

Kooperationspartnerin



Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften



# JAMES focus

---

Informationsverhalten und psychisches Wohlbefinden in Krisenzeiten –  
Effekte des Corona-Shutdowns im Frühling 2020

Jael Bernath, MSc  
Lilian Suter, MSc  
Gregor Waller, MSc  
Isabel Willemse, MSc  
Céline Külling, MA  
Nina Alexandra Brunner  
Prof. Dr. Daniel Süss

Fachgruppe Medienpsychologie, 2021

**Web**

[www.zhaw.ch/psychologie/jamesfocus](http://www.zhaw.ch/psychologie/jamesfocus)

[www.swisscom.ch/JAMES/](http://www.swisscom.ch/JAMES/)

# Impressum

## Herausgeber

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften  
Departement Angewandte Psychologie  
Pfungstweidstrasse 96  
Postfach, CH-8037 Zürich  
Telefon +41 58 934 83 10  
Fax +41 58 934 84 39  
info.psychologie@zhaw.ch  
www.zhaw.ch/psychologie

## Projektleitung

Prof. Dr. Daniel Süss  
Gregor Waller MSc

## Autorinnen und Autoren

Jael Bernath, MSc  
Lilian Suter, MSc  
Gregor Waller, MSc  
Isabel Willemse, MSc  
Céline Külling, MA  
Nina Alexandra Brunner  
Prof. Dr. Daniel Süss

## Kooperationspartner

Swisscom AG  
Michael In Albon und Noëlle Schläfli

## Partner in der französischen Schweiz

Dr. Patrick Amey und Merita Elezi  
Université de Genève  
Département de sociologie

## Partner in der italienischen Schweiz

Dr. Eleonora Benecchi, Petra Mazzoni und Luca Calderara  
Università della Svizzera italiana  
Facoltà di comunicazione, cultura e società

## Partner in Deutschland

Thomas Rathgeb  
Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs)

## Zitationshinweis

Bernath, J., Suter, L., Waller, G., Willemse, I., Külling, C., Brunner, N. & Süss, D. (2020). *JAMESfocus – Informationsverhalten und psychisches Wohlbefinden in Krisenzeiten – Effekte des Corona-Shutdowns im Frühling 2020*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.

## Inhalt

Vorwort / Dank .....	1
1 Einleitung .....	2
2 Ausgangslage und theoretischer Hintergrund .....	2
3 Methoden .....	6
3.1 Fragebogenitems und Skalenbildung .....	6
3.2 Statistische Analysen .....	8
4 Ergebnisse .....	9
4.1 Psychisches Wohlbefinden während des Shutdowns .....	9
4.2 Mediennutzung und Informationsverhalten während des Shutdowns .....	18
4.3 Zusammenhang zwischen Informationsverhalten und coronabezogenen Ängsten .....	21
5 Zusammenfassung und Diskussion .....	23
6 Tipps für ein gesundes Informationsverhalten in Krisenzeiten .....	28
7 Literatur .....	29

## Vorwort / Dank

Im Rahmen der JAMES-Studie 2020 wurde zum sechsten Mal das Medien- und Freizeitverhalten von Jugendlichen in der Schweiz untersucht. In den Jahren zwischen den Hauptstudien werden jeweils einzelne Themen auf der Basis von Sekundäranalysen vertieft bearbeitet. Der vorliegende Bericht fokussiert dabei auf das **Informationsverhalten und das psychische Wohlbefinden von Jugendlichen während des ersten Schweizer Corona-Lockdowns** im Frühling 2020. Der Lockdown hatte massive Auswirkungen auf die gesamte Gesellschaft, auch auf die Freizeitgestaltung von Jugendlichen. Eine Pandemie geht mit einer Reihe von Belastungen einher und stellt Menschen vor grosse Herausforderungen. Der Umgang mit Ängsten und die Anwendung von Bewältigungsstrategien bei Jugendlichen werden im vorliegenden Bericht untersucht.

An dieser Stelle ein Ausblick auf zwei weitere für dieses Jahr geplante JAMESfocus-Themen:

**Hate Speech:** In diesem Fokusbericht soll das Phänomen «Hate Speech / Hassrede» im Internet vertieft untersucht werden. Dabei soll geklärt werden, wie häufig Jugendliche auf unterschiedliche Arten von Hate Speech treffen. Auch Einstellungen und Motive in Bezug auf Hasskommentare werden beleuchtet. Ebenso werden Unterschiede hinsichtlich Geschlecht, Alter, Bildung oder Migrationshintergrund herausgearbeitet.

**10 Jahre JAMES-Studie. Ein Rückblick.** In diesem Sonderbericht wird Rückschau auf das Jahrzehnt der JAMES-Studien gehalten. Wo gibt es Konstanten? Wo die grössten Veränderungen? Wie hat sich das Medien- und Freizeitverhalten von spezifischen Kohorten (z.B. 14/15-Jährige) in den letzten 10 Jahren verändert? Auch werden zeitliche Veränderungen in Bezug auf Substichproben aufgezeigt: Haben Mädchen beim Gamen in den letzten 10 Jahren gegenüber Jungen aufgeholt? Sind Nutzende von sozialen Netzwerken immer jünger?

Ein herzliches Dankeschön geht an dieser Stelle an Michael In Albon und Noëlle Schläfli von Swisscom. Die langjährige Zusammenarbeit mit ihnen erleben wir als sehr produktiv und wertvoll. Einen grossen Dank auch an Roman Rey, der uns bei der Literaturrecherche unterstützt hat.

Vielen Dank auch an Eleonora Benecchi, Merita Elezi und Patrick Amey für das Gegenlesen der italienischen und französischsprachigen Varianten dieses Berichts.

April 2021  
Fachgruppe Medienpsychologie der ZHAW

## 1 Einleitung

Im Frühling 2020 wurde die Schweiz von der ersten Corona-Welle erfasst. Um die Verbreitung des Virus einzudämmen und die Infektionszahlen zu senken, wurden strenge Massnahmen getroffen, die weitreichende Auswirkungen auf den Alltag von Jugendlichen hatten. In Primar- und Sekundarschulen war der Präsenzunterricht für zwei, in Gymnasien und Berufsschulen gar für drei Monate ausgesetzt. Für viele Jugendliche fiel damit die gewohnte Alltagsstruktur und ein wichtiger Ort des sozialen Austauschs weg. Auch in ihrer Freizeitgestaltung waren die Jugendlichen stark eingeschränkt und die geltenden Kontaktbeschränkungen erforderten, ausserfamiliäre Kontakte auf ein Minimum zu reduzieren. Somit fehlte es den Jugendlichen an Freiräumen und Möglichkeiten für soziale Kontakte, die in dieser Entwicklungsphase besonders wichtig sind. Im Rahmen des vorliegenden JAMESfocus-Berichts wird untersucht, wie es Jugendlichen in der Schweiz während der Zeit des ersten Shutdowns im Frühling 2020 erging, von welchen Belastungen und Ängsten sie betroffen waren und welche Strategien sie angewendet haben, um mit der Situation zurechtzukommen. Ein Augenmerk liegt zudem auf der Mediennutzung und insbesondere dem Informationsverhalten der Jugendlichen während des Shutdowns. Gerade zu Beginn der Pandemie herrschte grosse Verunsicherung, noch wenig war über das neuartige Virus bekannt, Massnahmen wurden in kurzer Zeit beschlossen und durchgesetzt. In diesem Kontext spielten Medien eine wichtige Rolle, indem sie den Zugang zu Informationen erleichterten und Orientierung boten. Aus früheren Gesundheitskrisen ist aber bekannt, dass eine erhöhte Exposition mit medialen Berichten auch Ängste verstärken und mit psychischen Belastungen im Zusammenhang stehen kann. Mit diesem JAMESfocus-Bericht wird deshalb das Informationsverhalten von Jugendlichen während des ersten Shutdowns genauer betrachtet. Wie intensiv haben sich Jugendliche über die Geschehnisse informiert und welche Quellen haben sie dazu genutzt? Zudem wird untersucht, in welchem Zusammenhang das Informationsverhalten von Schweizer Jugendlichen mit coronabezogenen Ängsten und Sorgen stand.

## 2 Ausgangslage und theoretischer Hintergrund

Nachdem im Februar 2020 im Tessin die erste Person positiv auf COVID-19 getestet wurde, stiegen die Infektionszahlen in der Schweiz rasant an (Grass et al., 2020). Am 28. Februar 2020 stufte der Bundesrat die Situation gemäss Epidemienengesetz als «besondere Lage» ein und Grossveranstaltungen von mehr als 1'000 Personen wurden verboten (Mäder, 2020). Zwei Wochen später, am 11. März, wurden die Massnahmen weiter verschärft und der Präsenzunterricht an Schulen schweizweit eingestellt (Rhyn et al., 2020). Am 15. März erklärte der Bundesrat die «ausserordentliche Lage» und bis auf wenige Geschäfte des alltäglichen Bedarfs wurden alle Läden, Restaurants, Kultur- und Freizeitbetriebe geschlossen (Schäfer, 2020). Dieser schweizweite Shutdown dauerte knapp zwei Monate an. Ab Ende April wurden die getroffenen Massnahmen dann schrittweise gelockert; nach zwei Monaten ohne Präsenzunterricht durften Primar- und Sekundarschulen ab dem 11. Mai den Unterricht wieder vor Ort durchführen. Gymnasien und Berufsschulen blieben einen weiteren Monat geschlossen und nahmen den Präsenzunterricht am 8. Juni wieder auf.

Die Schulschliessungen bedeuteten für viele Jugendliche einen schlagartigen Verlust der gewohnten Tagesstruktur. Zudem hatten die Massnahmen weitreichende Auswirkungen auf ihr Sozialleben. Neben der Schule fielen auch in der Freizeit Orte des sozialen Austauschs weg. Veranstaltungen wie Sporttrainings, Musikproben oder Vereinstreffen konnten über einen längeren Zeitraum nicht stattfinden und es galten Empfehlungen, die dazu anhielten, ausserfamiliäre Kontakte auf ein Minimum zu beschränken und wenn immer möglich zuhause zu bleiben. Das Jugendalter stellt eine Entwicklungsphase dar, in der tiefgreifende psychologische und soziale Veränderungen stattfinden und Kontakte zu Gleichaltrigen zentral sind (z. B. Orben et al., 2020; Stadler, 2020; Stocker et al., 2020). In dieser Zeit lösen sich Jugendliche zunehmend vom Elternhaus, sie gewinnen an Selbstständigkeit und erobern sich neue Freiräume. Gleichzeitig geschehen wichtige Schritte in der Identitätsentwicklung, für die Freundschaftsbeziehungen und die Zugehörigkeit zu einer Peergruppe eine besonders wichtige Rolle spielen. Das Fehlen von Freiräumen und die sozialen Einschränkungen können für Jugendliche

somit eine besondere Belastung darstellen. Jugendliche werden deshalb als speziell vulnerable Gruppe für psychische Auswirkungen der Corona-Pandemie gesehen (Stocker et al., 2020).

### **Psychologische Auswirkungen der Pandemie und des Shutdowns auf Jugendliche**

Wie sich eine belastende Situation auf die psychische Gesundheit einer Person auswirkt, ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Zum einen spielen die Intensität und Häufigkeit der Belastung eine Rolle, zum anderen die Ressourcen, die einer Person zur Bewältigung der Situation zur Verfügung stehen. Dabei sind individuelle Eigenschaften aber auch Faktoren des sozialen Umfelds und der Gesellschaft entscheidend (Stadler, 2020; Stocker et al., 2020).

Für die Schweiz liegen erst wenige Studien vor, die aufzeigen, welche Auswirkungen die Corona-Pandemie auf die psychische Gesundheit der Bevölkerung hat. Eine vom Bund in Auftrag gegebene Übersichtsarbeit kommt aufgrund bestehender Befunde zum Schluss, dass die Mehrheit der Schweizerinnen und Schweizer die Zeit der ersten Corona-Welle gut bewältigt hat. Die Reaktionen fielen aber sehr unterschiedlich aus, und es lässt sich kein einheitliches Muster feststellen (Stocker et al., 2020). In einer grossangelegten Studie der Universität Basel (de Quervain et al., 2020a) wurde eine Gelegenheitsstichprobe von gut 10'000 Personen befragt, in der auch Personen ab 14 Jahren vertreten waren. Über alle Altersgruppen hinweg berichteten 50 % der Befragten ein erhöhtes Stresserleben während des Shutdowns im Frühling 2020. Als stressauslösende Faktoren wurden unter anderem Veränderungen bei der Arbeit oder in der Schule oder der fehlende Kontakt zu anderen Menschen genannt. 57 % berichteten von mehr Ängsten als vor der Pandemie. Auch die Prävalenz von depressiven Symptomen nahm während des Shutdowns von 3.4 % auf 9.1 % zu. Gleichzeitig gaben aber auch 26 % aller Befragten an, während des Shutdowns weniger Stress erlebt zu haben, bei 24 % war das Stresserleben unverändert.

Bis anhin liegen keine repräsentativen Daten vor, die aufzeigen, wie es Jugendlichen in der Schweiz während der Zeit des ersten Shutdowns erging. Einige vorliegende Studien geben aber Einblicke in das Erleben der Jugendlichen. So wurde in einer Onlinebefragung von gut 1'000 Jugendlichen aus dem Kanton Zürich im Mittel ein signifikanter Rückgang der Lebenszufriedenheit während des Shutdowns gemessen (Baier & Kamenowski, 2020). Zudem wurde eine Zunahme von emotionalen Problemen festgestellt. Dies zeigte sich vor allem bei weiblichen Jugendlichen. Die Studie zeigt auch, dass Jugendliche insbesondere unter den sozialen Einschränkungen litten; die Zufriedenheit mit Freundschaftsbeziehungen nahm während des Shutdowns deutlich ab. Bei den Befragten handelt es sich um eine Gelegenheitsstichprobe, in der vor allem Gymnasiastinnen und Gymnasiasten aus sozioökonomisch bessergestellten Familien vertreten waren. In einer weiteren Studie aus der Deutschschweiz wurden Eltern zum Befinden und Verhalten ihrer 2- bis 17-jährigen Kinder während des Shutdowns befragt (Caviezel Schmitz & Krüger, 2020). 20 % der Eltern gaben an, dass ihr Kind seit Beginn des Shutdowns von Sorgen und Bedrücktheit betroffen sei. Ältere Kinder bzw. Jugendliche (ab 9 Jahren) waren häufiger von Sorgen und Bedrücktheit betroffen. Die Ergebnisse zeigen aber auch, dass aus Elternsicht ein Grossteil der Kinder in ihrem emotionalen Befinden durch den Shutdown nicht beeinträchtigt war. Mit einer qualitativen Studie wurde die Situation von Jugendlichen in der Romandie während des Shutdowns untersucht (Stoeklin & Richner, 2020). Von den 157 befragten Jugendlichen berichteten nur wenige von erhöhtem Stresserleben oder Ängsten im Zusammenhang mit der Situation. Einige erlebten sogar weniger Stress und eine verbesserte Stimmung. Vereinzelt schilderten die Jugendlichen aber auch depressive Symptome sowie Gefühle der Isolation und Einsamkeit während des Shutdowns. Die Studie unterstreicht, dass Jugendliche die Situation sehr unterschiedlich erlebten. Die Forschenden vermuten hierbei, dass ein niedriger sozialer Status ein Risikofaktor für negative Auswirkungen der Pandemie darstellt.

Die bis anhin vorliegenden Studien zum Befinden von Jugendlichen während des Shutdowns im Frühling 2020 deuten vor allem darauf hin, dass grosse Unterschiede zwischen den Jugendlichen bestehen: Während einige Jugendliche verstärkt von Stress, Ängsten und depressiven Symptomen betroffen waren, hat sich das psychische Wohlbefinden bei anderen sogar verbessert. Mit dem vorliegenden JAMESfocus-Bericht wird anhand einer repräsentativen Stichprobe untersucht, unter welchen Belastungen, Sorgen und Ängsten Jugendliche in der Schweiz während des ersten Shutdowns

gelitten haben und welche Bewältigungsstrategien im Umgang mit der Situation zum Einsatz kamen. Daraus leitet sich die erste Forschungsfrage ab:

Forschungsfrage A: Wie stand es um das psychische Wohlbefinden der Jugendlichen (Sorgen, Belastung, Bewältigung) während des ersten Shutdowns im Frühling 2020? Lassen sich aufgrund soziodemografischer Merkmale Schutz- oder Risikofaktoren identifizieren?

