

# AUSNAHME – ZUSTAND



# URLAUB

## **Wenn es zu einem zwischenmenschlichen Vulkanausbruch kommt. Bedürfnispyramide auf den Kopf gestellt (Unterschiede Mann/Frau)!**

Das ganze Jahr sehnt man sich nach der Zeit, wo man den Alltagsstress im Büro am Arbeitsplatz hinter sich lassen kann und seine Seele in den Bergen oder am Meeresstrand baumeln lässt. Doch in vielen Fällen stellt sich der „mentale Umkehrschub“ ein, der paradoxerweise den Stress nicht fallen lässt, sondern die Spannung zwischen den urlaubsreichen Partnern und Familienmitgliedern steigen lässt. Was läuft da so ab, fragt man sich, wie kann es geschehen, dass aus dem Urlaubshimmel die Hölle wird?

Die Erwartungshaltung, die Spannung auf Knopfdruck loszuwerden löst in vielen Fällen ein Phänomen aus, welches man mit einem Ausnahmezustand vergleichen kann, in den Menschen geraten, wenn sie in Extremsituationen kommen. Unsicherheit, Angst und Panik kommen auf, man ist gereizt, hypersensibel auf Veränderungen, die auf einen zukommen. Der Partner, die Partnerin, die Kinder wirken im fremden Umfeld des Urlaubsortes nicht mehr als Bereicherung, sondern belastend, den eigenen Gemütszustand in Balance zu bringen.

**Untersuchungszeitraum: 09.08.2010 bis 13.08.2010**

**Stichprobe:** Österreichweit 850 Personen nach dem Quotaverfahren

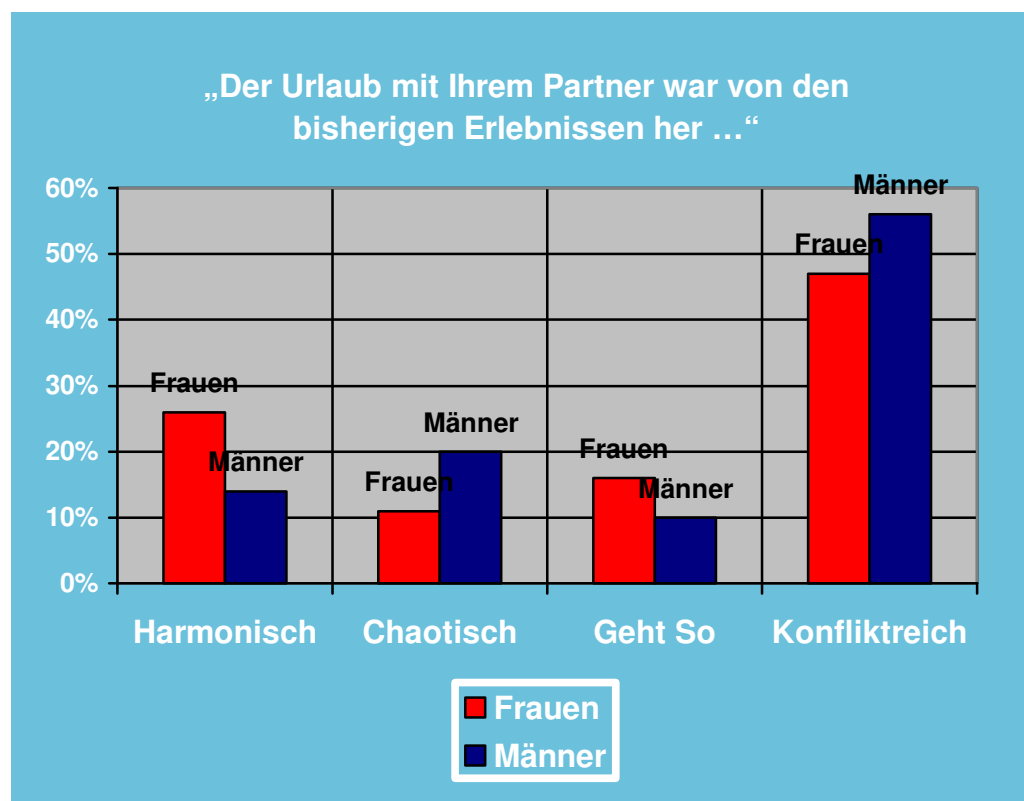
**Verantwortlicher Ansprechpartner:** Dr. Franz Witzeling,  
Soziologe und Psychotherapeut, Leiter des Humaninstituts

