unterricht zu Homeschooling mit deutlichem Mehraufwand einhergeht.

In einem Fall wurden zu beiden Fragen begründete Emotionen angegeben. So freute sich das Kind einerseits darüber, im Homeschooling mehr Zeit mit der Familie verbringen zu können. Auf der anderen Seite war es ängstlich, *„[w]eil ich nicht genau wusste was passieren wird“*.

Bei der Rückkehr in die Schule freute sich die Person zwar, einen Teil ihrer Freunde wiederzusehen und war neugierig auf den neuen Schulalltag mit der Hälfte der Klasse, also *„wie es weiter gehen würde und wie die Stunden mit nur der Hälfte der Klasse so ist“*. Doch sie hatte gleichzeitig Angst, sich mit Corona anzustecken: *„Ich wusste nicht ob ich mich mit Corona infizieren kann“*

Abschließend wurde ein Szenario entworfen, in dem sich Personen **ohne große Gefühlsregung schlecht fühlten**, sobald sie wieder zur Schule bzw. zur Arbeit gingen. Sie waren genauer gesagt in negativem Sinne überrascht:




Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du von zu Hause gearbeitet/gelernt hast?		Wie hast du dich in der Zeit gefühlt, als du wieder (teilw.) in die Arbeit/Schule gehen konntest?
Von 6 neutral gestimmten Personen vor dem Lockdown...		... fühlten sich 2 Personen nach dem Lockdown schlecht (negativ überrascht)
<p>NEUTRAL</p> 	<p>PRIMÄRE EMOTIONEN</p> 	<p>ÜBERRASCHT</p> 
<ul style="list-style-type: none"> Die Situation war in Ordnung Keine Möglichkeit, zu arbeiten 	<p>Gründe (kategorisiert)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Distanziertes Verhältnis zu Freunden Intransparenz

Tabelle 5: Gefühlslagen im Vergleich

Während das Distance-Learning bei einer Person keine besonderen Emotionen auslöste, war sie bei der Rückkehr in die Schule verwundert, denn „*meine Freunde waren so abgegrenzt, obwohl ich ja eigentlich nichts getan hatte*“. Daraus folgerte sie: „*Ich war nicht mehr so close [eng befreundet; Anm. d. Verf.] mit meinen Freunden*“. In einem weiteren Fall war eine intransparente Kommunikation die Ursache: „*Andere Kollegen (mit einer Vorerkrankung) dürfen bis auf weiteres zu Hause bleiben. Ich wusste gar nichts davon, von dieser Möglichkeit!*“

5.2.5 Negative Erfahrungen während des Lockdowns

Der Großteil der befragten Kinder und Jugendlichen hat die Corona-Zeit des Jahres 2020 aufgrund **fehlender sozialer Kontakte** schlechter als sonst empfunden. So konnten keine Treffen mit Familie und Freunden stattfinden, die vielen gefehlt haben.

„*Da ich meine Freundinnen nicht mehr sehen konnte und meine Oma*“

„*Dass ich zur Außenwelt und zu Menschen im Allgemeinen nicht so viel Kontakt hatte.*“

„*Dass ich die Wohnung nur für Einkäufe und Arztbesuche verlassen kann und dass (außer telefonisch) kaum Kontakt zu Freundinnen und Familie möglich ist*“

„*Ich konnte mit meiner Mutter nicht Geburtstag feiern!*“

„*Kein Kontakt zu der Außenwelt, Chor, Freunde usw.*“

„Das Wissen, dass meine Großeltern alleine zu Hause sitzen Dass ich meine Familie allgemein nicht so oft sehen konnte bzw. gar nicht sehen konnte Dass sich alles digitalisiert und weniger menschlicher Kontakt zustande kommt“

„Konnte am Anfang des Lock Downs Oma, Opa und Uroma nicht sehen“

Ein Kind berichtet sogar von einem **völligen Verlust des Freundeskreises**:

„Habe meinen Freundeskreis komplett verloren, keine Freunde mehr; das macht mich sehr traurig“

Das **Eingesperrt sein in den eigenen 4 Wänden** wurde von vielen kritisiert:

„Langweilig, ich konnte nirgendwo hin“

„Dass ich die Wohnung nur für Einkäufe und Arztbesuche verlassen kann“

„Ja man kann nicht mehr so viel machen, Grad am Wochenende“

„Keine kulturellen Veranstaltungen“

„Dass einiges im Freundesbereich ausgefallen ist. [...] Dass allgemein einiges nicht stattfinden konnte.“

„Dass man nicht sehr oft raus gehen könnte.“

„Zu Hause bleiben und Kontakt zu Freunden“

Eine **unsichere Zukunft** ist auch ein Aspekt, der durch den Lockdown ausgelöst oder verstärkt wurde.

