

## 1.

### Stresslevel an Weihnachten rückläufig – der Heilige Abend wird im Schnitt mit 5,2 Personen gefeiert

Spannende Trendentwicklung, wenn es um den Stresslevel in der Weihnachtszeit geht: 34 zu 64 Prozent zeigt der "Stress-O-Meter". Dies bedeutet, dass für 34 Prozent die Weihnachtszeit sehr bzw. eher stressig ist, während das rund zwei Drittel jedoch gegenteilig sehen und von einer eher nicht bzw. überhaupt nicht gestressten Phase rund um die Jahreswende ausgehen. Der Stresslevel ist eindeutig rückläufig, er sinkt im Vergleich zum Vorjahr um 12 Prozentpunkte. Im Schnitt verbringen die Österreicher:innen den Heiligen Abend gemeinsam mit 5,2 Personen, vier Prozent sind alleine – in der Zielgruppe der Personen ab 60 Jahren sogar acht Prozent.

## 2.

### Hauptspeise am Abend: Süßes bzw. Süßspeise, gefolgt von Fisch, Würstel, Raclette, kalter Platte oder auch Truthahn

Im Langzeittrend zeigt sich eindeutig: Süßes als Hauptspeise am Heiligen Abend nimmt deutlich an Beliebtheit zu. Rund jede:r Fünfte feiert mit einer süßen Hauptspeise, gefolgt von vielen unterschiedlichen traditionellen Gerichten. Für etwa jede:n Vierte:n ist die Wahl der Hauptspeise noch unbestimmt, knapp jede:r Zehnte bereitet am Heiligen Abend ein Fondue zu.

## 3.

### Harmonie ist zumindest am Weihnachtsabend Trumpf: Für rund 8 von 10 ist der Heilige Abend ein harmonisches Beisammensein

Weihnachten als Fest der Familie steht hoch im Kurs. Entgegen der oftmals stereotypen Annahme, dass sich die Familien, Freund:innen und Partner:innen in der Weihnachtszeit des Öfteren in den Haaren liegen, zeigt sich ein sehr harmonisches Bild. 79 Prozent der Befragten geben an, dass Weihnachten im engeren Umfeld eher von Harmonie und nicht von Streitigkeiten geprägt ist. Dieser Wert ist leicht rückläufig, aber die Gegenposition bleibt stabil.

#### Dokumentation

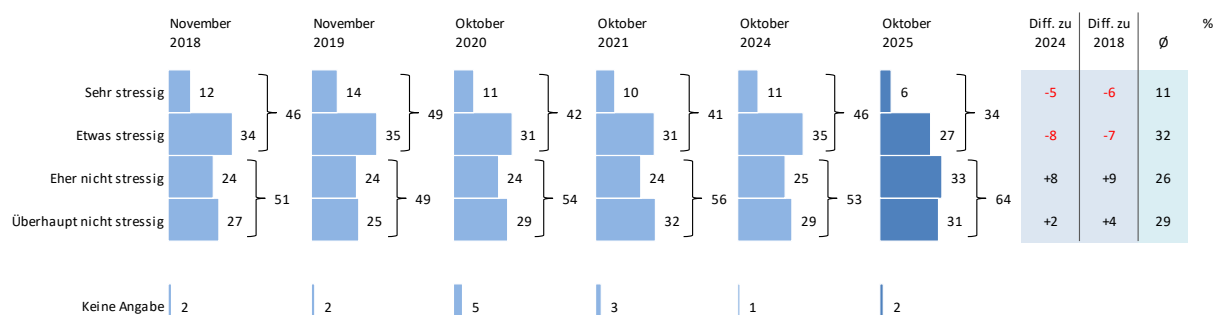
Zeitraum der Umfrage: 15. Oktober – 4. November 2025

Sample: n=1.001 Personen, statistisch repräsentativ für die österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren, Quotaauswahl, face-to-face, Mehr-Themen-Umfrage, IMAS International Eigenstudie