Link: [www.humaninstitut.at](http://www.humaninstitut.at) E-Mail: [office@humaninstitut.at](mailto:office@humaninstitut.at)

**FRAGEN - ANTWORTEN - ERGEBNISSE - ANALYSEN**
**Frage 1:**

„Der Urlaub mit Ihrem Partner war von den bisherigen Erlebnissen her ...“

	♀	♂
HARMONISCH	26%	14%
CHAOTISCH	11%	20%
GEHT SO	16%	10%
KONFLIKTREICH	47%	56%



**Frage 2:**

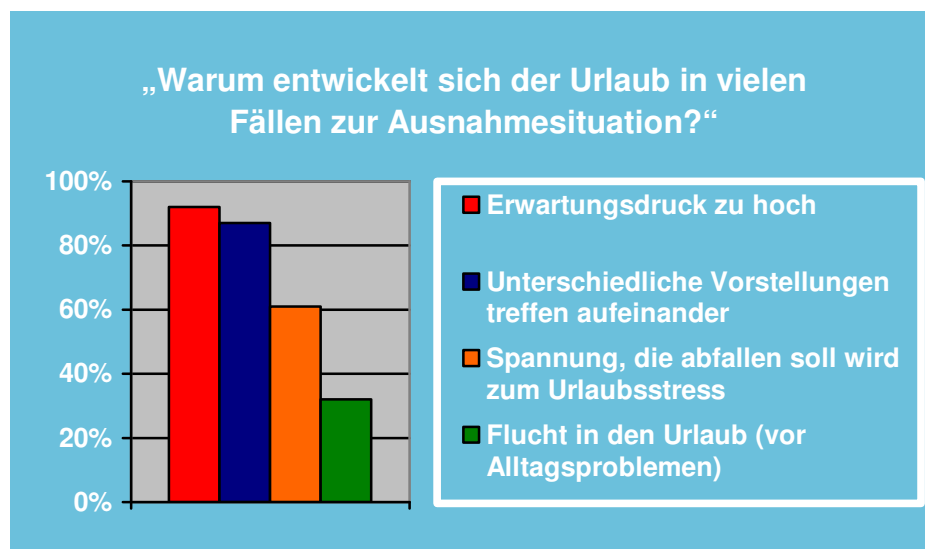
„Brechen Ihrer Meinung nach im Urlaub oft die Konflikte aus, die sich im Alltag zusammen gebräut haben?“

SEHR OFT	61%
MANCHMAL	24%
EHER SELTEN	12%
NIE	3%

**Frage 3: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)**

„Warum entwickelt sich der Urlaub in vielen Fällen zur Ausnahmesituation?“  
**(Mehrfachnennung möglich!)**

Erwartungsdruck zu hoch	92%
Unterschiedliche Vorstellungen treffen aufeinander	87%
Spannung, die abfallen soll wird zum Urlaubsstress	61%
Flucht in den Urlaub (vor Alltagsproblemen)	32%

