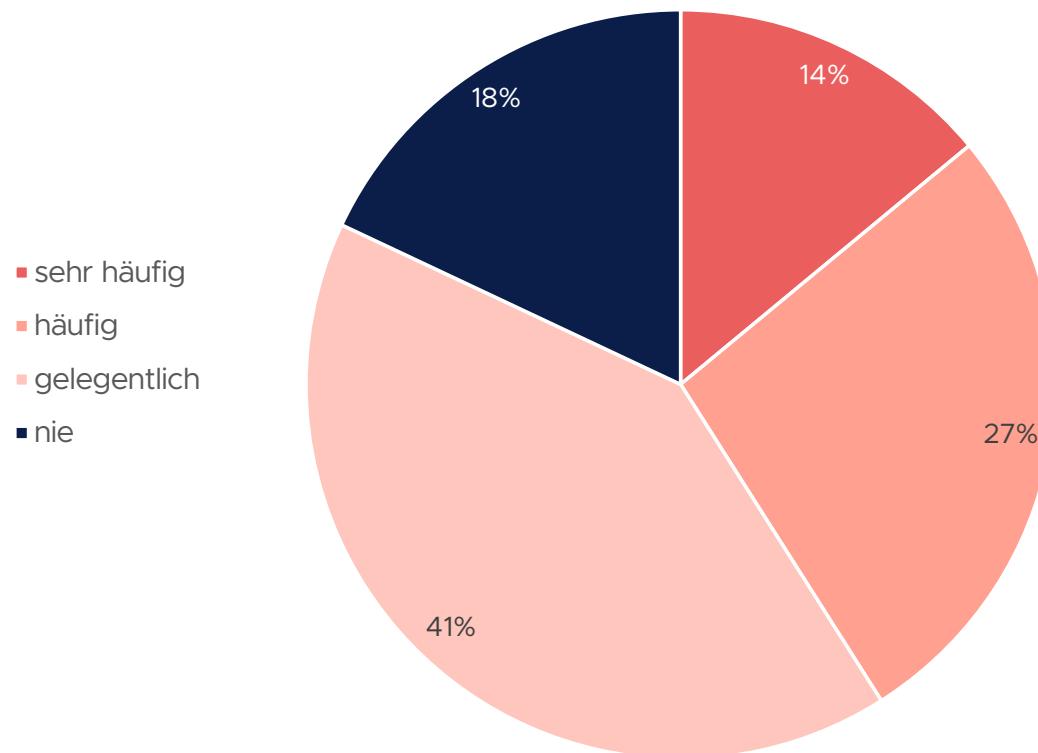


# Wie häufig sind die Deutschen gestresst?

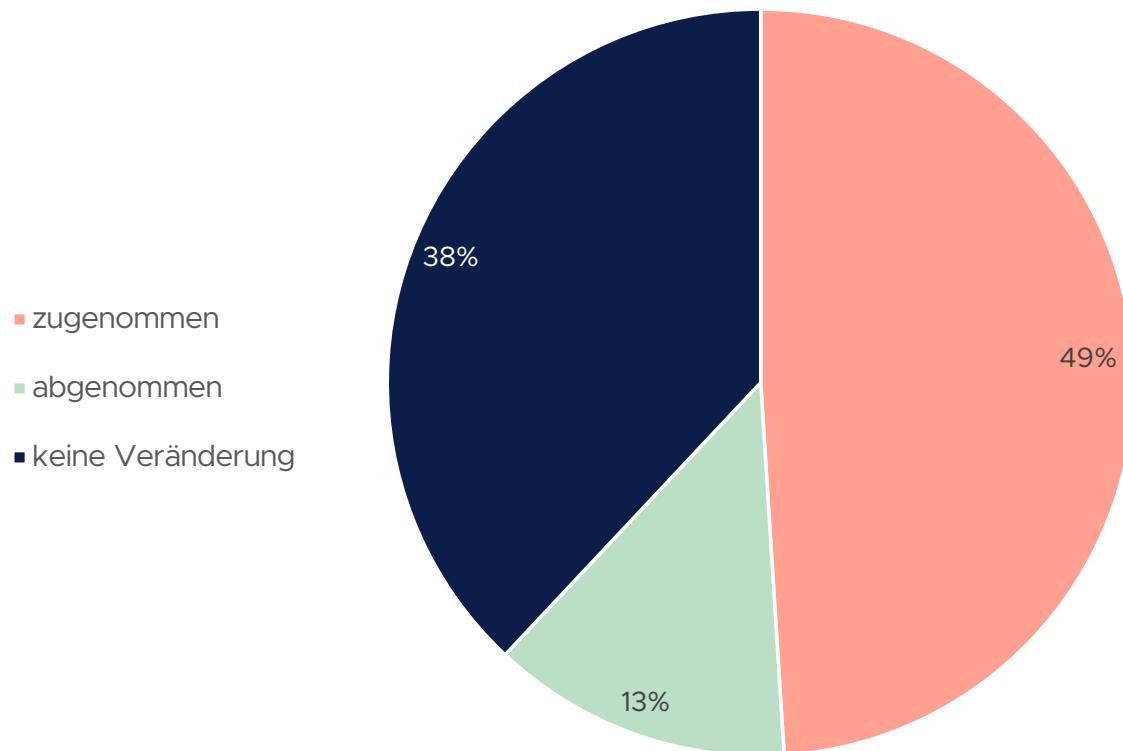


**Basis:** 2.001 von forsa im Auftrag der KKH telefonisch befragte Personen im Alter von 16 bis 70 Jahren, deutschlandweit repräsentativ vom 28. August bis 5. September 2025.