### **Mediennutzung während des Shutdowns**

Im Zuge der Corona-Pandemie und der getroffenen Massnahmen haben Medien für Jugendliche in vielerlei Hinsicht eine besondere Bedeutung erhalten. Digitale Medien ermöglichten es trotz der geltenden Kontaktbeschränkungen, mit Freundinnen, Mitschülern oder Verwandten in Kontakt zu bleiben und so zumindest teilweise die sozialen Einschränkungen und den fehlenden persönlichen Kontakt zu kompensieren. Digitale Kommunikation kann soziale Zugehörigkeit und Verbundenheit vermitteln und so massgeblich dazu beitragen, Gefühle der Einsamkeit und der sozialen Isolation zu reduzieren (Lewandowski et al., 2011). Digitale Medien ermöglichten es auch, den Schulunterricht zumindest teilweise auf Fernlehre umzustellen und somit eine gewisse Alltagsstruktur aufrechtzuerhalten. Auch kulturelle und sportliche Veranstaltungen wurden zum Teil in den digitalen Raum verlegt, und so entstanden neue kreative Möglichkeiten der Mediennutzung. Mit diesem JAMESfocus-Bericht soll unter anderem explorativ untersucht werden, welche digitalen Tätigkeiten die Jugendlichen während des Shutdowns neu entdeckt und ausprobiert haben. Daraus leitet sich die zweite Forschungsfrage ab.

Forschungsfrage B: Welche Medienaktivitäten haben Jugendliche während des ersten Shutdowns neu für sich entdeckt?

Nicht zuletzt unterstützen Medien während des Shutdowns auch die Suche nach Informationen. In Krisenzeiten wächst das Bedürfnis nach Wissen und Orientierung (Melzer et al., 2020). Leicht zugängliche und transparente Informationen sind deshalb wichtig und können Unsicherheiten und Ängsten entgegenwirken. Gleichzeitig kann ein übermässiger Konsum von krisenbezogenen Nachrichten aber auch gegenteilige Folgen haben. Aus Studien, die im Rahmen früherer Gesundheitskrisen durchgeführt worden sind, ist bekannt, dass ein erhöhter Informationskonsum Ängste verstärken und mit psychischen Belastungen in Zusammenhang stehen kann. Dies konnte zum Beispiel im Rahmen der Vogelgrippe (van den Bulck & Custers, 2009) oder der Ebola-Epidemie beobachtet werden (Thompson et al., 2017). Während der Zeit des ersten Shutdowns war die Intensität, mit der die Schweizer Medien über Corona berichteten, besonders hoch. Gemäss einer Studie der Universität Zürich machten Beiträge mit Bezug zu Corona in Informationsmedien während dieser Phase bis zu 70 % der Gesamtberichterstattung aus (Eisenegger et al. 2020). Über Wochen dominierten Nachrichten zu Infektionszahlen, Sterberaten und Bilder von überlasteten Spitälern die Medien. Nicht nur in publizistischen und informationsorientierten Medienangeboten, sondern auch in sozialen Netzwerken oder auf Videoportalen wie YouTube war das Thema omnipräsent. Für die Deutschschweizer Bevölkerung zeigt eine Studie, dass für junge Menschen (16- bis 29-jährige) die Informationsangebote des Bundes und die Sender des Schweizer Fernsehens als Informationskanäle bezüglich Corona die grösste Bedeutung hatten (Friemel et al., 2020). Im Gegensatz zur älteren Bevölkerung spielten bei jungen Menschen aber auch soziale Medien, insbesondere Instagram, eine Rolle.

Wie sich der Konsum von Nachrichten im Zusammenhang mit Corona auf das psychische Befinden auswirkt, wurde für Erwachsene bereits mit einigen Studien untersucht. In verschiedenen Studien wurde ein positiver Zusammenhang zwischen der Häufigkeit (Bendau et al., 2020; Neill et al., 2020) und der Dauer (Bendau et al. 2020) von coronabezogenem Nachrichtenkonsum und Angstsymptomen festgestellt. Die Studie von Bendau et al. (2020) findet zudem Hinweise darauf, dass auch die Anzahl genutzter Quellen eine Rolle spielt: Je mehr unterschiedliche Kanäle konsultiert wurden, umso stärker ausgeprägt waren Angstsymptome. Weitere Untersuchungen deuten zudem darauf hin, dass sich insbesondere der Konsum von Nachrichten auf sozialen Medien negativ auf das psychische Befinden

auswirken könnte und mit stärkerem Angstepfinden in Zusammenhang steht (Hong et al., 2020; Wheaton et al., 2021). Dies zeigt sich auch in einer deutschen Studie (Bendau et al., 2020). Erwachsene, die soziale Medien als hauptsächliche Informationsquelle nutzten, berichteten von stärkeren Ängsten als Menschen, die sich hauptsächlich über offizielle Quellen der Regierung und der Gesundheitsbehörden informierten.

Im Vergleich zu Erwachsenen verfügen Jugendliche zum Teil über geringere Möglichkeiten, Emotionen einzuordnen und zu regulieren. Verschiedene kognitive und soziale Fähigkeiten, die für eine erfolgreiche Emotionsregulation nötig sind, befinden sich in der Adoleszenz noch in ihrer Entwicklung (Ahmed et al., 2015). Es wird deshalb vermutet, dass Jugendliche besonders sensibel auf emotionsgeladene Medieninhalte reagieren (Crone & Konijn, 2018). Vor diesem Hintergrund ist es wichtig, das Informationsverhalten von Jugendlichen während der Corona-Pandemie genauer zu untersuchen. Folgende Forschungsfragen sollen mit dem JAMESfocus-Bericht beantwortet werden:

Forschungsfrage C: Wie häufig und über welche Quellen informierten sich Jugendlichen während des ersten Shutdowns über die Geschehnisse rund um Corona?

Forschungsfrage D: Welche Zusammenhänge bestehen zwischen dem Informationsverhalten der Jugendlichen und coronabezogenen Ängsten?



### 3 Methoden

Die Datenerhebung für den vorliegenden Bericht erfolgte im Rahmen der JAMES-Studie und fand zwischen Mai und Juni 2020 statt. Da während dieser Zeit die Schulen in der Schweiz zum Teil geschlossen waren, erfolgte die JAMES-Befragung mittels Onlinefragebogen und nicht wie in den Vorjahren während einer Schulstunde. Die Fragen zur Situation rund um Corona bezogen sich alle auf den Zeitraum zwischen dem 11. März und 11. Mai 2020, als in der Schweiz die Schulen und ein Grossteil der Geschäfte, Kultur-, Freizeit- und Sportbetriebe geschlossen waren. In diesem Bericht wird diese Zeit als erster Shutdown bezeichnet. Die Jugendlichen waren angehalten, retrospektiv zu beurteilen, wie sie während dieser zwei Monate mit der Situation rund um Corona umgegangen sind und wie sie sich dabei gefühlt haben. In die Auswertungen flossen die Antworten von 953 Jugendlichen der deutsch-, französisch- und italienischsprachigen Schweiz ein. Die Stichprobe setzt sich zusammen aus 537 Mädchen (56 %) und 416 Knaben (44 %). Die befragten Jugendlichen sind zwischen 12 und 19 Jahre alt. Die disproportionale Verteilung der Merkmale Alter und Sprachregion in der Stichprobe wurde in den Analysen durch eine Gewichtung ausgeglichen, so dass Strukturgleichheit zur Schweizer Bevölkerung hergestellt ist. Hinsichtlich des Geschlechts ist die Repräsentativität der Stichprobe leicht eingeschränkt. Eine detaillierte Beschreibung der Stichprobe und des methodischen Vorgehens findet sich in der JAMES-Studie 2020 (Bernath et al., 2020). An dieser Stelle wird lediglich auf den Befragungsteil, der die Situation rund um Corona thematisierte, genauer eingegangen.

#### 3.1 Fragebogenitems und Skalenbildung

Der Befragungsteil zu Corona gliedert sich in zwei thematische Blöcke. Die Jugendlichen wurden einerseits zu psychologischen Aspekten im Umgang mit der Situation, andererseits zu ihrem Medien- und Informationsverhalten während des Shutdowns befragt.

##### Psychologische Aspekte

**Belastung:** Mit fünf vom Forschungsteam formulierten Fragen wurde erfasst, wie stark die Jugendlichen die veränderte Situation als belastend empfanden (z. B. FreundInnen nicht wie gewohnt treffen zu können, veränderte Situation in der Schule und bei der Arbeit). Auf einer fünfstufigen Skala von (1) «trifft nicht zu» bis (5) «trifft zu» konnten die Jugendlichen angeben, wie sehr sie den verschiedenen Aussagen zustimmen.

**Coronabezogene Ängste:** Sorgen und Ängste im Zusammenhang mit der Situation rund um Corona wurden mit sechs Items erfragt (siehe Tabelle 1). Drei der Items stammen aus der *Fear of COVID-19 Scale* (Ahorsu et al., 2020). Zwei Fragen nach gesundheitsbezogenen Ängsten wurden aus der *Corona Stress Study* übernommen (de Quervain et al., 2020a). Selber ergänzt wurde ein Item zur Erfragung von Zukunftsängsten. Auf einer fünfstufigen Skala von (1) «trifft nicht zu» bis (5) «trifft zu» konnten die Jugendlichen angeben, wie sehr die entsprechenden Aussagen auf sie zutreffen. Über die sechs Items wurde ein Mittelwertindex gebildet. Höhere Werte bedeuten ein höheres Angstniveau. Mit einem Cronbachs Alpha von .85 verfügt die Skala über eine gute interne Konsistenz.

**Tabelle 1: Skala coronabezogene Ängste**

Items
1. Die Situation rund um Corona bereitete mir Sorgen. <sup>a</sup>
2. Es war mir unangenehm, über Corona nachzudenken. <sup>a</sup>
3. Ich hatte Angst, selber ernsthaft an Corona zu erkranken. <sup>b</sup>
4. Ich hatte Angst, dass nahestehende Personen ernsthaft an Corona erkranken. <sup>b</sup>
5. Nachrichten in den Medien über Corona machten mich nervös oder ängstlich. <sup>a</sup>
6. Ich machte mir Sorgen um die Zukunft.

Anmerkungen. Cronbachs  $\alpha$  der Skala = .85. <sup>a</sup> Items aus der *Fear of COVID-19 Scale*. <sup>b</sup> Items aus der *Corona Stress Study*

**Bewältigungsstrategien:** Mit 13 Items wurde erhoben, welche Bewältigungsstrategien die Jugendlichen im Umgang mit der Situation während des Shutdowns angewendet haben. Dieser Frageblock wurde basierend auf dem Vorbild der deutschen Version der *Ways of Coping Scale* (Folkman & Lazarus 1988, Ferring & Filipp 1989) entwickelt. Die ursprünglich von Folkman und Lazarus entwickelte Skala besteht aus 28 Items und unterscheidet problemfokussierte und emotionsfokussierte Bewältigungsstrategien. Für die JAMES-Befragung wurden einige Items dieser Skala übernommen und zum Teil alters- und situationsgerecht leicht angepasst. Zudem wurden Items zusätzlich hinzugenommen, teils um die spezifische Situation der Jugendlichen zu berücksichtigen, teils um die Bedeutung der Mediennutzung gezielt abzufragen. Damit unterscheidet sich die verwendete Skala deutlich von ihrem Vorbild, ihr liegt aber ebenfalls die theoretische Annahme zugrunde, dass sich problembezogene und emotionsbezogene Bewältigungsstrategien unterscheiden lassen. Auf einer fünfstufigen Skala von (1) «trifft nicht zu» bis (5) «trifft zu» konnten die Jugendlichen angeben, wie sehr die entsprechenden Aussagen zutreffen.

### Medien- und Informationsverhalten

**Informationshäufigkeit:** Die Jugendlichen wurden gefragt, wie häufig sie sich während des ersten Shutdowns über Neuigkeiten rund um Corona informiert haben. Beantwortet wurde diese Frage auf einer siebenstufigen Skala, die von (1) *einmal pro Woche oder weniger* bis (7) *ständig* reichte.

**Informationsquelle:** Zusätzlich wurde erhoben, über welche Quellen die Jugendlichen sich hauptsächlich informiert haben (z. B. kostenpflichtige Zeitungen, Videoportale, Gespräche mit FreundInnen und Familie). Die Jugendlichen hatten die Möglichkeit, mehrere Quellen anzugeben. Mit einer explorativen Faktoranalyse (tetrachorische Korrelation für binäre Items) wurde untersucht, welche Dimensionen dem Informationsverhalten zugrunde liegen. Es konnten zwei Faktoren identifiziert werden. Bis auf das Item *Gespräche mit FreundInnen und Familie* konnten alle Informationsquellen aufgrund ihrer Faktorladungen (zwischen .46 und .82) den beiden Dimensionen eindeutig zugeordnet werden (siehe Tabelle 2). Der ersten Dimension lassen sich jene Quellen zuordnen, die redaktionell aufgearbeitete Inhalte publizieren. Sie wird im Folgenden «klassisch publizistische Medien» genannt (Cronbachs  $\alpha = .36$ ). Der zweiten Dimension ordnen sich jene Quellen zu, deren Inhalte in der Regel keinen redaktionellen Filter durchlaufen. Dazu gehören unter anderem soziale Netzwerke, Videoportale und sonstige Webseiten. Diese Dimension wird als «neue digitale Medien» bezeichnet (Cronbachs  $\alpha = .57$ ). Die Faktorscores der beiden Faktoren dienten als Basis für weitere Analysen. Das Item *Gespräche mit FreundInnen und Familie* wurde als separates Merkmal behandelt.

**Tabelle 2: Faktoranalyse Informationsquellen**

Faktor	Informationsquellen
Klassisch publizistische Medien	Kostenpflichtige Zeitungen Gratiszeitungen TV-Beiträge Radiobeiträge
Neue digitale Medien	Videoportale Suchmaschinen Soziale Netzwerke Andere Nachrichtenquellen im Internet

Anmerkungen. Cronbachs  $\alpha$  der Skala *klassisch publizistische Medien* = .36. Cronbachs  $\alpha$  der Skala *neue digitale Medien* = .57.

**Neue Medientätigkeiten:** Die Jugendlichen wurden gebeten, auf einer Liste von acht Onlineaktivitäten (z. B. Videochat mit Verwandten, virtuelles Sporttraining, virtuelles Konzert) anzugeben, welche der Tätigkeiten sie während des Shutdowns zum ersten Mal ausgeführt haben. Zudem wurde mit einer offenen Frage erhoben, ob und wenn ja, welche Geräte oder Medienabos sie sich während des Shutdowns neu zugelegt haben.

### 3.2 Statistische Analysen

Alle Berechnungen erfolgten unter Berücksichtigung des komplexen Stichprobendesigns mit den Statistikprogrammen SPSS und R.

#### Deskriptive Analyse des Informationsverhaltens und der psychologischen Aspekte

Zur Beschreibung der verschiedenen psychologischen Aspekte (Forschungsfrage A) und des Medien- (Forschungsfrage B) und Informationsverhaltens (Forschungsfrage C) wurden die Daten deskriptiv ausgewertet und grafisch dargestellt. Für die verschiedenen Variablen wurden eine Reihe von A-posteriori-Vergleichen durchgeführt, um mögliche Unterschiede zwischen den verschiedenen Subgruppen aufzuzeigen (z. B. Geschlecht, Altersgruppen, Landesteile). Bei Mehrgruppenvergleichen bedeutet ein signifikantes Resultat, dass mindestens zwischen zwei Gruppen ein signifikanter Unterschied besteht. In den Grafiken sind signifikante Unterschiede wie folgt gekennzeichnet:

Bezeichnung	Symbol	<i>r</i> -Klassifikation nach Gignac & Szodorai (2016)
kleiner Effekt	●○○	$0,10 \leq r < 0,20$
mittlerer Effekt	●●○	$0,20 \leq r < 0,30$
grosser Effekt	●●●	$r \geq 0,30$

Da es sich dabei um ein nicht hypothesengeleitetes und somit exploratives Vorgehen handelt, sind die Befunde mit Bedacht zu interpretieren. In der JAMES-Studie 2020 (Bernath et al., 2020) wird das statistische Vorgehen detailliert beschrieben.

