

nutella Frühstücksstudie 2015

So frühstückt Deutschland



Ohne Kaffee geht's nicht

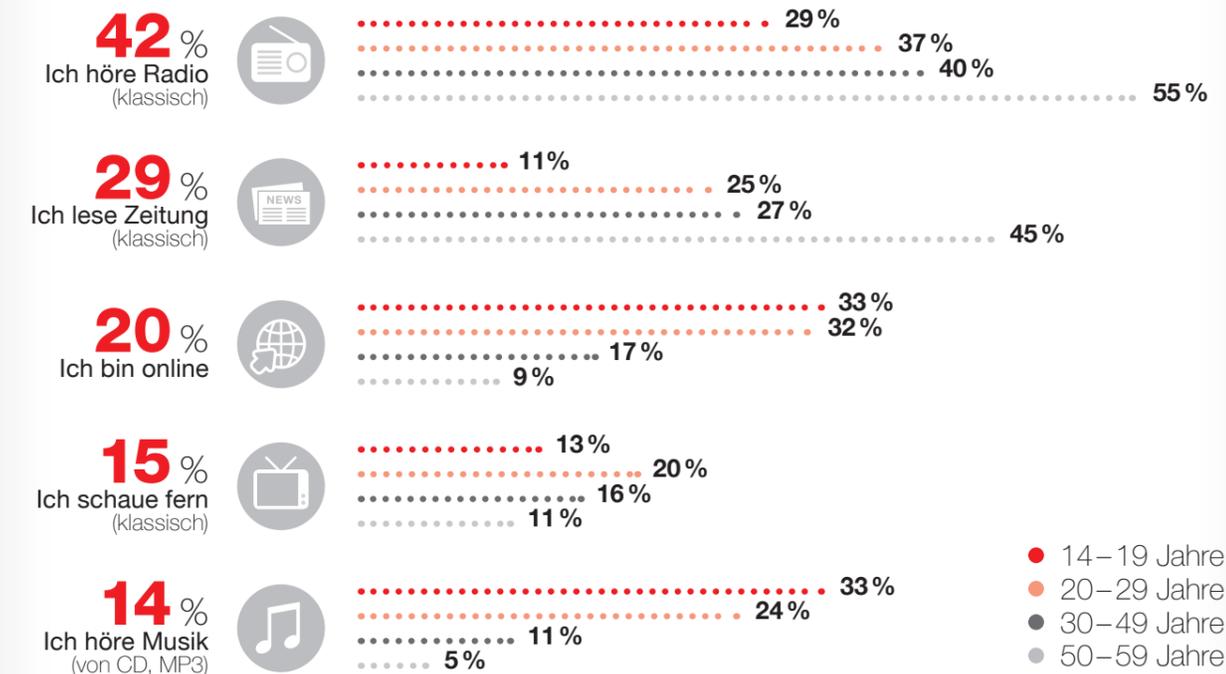
Das liebste Getränk am Frühstückstisch



Wenn es darum geht, worauf die Deutschen am Morgen nicht verzichten können, stehen **Kaffee und Tee** an den ersten beiden Stellen.

Mit Musik geht's leichter

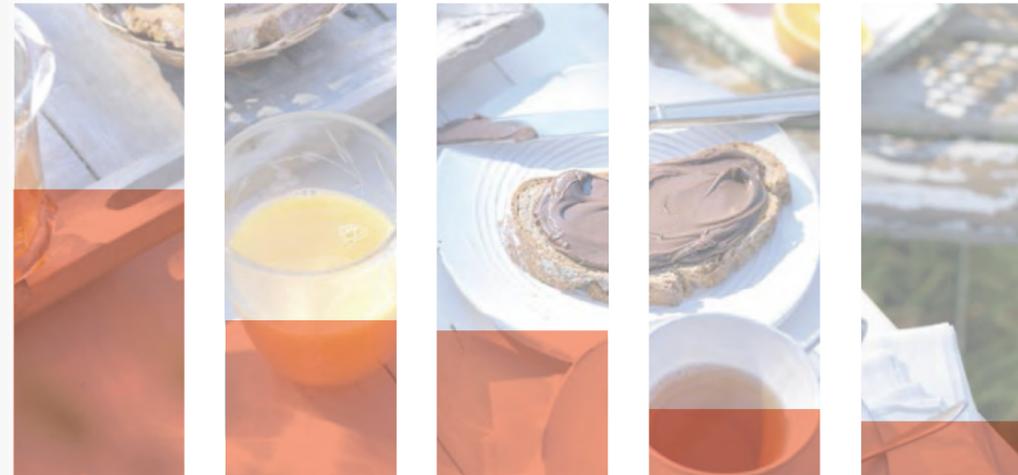
Radio ist das Medium Nummer Eins beim Frühstück



Die klassischen Medien wie Radio und Zeitung sind weiterhin die treuen Begleiter am Frühstückstisch, vor allem für Frauen. **Die Befragten im Alter von 14 bis 29 sind vor allem gerne online und hören die selbst ausgewählte Musik.**

Die Gründe für's Frühstück

Die Top 5



Nicht ohne Frühstück:

81 % der Menschen in Deutschland sind Frühstückser.

