

Stresszelünk az idei nyártól

Allianz Hungária Zrt.

Felmérés a magyarok nyitással, nyárral kapcsolatos véleményéről

Ugyan nem váltunk remetévé az elmúlt bő egy esztendő során, azonban nyáron még leginkább otthonunkban látjuk magunkat a jövés-menés helyett. Ezúttal is maximum a Balaton lesz a Riviéra: óvatosak és szkeptikusak vagyunk azzal kapcsolatban, hogy visszakapjuk-e régi életünket. Összességében inkább stresszel tölti el a magyarokat a nyitás és az idei nyár gondolata az Allianz Hungária Zrt. „(Kapu)nyitási pánik karantén után?” című, több mint 1.000 fő részvételével zajlott, nem reprezentatív felmérése alapján.

Mit hoz a nyitás? Olyan lesz a nyár, mint a tavalyi, azaz még korlátozásokkal teli, vagy esetleg már egészen szabad, mint 2019-ben, amikor még azt sem tudtuk, mi fán terem a koronavírus? Merjünk-e nyaralni? Ha igen, meddig merészkedjünk? Elküldjük-e a gyereket táborba? A szabadság mámorító szele hasonló stresszt okozhat az emberekben, mint az ún. „kapunyitási” pánik, azaz a mai huszonévesek által a felnőttlét kapujában átélt lelki krízis. Legújabb kérdőívében arra volt kíváncsi az Allianz Hungária, hogy hogyan érezzük magunkat most mi, magyarok. A témaválasztás nem véletlen, hiszen a vállalat nemrégiben [Allianz Balance](#) néven indított kezdeményezése pont abban kíván segítséget nyújtani, hogy miképpen kerülhetünk egyensúlyba, hogyan készülhetünk fel mentálisan is a régi-új életünkre.

Nem váltunk remetévé, de sokat változtunk

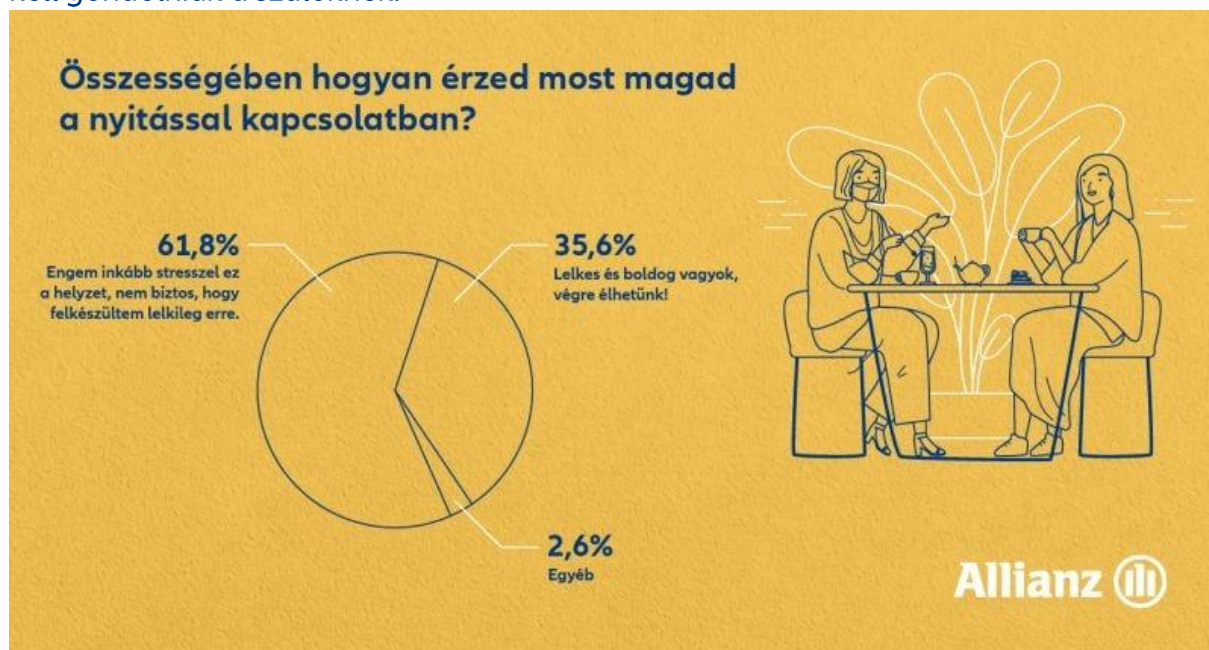
A felmérésben résztvevők döntő többsége, 70,2 százaléka szerint az alapvető óvintézkedéseket betartva még lehet csodás, élményekkel teli nyarunk, és ezért kompromisszumokra is hajlandó, inkább hordja a maszkot, csak lehessen jönni-menni, kirándulni. A kitöltők csupán 7,5 százaléka vallotta magát optimistának, s érzi azt, hogy most már visszkapjuk a régi életünket. Ennél jóval többen (22,3 százalék) bizonyultak borúlátónak, és vélik úgy, hogy talán majd a következő nyár lehet olyan, mint a koronavírus előtt. A legtöbben óatosnak vallják magukat a szabadidős tevékenységek tekintetében: 70,8 százalékuk jobban meggondolja, mit csináljon, kikkel találkozzon, merre és mivel menjen. Noha csak a válaszadók 12,6 százaléka választja a remete életmódot, azaz keres inkább otthoni elfoglaltságot magának, arra a kérdésre, hogy milyennek látnak egy átlagos nyári hétvégét, a válaszadók közel fele azt válaszolta, hogy leginkább otthonában tölti majd az ideje nagy részét, csak akkor mozdul ki, ha nagyon muszáj. A résztvevők 14,9 százaléka családi és baráti programokkal tervez a hétvégékre, 39,2 százaléka szerint pedig a strandon talán nem kell maszkot viselni, de idén nyáron még mindenki nagyon óatos lesz.