#### Zusammenhang zwischen Informationsverhalten und Ängsten

Zur Beantwortung der Forschungsfrage C wurde mittels einer Regressionsanalyse berechnet, durch welche Aspekte des Informationsverhaltens und welche soziodemografischen Faktoren sich coronabezogene Ängste vorhersagen lassen. Zur Vergleichbarkeit der verschiedenen Prädiktoren wurden alle Skalen z-transformiert. In einem schrittweisen Vorgehen wurden jene Variablen aus dem Gesamtmodell ausgeschlossen, die sich als nicht signifikante Prädiktoren erwiesen. Da die Befragungen zwischen Mai und Juni, also über einen Zeitraum von zwei Monaten stattfand, wurde zusätzlich geprüft, ob der Befragungszeitpunkt einen Einfluss auf die Resultate hat. Der Befragungszeitpunkt erwies sich als nicht signifikant und wurde im Modell deswegen nicht berücksichtigt.

## 4 Ergebnisse

Im Folgenden werden die Aspekte des psychischen Wohlbefindens (Kapitel 4.1) und der Mediennutzung von Jugendlichen (Kapitel 4.2) deskriptiv dargestellt und statistisch signifikante Gruppenunterschiede beschrieben. Um mögliche Zusammenhänge zwischen dem Informationsverhalten und coronabezogenen Ängsten aufzuzeigen, wurde ein Regressionsmodell berechnet (Kapitel 4.3).

### 4.1 Psychisches Wohlbefinden während des Shutdowns

Der Shutdown im Frühling 2020 hatte weitreichende Auswirkungen auf das Leben von Jugendlichen in der Schweiz. Um mehr über den Umgang mit der Situation und das Befinden der Jugendlichen zu erfahren, wurden sie gefragt, inwiefern sie die Situation als belastend erlebt haben, welche Ängste und Sorgen sie geplagt haben und welche Bewältigungsstrategien sie im Umgang mit der Situation angewendet haben.

#### 4.1.1 Belastung während des Shutdowns

Mit fünf Fragen wurde erhoben, wie belastend verschiedene Aspekte der Shutdown-Situation für die Jugendlichen waren. Aus Abbildung 1 wird ersichtlich, dass ein Grossteil der Jugendlichen (66 %) darunter gelitten hat, während des Shutdowns ihre Freundinnen und Freunde nicht wie gewohnt treffen zu können. Zudem empfand es die Mehrheit der Jugendlichen als schwierig, ihren Hobbys nicht nachgehen zu können. Für knapp die Hälfte war es belastend, in der eigenen Freiheit eingeschränkt zu sein und zwei von fünf Jugendlichen fanden es schwierig, wie sich die Situation in der Schule oder bei der Arbeit verändert hatte. Ein Drittel aller Jugendlichen belastete es, viel Zeit zuhause verbringen zu müssen. Beinahe die Hälfte aller Jugendlichen hatte damit hingegen kein Problem (47 % trifft eher nicht zu / trifft nicht zu).

#### Ich fand es schwierig, ...

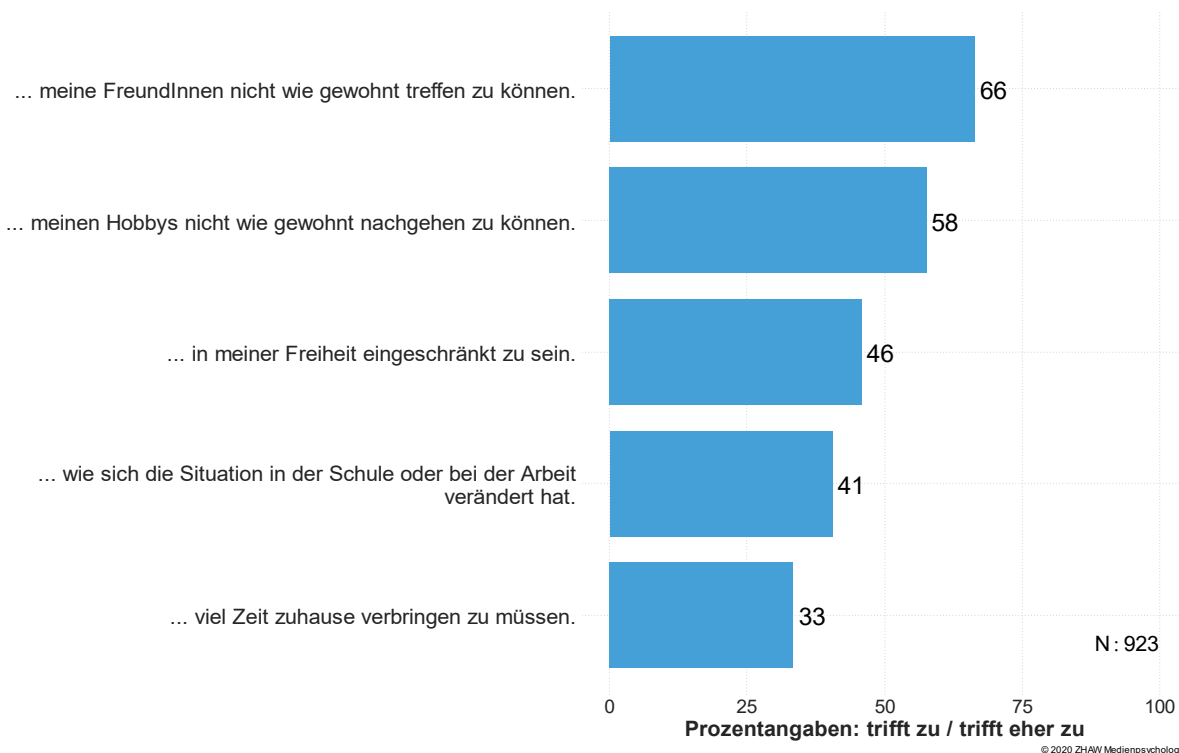


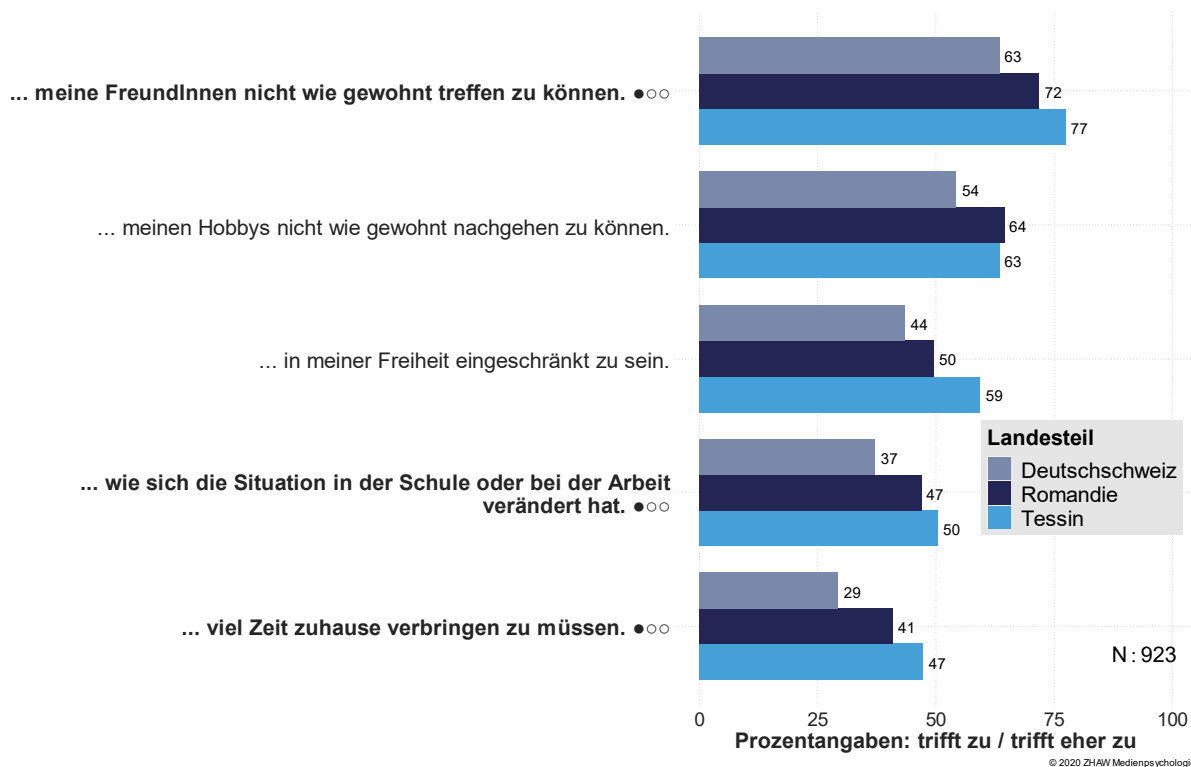
Abbildung 1: Belastung während des Shutdowns

Je älter die Jugendlichen sind, umso mehr zu schaffen machte ihnen die veränderte Situation in der Schule und bei der Arbeit. Die Hälfte der 18-/19-Jährigen empfand die Situation als schwierig. Bei den 16-/17-Jährigen waren es 41 %, bei den 14-/15-jährigen 36 % und bei den 12-/13-jährigen 34 % der Jugendlichen, die unter den Veränderungen litten (kleiner Effekt).

**Mädchen** waren durch die Situation stärker belastet als **Jungen**. Alle Aspekte der Situation bewerteten Mädchen tendenziell als schwieriger. Signifikant ist der Unterschied für die Freiheitseinschränkungen; 51 % der Mädchen erlebten es als belastend, in ihrer Freiheit eingeschränkt zu sein, bei den Jungen waren es 38 % (kleiner Effekt). Auch berichteten Mädchen signifikant häufiger über Schwierigkeiten mit der veränderten Situation in der Schule oder bei der Arbeit (Mädchen: 46 %, Jungen 33 %, kleiner Effekt).

Deutliche Unterschiede zeigen sich auch zwischen den drei **Landesteilen**. Jugendliche aus dem Tessin erlebten die stärkste Belastung, gefolgt von Jugendlichen aus der Romandie. Am wenigsten stark belastet fühlten sich Jugendliche aus der Deutschschweiz. Ein signifikanter Unterschied zeigt sich hinsichtlich der sozialen Einschränkungen: Im Tessin litten etwas mehr Jugendliche darunter, ihre Freundinnen und Freunde nicht wie gewohnt treffen zu können, als in der Romandie und in der Deutschschweiz (siehe Abbildung 2). Die Veränderungen in der Schule oder bei der Arbeit empfanden Jugendliche in der italienisch- und französischsprachigen Schweiz etwas häufiger als schwierig. Auch gaben Jugendliche aus diesen beiden Landesteilen häufiger an, es als schwierig zu empfinden, vermehrt Zeit zuhause verbringen zu müssen, als Jugendliche aus der Deutschschweiz.

**Ich fand es schwierig, ...**



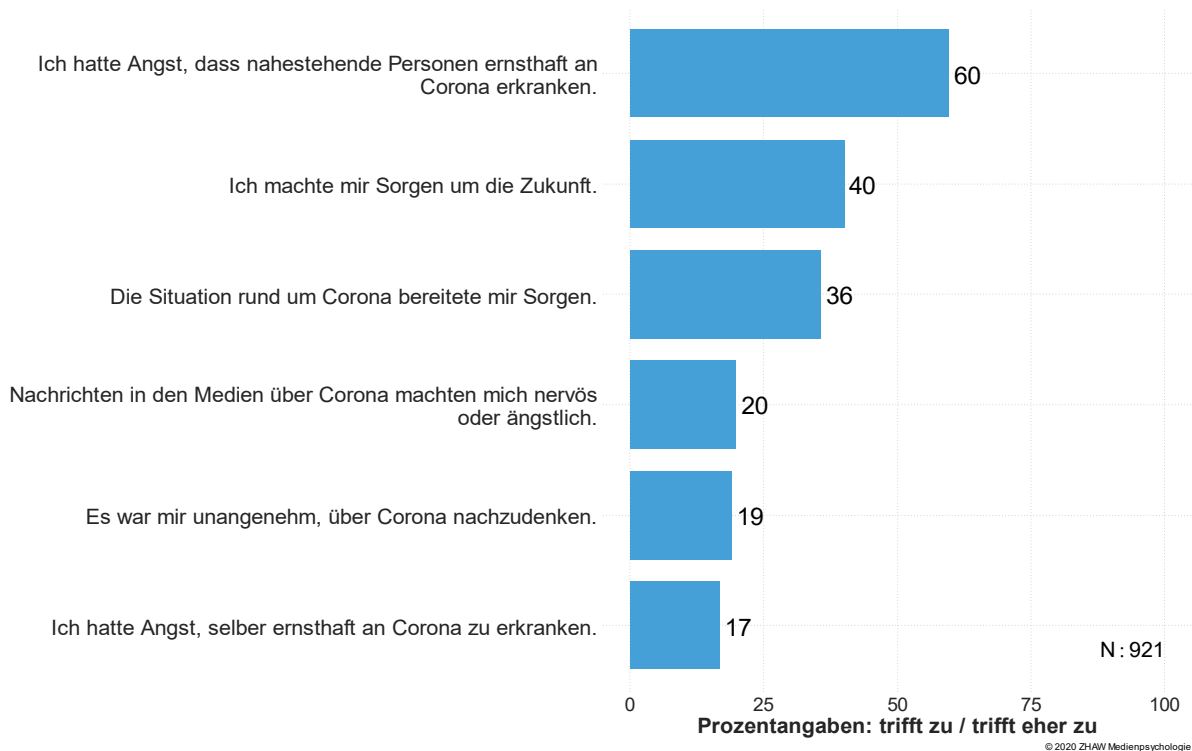
**Abbildung 2: Belastung während des Shutdowns nach Landesteilen**

In Abhängigkeit der **Herkunft**, des **sozioökonomischen Status**, und des **Schultyps** erlebten die Jugendlichen die veränderte Situation in der Schule und bei der Arbeit als unterschiedlich belastend: Jugendliche mit ausländischer Herkunft berichteten häufiger von Schwierigkeiten mit den Veränderungen (56 %) als Jugendliche mit Schweizer Herkunft (38 %, kleiner Effekt). Auch berichteten Jugendliche mit tiefem sozioökonomischem Status (SoS) häufiger, Schwierigkeiten mit der veränderten

Situation zu haben, (52 %) als Jugendliche mit mittlerem (39 %) oder hohem SoS (34 %, kleiner Effekt). Zudem erlebten Schülerinnen und Schüler der Realschule die Veränderungen häufiger als belastend (49 %) als Schülerinnen und Schüler der Sekundarschule (31 %) oder des Untergymnasiums (36 %, kleiner Effekt). Bezüglich des **Wohnorts** (Land vs. Stadt/Agglo) zeigen sich keine Unterschiede in der Belastung.

### 4.1.2 Sorgen und Ängste

Mit sechs Fragen wurde erhoben, von welchen Sorgen und Ängsten Jugendliche während des Shutdowns im Frühling 2020 betroffen waren. Abbildung 3 zeigt, dass sich sehr viele Jugendliche davor fürchteten, dass eine nahestehende Person am Virus erkranken könnte. Hingegen war die Angst, selbst ernsthaft am Virus zu erkranken, nur wenig verbreitet. 43 % der Jugendlichen gaben sogar an, keine Angst vor einer eigenen Erkrankung zu haben. Zwei von fünf Jugendlichen machten sich Sorgen um die Zukunft und ähnlich vielen bereitete die Situation rund um das Corona-Virus Sorgen. Je ein Fünftel der Jugendlichen gab an, dass die Nachrichten in den Medien über Corona sie nervös bzw. ängstlich gemacht haben und dass es ihnen unangenehm war, über Corona nachzudenken.