„Die unsichere Zukunft ist leider noch nicht vorbei. Ungewissheit“

„Zu Hause sein und nicht zu wissen, wann man wieder arbeiten gehen darf.“

„[...] keiner weiß was in Zukunft sein wird.“

„Dass immer mehr krank wurden“

„Man weiß nicht mehr, was man tun soll“

Eine Befragte äußerte Unsicherheit in dem Zusammenhang, dass ihre **Eltern ihre eigene Unsicherheit projizieren**.

„Die Unsicherheit meiner Eltern, die sie auf mich projiziert haben.“

Ein/e Befragte äußert eine **Angst vor „schlechterer Versorgung“ im Spital** während des Lockdowns und ein/e weitere/r Befragte, dass Vorsicht generell *„sehr unangenehm für mich“* sei.

Homeschooling wurde von einigen als negativ empfunden, da sie auf der einen Seite *„weniger Unterstützung bekommen“* haben und kein Kontakt zu MitschülerInnen möglich war.

5.2.6 Positive Erfahrungen während des Lockdowns

Positives am Lockdown resultiert vor allem daraus, nun mehr Zeit in der **familiären Umgebung** oder zu Hause verbringen zu können, vor allem dann, wenn die anderen Familienmitglieder auch von zu Hause aus arbeiten. Die gemeinsame Zeit mit beispielsweise Eltern und Geschwistern wird mit Geborgenheit und Harmonie assoziiert, was über alle TeilnehmerInnen als wertvolles Gegengewicht zum chaotischen Zustand wegen Corona sowie als emotionale Stütze interpretiert werden kann.

„Dass ich mehr Zeit mit meiner Familie verbracht hab als sonst“

„Viel Zeit für die Familie im Haushalt“

„Wir waren viel zu Hause und haben sehr viel gespielt“

„Dass man mehr bei den Eltern und den Geschwistern war, aber die mussten trotzdem arbeiten“

„Dass man mehr Zeit mit der Familie verbringen könnte, ich hab viel mehr mit meiner Schwester gemacht“

„Intensive, gemeinsame Zeit mit der Familie war auch sehr schön und harmonisch“

„Ich habe viel mit Mama gekocht und gespielt“

Die Corona-Krise geht wegen der wegfallenden Anfahrtszeit und/ oder Kurzarbeit mit **mehr Freizeit** einher. Diese wird vom Großteil der Befragten für sich selbst genutzt. So fangen einige Befragte entweder **neue Hobbys** an oder nehmen Aktivitäten wieder auf, für die sie vor dem Lockdown keine Zeit hatten. Folglich können sie dem neuen Alltag **entspannter** und **ausgeglichener** begegnen, weil ein gewisser Druck wegfällt, der dadurch entstand, dass Termine eingehalten werden mussten. Dieser Umstand regt auch dazu an, sich mit sich selbst, aber auch mit Themen wie (Post-)Materialismus, Entschleunigung oder flexibler Zeiteinteilung auseinanderzusetzen.

„Die Ruhe habe ich sehr genossen, zur Ruhe kommen, auskurieren“

„Ich habe mehr auf mich geachtet“

„Weniger Termine (Termin-/Freizeitstress) und Verpflichtungen (hauptsächlich, aber nicht nur, im privaten Bereich)“

„Kein Druck mehr Sachen zu unternehmen und bei großen Veranstaltungen dabei zu sein“

„Dass ich nicht hinausmusste“

„Doch mehr Ruhe zu haben für viele Dinge, die ich sonst nie so gemacht habe und einfach zu merken wie ein Leben Mal ohne "Luxus" ist, bzw. mit einfach wenigen Dingen auszukommen“

„Der erste Lockdown war schon angenehm, da einfach viel Stress rausgenommen wurde und ich gemerkt habe, wie sehr ich eigentlich immer durch meinen Alltag hetzte. Aber das hat sich dann leider relativ bald wieder "normalisiert"“

„Weniger Stress, mehr Ausgeglichenheit“

„Es war entschleunigter“

„Also da ich ja von der Arbeit freigestellt bin, habe ich mehr Zeit mich beim Backen zuhause voll auszulassen und neue Erfahrungen zu machen“

„Mehr Zeit für Sport, zum Kochen“

„Reiten angefangen“

„Länger schlafen und etwas länger aufbleiben“

„Die Umwelt ist besser geworden, weil weniger Menschen Auto gefahren sind“

„Nicht so viele große Menschenmengen“

Auch unter den SchülerInnen wurden die teilweise **wegfallenden Hausübungen und Präsenzveranstaltungen** positiv aufgenommen.