Nyaralás 2021: marad a magyar tenger

Az Allianz Hungária tavaly nyári, utazással kapcsolatos felméréséhez hasonlóan, idén is arra voksoltak a legtöbben, hogy maximum a Balatonban csobbannak vagy valamilyen tematikus országjáró túrát szerveznek: a válaszadók 69,7 százaléka tervez idén belföldi üdülést. A kitöltők válaszadási hajlandóságából azt a következtetést

vonhatjuk le, hogy a külföldi utazást tervezők is sokkal óvatosabbak: 40,5 százalékuk szerint hasznos átböngészni az utasbiztosítási lehetőségeket, hogy mik vonatkoznak például az olyan esetekre, ha utazás során lesz valaki koronavírusos. A felmérésből az is kiderül, hogy legtöbben autóval indulnának útra (66,9 százalék) és az Airbnb szállásokat, apartmanokat, panziókat vélik a legbiztonságosabbnak (63,6 százalék). A résztvevők jelentős többsége, közel 70 százaléka a gyermekek táboroztatása kapcsán is óvatosságra int és egyetértenek azzal a gondolattal, miszerint ezt még alaposan át kell gondolniuk a szülőknek.



(Kapu)nyitási pánik karantén után

Az elhúzódó pandémia alaposan felforgatta a mindennapjainkat. A bezártság, az online térbe költözött élet, a járvány mentális, érzelmi, pszichés hatásai befolyásolták és továbbra is hatással vannak emberi kapcsolatainkra, fizikai állapotunkra, és meghatározhatják mindennapi együttműködési, illetve teljesítőképességünket is. Mindezt a felmérés eredménye is alátámasztja, ugyanis a résztvevők 61,8 százalékát inkább stresszel tölti el a nyár gondolata, nem érzi magát felkészültnek a nyitásra lelkileg. A belső és külső nehézségek feldolgozására, az alkalmazkodás és a rugalmasság lehetőségeinek és módszereinek széles körben történő megosztására az Allianz Hungária Zrt. új kezdeményezést indított [Allianz Balance](#) néven. Az ingyenes online eseménysorozat következő szakértője **Tari Annamária** pszichológus lesz, aki a régi életünkhöz való visszatérésről beszél majd. „*Meddig fogunk összeállni, ha valaki köhögni kezd mellettünk? Milyen lesz a visszatérés a járvány utáni életünkhöz? Indokolt a kérdés, hogy a visszatérés spontán és jól működik majd, vagy készülni kell*

rá? Bár rávágánánk, hogy persze, minden könnyedén megy majd, mégis érdemes néhány utóhatásról gondolkodnunk. A »jó visszatérés« biztonsága rajtunk áll” – adott ízelítőt az elismert szakember a május 20-i webinárból, amely [előzetes regisztrációt](#) követően mindenki számára nyitott és ingyenes.

A kutatásról:

Az Allianz Hungária Zrt. a magyarok idei nyárral kapcsolatos véleményére vonatkozó online, nem reprezentatív kérdőíves felmérése 2021. május 6. és 13. között zajlott, a Typeform.com felületén, több mint 1.000 fő kitöltő részvételével.

Stresszelünk az idei nyártól