**Abbildung 3: Sorgen und Ängste rund um Corona**

Je **älter** die Jugendlichen sind, umso stärker waren sie während des Shutdowns von coronabezogenen Ängsten betroffen. Insbesondere machten sich ältere Jugendliche signifikant häufiger Sorgen um die Zukunft (18/19 Jahre: 51 %, 16/17 Jahre: 41 %, 14/15 Jahre: 37 %, 12/13 Jahre: 25 %, mittlerer Effekt).

**Mädchen** waren stärker von Ängsten im Zusammenhang mit Corona betroffen als **Jungen**. Sie berichteten häufiger von gesundheitsbezogenen Ängsten (Erkrankung einer nahestehenden Person, eigene Erkrankung), Zukunftsängsten und von Ängsten, die die allgemeine Situation betrafen (siehe Abbildung 4). Auch gaben mehr Mädchen an, dass Nachrichten in den Medien sie nervös oder ängstlich gemacht haben.

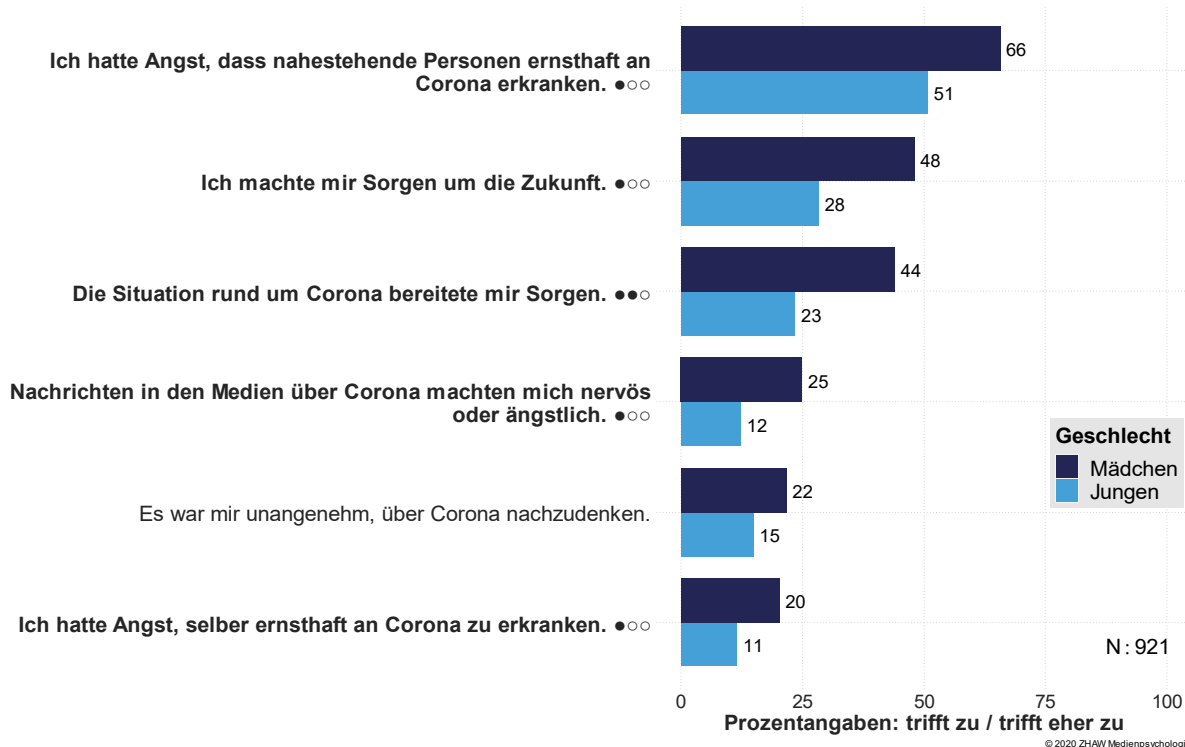


Abbildung 4: Sorgen und Ängste rund um Corona nach Geschlecht

Markante Unterschiede hinsichtlich Sorgen und Ängsten zeigen sich zwischen den **Landesteilen**. Jugendliche aus der Deutschschweiz waren weniger stark von Sorgen und Ängsten rund um Corona betroffen als Jugendliche der beiden anderen Landesteile (siehe Abbildung 5). Sie sorgten sich weniger um die Gesundheit von nahestehenden Personen, hatten weniger oft Zukunftsängste und auch die Situation im Allgemeinen bereitete ihnen weniger Sorgen und unangenehme Gedanken. Jugendliche im Tessin und in der Romandie gaben zudem öfter an, dass die mediale Berichterstattung sie nervös oder ängstlich gemacht hat.

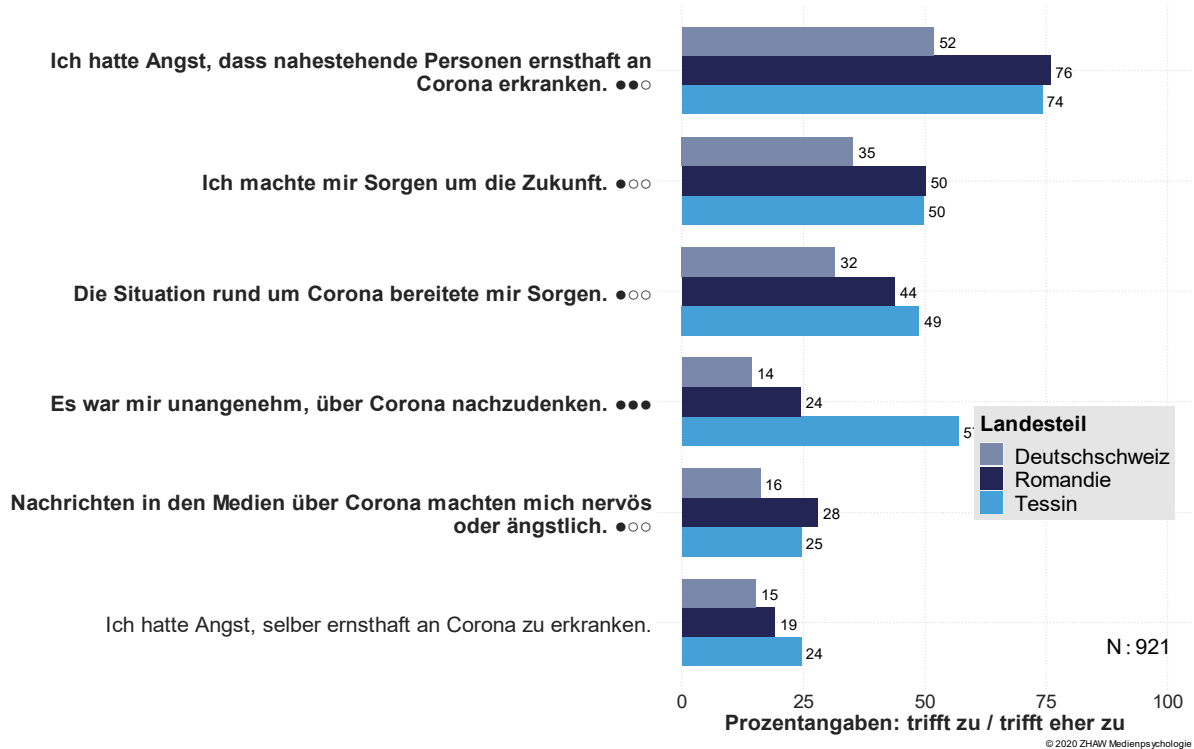


Abbildung 5: Sorgen und Ängste rund um Corona nach Landesteil

Jugendliche mit **Migrationshintergrund** (ohne Schweizer Staatsbürgerschaft) waren während des Shutdowns deutlich stärker von coronabezogenen Ängsten betroffen als Jugendliche **Schweizer Herkunft**. Jugendliche mit Migrationshintergrund berichteten häufiger von gesundheitsbezogenen Ängsten: 72 % fürchteten, dass eine nahestehende Person an Corona erkranken könnte (Schweiz: 58 %) und 32 % hatten Angst, selber ernsthaft am Virus zu erkranken (Schweiz: 14 %, beides kleine Effekte). Zudem waren Jugendliche mit Migrationshintergrund im Vergleich zu Jugendlichen mit Schweizer Herkunft häufiger von Zukunftsängsten geplagt (Ausland: 53 %, Schweiz 38 %) und einem grösseren Teil von ihnen war es unangenehm, über die Situation nachzudenken (Ausland: 30 %, Schweiz: 17 %, beides kleine Effekte). In Abhängigkeit des **Wohnorts**, des **sozioökonomischen Status** und des **Schultyps** zeigten sich keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich der Sorgen und Ängsten rund um Corona.

#### 4.1.3 Bewältigungsstrategien

Für 13 verschiedene Verhaltensweisen wurden die Jugendlichen gefragt, wie häufig sie diese angewendet haben, um mit der veränderten Situation im Shutdown umzugehen. Es lassen sich problemfokussierte und emotionsfokussierte Strategien unterscheiden (siehe Kapitel 3.1), die im Folgenden separat dargestellt werden.

##### Problemfokussierte Bewältigungsstrategien

Fast zwei Drittel der Jugendlichen haben auf Expertinnen und Experten gehört und sich an deren Anweisungen gehalten (siehe Abbildung 6). Ähnlich viele Jugendliche haben Medien genutzt, um sich über die Situation zu informieren. Jeweils die Hälfte hat während des Shutdowns neue Dinge gemacht, die sie sonst nicht gemacht hätten oder hat mit anderen Personen gesprochen, um mehr über die Situation zu erfahren. Ein Drittel aller Jugendlichen haben mit jemandem darüber gesprochen, wie sie sich fühlten oder haben Dinge in ihrem Leben verändert, um besser zurechtzukommen. 30 % der Jugendlichen haben hingegen nie über ihre Gefühle gesprochen: sie bewerteten die entsprechende Aussage mit «trifft nicht zu».



**Ich habe...**



**Abbildung 6: Problemfokussierte Verhaltensweisen**

Jugendliche der beiden **älteren** Gruppen gaben etwas häufiger an, mit jemandem über eigene Gefühle gesprochen zu haben, als die jüngeren Jugendlichen (12/13 Jahre: 26 %, 14/15 Jahre: 32 %, 16/17 Jahre: 45 %, 18/19 Jahre: 43 %, mittlerer Effekt).

**Mädchen** wendeten während des Shutdowns häufiger problemfokussierte Bewältigungsstrategien an als **Jungen** (siehe Abbildung 7). Mädchen haben häufiger auf Expertinnen und Experten gehört, Medien zur Information genutzt, neue Dinge gemacht und über eigene Gefühle gesprochen als Jungen.

Ich habe...

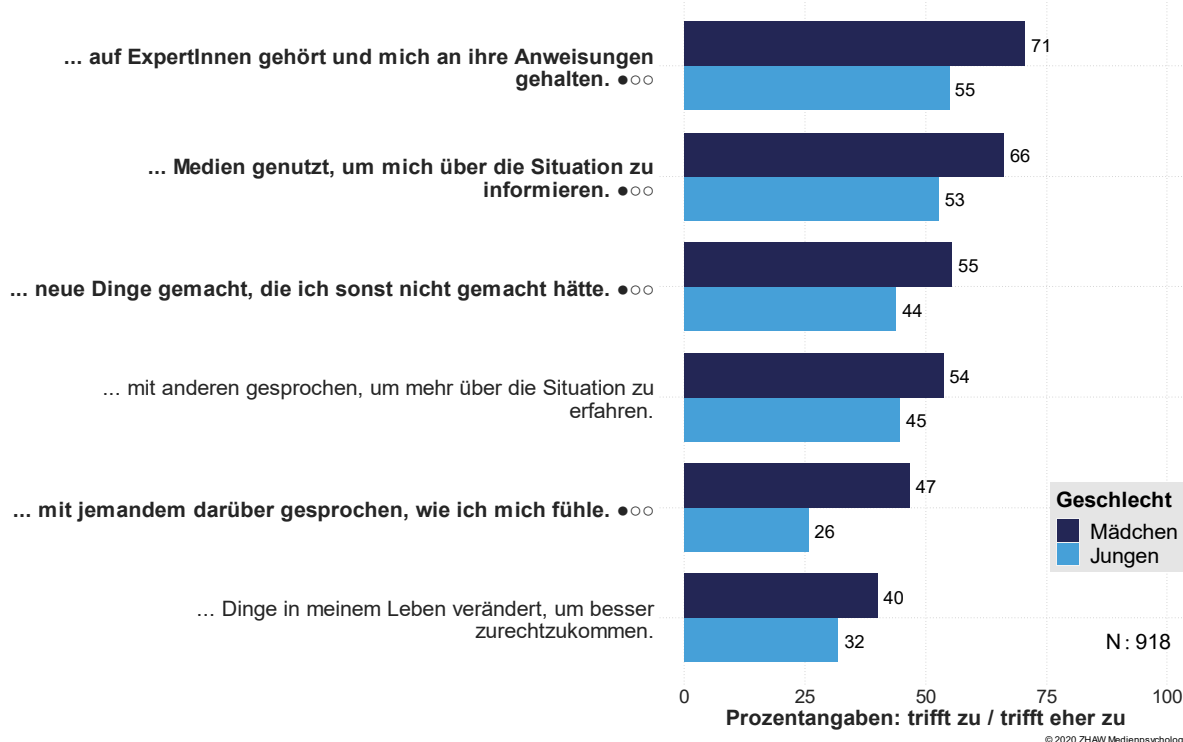


Abbildung 7: Problemfokussierte Verhaltensweisen nach Geschlecht

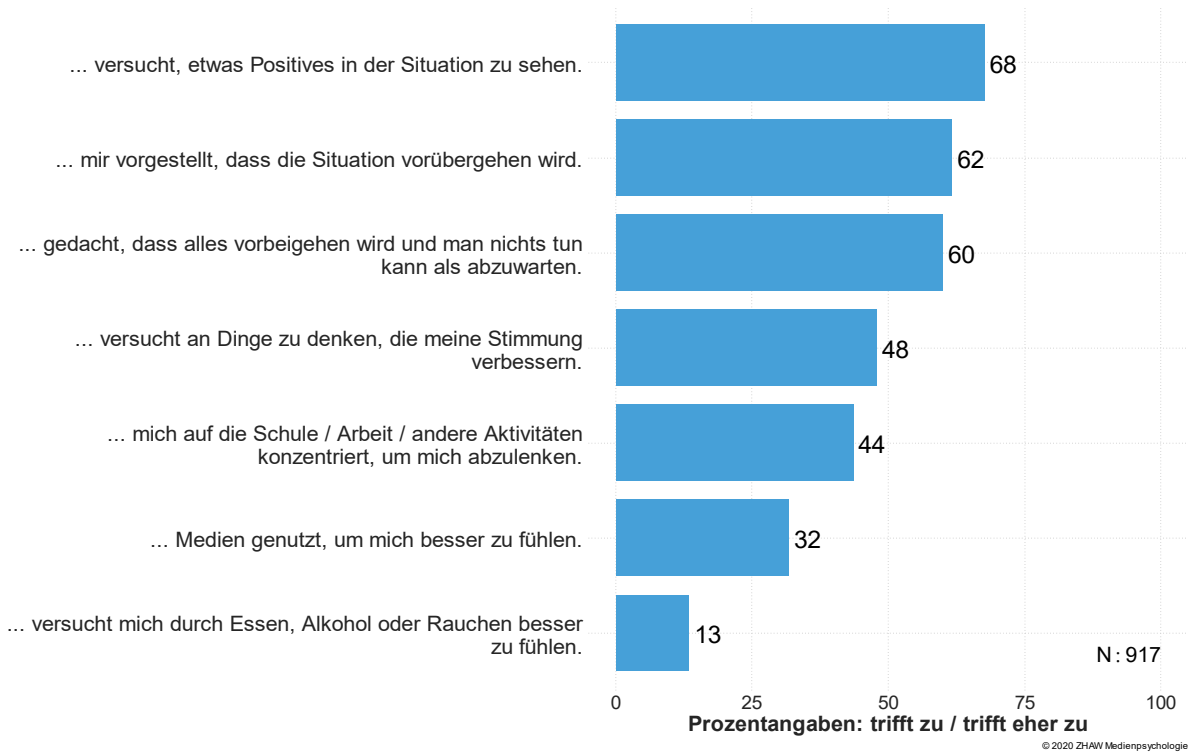
Jugendliche aus dem **Tessin** und der **Romandie** haben häufiger problemfokussierte Verhaltensweisen eingesetzt als Jugendliche aus der **Deutschschweiz**. Dies zeigt sich in der Tendenz für die meisten Verhaltensweisen. Signifikant ist der Unterschied für das Verändern von Dingen im Leben: Jugendliche im Tessin gaben häufiger an, Dinge verändert zu haben um besser zurechtzukommen (55 %) als Gleichaltrige in der Romandie (46 %) und der Deutschschweiz (32 %, kleiner Effekt).