Das gemeinsame Frühstück mit Partner und Familie steht bei den Befragten nach wie vor hoch im Kurs. Gleichzeitig sind aber auch immer mehr Deutsche beim Frühstück online oder beschäftigen sich gedanklich bereits mit der Arbeit.

Familie und Partner hoch im Kurs

Doch die Arbeit frühstückt mit

47% kümmern sich um ihre Kinder oder Familie.
2010: 57%

63% planen ihren Tag durch.
2010: 56%

64% unterhalten sich mit der Familie.
2010: 78%



65% konsumieren Medien.
2010: 67%

37% beschäftigen sich mit ihrer Arbeit.
2010: 29%

20% sind online unterwegs.
2010: 11%

Der Wecker – Freund oder Feind?

Das „Snooze“-Verhalten in Deutschland



51% drücken die Snooze-Taste, davon 29 % mehrmals.

14% wachen ohne Wecker auf.

35% der Deutschen stehen direkt nach dem Weckerklingeln auf.

Snoozen ist vor allem ein junges Phänomen:

67 % der 14- bis 19-Jährigen und 64 % der 20- bis 29-Jährigen snoozen.

Der Guten-Morgen-Check

Was Frauen und Männer unterscheidet



Vorm Aufstehen



Angst im Dunkeln? Fast doppelt so viele Frauen (17,4 %) wie Männer (10,8 %) geben an, beim Schlafen eine kleine Lichtquelle zu benötigen.

Beim Aufwachen



Der erste Gedanke - Arbeit vs. Tagesplanung: Bei Männern gilt der erste Gedanke signifikant häufiger der Arbeit als bei Frauen (27 % vs. 17 %). Dafür denken Frauen häufiger als erstes an die Planung des Tages (19 % vs. 12 %).

Im Bad



Bad-Klischee bestätigt: Frauen brauchen deutlich länger im Bad als Männer. Während die Männer nur 18 Minuten benötigen, brauchen die Frauen 24,5 Minuten.

Beim Anziehen



Wie die Kleidungsfrage geklärt wird: Während sich Frauen meist erst morgens entscheiden, was sie anziehen, legen sich Männer die Kleidung für den nächsten Tag meistens abends schon bereit oder nehmen sich morgens das erstbeste.

Getränke beim Frühstück



Kaffee, Tee oder doch lieber Kakao? Kaffee ist in Deutschland eindeutig das Morgengetränk – da sind sich Frauen und Männer einig. Rund 60 % greifen morgens zur Kaffeetasse. Frauen lassen sich noch etwas mehr als Männer für eine Tasse Tee begeistern (22 % vs. 15 %), dafür ist bei den Männern Kakao zum Frühstück beliebter als bei Frauen (6 % vs. 3 %).

Liebster Frühstückspartner



Partnerwahl zum Frühstück: Am liebsten – da sind sich beide Geschlechter einig – würde man den Frühstückstisch mit Günther Jauch teilen. Danach folgt bei den Frauen jedoch Matthias Schweighöfer, während es bei den Männern Joko & Klaas sind.

Surfen, Mailen, Appen, Gamen

Immer mehr Deutsche gehen morgens online



80%

Lesen private Nachrichten
Schreiben private Nachrichten: 73 %



72%

Checken private Mails
vs. 2010: 77 %



67%

Lesen aktuelle News
vs. 2010: 61 %



54%

Sind aktiv in Social Communities
vs. 2010: 39 %



20%

Spielen Online Games
vs. 2010: 12 %

Jeder Fünfte ist mittlerweile morgens online, bei den unter 30-Jährigen ist es ein Drittel der Befragten.

Während Frauen sich verstärkt in **Social Communities** austauschen, spielen Männer überdurchschnittlich häufig **Online-Games**.

Die Prozentzahlen beziehen sich auf die Menschen, die morgens schon online sind.

Der typische Ablauf am Morgen

Vom Bett bis an den Frühstückstisch

1. Gedanken nach dem Aufwachen:

(unter der Woche)
1. Arbeit (22 %)
2. Frühstück (16 %),
Tagesplanung (16 %)

Am Wochenende wird signifikant häufiger an Frühstück gedacht (33 %)

2. Der Gang ins Bad ist für 45 % der erste Schritt nach dem Aufstehen.

Dort verbringen die Befragten durchschnittlich 21 Minuten.

3. Für 23 % der Deutschen ist das Anschalten der Kaffeemaschine die zweitwichtigste Handlung nach dem Aufstehen.



1. 14 bis 19-Jährige:

42 % greifen als erstes nach dem Aufwachen zum Handy.

Moin Moin: Den Norddeutschen* sind Wind und Wetter egal

Abgehärtet: Die Norddeutschen nehmen jedes Wetter hin. Hier wirken sich Schnee und Regen am wenigsten auf die Laune aus. Allerdings bezeichnet sich dennoch ein Drittel als Morgenmuffel.