Archiv-Nummer der Umfrage: 025102

#### Stresslevel Weihnachtszeit – Trend

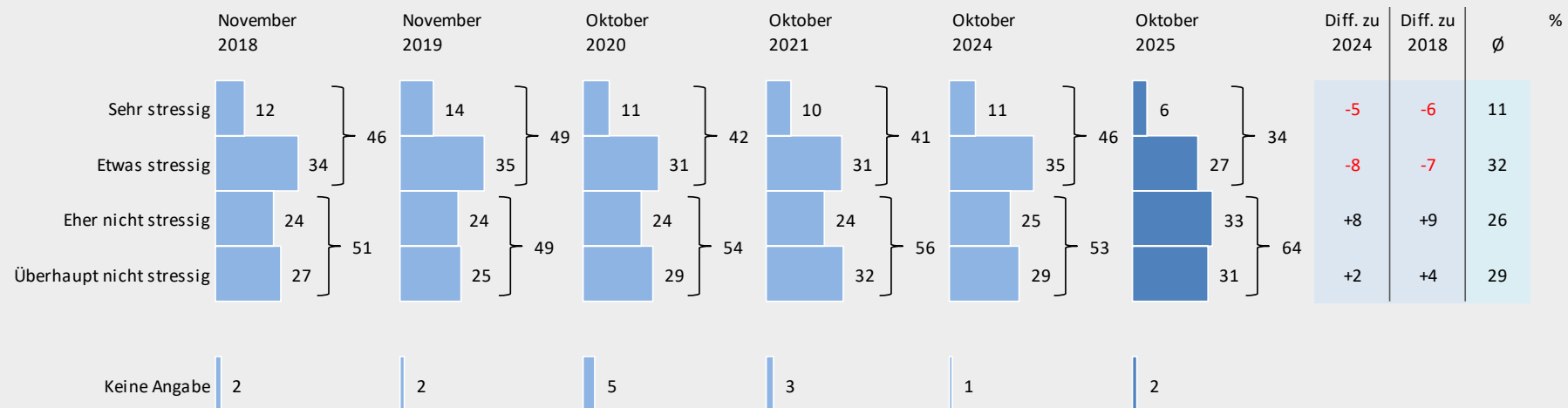
Frage: "Wenn Sie nun an die Weihnachtszeit denken: Ist diese Zeit vor Weihnachten sehr stressig, etwas stressig, eher nicht stressig oder überhaupt nicht stressig?"



## Stresslevel Weihnachtszeit – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

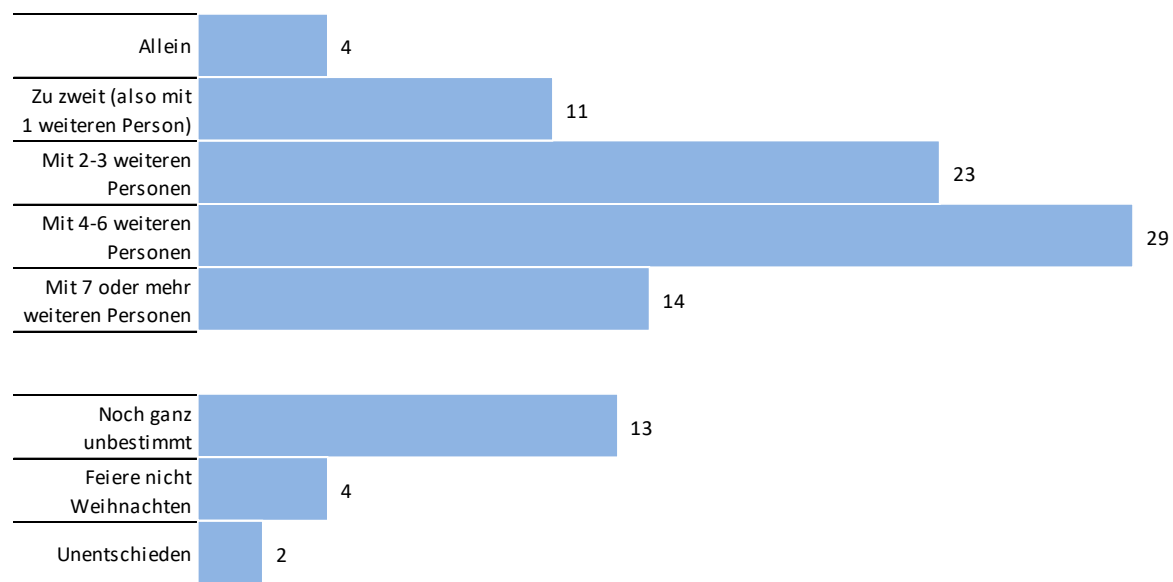
Frage: "Wenn Sie nun an die Weihnachtszeit denken: Ist diese Zeit vor Weihnachten sehr stressig, etwas stressig, eher nicht stressig oder überhaupt nicht stressig?"