In Abhängigkeit des **sozioökonomischen Status** und des **Schultyps** der der Jugendlichen zeigen sich lediglich vereinzelte Unterschiede: Jugendliche mit hohem sozioökonomischem Status (SoS) gaben häufiger an, neue Dinge gemacht zu haben (59 %) als Jugendliche mit mittlerem (51 %) und tiefem SoS (42 %, kleiner Effekt). Je nach Schultyp wurde zudem mehr oder weniger auf Expertinnen und Experten gehört: Schülerinnen und Schüler der Realschule stimmten dieser Aussage seltener zu (41 %) als Schülerinnen und Schüler der Sekundarschule (61 %) oder des Untergymnasiums (66 %, kleiner Effekt). Hinsichtlich der **Herkunft** und des **Wohnorts** der Jugendlichen zeigen sich keine signifikanten Unterschiede.

Emotionsfokussierte Bewältigungsstrategien

In Abbildung 8 ist ersichtlich, wie häufig die Jugendlichen verschiedene emotionsfokussierte Bewältigungsstrategien anwendeten. Über zwei Drittel der Jugendlichen geben an, sie hätten versucht, etwas Positives in der Situation zu sehen. Jeweils drei von fünf Jugendlichen haben sich vorgestellt, dass die Situation vorübergehen wird oder gedacht, dass alles vorbeigehen wird und man nichts tun kann als abzuwarten. Fast die Hälfte hat versucht, an Dinge zu denken, die die eigene Stimmung verbessern. Zwei von fünf haben sich auf die Schule, die Arbeit oder andere Aktivitäten konzentriert, um sich abzulenken. Rund ein Drittel hat Medien genutzt, um sich besser zu fühlen. Sich mit Essen, Alkohol trinken oder Rauchen abzulenken, haben nur 13 % versucht. 64 % der Jugendlichen bewerteten diese Aussage gar mit «trifft nicht zu».

**Ich habe...**



**Abbildung 8: Emotionsfokussierte Verhaltensweisen**

**Ältere** Jugendliche haben etwas häufiger versucht, ihre Stimmung durch Essen, Alkohol oder Rauchen zu verbessern. 18 % der 18-/19-Jährigen und 16 % der 16-/17-Jährigen stimmten der entsprechenden Aussage zu (14/15 Jahre: 12 %, 12/13 Jahre: 4 %, mittlerer Effekt).

**Mädchen** zeigten während des Lockdowns häufiger emotionsfokussierte Verhaltensweisen als **Jungen** (siehe Abbildung 9). Mehr Mädchen als Jungen haben versucht, etwas Positives in der Situation zu sehen, ihre Stimmung durch positive Gedanken zu verbessern oder sich durch die Schule, die Arbeit oder andere Aktivitäten abzulenken.

Ich habe...

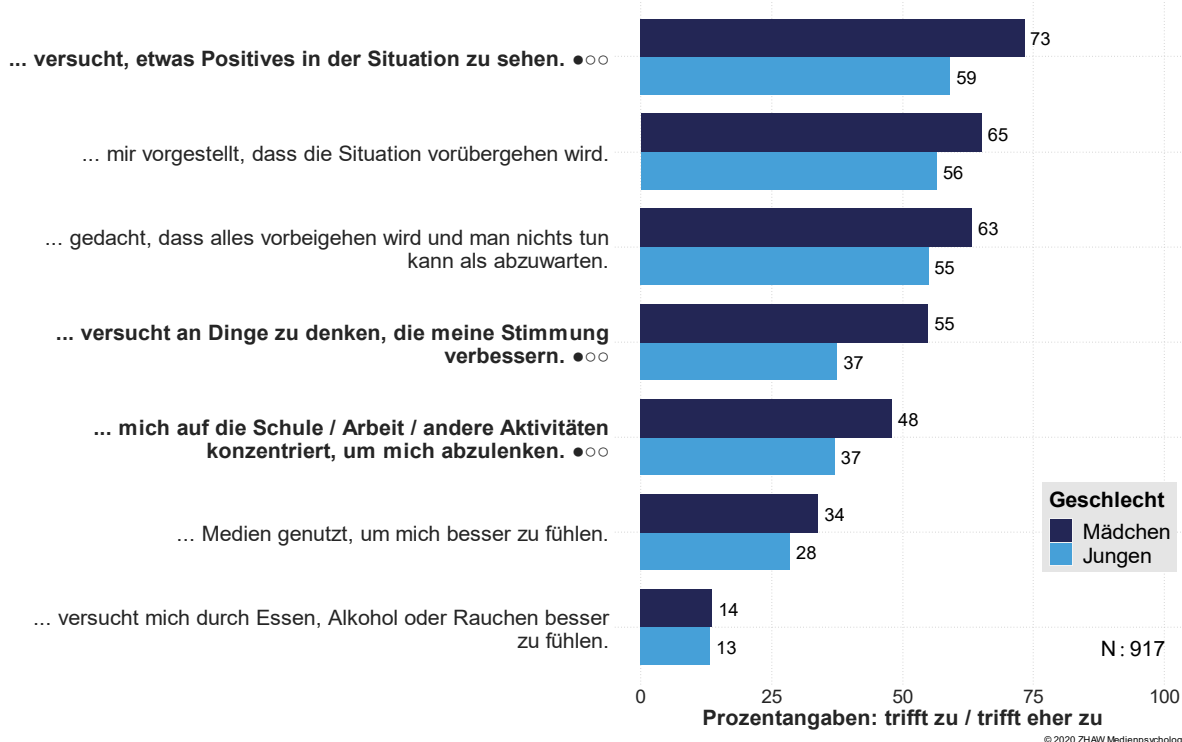


Abbildung 9: Emotionsfokussierte Verhaltensweisen nach Geschlecht

Unterschiede zeigen sich zwischen den drei **Landesteilen**. Für Jugendliche aus dem Tessin waren emotionsfokussierte Bewältigungsstrategien am wichtigsten, gefolgt von Jugendlichen aus der Romandie und der Deutschschweiz. Signifikante Unterschiede zeigen sich für zwei Verhaltensweisen: Tessiner Jugendliche stimmen häufiger der Aussage zu, dass sie sich mit der Schule, der Arbeit oder anderen Aktivitäten abgelenkt haben (67 %) als Jugendliche aus der Romandie (47 %) und der Deutschschweiz (41 %, mittlerer Effekt). Auch versuchten Jugendliche im Tessin eher ihre Stimmung durch positive Gedanken zu verbessern (59 %), als Jugendliche in der Romandie (54 %) und der Deutschschweiz (45 %, kleiner Effekt).

In Abhängigkeit des **sozioökonomischen Status** und des **Schultyps** zeigen sich vereinzelt Unterschiede. Jugendliche mit hohem sozioökonomischen Status (SoS) gaben häufiger an, sich durch die Schule, die Arbeit oder andere Aktivitäten abgelenkt zu haben (54 %), als Jugendliche mit mittlerem (40 %) und tiefem SoS (43 %, kleiner Effekt). Dieses Item erhält auch von Realschülerinnen und -schüler weniger Zustimmung (31 %) als von Gleichaltrigen, die die Sekundarschule (41 %) oder das Untergymnasium besuchen (52 %, kleiner Effekt). Jugendliche der Realschule haben sich zudem seltener mit dem Gedanken beruhigt, dass die Situation vorübergehen wird (48 %), als Jugendliche der Sekundarschule (63 %) und des Untergymnasiums (64 %, kleiner Effekt). Hinsichtlich der **Herkunft** und des **Wohnorts** der Jugendlichen zeigen sich keine signifikanten Unterschiede.

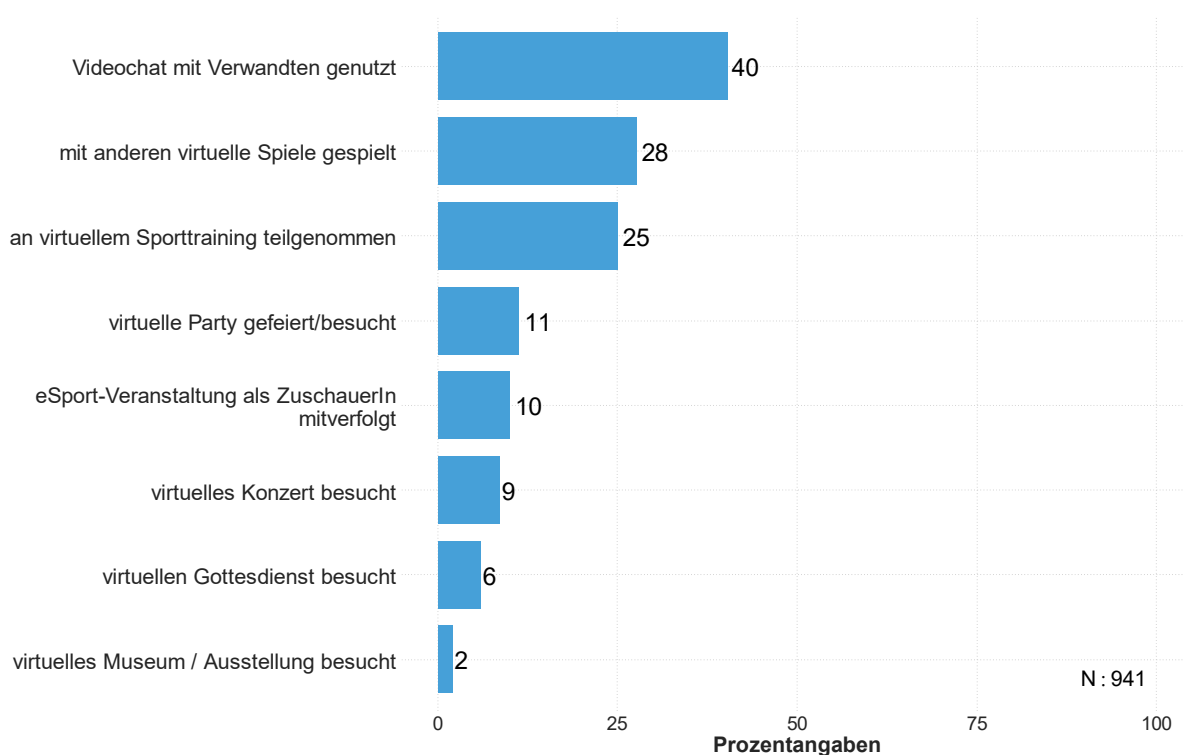
## 4.2 Mediennutzung und Informationsverhalten während des Shutdowns

Bezüglich der Mediennutzung stand das Informationsverhalten im Fokus. Die Jugendlichen wurden gefragt, wie häufig und über welche Quellen sie sich über das Geschehen rund um Corona informiert haben. Zudem wurden sie gefragt, welche Medienaktivitäten sie während des Shutdowns zum ersten Mal ausgeübt haben.

### 4.2.1 Neue Medienaktivitäten und neu gekaufte Geräte bzw. Abos

Aufgrund der pandemiebedingten Massnahmen waren viele Freizeitaktivitäten (z. B. Kino, Besuch von Sportveranstaltungen) während des Shutdowns im Frühling 2020 nur eingeschränkt oder gar nicht mehr möglich. Verschiedene Angebote und Veranstaltungen wurden in den digitalen Raum verlegt, und es entstanden neue Möglichkeiten der Mediennutzung. Die Jugendlichen wurden gefragt, welche der aufgelisteten **Tätigkeiten sie während des Shutdowns zum ersten Mal gemacht haben**.

Zwei von fünf Jugendlichen gaben an, in dieser Zeit zum ersten Mal Videochat genutzt zu haben, um mit Verwandten in Kontakt zu sein (siehe Abbildung 10). Rund ein Viertel hat zum ersten Mal virtuelle Spiele mit anderen gespielt oder an einem virtuellen Sporttraining teilgenommen. Jede/r Zehnte hat zum ersten Mal eine virtuelle Party gefeiert bzw. besucht, als Zuschauer/in eine eSport-Veranstaltung mitverfolgt oder ein virtuelles Konzert besucht. 6 % gaben an, dass sie einen virtuellen Gottesdienst besucht haben. Nur 2 % der Jugendlichen haben in dieser Zeit zum ersten Mal eine virtuelle Ausstellung besucht.



**Abbildung 10: Erstmalige Ausübung verschiedener Medienaktivitäten während des Shutdowns**

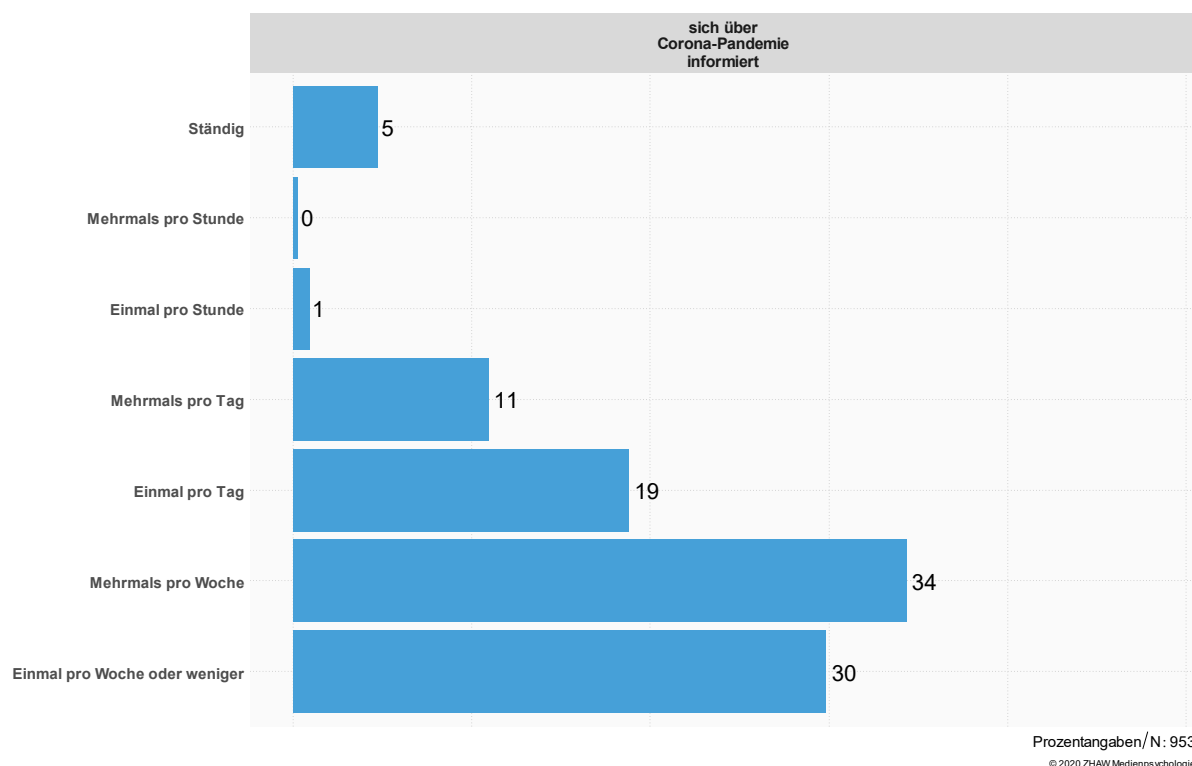
Zusätzlich wurde mit einer offenen Frage erhoben, ob, und wenn ja, welche **neuen Geräte oder Abos während des Shutdowns gekauft** worden sind. 203 Jugendliche haben hier eine Nennung gemacht. Erwähnt werden im Folgenden nur jene Geräte und Abos, die mehr als fünf Mal genannt wurden. Mit Abstand am häufigsten genannt wurde der Streaminganbieter Netflix. 46 Jugendliche gaben an, dass sie sich während des Shutdowns ein Netflix-Abo zugelegt haben. Weitere 16 Jugendliche haben sich während dieser Zeit ein Disney+ Abo gekauft. 26 Jugendliche geben an, dass ein neuer Laptop oder

Computer angeschafft wurde. Zehn Jugendliche haben neue Videogames gekauft und sechs ein neues Handy.

