

## SKL Glücksatlas 2022: Zusammenfassung der Ergebnisse

---

### Deutschlands Glücksniveau erholt sich nur leicht

Im ersten Jahr nach der weitgehenden Beendigung der Corona-Maßnahmen hat sich das Glücksniveau in Deutschland wieder leicht erholt. Die Talsohle ist durchschritten. So beträgt die Lebenszufriedenheit in Deutschland aktuell 6,86 Punkte (2022) und hat damit 0,28 Punkte seit dem Tiefstand von 2021 (6,58 Punkte) aufgeholt. Sie ist aber noch 0,28 Punkte vom Vor-Corona-Niveau 2019 (7,14 Punkte) entfernt. Die Hälfte des Weges liegt also noch vor uns.

**Was trägt zur Erholung bei?** Viele Bevölkerungsgruppen, die besonders stark unter den Corona-Maßnahmen gelitten hatten, konnten ihre Lebenszufriedenheit 2022 wieder verbessern. Frauen haben den Glücksabstand zu den Männern, der sich während Corona auftrat, fast wieder geschlossen. Während der Pandemie betrug er durchschnittlich 0,19 Punkte, aktuell sind es nur noch 0,06 Punkte. So ist die Belastung der berufstätigen Mütter durch Homeoffice und vor allem Homeschooling stark zurückgegangen. Studentinnen, die besonders unter den Kontakteinschränkungen gelitten hatten, können sich jetzt wieder frei bewegen. Die Einschränkungen für weibliche Selbständige in körpernahen Dienstleistungen sind gefallen.

Familien haben 2022 ihre Zufriedenheit mit dem Familienleben auf 7,42 Punkte angehoben, nachdem sie 2021 auf 7,17 Punkte gesunken war. Bis zum Vor-Corona-Wert von 8,0 (2019) ist aber noch viel zu tun. Die Erholung hat vor allem mit der Öffnung der Kitas und Schulen zu tun und mit dem Ende des Homeschoolings, das die Eltern deutlich entlastet.

Positiv entwickelte sich auch die Zufriedenheit mit der Freizeit. Sie verbesserte sich von 5,0 im Corona-Jahr 2021 auf aktuell 6,51. Allerdings lag sie 2019 noch bei 7,21 Punkten. Obwohl es nahezu keine Einschränkungen mehr gibt und Fitnessklubs wieder geöffnet und Freizeitveranstaltungen möglich sind, ist das alte Niveau aber noch nicht erreicht.

Am wenigsten erholt haben sich die Jungen. Die Generation Z (1995 bis 2010 Geborene) verlor während Corona 1,0 Punkte an Lebenszufriedenheit. Um auf das alte Glücksniveau zurückzukehren, muss sie noch 0,52 Punkte gutmachen. Dagegen verloren die Älteren (1945+) durch Corona wenig und müssen auch nur noch 0,19 Punkte bis zum alten Niveau aufholen.

**Was bewirken die neuen Krisen?** Der Ukraine-Krieg und die Energiekrise haben Ängste vor einem Krieg, vor Inflation und Rezession erzeugt. Dies bremst die Erholung der Lebenszufriedenheit. Im September durchbrach die Inflation die 10-Prozent Marke. Sollte sie bis Dezember 2022 über 10 Prozent bleiben, dürfte sich der Gesamtverlust an Lebensglück durch die diesjährige Inflation auf 0,46 Punkte belaufen. Das ist viel. Auch auf die Einkommenszufriedenheit wirkt sich die Inflation wegen der Kaufkraftverluste negativ aus.

Sie ist allein 2022 um 0,29 Punkte gesunken und steht aktuell bei nur 6,49 Punkten. 2019 lag sie noch bei 7,18 Punkten (auf der Skala von 0 bis 10).

## Glücksranking der Regionen

Westdeutsche Länder erholen sich von der Pandemie etwas schneller als ostdeutsche, weshalb der Abstand zwischen West (6,91 Punkte) und Ost (6,67 Punkte) aktuell wieder auf 0,24 Punkte gestiegen ist. Während der Pandemie war er 2020 mit nur 0,05 Punkten fast verschwunden. Die Nachteile, die der Westen in der Pandemie hatte, spielen 2022 keine Rolle mehr: Hohe Anteile an jüngeren Menschen, an Familien, an Großstädtern und Selbständigen sind normalerweise Garantien für ein höheres Glücksniveau einer Region. In der Pandemie sind es aber gerade diese Gruppen, die eine überdurchschnittlich große Unzufriedenheit angaben. Da diese Gruppen in den westdeutschen Ländern häufiger sind, waren die Glücksverluste in der Pandemie im Westen größer. Als die Lockdown-Einschränkungen 2022 wegfielen, erholte sich die Zufriedenheit im Westen 2022 dementsprechend stärker. Eine Folge davon ist die Ausweitung des Glücksabstands zwischen Ost und West.

Auch 2022 verteilen sich west- und ostdeutsche Länder im gesamten Ranking. Die Auflösung der früheren strengen Trennung in westdeutsche an vorderer Stelle und ostdeutschen Ländern im hinteren Bereich des Regionen-Rankings setzt sich fort. Mit Brandenburg (Platz 5) liegt ein ostdeutsches Bundesland im oberen Drittel. Mit dem Saarland (Platz 15) belegt ein westdeutsches Bundesland den vorletzten Rang.

