



Stressfaktoren im Urlaub: Deutsche setzen auf Absicherung für den Ernstfall

Die Reiselust der Deutschen bleibt ungebrochen – obwohl die ersehnte Auszeit teilweise von diversen Stressfaktoren begleitet wird: Zwei Drittel empfinden Reisen heutzutage als deutlich stressiger, wie eine aktuelle repräsentative Umfrage* im Auftrag der HanseMerkur zeigt. Die Gründe sind vielfältig: globale Krisen, wirtschaftliche Unsicherheiten und extreme Wetterlagen. Letztere traten in jüngster Zeit besonders drastisch hervor – etwa durch Waldbrände in beliebten Urlaubsregionen wie Griechenland, Frankreich und Spanien – und werfen Schatten auf die unbeschwernte Reisefreude. Dennoch bleiben die Deutschen Reiseweltmeister – nicht trotz, sondern wegen ihres ausgeprägten Sicherheitsbewusstseins. Reiseversicherungen als beruhigendes Sicherheitsnetz sind die Top-Maßnahmen der Befragten für den Ernstfall.

Wer heute reist, hat neben Vorfreude oft auch Sorgen im Gepäck. Laut einer aktuellen Befragung empfinden zwei von drei Personen (66 %) das Reisen als stressiger als früher, jede vierte geht sogar noch weiter und sagt, es sei „viel stressiger“ geworden (25 %). Ganz besonders trifft der Reisetstress Frauen (69 %) und Personen mit Kindern (74 %). Männer (63 %) und Urlauber ohne Kinder unter 18 Jahren (61 %) sehen Reisen deutlich entspannter entgegen.

Top-Stressfaktoren im Urlaub

Eigentlich soll es im Urlaub unbeschwert zugehen, die Liste möglicher Stressauslöser ist jedoch lang. Die größten Belastungsfaktoren sind laut Umfrage Reiseplanänderungen wie Zug- oder Flugausfälle (39 %) – eine Sorge, die nicht unbegründet ist, lagen die Verspätungsquoten deutscher Flughäfen im ersten Halbjahr 2025 [zwischen 20 und 30 Prozent](#). Ähnlich sorgenvoll blicken die Reisenden auf Kriminalität am Urlaubsort in Form von etwa Diebstählen oder Überfällen (39 %) sowie Extremwetter und Krankheit am Reiseziel (38 %). Immerhin wurde ein Großteil der Deutschen (81 %) auf Reisen schonmal von Krankheit oder Verletzungen heimgesucht, das zeigte bereits eine [HanseMerkur-Befragung im Mai 2023](#). Negative Spitzenreiter waren hier Erkältung/Grippe, Magen-Darm-Erkrankungen und Hautprobleme. Ob Krankheiten oder andere Probleme: 8 % der Deutschen sind mit großer Gelassenheit gesegnet und geben an, sich am Urlaubsort von nichts aus der Ruhe bringen zu lassen. Im Gegensatz dazu ist zu beobachten, dass sich laut den Umfrageergebnissen Frauen deutlich häufiger durch Planänderungen unter Druck gesetzt fühlen als Männer (45 % gegenüber 34 %).

Sicherheit durch gezielte Absicherung

Um sich auf Reisen sicher zu fühlen, setzen die Befragten eigeninitiativ auf konkrete Vorsorgemaßnahmen: Fast die Hälfte der Befragten (46 %) fühlt sich durch eine Auslandskrankenversicherung für Krankheit oder Unfall am Urlaubsort deutlich sicherer. Auch ein fester Ansprechpartner in der Unterkunft bei Fragen und Problemen (44 %) trägt wesentlich dazu bei, Unsicherheiten zu reduzieren. Eine Reiseversicherung für Rücktritt oder Abbruch ist für 41 % ebenfalls ein beruhigender Faktor – sie schafft Flexibilität und schützt vor finanziellen Risiken im Ernstfall.

„Wenn Sorgen und Unsicherheiten mitreisen, leidet die Erholung“, sagt Johannes Ganser, Vorstand Kooperations- und Reisevertrieb, Reisebetrieb, Personal und Compliance bei der HanseMerkur. „Für die Reisebranche ist das eine zentrale Aufgabe: Neben einem verlässlichen Schutz durch gute, umfassende Reiseversicherungen, braucht es vor allem gute Beratung und Service für das entspannte Gefühl. Urlauber

müssen sich gut aufgehoben fühlen – und genau hier leisten etwa Reisebüros einen entscheidenden Beitrag. Als kompetente Berater und verlässliche Ansprechpartner geben sie Sicherheit in unsicheren Zeiten“, erklärt Johannes Ganser.

Informationen zum Reiseschutz der HanseMerkur finden Sie auf hmr.v.de.

*Die Ergebnisse beruhen auf einer repräsentativen Online-Umfrage von 2.000 Personen ab 16 Jahren in Deutschland. Die Befragung wurde im Zeitraum 24. bis 26. Juli 2025 über das Marktforschungsinstitut Appinio im Auftrag der HanseMerkur durchgeführt.

Bildquellen

- pexels-freestockpro-1008155.jpg: Atlantic Ambience / Prexels