#### 4.2.2 Informationsverhalten

##### Informationshäufigkeit

Die Jugendlichen lassen sich bezüglich der Häufigkeit, mit der sie sich während des Showdowns über Neuigkeiten rund um Corona informiert haben, grob in drei Gruppen einteilen. Ein Drittel aller Jugendlichen hat sich nur selten zum Geschehen rund um Corona informiert (einmal pro Woche oder weniger). Ein weiteres Drittel hat sich regelmässig, das heisst mehrmals pro Woche, über die Entwicklungen rund um die Corona-Pandemie informiert und ein letztes Drittel hat sich intensiv mit dem Thema beschäftigt und sich einmal pro Tag oder häufiger informiert. 5 % der Jugendlichen gaben an, dass sie sich «ständig» über Neuigkeiten zu Corona informiert haben (siehe Abbildung 11).



**Abbildung 11: Häufigkeit des Informationsverhaltens zu Corona während des Shutdowns**

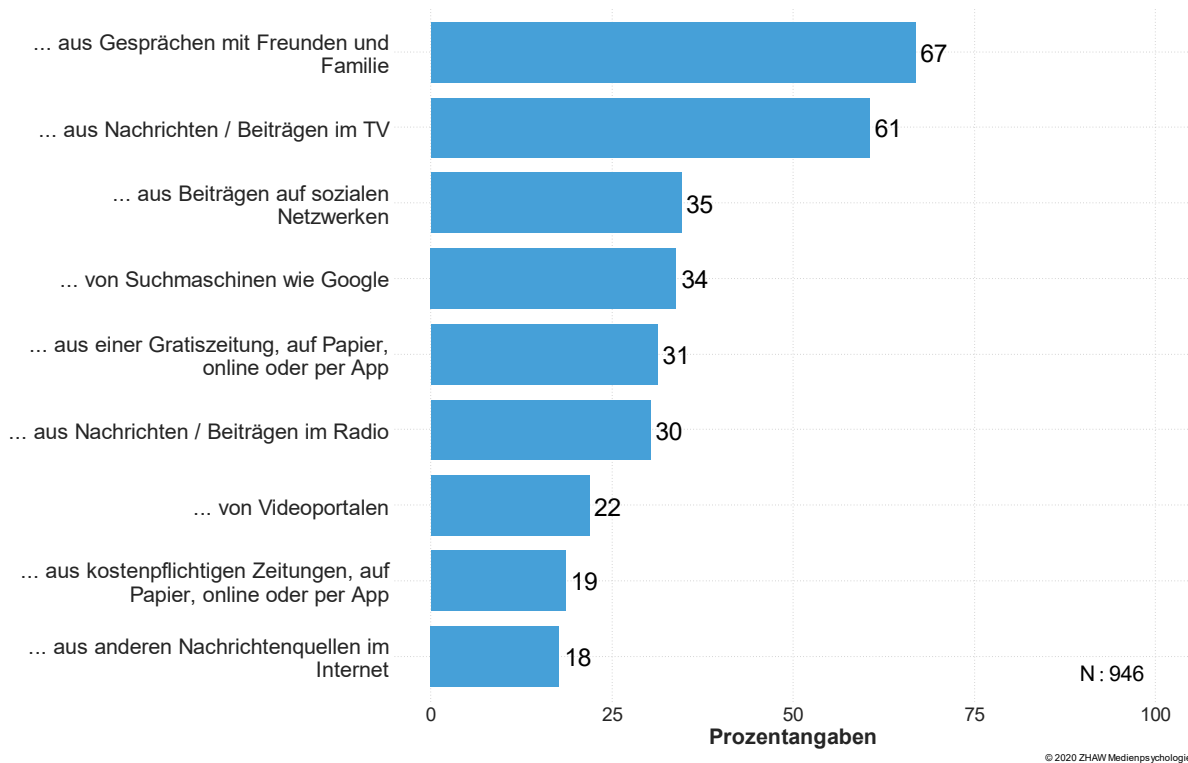
Vergleicht man die durchschnittliche Informationshäufigkeit so zeigen sich keine Unterschiede zwischen **Mädchen und Jungen**. Auch die verschiedenen **Altersgruppen** unterscheiden sich nicht hinsichtlich ihrer Informationshäufigkeit. In Abhängigkeit des **Landesteils** ( $Wald-F(2,69) = 3.89, p < 0.05$ ) und des **Schultyps** ( $Wald-F(2,19) = 3.80, p < 0.05$ ) zeigen sich hingegen signifikante Unterschiede. Jugendliche aus dem Tessin ( $M = 2.70, SE = .10$ ) haben sich während des ersten Shutdowns etwas intensiver über Neuigkeiten rund um Corona informiert als Jugendliche aus der Deutschschweiz ( $M = 2.40, SE = .08$ ) und der Romandie ( $M = 2.32, SE = .10$ ). Zudem haben sich Jugendliche der Realschule im Mittel häufiger über die Corona-Situation informiert ( $M = 2.80, SE = .21$ ) als Jugendliche der höheren formalen Bildungstufen (Sek:  $M = 2.42, SE = .13$ ; Gymi:  $M = 2.09, SE = .14$ ).

## Informationsquellen

Um mehr über den Ursprung der Informationen zu erfahren, wurden die Jugendlichen gefragt, woher sie Informationen während des ersten Shutdowns hauptsächlich bezogen. Den Jugendlichen wurden neun verschiedene Quellen zur Auswahl vorgelegt, von denen sie beliebig viele angeben konnten (im Mittel wurden drei Quellen genannt).

Die wichtigsten Informationsquellen während des ersten Shutdowns waren für Jugendliche Gespräche mit Personen aus dem nahen Umfeld und Fernsehbeiträge (siehe Abbildung 12). Zwei Drittel aller Jugendlichen gaben diese beiden Kanäle mitunter als Hauptinformationsquellen an. Bei jeweils einem Drittel zählten soziale Netzwerke, Suchmaschinen, Gratiszeitungen und Radiobeiträge zu den Hauptinformationsquellen. Bei jeweils einem Fünftel aller Jugendlichen spielten Informationen aus Videoportalen, aus kostenpflichtigen Zeitungen und aus anderen Nachrichtenquellen im Internet eine wichtige Rolle.

### Meine Informationen hatte ich hauptsächlich...



**Abbildung 12: Hauptsächliche Informationskanäle während des Shutdowns (Mehrfachantworten möglich)**

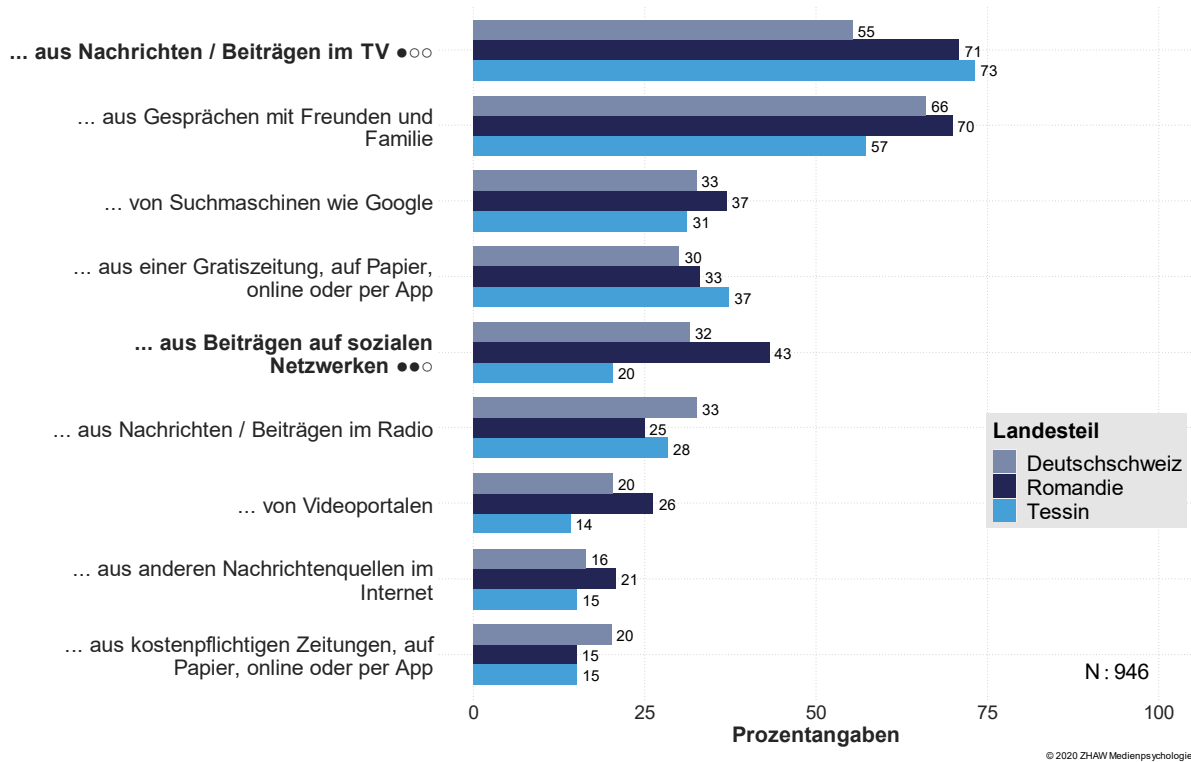
Von der jüngsten **Altersgruppe** (12-/13-Jährige) wurden soziale Netzwerke und Angebote von Gratiszeitungen (auf Papier, online oder per App) etwas seltener als hauptsächlich Informationskanäle genannt als von älteren Jugendlichen (jeweils kleiner Effekt).

**Mädchen** gaben Gespräche mit Freundinnen und Freunden oder Familienangehörigen (75 %) und Nachrichten im Fernsehen (65 %) häufiger als hauptsächlich Informationskanäle an als **Jungen** (Gespräche: 56 %, TV: 54 %). Bei Jungen spielten hingegen Informationen aus Videoportalen (30 %) eine wichtigere Rolle als bei Mädchen (16 %). Es handelt sich jeweils um kleine Effekte.

Unterschiede zeigen sich auch zwischen den drei **Landesteilen** (siehe Abbildung 13). Jugendliche in der Deutschschweiz wählten seltener Fernsehnachrichten als hauptsächlich Informationskanal (55 %) als Jugendliche aus der Romandie (71 %) und dem Tessin (73 %). Im Tessin rangierte das Fernsehen auf dem ersten Platz, noch vor persönlichen Gesprächen. Tessiner Jugendliche gaben

zudem seltener an, Beiträge auf sozialen Netzwerken als Informationsquelle genutzt zu haben (20 %) als Gleichaltrige in der Deutschschweiz (32 %) und der Romandie (43 %, mittlerer Effekt).

**Meine Informationen hatte ich hauptsächlich...**



**Abbildung 13: Hauptsächliche Informationskanäle während des Shutdowns nach Landesteil (Mehrfachantworten möglich)**

Bei Jugendlichen mit Schweizer **Herkunft** zählten Nachrichten im Radio (33 %) häufiger zu den Hauptinformationsquellen als bei Jugendlichen mit ausländischer Herkunft (16 %, kleiner Effekt). Befragte, die in **ländlichen** Regionen zuhause sind, zählten das Fernsehen häufiger zu einem ihrer Hauptinformationskanäle (65 %) als Jugendlichen aus **städtischen** Regionen (51 %, kleiner Effekt). Je nach **Schultyp** wurden Fernsehnachrichten unterschiedlich häufig als hauptsächlichsten Informationskanal angegeben. Am häufigsten wählten Schülerinnen und Schüler des Untergymnasiums das Fernsehen als wichtigen Informationskanal (73 %), gefolgt von den Schülerinnen und Schülern der Sekundarschule (60 %) und der Realschule (43 %, mittlerer Effekt). Abhängig vom **sozioökonomischen Status** der Befragten gab es keine signifikanten Unterschiede hinsichtlich der gewählten Informationskanäle.

**4.3 Zusammenhang zwischen Informationsverhalten und coronabezogenen Ängsten**

Mit einer linearen Regressionsanalyse wurde geprüft, durch welche Faktoren sich coronabezogene Ängste (AV) vorhersagen lassen. Im Modell berücksichtigt wurden vier Indikatoren des Informationsverhaltens (Informationshäufigkeit, klassisch publizistische Medien, neue digitale Medien, Gespräche) und die soziodemografischen Variablen Alter, Geschlecht, Herkunft und Landesteil. Die Variablen Alter und Gespräche mit nahestehenden Personen erwiesen sich im Regressionsmodell als nicht signifikante Prädiktoren und wurden deshalb in einem schrittweisen Vorgehen vom Gesamtmodell ausgeschlossen.



Die Analyse zeigt, dass sowohl die Informationshäufigkeit als auch die Informationsquellen signifikante Prädiktoren von coronabezogenen Ängsten sind. Je häufiger sich Jugendliche informierten ( $\beta = .17$ ,  $Wald-F(1,70) = 22.22$ ,  $p < .001$ ) und je intensiver sie klassisch publizistische Medien ( $\beta = .14$ ,  $Wald-F(1,70) = 12.98$ ,  $p < .01$ ) und neue digitale Medien nutzten ( $\beta = .17$ ,  $Wald-F(1,70) = 19.26$ ,  $p < .001$ ), umso ausgeprägter waren ihre Ängste. Die im Modell berücksichtigten soziodemografischen Variablen Geschlecht, Herkunft und Landesteil erwiesen sich ebenfalls als signifikante Prädiktoren. Mädchen berichteten von grösseren Ängsten und Sorgen im Zusammenhang mit Corona als Jungen ( $\beta = .47$ ,  $Wald-F(1,70) = 36.95$ ,  $p < .001$ ). Zudem waren Jugendliche mit Schweizer Staatsbürgerschaft weniger stark von Sorgen und Ängsten betroffen, als Gleichaltrige ausländischer Herkunft ( $\beta = -.46$ ,  $Wald-F(1,70) = 17.55$ ,  $p < .001$ ). Auch der Landesteil erwies sich als signifikanter Prädiktor ( $Wald-F(2,69) = 17.55$ ,  $p < .001$ ). Jugendliche im Tessin waren am stärksten von coronabezogenen Ängsten geplagt. Etwas weniger betroffen waren Jugendliche aus der Romandie ( $\beta = -.42$ ) und am wenigsten Sorgen machten sich Jugendliche aus der Deutschschweiz ( $\beta = -.78$ ). Das korrigierte  $R^2$  beträgt 0.20. Das Gesamtmodell vermag somit 20 % der Varianz der Variable Sorgen/Ängste zu erklären, was gemäss Cohen (1992) einem starken Effekt entspricht.

