



Medienmitteilung vom 18. Februar 2021

ZHAW School of Management and Law und Universität Zürich

## Lebensqualität der Schweizer hat leicht abgenommen

**Der Anteil der Schweizer Bevölkerung, die ihre Lebensqualität als gut oder sehr gut beurteilt, ist etwas gesunken. Er beträgt aber immer noch 80 Prozent. Eine erhöhte psychische Belastung erleben insbesondere junge Menschen. Das zeigt der aktuelle COVID-19-Social-Monitor der ZHAW und der Universität Zürich.**

Vier Fünftel der Schweizer Bevölkerung stufen ihre aktuelle Lebensqualität als gut oder sehr gut ein. Dieser Anteil ist in den vergangenen drei Monaten leicht gesunken, parallel zur Einführung der verschärften Corona-Schutzmassnahmen Ende Oktober und zum erneuten Shutdown im Januar. In den Sommermonaten und im Frühherbst 2020 betrug der Wert noch rund 90 Prozent. Dies zeigt die jüngste Erhebung des «COVID-19 Social Monitor» der ZHAW School of Management and Law und der Universität Zürich von Ende Januar. Die Studie untersucht seit März 2020 mit regelmässigen Umfragen die Auswirkungen der Coronakrise auf die Bevölkerung. «Auch wenn die Resultate eine etwas tiefere Zufriedenheit zeigen – insgesamt bewerten die meisten Menschen in der Schweiz trotz der gegenwärtig starken Einschränkungen ihre Lebensqualität nach wie vor als hoch», sagt Marc Höglinger, Leiter Versorgungsforschung am Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie der ZHAW.

### Leicht erhöhte psychische Belastung im Winter

Zugleich fühlen sich etwas mehr Menschen häufig einsam oder verspüren eine erhöhte psychische Belastung. Die entsprechenden Anteile liegen aktuell bei 10 und 28 Prozent im Vergleich zu 6 respektive 21 Prozent Ende September. «Zu dieser leichten Zunahme dürfte neben dem Shutdown auch der Winter beitragen. Generell sind solche psychischen Belastungen aber nicht mit Erkrankungen wie einer Depression gleichzusetzen. Eine Mehrheit der Menschen kann die Herausforderungen verkraften und bleibt gesund», sagt Marc Höglinger. «Anders kann es bei Personen sein, die bereits vor der Pandemie stark psychisch belastet waren oder beispielsweise durch Arbeitslosigkeit oder einen Todesfall im eigenen Umfeld hart getroffen wurden. Es braucht daher eine differenzierte Betrachtung.»

### Junge und Alleinstehende häufiger einsam

Gewisse Bevölkerungsgruppen sind besonders betroffen: So leiden junge Erwachsene zwischen 18 und 29 Jahren mit 18 beziehungsweise 44 Prozent viel öfter als andere Altersgruppen an Einsamkeit oder psychischer Belastung. «Bei den Jungen lagen diese Werte in fast all unseren Befragungen seit dem letzten Frühling höher. Zudem sind sie in den letzten Monaten stärker angestiegen», erklärt Oliver Hämmig, Bereichsleiter Gesundheitsberichterstattung und -monitoring am Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich. Auch alleinstehende Menschen sind etwa drei- bis



viermal so häufig von Einsamkeit betroffen wie solche in Paar- oder Familienhaushalten. «Diese Unterschiede zeigen sich während der ganzen Pandemie, im aktuellen Shutdown, aber auch zu normalen Zeiten, wie man aus früheren Studien weiss», betont Oliver Hämmig.

### Weniger Homeoffice als im Frühling

Zudem hält sich die Bevölkerung ziemlich gut an die von den Behörden empfohlenen oder angeordneten Schutzmassnahmen: So befolgen 92 Prozent immer oder meistens die Abstandsregeln, 97 Prozent tragen eine Maske und 70 Prozent verzichten überwiegend auf private Besuche und bleiben zu Hause. «Diese Werte sind in den vergangenen Monaten wieder angestiegen. Insbesondere beim Verzicht auf private Besuche oder beim Zuhausebleiben liegen sie aber etwas tiefer als während des Shutdowns im letzten Frühling», sagt Marc Höglinger. Mit der entsprechenden Anweisung des Bundesrats arbeiten aktuell auch wieder mehr Menschen ausschliesslich oder meistens im Home-Office (30 Prozent). Aber es sind etwas weniger als im Frühling, als rund 40 Prozent zumindest meistens von zu Hause tätig waren.

Kaum verändert hat sich seit Beginn der Pandemie die Arbeitsplatzunsicherheit: Knapp 10 Prozent aller Menschen in der Schweiz haben ziemlich oder viel Angst, ihre Stelle zu verlieren. Zwei- bis dreimal so hoch liegt dieser Anteil jedoch bei Beschäftigten in Branchen wie Gastgewerbe, Kultur oder Sport, die von den Corona-Massnahmen besonders betroffen sind.

### Regelmässige Befragungen

Der COVID-19 Social Monitor ist ein Gemeinschaftsprojekt des Winterthurer Instituts für Gesundheitsökonomie der ZHAW und des Instituts für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich. Die Forschenden befragen in regelmässigen Abständen zwischen 1492 und 2802 Personen aus allen Landesteilen. Das erlaubt für die Schweiz repräsentative Aussagen zur Entwicklung der erfassten Indikatoren über die Zeit. Die Untersuchung zeigt Veränderungen im Wohlbefinden, im Gesundheitszustand, in der Erwerbssituation und im Verhalten der Schweizer Bevölkerung im Verlauf der Coronakrise detailliert auf. Bisher wurden 13 Befragungen im Zeitraum vom 30. März 2020 bis zum 4. Februar 2021 durchgeführt.

[www.zhaw.ch/wig/covid-social-monitor](http://www.zhaw.ch/wig/covid-social-monitor)

### Kontakt

- Marc Höglinger, Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie, ZHAW School of Management and Law, Telefon 058 934 49 80, E-Mail: [marc.hoeglinger@zhaw.ch](mailto:marc.hoeglinger@zhaw.ch)
- Oliver Hämmig, Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention, Universität Zürich, Telefon 044 634 46 82, E-Mail: [oliver.haemmig@uzh.ch](mailto:oliver.haemmig@uzh.ch)
- Frederic Härvelid, Kommunikation, ZHAW School of Management and Law, Telefon 058 934 51 21, E-Mail: [oscarfrederic.haervelid@zhaw.ch](mailto:oscarfrederic.haervelid@zhaw.ch)
- Media Relations Universität Zürich, Telefon 044 634 44 67, E-Mail: [mediarelations@kommunikation.uzh.ch](mailto:mediarelations@kommunikation.uzh.ch)