„Wir hatten nicht so lang Schule und die Zeit war freier einteilbar“

„Dass ich am Nachmittag machen konnte, was ich wollte“

„Nicht jeden Tag Schule“

„Und keine Hausübungszeit in der Schule hatte :)"

„Dass ich Fernsehen und Handy schauen konnte“

Grundsätzlich fiel durch alle Befragten hinweg die Erleichterung in den Nennungen auf. Die Befragten „müssen“ nicht mehr, sondern „können“ und „tun“ – sie nahmen sich Zeit für Entspannung und fühlten sich dementsprechend aktiver. Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Verhalten wird den Befragten deutlich, wie *„sehr [sie] eigentlich immer durch [den] Alltag hetzte[n]“* und ein Stück weit die Kontrolle über den Alltag gewonnen haben.

5.2.7 Mögliche ideale Situation

Die ideale Situation ist für den Großteil der Befragten wieder ein **regulärer Alltag wie vor Corona**. Darunter fallen besonders der **Wegfall der Maskenpflicht** und die derzeitige **Pflicht zum Abstandhalten**. Es wird ersichtlich, dass den Personen die **körperliche Nähe** (z.B. in Form von Umarmungen) fehlt. Ihnen ist zwar bewusst, dass die Maßnahmen zur Eindämmung für eine ungewisse Zeit bestehen bleiben, wünschen sich aber zumindest die **Rückkehr in die Schule bzw. Arbeit**. Hier lässt sich anschließend an die vorherigen Fragen argumentieren, dass Menschen sich in ihrer **gewohnten Struktur wohlfühlen und die Corona-Maßnahmen diese Struktur beeinträchtigen**. Das resultiert in unterschiedlichen negativen Gefühlen wie Verwirrung, Gereiztheit oder Trauer.

„Ganz normal wie früher“

„Ohne den ganzen Vorschriften arbeiten zu können“

„Wenn wieder also ganz normal wäre. Aber da das nicht möglich ist, dass wir den Unterricht so gestalten dass dieser halbwegs normal ablaufen kann“

„Dass ich wieder arbeiten gehen kann, Maske und Co. sind für mich okay, das Gefühl Gehalt zu bekommen trotz Freistellung ist nicht gut“

„Ich würde gerne in die Schule gehen“

„Wenn Schule nicht schließt“

„Wenn ganz normaler Unterricht und Ablauf wäre“

„Ganz normaler Präsenzunterricht“

„Keine Maske, wieder umarmen dürfen“

Auf der anderen Seite werden die Maßnahmen von einigen **befürwortet**, da die Befolgung gewisser Regeln zur Reduktion der Infektionen als notwendig erachtet wird.

„Ich finde wie es gerade ist, dass man Masken tragen muss und dann Abstand einhalten muss, soll auch so bleiben. Obwohl ich das umarmen von Freunden vermisse“

„Nicht bei meiner [Schule; Anm. d. Verf.], aber ich finde Sport sollte jetzt bei Corona ausfallen, weil sich da alle in einem Raum bewegen und ja keine Masken tragen und wenn man draußen ist dann erkältet man sich“

Einige machen **keine konkreten Angaben zur idealen Situation**, da sie insofern nicht unzufrieden sind, da auf ihre **Erkrankung besonders Rücksicht** genommen wird:

„Bei mir passt alles, weil auf mich sehr geachtet wird!“

„Ich kann es nicht wirklich beantworten, da an meinem Arbeitsplatz sehr auf meine Erkrankung Rücksicht genommen wird!“

„Bin eigentlich sehr zufrieden :)“

„Situation ist gut, wie sie ist“

„Passt so wie es ist, im Moment“

6 Anhang

6.1 Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Gefühlslagen während des 1. Lockdowns und danach	16
Tabelle 2: Gefühlslagen im Vergleich.....	17
Tabelle 3: Gefühlslagen im Vergleich.....	18
Tabelle 4: Gefühlslagen im Vergleich.....	20
Tabelle 5: Gefühlslagen im Vergleich.....	22

6.2 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Gefühlslagen zu Corona	7
Abbildung 2: Gefühlslagen zu Corona	11
Abbildung 3: Gefühlslagen zu Corona	13