## Personenkreis am Heiligen Abend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Können Sie schon ungefähr abschätzen, mit wie vielen Personen Sie diesmal den Weihnachtsabend am 24. Dezember verbringen werden, wie viele Personen das ungefähr sein werden?"



Ø = 5,2 Personen

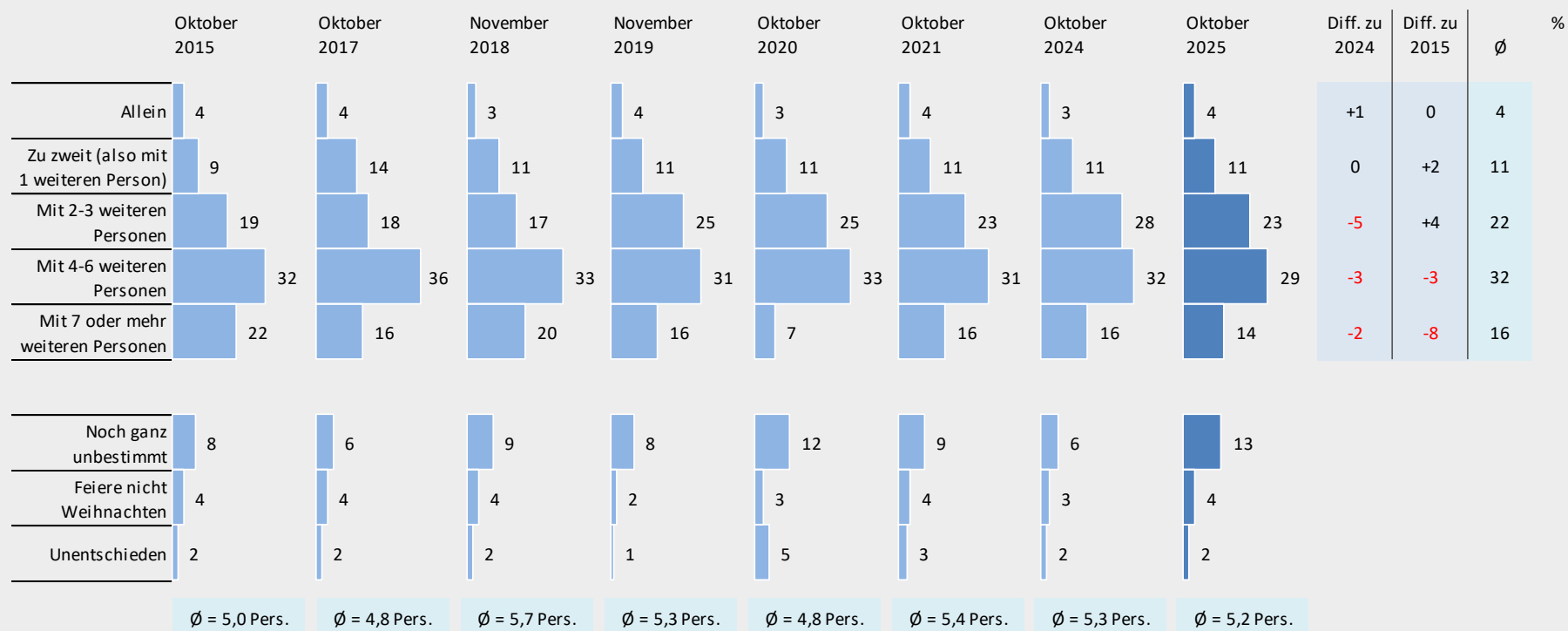
%



## Personenkreis am Heiligen Abend – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Können Sie schon ungefähr abschätzen, mit wie vielen Personen Sie diesmal den Weihnachtsabend am 24. Dezember verbringen werden, wie viele Personen das ungefähr sein werden?"

