

Bernd Raffelhüschen Deutsche Post  
**GLÜCKSATLAS**  
**2021**



Deutsche Post 



Deutsche Post AG (Hrsg.)

Bernd Raffelhüschen

Deutsche Post  
**GLÜCKSATLAS**  
**2021**

Deutsche Post 

 PENGUIN VERLAG

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

Autoren:

Professor Dr. Andrew E. Clark, Paris School of Economics (PSE)

Professor Dr. Bernd Raffelhüschen, Universität Freiburg

Timon Renz, Universität Freiburg

Konzeption und Redaktion:

Max A. Höfer, höfermedia

Projektverantwortliche Deutsche Post:

Monika Schaller

Anita Gupta

Joachim Landefeld

1. Auflage

Copyright © der Originalausgabe 2021

Deutsche Post AG, Bonn, und 2021 Penguin Verlag

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Str. 28, 81673 München

Gesamtgestaltung und Satz: Oliver Schmitt

ISBN 978-3-641-28717-7

[www.penguin-verlag.de](http://www.penguin-verlag.de)

<b>Glücksatlas 2021 – Eine Zusammenfassung der Ergebnisse</b>	5	
---	---	--

---

<b>Wohlbefinden in Zeiten der Pandemie und darüber hinaus</b>	15	<b>Teil I</b>
von Andrew E. Clark		

---

<b>Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit</b>	21	<b>Teil II</b>
von Bernd Raffelhüschen und Timon Renz		

<b>Lebenszufriedenheit in Deutschland</b>	22	
---	----	--

- Das erste Pandemiejahr 2020 – Zufriedenheitsforschung auf neuen Wegen 22
- Lebenszufriedenheit in Deutschland 2021 – Allzeittief seit 1984 23
- Zur Datengrundlage des *Glücksatlas 2021* 30
- Lebenszufriedenheit im regionalen Vergleich 33
- Wie entsteht der Regionenvergleich? 38

<b>Trends und Schwerpunkte bei der Lebenszufriedenheit</b>	43	
--	----	--

- Zufriedenheit in Teilbereichen des Lebens 44
- Arbeit und Einkommen 45
- Gesundheit und Alter 48
- Familie 49
- Sicherheit 49
- Freizeit und Medien 50
- Wirtschaftswachstum 50

<b>Lebenszufriedenheit in der Coronakrise</b>	53	
---	----	--

- Belastungen mit zunehmender Dauer der Krise gestiegen, Mehrpersonenhaushalte verlieren stärker an Lebensglück als Alleinlebende 53
- Affektives und kognitives Glück 59
- Ein neuer »Happiness-Gender-Gap« 60
- Geschlechterdifferenzen bei den Bereichszufriedenheiten 64
- Familien in der Zerreißprobe 66
- Junge und Personen im mittleren Alter verlieren stark an Lebensglück – Ältere sind weniger betroffen 71

• Schüler und Studenten verlieren – und gleichen sich im Lebensglück den Erwachsenen an	74
• Warum die Pandemie das Lebensglück der Jugendlichen und jungen Erwachsenen so stark trifft	76
• Arbeiten in der Pandemie	77
• Zufriedenheit mit der Freizeit historisch niedrig – gelegentliche Besuche von Freunden und Verwandten sowie Ausflüge helfen	80
• Mittlere Einkommen stärker betroffen als niedrige Einkommen	86
• Auf dem Land lebt es sich glücklicher	87
• Deutsche schauen trotz Corona zuversichtlich in die Zukunft	90

---

<b>Teil III</b>	<b>Impfungen, Digitalisierung und gesellschaftlicher Zusammenhalt in der Coronapandemie</b>	97
	von Bernd Raffelhüschen und Timon Renz	
	<b>Einleitung</b>	98
	• Datengrundlage	99
	<b>Impfungen stimmen optimistisch und machen zufriedener</b>	101
	• Die zunehmenden Impfungen machen Hoffnung auf eine bessere Zukunft	101
	• Besonders Geimpfte und Impfwillige sind optimistisch gestimmt	103
	• Geimpfte und Impfwillige sind mit ihrem Leben zufriedener als Impfverweigerer	105
	<b>Onlinekonsum und Digitalisierung</b>	111
	• Onlinekonsum gestiegen, Begeisterung für Digitalisierung lässt aber nach	111
	• Wie Onlineshopping unser Wohlbefinden beeinflusst	114
	<b>Empfindungen und Überzeugungen in der Pandemie</b>	116