## 5 Zusammenfassung und Diskussion

Im Folgenden werden für die vier formulierten Fragestellungen die wichtigsten Ergebnisse zusammengefasst und diskutiert. Vorwegzunehmen sind einige methodische Limitationen der Studie, die bei der Interpretation der Befunde berücksichtigt werden müssen: Durch die Umstellung auf eine Onlinebefragung haben im Unterschied zu früheren Durchführungen der JAMES-Studie nicht immer alle Schülerinnen und Schüler einer Klasse die Umfrage beantwortet. Gewisse Selektionseffekte sind somit nicht auszuschliessen und die Repräsentativität der Stichprobe ist im Vergleich zu den Vorjahren leicht eingeschränkt. Zudem erfolgte die Befragung zu einem Zeitpunkt, zu dem die coronabedingten Massnahmen bereits gelockert und der Shutdown in der Schweiz aufgehoben war. Die Jugendlichen mussten also retrospektiv ihr Verhalten und Befinden beurteilen. Dabei kann es zu gewissen Erinnerungsverzerrungen gekommen sein. Zu berücksichtigen ist auch, dass es sich bei der Befragung um eine Querschnittstudie handelt. Mit diesem Studiendesign können Zusammenhänge festgestellt, aber keine Aussagen bezüglich der Kausalität gemacht werden.

Forschungsfrage A: Wie stand es um das psychische Wohlbefinden der Jugendlichen (Belastung, Ängste, Bewältigung) während des ersten Shutdowns? Lassen sich aufgrund soziodemografischer Merkmale Schutz- oder Risikofaktoren identifizieren?

Die vom Bund getroffenen Shutdown-Massnahmen im Frühling 2020 beschnitten Jugendliche in vielen für sie wichtigen Lebensbereichen. Einem Grossteil der Jugendlichen machten insbesondere die sozialen Einschränkungen während des Shutdowns zu schaffen. Zwei Drittel aller Befragten litten darunter, ihre Freundinnen und Freunde nicht wie gewohnt treffen zu können und beinahe ebenso viele erlebten es als schwierig, ihren Hobbys nicht nachgehen zu können. Die Einschränkungen in der eigenen Freiheit erlebten knapp die Hälfte der Jugendlichen als belastend. Soziale Beziehungen zu Gleichaltrigen und Freiräume ausserhalb des Elternhauses sind im Jugendalter wichtige Voraussetzungen für die Persönlichkeitsentwicklung. Aus entwicklungspsychologischer Sicht ist es somit wenig erstaunlich, dass Jugendliche diese Einschränkungen als besonders belastend erlebten.

Auffallend ist, dass Jugendliche die veränderte Situation in der Schule und bei der Arbeit ganz unterschiedlich erlebten. Während zwei Fünftel der Jugendlichen die Veränderungen als schwierig empfanden, hatte eine ähnlich grosse Gruppe keine Probleme damit. Verschiedene soziale und familiäre Aspekte scheinen eine Rolle zu spielen, ob die schulische und berufliche Situation während des Shutdowns belastend war. So berichteten Jugendliche aus Familien mit tiefem sozioökonomischem Status (SoS) häufiger von Schwierigkeiten aufgrund der veränderten Situation als Jugendliche mit mittlerem oder hohem SoS. Zum einen könnte hier die technische Ausstattung der Haushalte eine Rolle spielen. Familien mit tiefem SoS sind tendenziell mit weniger Bildschirmgeräten ausgestattet (Suter et al., 2018), was den digitalen Fernunterricht möglicherweise erschwerte. Zum anderen erhielten Jugendliche aus sozial schlechter gestellten und bildungsferneren Familien möglicherweise weniger elterliche Unterstützung und waren beim Lernen stärker auf sich alleine gestellt. Auch Jugendliche mit ausländischer Herkunft erlebten die Veränderungen in der Schule als schwerwiegender. Die fehlende elterliche Unterstützung könnte auch hier eine Rolle gespielt haben. Eltern, die mit dem Schweizer Schulsystem und der gesprochenen Sprache weniger vertraut sind, konnten den Fernunterricht vermutlich weniger gut begleiten. Neben diesen familiären Merkmalen spielen auch schulische Aspekte eine Rolle. Jugendliche der Realschule berichteten häufiger von Schwierigkeiten mit der veränderten Situation als Gleichaltrige der Sekundarschule oder des Untergymnasiums. Möglicherweise hatten Realschülerinnen und -schüler mehr Mühe mit dem Fernunterricht und dem fehlenden Schulumfeld, welches ihnen normalerweise Struktur gibt und sie beim Lernen unterstützt. Auch zeigte sich, dass Jugendliche höherer Schulstufen mehr Schwierigkeiten mit den Veränderungen hatten. Dies könnte damit zusammenhängen, dass viele Befragte in diesem Alter bereits eine Berufslehre absolvieren und somit von Änderungen doppelt, das heisst bei der Arbeit und im Unterricht, betroffen waren. Zudem standen für einige der älteren Jugendlichen Abschlussprüfungen bevor, bei denen lange unklar war, in

welcher Form eine Durchführung möglich sein wird. Für ältere Jugendliche bestanden somit grössere Unsicherheiten. Sie waren auch stärker von Zukunftsängsten geplagt als jüngere Altersgruppen. Belastungen hängen eng mit coronabezogenen Ängsten zusammen. Jugendliche, die die Situation als belastender erlebten, berichteten auch von stärker ausgeprägten Ängsten und Sorgen im Zusammenhang mit der Situation. Am weitesten verbreitet war unter Schweizer Jugendlichen die Angst, dass eine nahestehende Person ernsthaft am Corona-Virus erkranken könnte. 60 % der Jugendlichen waren davon betroffen. Angst vor einer eigenen Ansteckung und Erkrankung hatten hingegen nur wenige. Zwei von fünf Jugendlichen machten sich Sorgen um die Zukunft und ein Fünftel aller Jugendlichen gab an, dass Nachrichten in den Medien sie nervös oder ängstlich machten. Ältere Jugendliche waren im Mittel etwas stärker von coronabezogenen Ängsten betroffen. Insbesondere Zukunftsängste waren unter ihnen stärker ausgeprägt. Im Allgemeinen waren Jugendliche ausländischer Herkunft stärker von Sorgen und Ängsten betroffen als Jugendliche mit Schweizer Staatsbürgerschaft. Sowohl gesundheitsbezogene Ängste als auch Zukunftsängste waren bei ihnen stärker verbreitet. Dies könnte daran liegen, dass in Familien mit Migrationshintergrund zum Teil weniger Kenntnisse und Erfahrungen mit dem Schweizer Staats- und Gesundheitssystem vorhanden sind. Entscheidungsprozesse und getroffene Massnahmen können weniger gut eingeordnet werden, was mit einer grösseren Verunsicherung innerhalb der Familie und mit stärkeren Ängsten bei den Jugendlichen einhergehen kann. Deutliche Unterschiede im psychischen Wohlbefinden, sowohl was die Belastungen als auch die Ängste angeht, zeigen sich zwischen Mädchen und Jungen. Mädchen waren durch die veränderte Situation stärker belastet und häufiger von Sorgen und Ängsten betroffen als Jungen. Hinweise für einen entsprechenden Geschlechterunterschied ergeben sich auch in der Studie von Baier und Kamenowski (2020), in der bei weiblichen Jugendlichen eine stärkere Zunahme von emotionalen Problemen während des Shutdowns festgestellt wurde.

Die Situation während des Shutdowns wurde in der Romandie und insbesondere im Tessin deutlich belastender erlebt als in der Deutschschweiz. Gleichzeitig waren Jugendliche im Tessin und der Romandie stärker von Ängsten betroffen als Jugendliche in der Deutschschweiz. Wie sich eine belastende Situation auf die psychische Gesundheit einer Person auswirkt, hängt zum einen von persönlichen Eigenschaften und Ressourcen ab, zum anderen aber auch von der Intensität der Belastung. Bis Ende April war der Kanton Tessin mit einer Inzidenzrate von 893 Fällen auf 100'000 Personen am stärksten von der COVID-19-Pandemie betroffen, gefolgt von der Genferseeregion (GE, VD, VS) mit einer Inzidenz von 740 (BAG, 2020). In der Deutschschweiz verzeichnete man deutlich weniger Fälle, die Inzidenz bewegte sich in den verschiedenen Kantonen um 200 Fälle pro 100'000 Personen. Ähnlich verhielt es sich bei den Todesfällen, die im Tessin, gemessen an der Bevölkerung, am zahlreichsten waren, gefolgt von der Genferseeregion und der Deutschschweiz. Jugendliche der romanischsprachigen Schweiz waren somit einer deutlich angespannteren Lage ausgesetzt als Gleichaltrige der Deutschschweiz. Im Tessin dürfte zudem die Nähe zur dramatischen Lage in Norditalien das Bedrohungsgefühl verstärkt haben. Dies spiegelt sich auch im psychischen Wohlbefinden der Jugendlichen.

Zur Bewältigung der herausfordernden Situation während des Shutdowns haben Jugendliche sowohl problemfokussierte als auch emotionsfokussierte Strategien angewendet. Für problemfokussierte Verhaltensweisen waren Orientierung und Information die wichtigsten Motive: Zwei Drittel aller Jugendlichen gaben an, auf Expertinnen und Experten gehört und sich an deren Anweisungen gehalten zu haben. Dies verdeutlicht, dass die Mehrheit der Jugendlichen die geltenden Regeln ernst nahm und respektierte. 20 % taten dies zumindest teilweise und lediglich 16 % der Jugendlichen gaben an, sich nicht an Anweisungen gehalten zu haben. Zudem hat sich die Mehrheit der Jugendlichen über mediale Berichterstattung (61 %) oder Gespräche mit anderen Menschen (50 %) Informationen über die Situation verschafft. Auf der emotionalen Ebene spielte für viele Jugendliche einerseits ein gewisser Optimismus eine wichtige Rolle. Beinahe 70 % der Jugendlichen versuchten trotz Einschränkungen und Unsicherheiten etwas Positives in der Situation zu sehen. Andererseits versuchten sich viele vor Augen zu halten, dass es sich um eine temporäre Situation handelt, die vorübergehen wird. Die Strategie, sich mit Essen, Alkohol oder Rauchen abzulenken, wurde nur von 13 % der Jugendlichen angewendet, vorrangig von 16- bis 19-jährigen. Jugendliche, die durch die Situation stärker belastet und von mehr

Ängsten geplagt waren, nutzten tendenziell auch mehr Bewältigungsstrategien. So wendeten Jugendliche aus der Romandie und dem Tessin häufiger sowohl problem- als auch emotionsorientierte Bewältigungsstrategien an als Jugendliche aus der Deutschschweiz. Dies trifft auch für Mädchen zu. Sie wendeten öfters Bewältigungsstrategien auf der praktischen und der emotionalen Ebene an als Jungen.

**Forschungsfrage B: Welche Medienaktivitäten haben Jugendliche während des ersten Shutdowns neu für sich entdeckt?**

Insbesondere um soziale Kontakte zu pflegen, nutzten während des Shutdowns viele Jugendliche neue digitale Möglichkeiten: Zwei von fünf Jugendlichen gaben an, zum ersten Mal Videochat mit Verwandten genutzt zu haben. Zudem haben je ein Viertel aller Befragten während dieser Zeit erstmalig mit anderen Personen Onlinegames gespielt oder an einem virtuellen Sporttraining teilgenommen. An weiteren virtuellen Veranstaltungen wie e-Sport-Turnieren, Konzerten oder Partys haben ein Zehntel aller Jugendlichen erstmals teilgenommen. Aus den Antworten der Jugendlichen lässt sich ableiten, dass während des ersten Shutdowns ein starker Digitalisierungsschub stattgefunden hat und Jugendliche eine Bandbreite an neuen digitalen Medientätigkeiten für sich entdeckt haben. Während des Shutdowns nochmals an Bedeutung gewonnen haben zudem auch Streamingdienste. Gut 5 % aller Jugendlichen gaben an, sich während des Shutdowns ein Abo bei Netflix- oder Disney+ zugelegt zu haben, um Filme und Serien zu streamen. Die Verbreitung von unterhaltungsorientierten Aboangeboten erlebt bereits seit längerer Zeit einen deutlichen Anstieg. Während beispielsweise Film- und Serienstreaming-Plattformen 2016 in knapp 40 % aller Haushalte mit Jugendlichen vorhanden waren, verfügten 2020 bereits 75 % der Familien über ein entsprechendes Angebot (Bernath et al., 2020). Dass die coronabedingten Einschränkungen diesen Trend noch zusätzlich befeuert haben, zeigen die Antworten der Jugendlichen deutlich. Festzuhalten ist, dass in der Befragung lediglich Freizeitaktivitäten berücksichtigt wurden. Der starke Digitalisierungsschub, der auch in der Schule stattgefunden hat, wurde mit der Befragung nicht erfasst. Welche der neuen Medientätigkeiten die Jugendlichen in ihren Alltag übernehmen werden und welche Aktivitäten sich lediglich als Krisentrends erweisen, bleibt zu beobachten. Der Digitalisierungsschub wird zweifelsohne auch über die Pandemie hinaus seine Spuren hinterlassen.

**Forschungsfrage C: Wie häufig und über welche Quellen informierten sich Jugendlichen während des ersten Shutdowns über die Geschehnisse rund um Corona?**

Schweizer Jugendliche haben sich während des Shutdowns im Frühling 2020 unterschiedlich intensiv über die Geschehnisse rund um die Corona-Pandemie informiert. Grob lassen sich die Jugendlichen in drei ähnlich grosse Gruppen einteilen: eine erste Gruppe von wenig informierten Jugendlichen, die sich nur selten (einmal pro Woche oder weniger) mit den Geschehnissen beschäftigte; eine zweite Gruppe von moderat informierten Jugendlichen, die sich regelmässig, das heisst mehrmals pro Woche, über die Situation informierte; und eine dritte Gruppe, die sich intensiv mit dem Thema auseinandersetzte und sich einmal pro Tag oder häufiger informierte. 5 % aller Jugendlichen gaben an, sich ständig über Neuigkeiten informiert zu haben. Die wichtigsten Informationsquellen waren für Jugendliche einerseits Gespräche mit nahestehenden Personen, andererseits Nachrichten aus dem Fernsehen. Für rund zwei Drittel aller Jugendlichen zählten diese beiden Quellen während des Shutdowns zu den Hauptinformationskanälen. Für jeweils ein Drittel aller Jugendlichen waren soziale Netzwerke, Suchmaschinen, Gratiszeitungen und Radiobeiträge zudem wichtige Informationsquellen.

Vergleicht man das Informationsverhalten während des Shutdowns mit der Zeit vor der Corona-Pandemie, so zeigen sich deutliche Veränderungen: Insbesondere Fernsehbeiträge haben in der aussergewöhnlichen Lage stark an Bedeutung gewonnen. In der JAMES-Befragung 2018 gaben lediglich 33 % der Jugendlichen an, Fernsehbeiträge zu nutzen, um sich über das allgemeine Weltgeschehen zu informieren (Waller et al., 2019). Soziale Netzwerke und Videoportale haben

hingegen als Informationsquellen an Bedeutung verloren. Beide wurden bei normaler Ereignislage deutlich öfter als wichtige Informationsquelle genannt (soziale Netzwerke 60 %, Videoportale 44 %). Einen hohen Stellenwert haben Gespräche mit nahestehenden Personen beibehalten. Sie waren für Jugendliche sowohl 2018 als auch während des Shutdowns die wichtigsten Informationsquellen. Der Bedeutungszuwachs von Fernsehbeiträgen während des Shutdowns lässt sich teilweise durch ein gesteigertes Bedürfnis nach transparenten und vertrauenswürdigen Informationen erklären. Schweizer Jugendliche schreiben Fernsehbeiträgen eine besonders hohe Glaubwürdigkeit zu (Waller et al., 2019) und scheinen sich während des Shutdowns vermehrt an diesen orientiert zu haben. Diesbezüglich deckt sich das Nutzungsverhalten mit jenem der erwachsenen Bevölkerung. Eine Befragung in der Deutschschweiz zeigt, dass auch bei Erwachsenen Fernsehbeiträge während des Shutdowns an Bedeutung gewannen: Die Sendungen des Schweizer Fernsehens wurden von den Befragten als wichtigster Informationskanal genannt (neben Informationsangeboten des Bundes; Friemel et al., 2020).