Die Fragestellung:  
Wie ist das bei Ihnen persönlich zurzeit:  
Fühlen Sie sich alles in allem sehr häufig  
gestresst, häufig, gelegentlich oder so  
gut wie nie?

**KKH**

# Entwicklung des Stresslevels in den vergangenen ein bis zwei Jahren

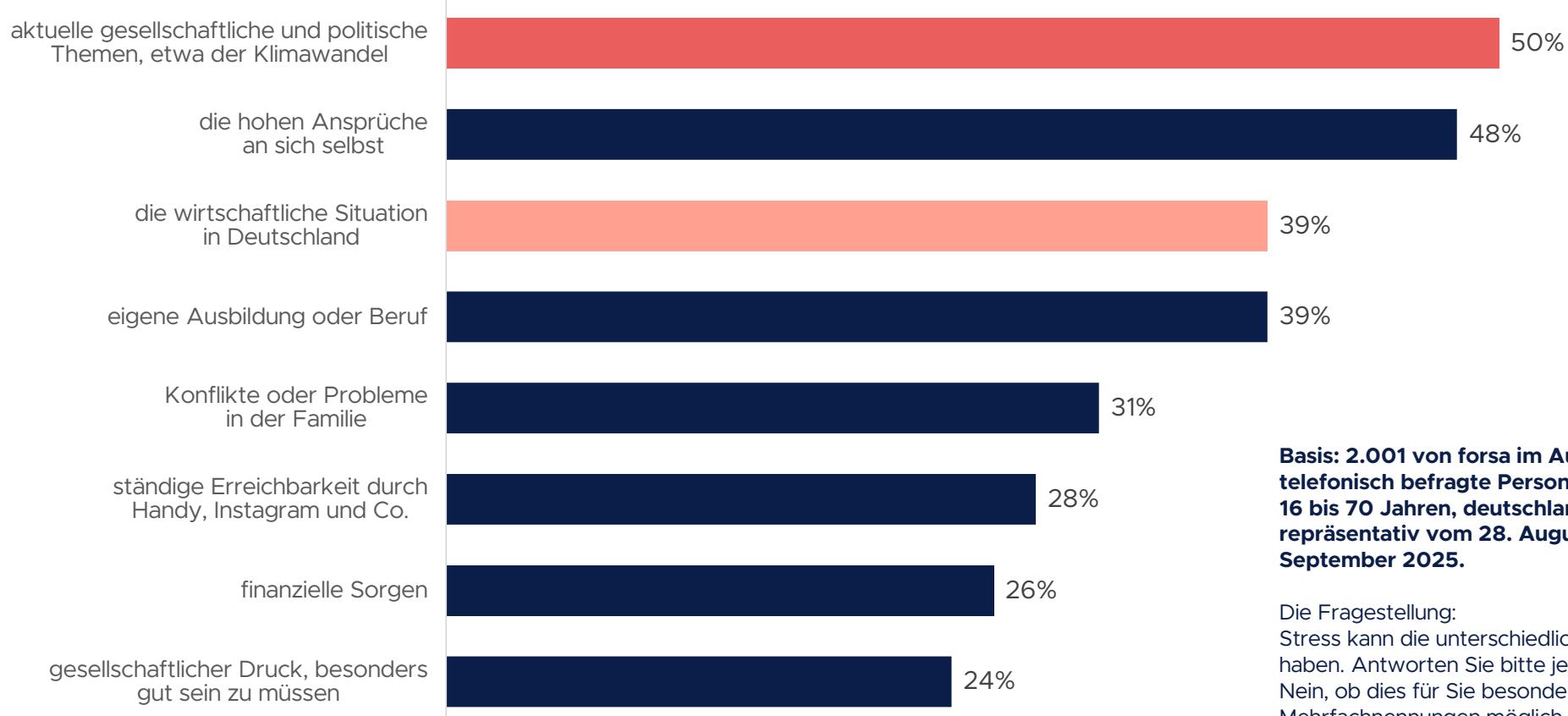


**Basis:** 2.001 von forsa im Auftrag der KKH telefonisch befragte Personen im Alter von 16 bis 70 Jahren, deutschlandweit repräsentativ vom 28. August bis 5. September 2025.

Die Fragestellung:  
Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Leben in den vergangenen ein bis zwei Jahren anstrengender geworden ist bzw. der Stress zugenommen hat? Oder hat der Stress eher abgenommen – oder weder noch?