---

<b>Anhang</b>	<b>Statistisches Glossar</b>	122
	<b>Anmerkungen</b>	124
	<b>Literaturverzeichnis</b>	128
	<b>Autoren</b>	135

## Glücksatlas 2021 – Eine Zusammenfassung der Ergebnisse

---

Die Coronakrise bestimmt auch 2021 das Leben der Deutschen und ihre Lebenszufriedenheit. Dass sich Millionen Infizierte, Hunderttausende schwer Erkrankte und bis dato insgesamt über 90.000 an oder mit Covid-19 Verstorbene dämpfend auf das Lebensglück auswirken würden, war zu erwarten. Schon 2020 war das Glücksniveau um 0,40 Punkte zurückgegangen. In der ersten Hälfte dieses Jahres machten die Deutschen den längsten Lockdown ihrer Geschichte durch, was deutlich im Arbeitsumfeld, in den Familien und im Alltag spürbar war. Nicht zuletzt brach auch die Wirtschaftsleistung 2020 um 4,8 Prozent ein. Der neuerliche Rückgang des allgemeinen Wohlbefindens im zweiten Coronajahr 2021 um 0,16 Punkte erscheint vor diesem Hintergrund eher glimpflich.

Insgesamt bringt Corona die Lebenszufriedenheit der Deutschen 2021 auf den niedrigsten Wert seit Beginn der Befragungen 1984. Sie sackt 2021 auf 6,58 Punkte ab. 2019 lag das Glücksniveau noch auf dem Allzeithoch von 7,14 Punkten auf der elfstufigen Skala von 0 («überhaupt nicht zufrieden») bis 10 («völlig zufrieden»). 2020 waren es 6,74 Punkte. Die Umfrage wurde im Januar 2021, mitten im zweiten Lockdown, in acht Wellen bis Juni 2021 durchgeführt. Mehr als 8400 Personen wurden dafür deutschlandweit in einer repräsentativen Umfrage durch das Institut für Demoskopie Allensbach interviewt. Die Frage lautete: »Wie zufrieden sind Sie gegenwärtig, alles in allem, mit Ihrem Leben?«

Corona hat den Wachstumstrend der Zufriedenheit der letzten zwei Jahrzehnte gebrochen: 2004 lag der Wert für Gesamtdeutschland bei 6,65 Punkten und kletterte seither kontinuierlich, bis er 2019 bei 7,14 Punkten stand – ein Anstieg um 0,49 Punkte. Gegenüber dem Höchststand im Lebensglück 2019 (7,14 Punkte) verloren die Deutschen innerhalb von zwei Jahren 0,56 Punkte. Der *Glücksatlas* beschäftigt sich dieses Jahr damit, welche Faktoren für den Rückgang ausschlaggebend sind und wer besonders betroffen ist. Denn das Lebensglück nahm zwar insgesamt ab, aber nicht in

allen Teilen der Bevölkerung gleich – einige konnten ihre Zufriedenheit in der Pandemie sogar leicht erhöhen.

Zieht man nach knapp zwei Jahren Pandemie Bilanz, dann sind die Verluste an Lebenszufriedenheit im ersten Coronajahr am höchsten, als sie um 0,40 Punkte oder knapp 6 Prozent zurückging. Im zweiten Coronajahr fällt das Minus schon geringer aus: Das Glücksniveau sinkt 2021 um 0,16 Punkte oder 2,4 Prozent. Im Vergleich zu früheren historischen Einbrüchen muss man sehen: Die Talsohle war in den 2000er-Jahren im Fünfjahresdurchschnitt tiefer und beständiger. Sollte die Pandemie durch die Impfungen und milderen Krankheitsverläufe ab Frühjahr 2022 weitgehend beendet sein, ist davon auszugehen, dass die Lebenszufriedenheit sich schnell wieder erholen und der Einbruch im Lebensglück nur von kurzer Dauer sein wird. Ein Hinweis dafür ist, dass sich die Lebenszufriedenheit in Monaten mit Lockerungen der Coronamaßnahmen (wie jeweils im Sommer 2020 und 2021) wieder auf das Vorkrisenniveau hinbewegte.