Zwischen den verschiedenen Subgruppen zeigen sich zum Teil Unterschiede im Informationsverhalten. Am deutlichsten fallen die Unterschiede zwischen den drei Landesteilen aus. Jugendliche aus dem Tessin haben sich während des Shutdowns intensiver mit den Geschehnissen auseinandergesetzt als Jugendliche aus der Romandie und der Deutschschweiz. Zudem zählten Tessiner Jugendliche Fernsehbeiträge häufiger zu ihren Hauptinformationsquellen, während sie soziale Netzwerke seltener nutzten als Gleichaltrige in den beiden anderen Landesteilen. Dies könnte mitunter daran liegen, dass die Situation während der ersten Corona-Welle im Tessin angespannter war als in der restlichen Schweiz und Tessiner Jugendliche somit noch stärker das Bedürfnis nach Informationen hatten, die ihnen glaubwürdig erschienen.

Forschungsfrage D: Welche Zusammenhänge bestehen zwischen dem Informationsverhalten der Jugendlichen und coronabezogenen Ängsten?

Sowohl die Informationshäufigkeit als auch die Anzahl genutzter Informationsquellen stehen in einem positiven Zusammenhang mit coronabezogenen Ängsten. Das heisst, je häufiger sich Jugendliche während des Shutdowns über Corona informierten und je mehr verschiedene Quellen sie nutzten, umso stärker ausgeprägt waren ihre Ängste. Der Medientyp scheint dabei eine weniger wichtige Rolle zu spielen. Sowohl die Nutzung von klassisch publizistischen Medien als auch von neuen digitalen Medien geht bei erhöhter Intensität mit grösseren Ängsten einher. Hervorzuheben ist, dass es sich bei der vorliegenden Studie um eine Querschnittuntersuchung handelt. Die Ergebnisse lassen somit keine Kausalschlüsse zu. Möglicherweise führte die erhöhte Exposition gegenüber medialen Berichten zu verstärkten Ängsten. Denkbar ist aber auch, dass bei Jugendlichen, bei denen Ängste stärker vorhanden waren, ein grösseres Bedürfnis nach Informationen bestand. Ungeachtet der Richtung dieses Zusammenhangs wird deutlich, dass Medien die gesellschaftliche Wahrnehmung einer Krise und den individuellen Umgang damit massgeblich beeinflussen können. Während der ersten Corona-Welle im Frühling 2020 waren die relativen Fallzahlen einigermassen tief und viele Menschen hatten keine eigenen Erfahrungen mit dem Virus. Mediale Berichte machten das Virus für viele erst sichtbar und prägten somit die Wahrnehmung der Krise massgeblich (Jarren, 2020). Dies nimmt Medienschaffende in die Pflicht, verantwortungsvoll über entsprechende Ereignisse zu berichten. Eine Untersuchung der Universität Zürich bewertet die Leistung der Schweizer Medien diesbezüglich tendenziell positiv. Dramatisierende und emotionalisierende Berichte waren in publizistischen Medien in der Schweiz eher die Ausnahme (Eisenegger et al., 2020). Während publizistische Berichterstattung einen redaktionellen Filter durchläuft, ist dies bei vielen Internetquellen nicht der Fall. Die Wahrscheinlichkeit mit Falschinformationen oder dramatisierenden Berichten in Kontakt zu kommen, ist beispielsweise auf sozialen Netzwerken oder Videoportalen grösser (Cinelli et al., 2020). Im Gegensatz zu anderen Studien, in denen das Informationsverhalten von Erwachsenen im Kontext der Corona-Pandemie untersucht wurde (Bendau et al., 2020; Wheaton et al., 2021) stand die Nutzung von neuen digitalen Medien wie sozialen Medien jedoch nicht in einem stärkeren Zusammenhang mit coronabezogenen Ängsten. Möglicherweise waren unter Jugendlichen Internetseiten und -gruppen, in denen das Thema kontrovers und polarisierend diskutiert wurde, weniger populär.

Zusammengefasst deuten die Ergebnisse darauf hin, dass ein intensiver Konsum von coronabezogenen Medienberichten bei Jugendlichen mit einer verstärkten Angstsymptomatik in Zusammenhang steht. Entsprechende Zusammenhänge wurden auch bei Erwachsenen gefunden (z. B. Bendau et al., 2020). Für Jugendliche und Erwachsene empfiehlt es sich daher, auf einen massvollen Nachrichtenkonsum im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie zu achten. Im Vergleich zu Erwachsenen verfügen Jugendliche noch über verminderte Fähigkeiten in der Emotionsregulation (Ahmed et al. 2015), so dass ihre emotionalen Reaktionen auf negative Berichte möglicherweise stärker ausfallen und ihnen der Umgang mit entsprechenden Gefühlen schwerer fällt. Deshalb ist es wichtig, dass Jugendlichen die Möglichkeit haben, mit einer erwachsenen Person über die schwierige Situation und mögliche Verunsicherungen und Ängste zu sprechen.

Abschliessend ist zu betonen, dass es sich bei der vorliegenden Untersuchung um eine Momentaufnahme der Situation während des ersten Shutdowns im Frühling 2020 handelt. Zum Zeitpunkt der Publikation des vorliegenden Berichts liegt diese Zeit ein Jahr zurück und noch immer ist die Schweiz von der Corona-Pandemie stark betroffen. Auch die zur Bekämpfung getroffenen Massnahmen, die Einschränkungen im Sozialleben, die ständigen Veränderungen in der Schule und bei der Arbeit und die Unsicherheiten bezüglich der Zukunft halten an und betreffen Jugendliche in besonderem Masse. Das Jugendalter ist eine Lebensphase, die für die Identitätsentwicklung zentral und normalerweise von vielen Veränderungen und neuen Erfahrungen geprägt ist. Ein Jahr in dieser wichtigen Lebensphase ist eine besonders lange Zeit. Die langanhaltenden Belastungen stellen somit auch zunehmend ein Risiko für die psychische Gesundheit von Jugendlichen dar. In der im November 2020 wiederholt durchgeführten *Corona Stress Study* der Universität Basel (de Quervain et al., 2020b) wurde festgestellt, dass in der Schweizer Bevölkerung die psychischen Belastungen in der zweiten Corona-Welle im Vergleich zum Frühjahr deutlich zugenommen haben. Insbesondere bei jungen Menschen zwischen 14 und 24 Jahren wurde eine starke Zunahme von depressiven Symptomen beobachtet. Vor diesem Hintergrund ist davon auszugehen, dass sich auch die in der vorliegenden Untersuchung beschriebenen psychischen Probleme und Belastungen in den vergangenen Monaten akzentuiert haben und Jugendliche heute noch stärker davon betroffen sind. Für den zukünftigen Umgang mit der Pandemie ist es deshalb umso wichtiger, die psychische Gesundheit von jungen Menschen weiterhin im Auge zu behalten und zu schützen.



## 6 Tipps für ein gesundes Informationsverhalten in Krisenzeiten

**Massvoller Nachrichtenkonsum:** Um sich vor der Informationsflut zu schützen, sollen krisenbezogene Nachrichten massvoll konsumiert werden. In der Regel reicht es, sich 1-2 Mal pro Tag zu informieren.

**Nutzung von wenigen, unterschiedlich ausgerichteten, vertrauenswürdigen Quellen:** Um sich über die Geschehnisse zu informieren, sollen nicht mehr als drei oder vier vertrauenswürdige Medienquellen genutzt werden, die ein breites und differenziertes Bild der Situation zeichnen.

**Mit Jugendlichen über Nachrichteninhalte sprechen:** Krisenbezogene Nachrichten können bei Kindern und Jugendlichen starke emotionale Reaktionen auslösen, die für sie nur schwer einzuordnen sind. In Gesprächen können Ängste und Verunsicherungen angesprochen und aufgefangen werden.

**Risiko Fake News thematisieren:** In unsicheren Zeiten und bei anhaltenden diffusen Bedrohungen kommen meist Gerüchte, Fake News und Verschwörungstheorien in Umlauf. Wer sich dessen bewusst ist und sich darüber kritisch austauscht, kann sein Wohlbefinden schützen.

**Bewusst nach Informationen zu Lösungen suchen:** In Krisen kann es leicht dazu kommen, dass man die Aufmerksamkeit vor allem auf Probleme («bad news») richtet und so ein immer düstereres Bild der Lage entwickelt. Boulevardjournalismus und Social Network Bubbles spielen hier eine besondere Rolle als Treiber. Es kann für das Wohlbefinden hilfreich sein, bewusst auch nach Informationen zu suchen, welche positive Perspektiven und Lösungen aufzeigen.

**Die psychische Gesundheit pflegen:** Tipps und Angebote, um die eigene psychische Gesundheit zu pflegen, finden sich zum Beispiel auf der Seite [www.dureschnufe.ch](http://www.dureschnufe.ch) – der Schweizer Plattform für psychische Gesundheit rund um das neue Coronavirus. Um mit Mitmenschen darüber zu sprechen, wie es ihnen geht, finden sich Gesprächstipps auf der Website von «Wie geht's dir?» unter [www.wie-gehts-dir.ch/gespraechstipps](http://www.wie-gehts-dir.ch/gespraechstipps).

## 7 Literatur

- Ahmed, S. P., Bittencourt-Hewitt, A., & Sebastian, C. L. (2015). Neurocognitive bases of emotion regulation development in adolescence. *Developmental cognitive neuroscience*, 15, 11-25.
- Ahorsu, D. K., Lin, C. Y., Imani, V., Saffari, M., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2020). The fear of COVID-19 scale: development and initial validation. *International journal of mental health and addiction*.
- Bundesamt für Gesundheit BAG (2020). *Epidemiologische Zwischenbilanz zum neuen Coronavirus in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein*. Stand 27.04.2020
- Baier, D., & Kamenowski, M. (2020). *Wie erlebten Jugendliche den Corona-Lockdown? Ergebnisse einer Befragung im Kanton Zürich*. Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. <https://doi.org/10.21256/zhaw-20095>
- Bendau, A., Petzold, M. B., Pyrkosch, L., Mascarell Maricic, L., Betzler, F., Rogoll, J., Große, J., Ströhle, A., & Plag, J. (2020). Associations between COVID-19 related media consumption and symptoms of anxiety, depression and COVID-19 related fear in the general population in Germany. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*. <https://doi.org/10.1007/s00406-020-01171-6>
- Bernath, J., Suter, L., Waller, G., Külling, C., Willemse, I., & Süß, D. (2020). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Caviezel Schmitz, S., & Krüger, P. (2020). *Kinderleben zu Corona-Zeiten. Erste Befunde zum Befinden und Verhalten von Kindern in der (deutschsprachigen) Schweiz während der Pandemie*. Hochschule Luzern – Soziale Arbeit.
- Cohen, J. (1992). Statistical Power Analysis. *Current Directions in Psychological Science*, 1(3), 98–101. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10768783>
- Crone, E. A., & Konijn, E. A. (2018). Media use and brain development during adolescence. *Nature communications*, 9(1), 1-10.
- de Quervain, D., Aerni, A., Amini, E., Bentz, D., Coyne, D., Gerhards, C., Fehlmann, B., Freytag, V., Papassotiropoulos, A., Schick Tanz, N., Schlitt, T., Zimmer, A. & Zuber, P. (2020a). *The Swiss Corona Stress Study*. OSF Preprints. <https://doi.org/10.31219/osf.io/jqw6a>
- de Quervain, D., Aerni, A., Amini, E., Bentz, D., Coyne, D., Freytag, V., Gerhards, C., Papassotiropoulos, A., Schick Tanz, N., Schlitt, T., Zimmer, A., Zuber, P. (2020b). *The Swiss Corona Stress Study: second pandemic wave, November 2020*. OSF Preprints. <https://doi.org/10.31219/osf.io/6cseh>
- Eisenegger, M., Oehmer, F., Udris, L., & Vogler, D. (2020). Die Qualität der Medienberichterstattung zur Corona-Pandemie. *Qualität der Medien*, (11), 29-50
- Ferring, D., & Philipp, S. H. (1989). Bewältigung kritischer Lebensereignisse: Erste Erfahrungen mit einer Version der „Ways of Coping Checklist“. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 10, 189-199
- Folkman, S. & Lazarus, R. S. (1988). *Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Friemel, T. N., Geber, S., Egli, S., & Udris, L. (2020). Informations-und Kommunikationsverhalten in der Corona-Krise. *Qualität der Medien*, (11), 51-60.
- Gignac, G. E. & Szodorai, E. (2016). Effect size guidelines for individual differences researchers. *Personality and Individual Differences*, 102, 74–78.
- Grass, A., Forster, C. & Wysling, A. (2020, Februar 26). Erster Coronafall im Tessin. *NZZ*, S. 1
- Hong, W., Liu, R.-D., Ding, Y., Fu, X., Zhen, R., & Sheng, X. (2020). Social Media Exposure and College Students' Mental Health During the Outbreak of COVID-19: The Mediating Role of Rumination and the Moderating Role of Mindfulness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0387>
- Jarren, O. (3.6.2020). Die Corona-Pandemie ist eine besondere Krise. *Higgs*. <https://www.higgs.ch/die-corona-pandemie-ist-eine-besondere-krise/33283/>



- Lewandowski, J., Rosenberg, B. D., Parks, M. J., & Siegel, J. T. (2011). The effect of informal social support: Face-to-face versus computer-mediated communication. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1806-1814.
- Mäder, L. (2020, Februar 29). Die Landesregierung verbietet Grossveranstaltungen und entbindet die Kantone von einzelnen Entscheiden. *NZZ*, S. 1.
- Melzer, A., Holl, E., & Hale, M. L. (2020). Mediennutzung in den Zeiten von Pandemie und Lockdown. *COVID-19-Ein Virus nimmt Einfluss auf unsere Psyche. Einschätzungen und Maßnahmen aus psychologischer Perspektive*.
- Neill, R., Blair, C., Best, P., McGlinchey, E., & Armour, C. (2020). Media Consumption and Mental Health during COVID-19 lockdown: A UK Cross-sectional study across England, Wales, Scotland and Northern. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5d9fc>
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*.
- Rhyn, L., Forster, C. & Stalder, H. (2020, März 14). Bundesrat schränkt öffentliches Leben ein. *NZZ*, S. 1.
- Schäfer, F. (2020, März 17). Bundesrat erklärt Notstand und mobilisiert Armee. *NZZ*, S. 1.
- Stadler, C. (2020). Die COVID-19-Krise als Risikofaktor für die kindliche Entwicklung. In Charles Benoy (Hrsg.), *COVID-19. Ein Virus nimmt Einfluss auf unsere Psyche*, 102–111. Kohlhammer.
- Stoeklin, D., & Richner, L. (2020). Le vécu des enfants et adolescents de 11 à 17 ans en Suisse romande par rapport au COVID-19 et aux mesures associées (semi-confinement).
- Stocker, D., Jäggi, J., Liechti, L., Schläpfer, D., Németh, P., & Künzi, K. (2020). *Der Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit der Schweizer Bevölkerung und die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung in der Schweiz. Erster Teilbericht*. Bern: Bundesamt für Gesundheit.
- Suter, L., Waller, G., Bernath, J., Külling, C., Willemse, I., & Süss, D. (2018). *JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Thompson, R.R., Garfin, D.R., Holman, E.A., & Silver, R.C. (2017). Distress, worry, and functioning following a global health crisis: A national study of Americans' responses to Ebola. *Clinical Psychological Science*, 5, 513-521 (published ahead of print April 26, 2017). DOI: 10.1177/2167702617692030
- Van den Bulck, J., & Custers, K. (2009). Television exposure is related to fear of avian flu, an ecological study across 23 member states of the European Union. *The European Journal of Public Health*, 19(4), 370-374.
- Waller, G., Külling, C., Bernath, J., Suter L., Willemse, I. & Süss, D. (2019). *JAMESfocus – News und Fake News*. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.
- Wheaton, M. G., Prikhidko, A., & Messner, G. R. (2021). Is Fear of COVID-19 Contagious? The Effects of Emotion Contagion and Social Media Use on Anxiety in Response to the Coronavirus Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567379>

Zürcher Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften

## **Angewandte Psychologie**

Pfingstweidstrasse 96  
Postfach  
CH-8037 Zürich

Telefon +41 58 934 83 10  
Fax +41 58 934 83 39

[info.psychologie@zhaw.ch](mailto:info.psychologie@zhaw.ch)  
[www.zhaw.ch/psychologie](http://www.zhaw.ch/psychologie)