- **Niedersachsen trinkt Tee**

Für jeden Dritten ist Tee das liebste Getränk zum Frühstück.



Der Osten* ist schon morgens munter

Der Osten liebt den Morgen: Nicht nur sind die Ostdeutschen die aktivsten und gesprächigsten Bundesbürger am Morgen, sie stehen auch am schnellsten auf.

- **Sachsen klärt Kleiderfrage vorab**

Fast die Hälfte legt sich am Abend schon die Kleidung für den nächsten Tag raus.



Der Westen* nimmt sich morgens Zeit

Die Westdeutschen brauchen am längsten, um aufzustehen: Hier snoozen die meisten gleich mehrmals. Zudem bezeichnet sich ein Drittel als besonders still am Morgen.

- **Hessen mag's entspannt**

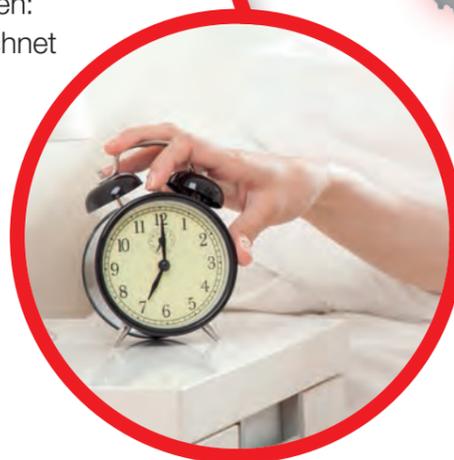
Für jeden Dritten fängt ein Tag dann gut an, wenn keine Hektik herrscht.

- **Nordrhein-Westfalen und das Bad**

Mit 24 Minuten im Bad brauchen die Nordrhein-Westfalen im Bundesvergleich am längsten.

- **Rheinland-Pfalz trägt Pyjama**

Rheinland-Pfälzer bevorzugen im Vergleich zu Menschen anderer Bundesländer häufiger den klassischen Schlafanzug mit Kragen und Knöpfen.



Süddeutschland* startet mit Familie in den Tag

Mehr als in anderen Regionen lieben die Süddeutschen das Frühstück im Kreis ihrer Lieben. Gleichzeitig verzichten sie am Morgen besonders ungern auf ein paar Minuten für sich.

- **Baden-Württemberg plant gern**

Jeder Fünfte denkt unter der Woche als erstes nach dem Aufwachen an die Planung des Tages.

- **Bayern frühstückt Z u Hause**

Nur knapp vier von hundert frühstückenden Bayern essen werktags morgens am Schreibtisch.



★ **Region Nord** (Vergleich mit Bundesdurchschnitt)

Bundesländer: Hamburg, Niedersachsen, Bremen, Mecklenburg-Vorpommern
Kein Einfluss durch das Wetter: 39 % (vs. 35 %)
Morgenmuffel: 33 % (vs. 28 %)
Niedersachsen: Tee zum Frühstück: Rund 28 % (vs. 18 %)

★ **Region West** (Vergleich mit Bundesdurchschnitt)

Bundesländer: Nordrhein-Westfalen, Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland
Mehrmals snoozen: 32 % (vs. 29 %), Besonders still am Morgen: 32 % (vs. 26 %)
Hessen: Ruhiger Start in den Tag: 23 % (vs. 18 %)
Rheinland-Pfalz: Vorliebe für Pyjama: 15 % (vs. 8,9 %)
Nordrhein-Westfalen: Zeit im Bad: 24 Minuten (vs. 21 Minuten)

★ **Region Süd** (Vergleich mit Bundesdurchschnitt)

Bundesländer: Bayern, Baden-Württemberg
Frühstück mit Familie und Partner: 51 % (vs. 47 %)
Zeit für sich: 56 % (vs. 53 %)
Baden-Württemberg: Start mit Tagesplanung: 20 % (vs. 16 %)
Bayern: Frühstück am Schreibtisch: 3,7 % (vs. 8,7 %)

★ **Region Ost** (Vergleich mit Bundesdurchschnitt)

Bundesländer: Brandenburg, Berlin, Thüringen, Sachsen-Anhalt, Sachsen
Aktiv am Morgen: 44 % (vs. 40 %)
Gesprächigkeit am Morgen: 38 % (vs. 32 %)
Aufstehen nach erstem Weckerklingeln: 38 % (vs. 35 %)
Sachsen: Outfit-Planung für den nächsten Tag: 43 % (vs. 34 %)

Die nutella Frühstücksstudie beschäftigt sich mit dem Verhalten und den Gewohnheiten am Morgen.

Dazu wurden im März 2015 1.000 Personen zwischen 14 und 60 Jahren mit Festnetzanschluss in Deutschland befragt. Die Erhebung wurde mittels computergestützter Interviews vom LINK Institut für Markt- und Sozialforschung durchgeführt.

Die erste nutella Frühstücksstudie wurde im Jahr 2010 veröffentlicht.

Darüber hinaus führt nutella seit 2005 eine Erhebung zum Frühstücksverhalten in Deutschland durch, in der jährlich 3.800 Menschen befragt werden.