2022 leben die glücklichsten Deutschen wieder in Schleswig-Holstein, das den ersten Platz mit 7,14 Punkten erreicht. In der Pandemie war das Land auf 6,78 Punkte abgerutscht. Im Vorjahr war neben Schleswig-Holstein auch Sachsen-Anhalt auf dem ersten Platz gelandet. Das ostdeutsche Bundesland hält sich 2022 gut und kommt auf Platz 9 im Mittelfeld. Den zweiten Platz belegt 2022 Bayern, wo die Lebenszufriedenheit im Vergleich zum Vorjahr 0,29 Punkte auf aktuell 7,06 Punkte anstieg. Nordrhein-Westfalen (6,98 Punkte) ist der Aufsteiger des Jahres und steht auf Platz 3, dicht gefolgt von Hamburg, das sich bei der Erholung schwerer tut. Brandenburg (6,87) belegt Platz 5 und ist damit nur einen Rang schlechter als im Vorjahr. Es ist das bestplatzierte ostdeutsche Bundesland und bestätigt den Trend, dass sich die strenge Trennung zwischen „dem Osten“ und „dem Westen“ auflöst.

Das Mittelfeld bilden Hessen (6,82), Niedersachsen (6,80), Baden-Württemberg (6,80) und Sachsen-Anhalt (6,79), alle in der Punktezahl sehr eng aneinander. Mit größerem Abstand folgen Sachsen (6,68) auf Platz 10, gefolgt von Rheinland-Pfalz (6,65) und Bremen (6,58), das sich gegenüber dem Vorjahr um drei Ränge auf Platz 12 verbessert hat. Den Schluss bilden Thüringen (6,54) auf Platz 13, Berlin (6,53), das Saarland (6,49) und das Schlusslicht Mecklenburg-Vorpommern (6,35), welches als einziges Bundesland 2022 schlechter abschnitt als im Jahr davor (6,60), wo es noch den zehnten Platz belegte.

Zusätzlich zum Glücksranking der 16 Bundesländer ließen die hohen Befragungszahlen und Stichprobengrößen auch weitere regionale Differenzierungen zu. Innerhalb mancher Bundesländer sind die Glücksdifferenzen größer als zwischen den Bundesländern: Nordhessen ist beispielsweise deutlich glücklicher als Südhessen, Südbaden ist zufriedener als

Nordbaden. In anderen Bundesländern gibt es kaum Unterschiede, wie zum Beispiel innerhalb Sachsens.

## Der SKL Glücksatlas

Der SKL Glücksatlas ist die aktuellste regelmäßige Studie zur Lebenszufriedenheit der Deutschen. Seit Anfang 2022 ist die SKL (Süddeutsche Klassenlotterie) Partner des Glücksatlas, bis Ende 2021 wurde er von der Deutschen Post herausgegeben. Die wissenschaftliche Leitung hat Prof. Bernd Raffelhüschen von der Universität Freiburg.

„Mit unserem Engagement für den SKL Glücksatlas wollen wir die Forschung über Zufriedenheit und Wohlbefinden in Deutschland erweitern und die Ergebnisse der Glücksforschung einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich machen“, sagt Dr. Bettina Rothärmel – Vorständin der GKL Gemeinsame Klassenlotterie der Länder – Veranstalterin der SKL-Lotterien.

Mit Beginn der Partnerschaft initiiert die SKL zudem erstmals eine wissenschaftliche Glücksdatenbank für Journalistinnen, Journalisten und Interessierte: Unter [skl-gluecksatlas.de](http://skl-gluecksatlas.de) werden kontinuierlich aktuelle Daten, Analysen und Sonderstudien über die Entwicklung der Lebenszufriedenheit in Deutschland bereitgestellt und damit einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

### Datenbasis:

Die Daten für den SKL Glücksatlas 2022 stammen aus insgesamt 11 Befragungen von Januar bis Oktober 2022 (mindestens 4-wöchig) mit insgesamt 11.450 repräsentativ Befragten ab 16 Jahren in Form von mündlich-persönlichen Interviews durch das Institut für Demoskopie Allensbach zur Erfassung der allgemeinen Lebenszufriedenheit der Deutschen. Zur Erfassung der Zufriedenheiten mit den Lebensbereichen Arbeit, Einkommen, Familie und Gesundheit wurden vom IfD Allensbach von Mai bis Juli 2022 insgesamt 3.170 Bürger ab 16 Jahren repräsentativ in Form von mündlich-persönlichen Interviews befragt. Zudem befragte das Berliner Meinungsforschungsinstitut Ipsos insgesamt 2000 Deutsche zwischen 18 und 65 Jahren (computergestützte Online-Befragung) repräsentativ zum Einfluss von Inflation und Ukraine-Krieg auf die Lebenszufriedenheit.

Der SKL Glücksatlas 2022 ist als Buch beim Penguin Verlag erschienen und ab sofort im Handel erhältlich. Eine Zusammenfassung der Studie sowie Fact Sheets zu den Regionen sowie Bildmaterial stehen unter [www.skl-gluecksatlas.de](http://www.skl-gluecksatlas.de)

---

### Weiteres Pressematerial zum Download finden Sie hier:

[www.skl-gluecksatlas.de/info/presse](http://www.skl-gluecksatlas.de/info/presse)