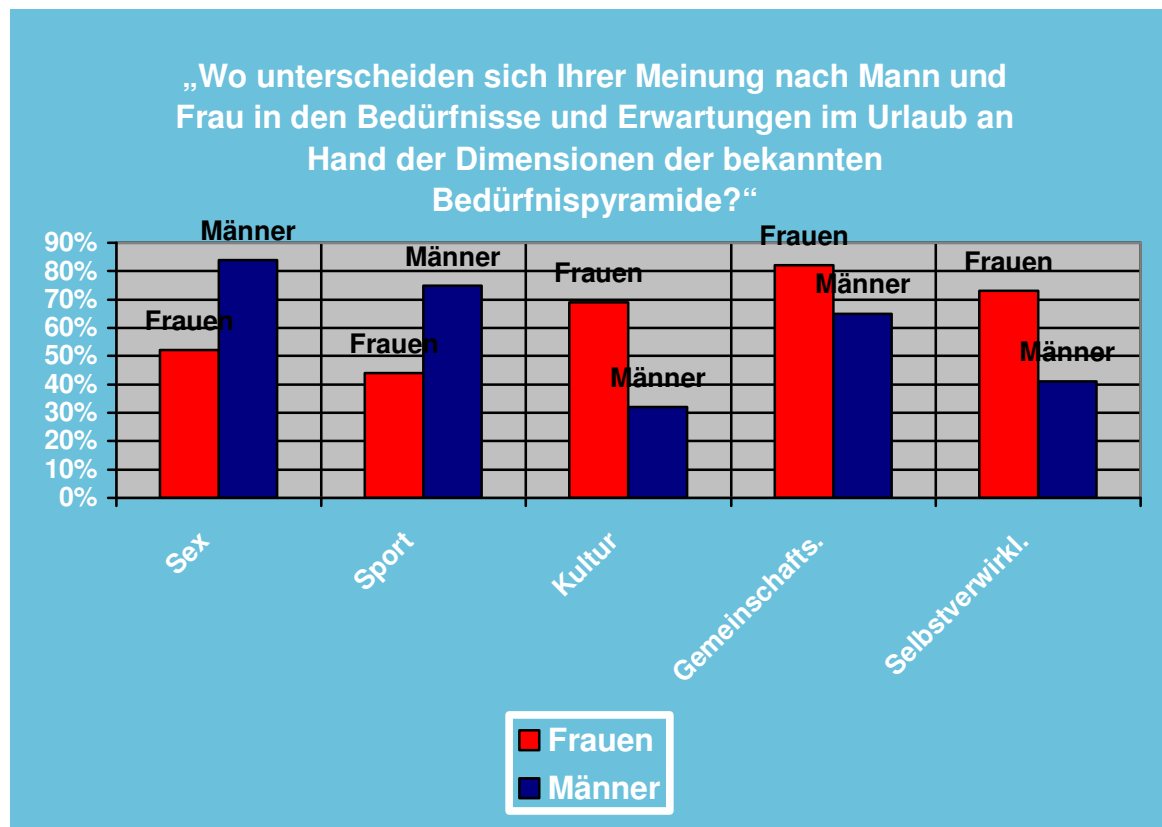


**Frage 4:**

„Wo unterscheiden sich Ihrer Meinung nach Mann und Frau in den Bedürfnisse und Erwartungen im Urlaub an Hand der Dimensionen der bekannten Bedürfnispyramide?“

**(Mehrfachnennung möglich!)**

	♀	♂
SEX	52%	84%
SPORT	44%	75%
KULTUR	69%	32%
GEMEINSCHAFTSERLEBEN	82%	65%
SELBSTVERWIRKLICHUNG	73%	41%



## EXPERTEN ANALYSE

### Tiefen - Interviews:

(n=60 Paartherapeuten, Psychologen und Verhaltensforscher  
Qualitative Analyse = Inhaltsanalyse  
[Antworten wurden inhaltsanalysiert, kategorisiert und nach  
Mehrfachzuordnung %Wert-statistisch dargestellt.]

#### Frage 5: (offene Frage, inhaltsanalysiert und kategorisiert)

„Worauf muss man achten, um einen erholsamen Urlaub zu erleben?“  
(Mehrfachnennung möglich)

Zwischen Partner und Familie ausreichend Erwartungen kommunizieren	90%
Unausgesprochene Probleme und Konflikte vorher lösen	87%
Auf das, was kommt einfach einlassen und sich mental fallen lassen	69%
Sich über Kleinigkeiten freuen und nicht auf den „big event“ warten	71%

