



## Studie "Stressfaktor Urlaub": Flug- und Zugausfälle belasten Reisende am meisten

Für viele Reisende bedeuten die Sommerferien den Start des langersehnten Urlaubs. Er gilt als schönste Zeit des Jahres, bringt aber häufig Begleiterscheinungen mit sich, die vielen Menschen Schweißperlen auf die Stirn treiben. Die neue „Hand in Hand on tour“- HanseMerkur Reisestudie\* zum Thema „Stressfaktor Urlaub?“ zeigt: 71 Prozent der Befragten finden, dass Reisen in den vergangenen fünf Jahren stressiger geworden ist. Die Faktoren, die den Puls nach oben treiben, sind vielfältig, doch ein Hauptstressfaktor lässt sich eindeutig ausmachen: Flug- und Zugausfälle (z.B. aufgrund von Streiks), die bei den Deutschen mit deutlichem Abstand vor Overtourism und Angst vor Terrorismus für Anspannung sorgen.

### Top-Stressfaktoren: Ausfälle, Overtourism, Terrorismus

Die Hauptfaktoren, die zur negativen Assoziation der Befragten mit dem Thema Urlaub führen, sind vielfältig: Stressfaktor Nummer 1 sind Flug- und Zugausfälle, die den Puls von 56 Prozent der Befragten auf Hochtouren bringen. Erst mit einigem Abstand folgen Overtourism, also überfüllte Strände und Gedränge an den Sehenswürdigkeiten, sowie die Angst vor Terroranschlägen mit jeweils 42 Prozent. Auch der Verlust oder die Beschädigung des Reisegepäcks strapaziert die Nerven (41 Prozent). Zudem sorgt unangemessenes Verhalten der Mitreisenden, zum Beispiel in Form von schlechtem Benehmen am Buffet oder störender Lautstärke, für negative Emotionen bei den Befragten (39 Prozent). Der ökologische Fußabdruck, den die Reise hinterlässt, schlägt hingegen nur jedem Zehnten aufs Gemüt.

### Anti-Stress-Strategien: Versicherungen, Vermeidung und Information

Wenn es darum geht, sich angesichts der vielen potenziellen Stressfaktoren im Urlaub Linderung zu verschaffen, spielt die Auslandskrankenversicherung mit 80 Prozent Zustimmung eine große Rolle. Für Pauschalreisende, die ihren Urlaub im Reisebüro buchen, ist die Absicherung besonders wichtig, mit 90 Prozent Zustimmung in dieser Gruppe landet sie klar auf Platz 1 der beliebtesten Anti-Stress-Strategien. „Jeder Reisende hat abhängig von dem persönlichen Risikobewusstsein, dem Alter, der Urlaubsform und den Lebensumständen individuelle Stressfaktoren, die ihm potenziell Kopfzerbrechen bereiten. Versicherungen können gleich mehrere Sorgen abmildern. Egal ob nah oder fern, selbst gebucht oder vom Reisebüro organisiert: Mit Reiseversicherungspaketen können sich Urlauber unkompliziert rundum absichern, neben dem Krankheitsfall im Ausland auch beispielsweise gegen Gepäckverlust, der laut unserer Studie auch zu den Top-Stressfaktoren zählt“, erklärt Katrin Rieger, Bereichsdirektorin Reisevertrieb Deutschland bei der HanseMerkur. Neben Versicherungen zählen die Vermeidung von Reisen in unsichere Länder oder Regionen (80 Prozent), Unterstützung durch Apps und digitale Reiseassistenten (79 Prozent), Impfungen und eine umfangreiche Reiseapotheke (78 Prozent) sowie die tiefgreifende Vorabrecherche zum Reiseziel mithilfe von Reiseführern, Blogs und Social Media (78 Prozent) zu den Top-Strategien gegen Stress.

\* Bevölkerungsrepräsentative Online-Umfrage des unabhängigen Marktforschungsinstituts HEUTE UND MORGEN im Auftrag der HanseMerkur. Es wurden 2.082 Personen im Alter von 18 bis 70 Jahren (bevölkerungsrepräsentativ zum Schwerpunkt „Stressfaktoren rund um Urlaub“) befragt.

- pexels-ketut-subiyanto-4246049.jpg: Pexels
- MAV 470\_0324\_Infografiken\_StressImUrlaub.png: HanseMerkur