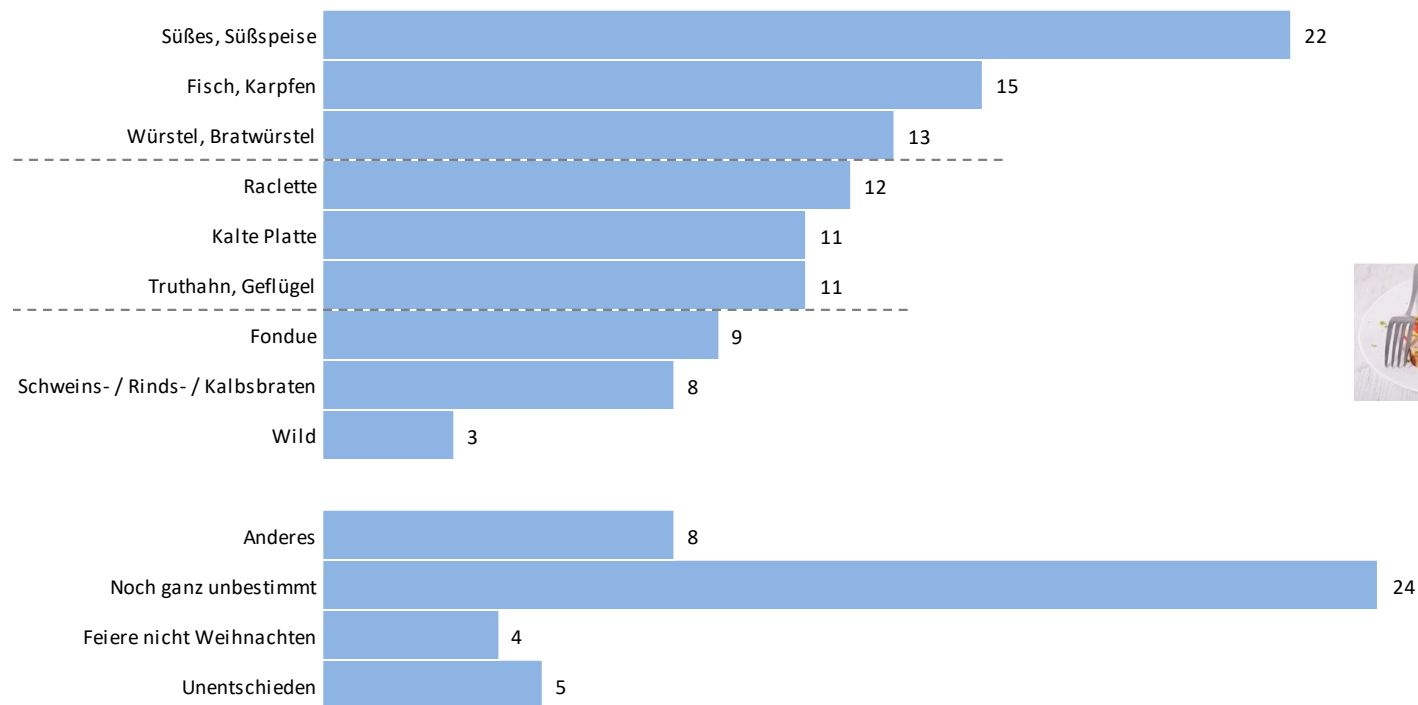


## Hauptspeise am Heiligen Abend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Darf ich Sie fragen, was Sie am Heiligen Abend zur HAUPTSPEISE kochen bzw. essen werden?" (offene Fragestellung mit präcodierten Antworten)

