

## **Familienfest oder Stress-Event? Kommt die Eskalation zu Weihnachten?**

Familienkonflikte und Vorurteile beim Hochzeitswochenende in "Der Spitzname" - Ein Film über die Herausforderungen der Weihnachtstage.



**österreichische Alpen, Österreich** - Inmitten der festlichen Vorbereitungen für die Weihnachtszeit erleben viele Menschen in Österreich momentan eine hohe Belastung. Geschenke müssen besorgt, Familientreffen organisiert werden, und oft kommt es zu Spannungen innerhalb der Familie, was die besinnliche Zeit schnell in einen Stressfaktor verwandeln kann. Diese Realität greift auch Regisseur Sönke Wortmann in seinem neuen Film „Der Spitzname“ auf, der am 19. Dezember in die Kinos kommt. Der Film thematisiert das Aufeinandertreffen zweier Familien in den atemberaubenden österreichischen Alpen anlässlich einer Hochzeit, die schnell in Chaos und Konflikte mündet. Laut **Heute.at** zeigen die Protagonisten Thomas und Anna, sowie deren Kinder, wie Schwierigkeiten in der

Kommunikation und unterschiedliche Generationen zu Spannungen führen können.

## Angst und Stress zur Weihnachtszeit

Gerade während der Feiertage sind viele Menschen von Stress und Zukunftsängsten geplagt, verstärkt durch die Erfahrungen der letzten Jahre, insbesondere durch die Corona-Pandemie.

Mag. Dr. Birgit Hladschik-Kermer ermutigt dazu, mit den eigenen Ängsten umzugehen, indem man den Konsum negativer Nachrichten reduziert und sich eine strukturierte Tagesroutine schafft. Viele müssen sich auch mit den Herausforderungen der steigenden psychischen Belastung auseinandersetzen, die laut **selpers** immens ist. Der Bedarfs an psychotherapeutischen Angeboten hat in dieser Zeit einen Rekordwert erreicht, was die Dringlichkeit unterstreicht, sich auch Hilfe zu suchen, wenn die eigene Belastung zu hoch wird.

Umso wichtiger ist es, dass Menschen sich in dieser Zeit auf positive Aspekte konzentrieren, wie die Freude an kleinen Dingen. Auch die jugendliche Perspektive im Film „Der Spitzname“ könnte hier eine wichtige Rolle spielen, indem Themen wie politische Korrektheit und Genderfragen angesprochen werden, die von Kindern und Jugendlichen in die Diskussion eingebracht werden. Dies könnte zu einem besseren Verständnis unter den Generationen führen, um Spannungen zu mildern und die Feiertage wirklich zu einer besinnlichen Zeit zu machen.

Details	
<b>Ort</b>	österreichische Alpen, Österreich
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.heute.at">www.heute.at</a></li><li>• <a href="http://selpers.com">selpers.com</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**