**KKH**

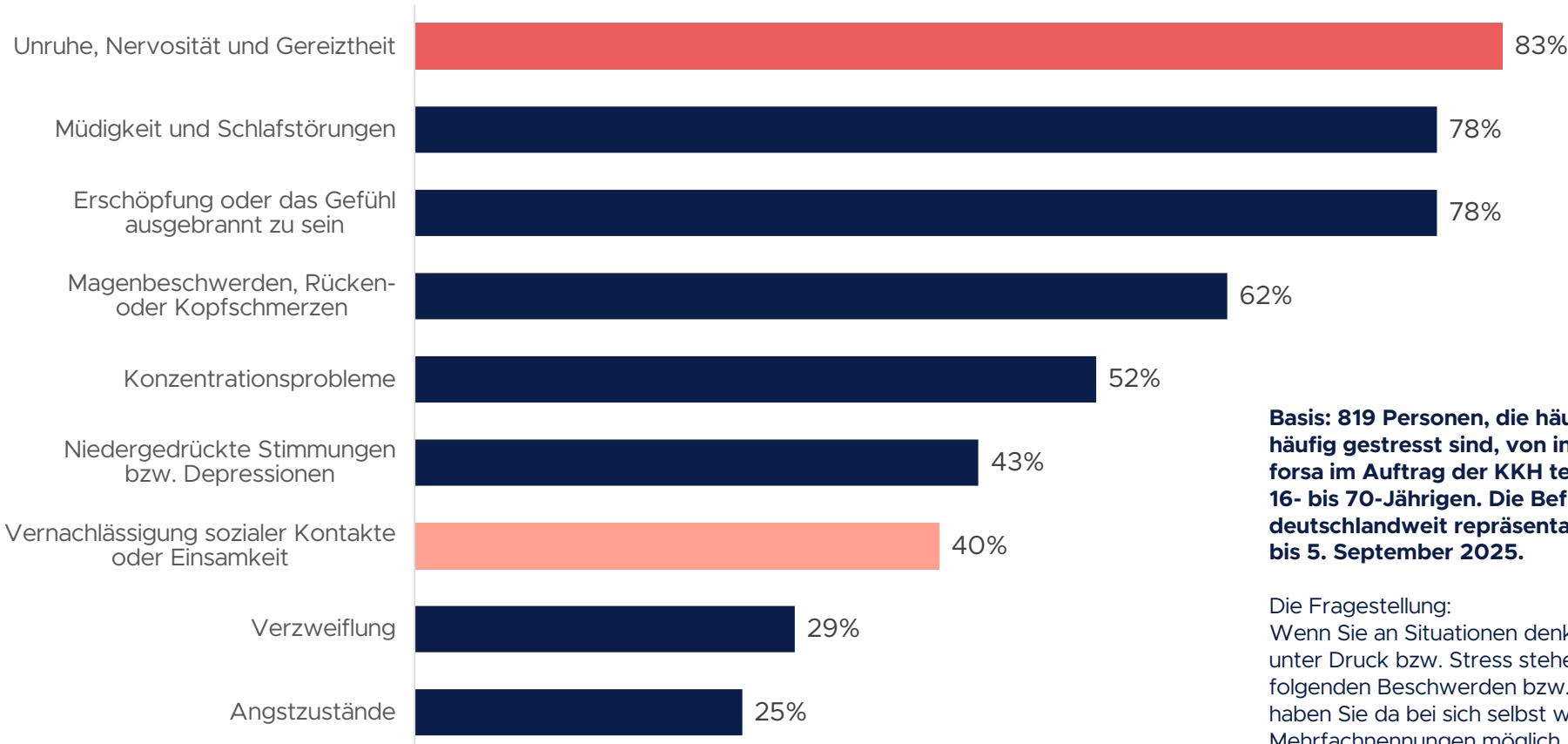
# Aktuelle Gründe für Stress



**Basis:** 2.001 von forsa im Auftrag der KKH telefonisch befragte Personen im Alter von 16 bis 70 Jahren, deutschlandweit repräsentativ vom 28. August bis 5. September 2025.

Die Fragestellung:  
Stress kann die unterschiedlichsten Ursachen haben. Antworten Sie bitte jeweils mit Ja oder Nein, ob dies für Sie besonders stressig ist.  
Mehrfachnennungen möglich.

# Beschwerden häufig bis sehr häufig gestresster Personen



**Basis:** 819 Personen, die häufig oder sehr häufig gestresst sind, von insgesamt 2.001 von forsia im Auftrag der KKH telefonisch befragten 16- bis 70-Jährigen. Die Befragung erfolgte deutschlandweit repräsentativ vom 28. August bis 5. September 2025.

Die Fragestellung:  
Wenn Sie an Situationen denken, in denen Sie unter Druck bzw. Stress stehen, welche der folgenden Beschwerden bzw. Einschränkungen haben Sie da bei sich selbst wahrgenommen?  
Mehrfachnennungen möglich.