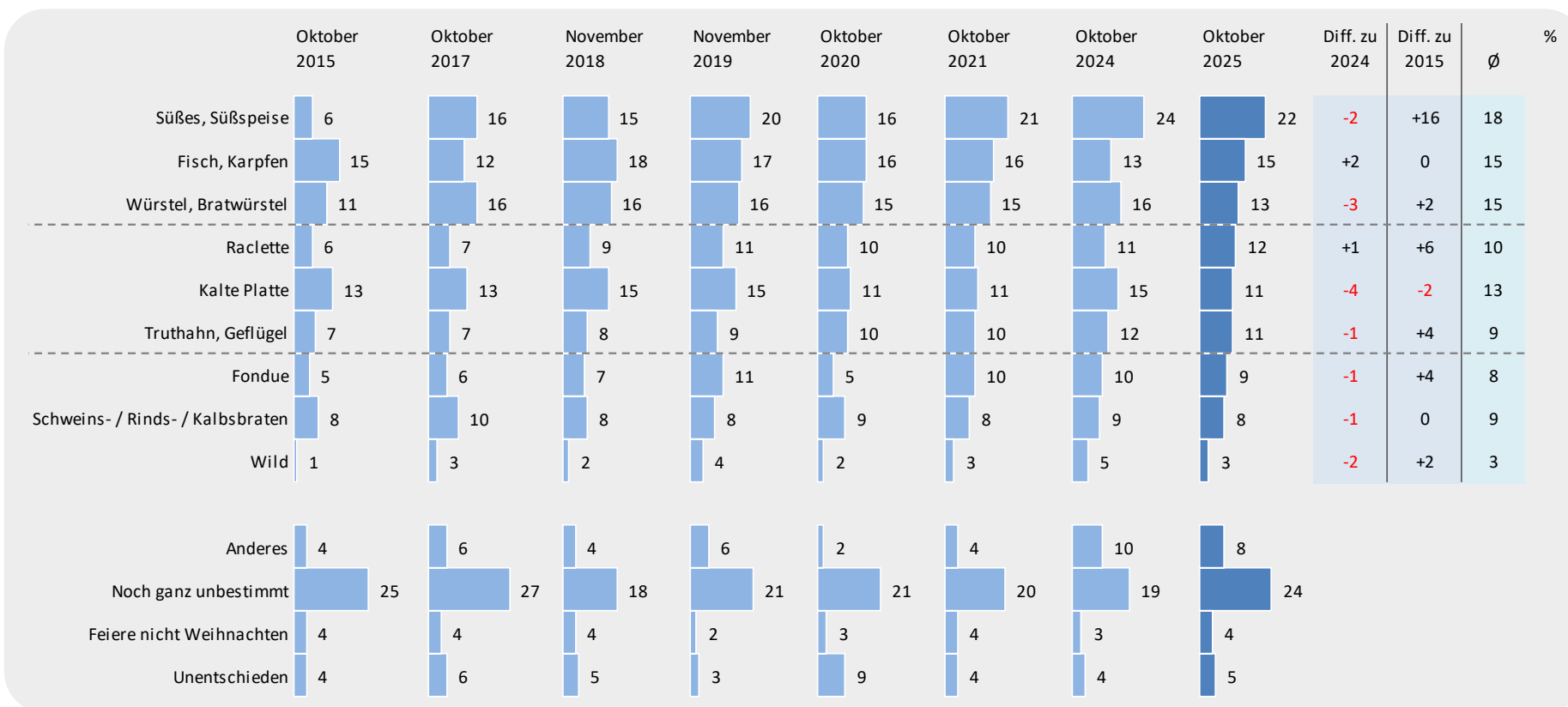
%



## Hauptspeise am Heiligen Abend – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Darf ich Sie fragen, was Sie am Heiligen Abend zur **HAUPTSPEISE** kochen bzw. essen werden?" (offene Fragestellung mit präcodierten Antworten)



## Harmonie vs. Streitigkeiten – Trend

Basis: Österreichische Bevölkerung ab 16 Jahren

Frage: "Wenn Sie nun an die Weihnachtsfeiertage denken: Laufen die gemeinsamen Feiern mit Familie und Freunden in der Regel eher harmonisch ab, oder kommt es eher zu Streitigkeiten?"