Die Pandemie wirkte sich in Ostdeutschland insgesamt etwas weniger glücksdämpfend aus als in Westdeutschland. 2019, vor Corona, lag der Abstand zwischen Ost und West bei 0,17 Punkten. Die ostdeutschen Regionen bildeten stets das letzte Drittel im Glücksranking der Regionen, obwohl sie seit der Wiedervereinigung einen kontinuierlichen Aufholprozess hinter sich haben. In der Pandemie büßten die ostdeutschen Regionen aber weniger Lebensglück ein als die westdeutschen. In der Folge schmolz der Ost-West-Abstand 2020 auf 0,05 Punkte zusammen. 2021 nimmt die Lebenszufriedenheit im Osten (0,19 Punkte) geringfügig stärker ab als im Westen (0,14 Punkte), sodass sich der Ost-West-Abstand auf 0,10 Punkte leicht erhöht.

Die Westdeutschen erleben nur zwei Jahre nach dem Allzeithoch 2019 ein Allzeittief. 2019 lagen sie bei durchschnittlich 7,17 Punkten, 2020 fielen sie auf 6,75 und landeten 2021 bei 6,61 Punkten. So schlecht standen sie noch nie da seit Beginn der Erhebungen 1984. Die Ostdeutschen fallen hingegen auf das Glücksniveau von 2008 zurück. Sie waren in den 1990er-Jahren mit ihren schwierigen Nachwehen der Wiedervereinigung schon mal unzufriedener mit ihrem Leben. 2019 lagen die Ostdeutschen bei durchschnittlich 7 Punkten, 2020 fielen sie auf 6,7 und landeten 2021 bei 6,51 Punkten.

Schon 2020 führte die coronabedingte Angleichung der ost- und westdeutschen Länder dazu, dass östliche Regionen im Glücksranking in die Spitzengruppe der Regionen vordrangen. Dieser Trend setzt sich 2021 fort und zeigt sich auch im Regionenranking, in dem west- und ostdeutsche

Länder bunt gemischt sind. Die glücklichsten Deutschen kommen 2021 aus Schleswig-Holstein und Sachsen-Anhalt (beide 6,78 Punkte). Das nördlichste Bundesland, das seit vielen Jahren an der Spitze des Glücksrankings steht, verliert 0,61 Punkte seit 2019 und muss sich den ersten Platz mit Sachsen-Anhalt teilen. Während die Schleswig-Holsteiner, die für ihren »Hygge«-Lebensstil bekannt sind, hohe Verluste einstecken müssen, lagen die Sachsen-Anhaltiner vor der Pandemie auf Platz 13. Das sieht wie ein gewaltiger Sprung aus. Doch hat die Coronakrise die Menschen aus Sachsen-Anhalt nicht glücklicher gemacht. Vielmehr sackte ihr Glücksniveau weniger stark ab als in anderen Bundesländern – und zwar um nur 0,14 Punkte im Vergleich zu 2019, während es durchschnittlich in allen Regionen um 0,56 Punkte nach unten ging.

Dicht hinter den beiden Spitzenreitern folgt Bayern mit 6,77 Punkten und verliert damit 0,48 Punkte im Vergleich zu 2019. Der Abstand zu Schleswig-Holstein und Sachsen-Anhalt ist aber kaum messbar. Schleswig-Holstein und Bayern können sich nur aufgrund sehr hoher Ausgangswerte vor der Pandemie auf den obersten Rangplätzen halten. Ähnlich sieht es auf Platz vier aus, den sich Hamburg und Brandenburg teilen. Hamburg verliert durch die Pandemie 0,50 Punkte und fällt auf 6,74 Punkte. Brandenburg hingegen kommt mit einem Verlust von 0,15 Punkten glimpflich davon und macht zehn Plätze gut (Platz 14 in 2019). Man könnte die hohen Tabellenplätze von Sachsen-Anhalt und Brandenburg auch mit einem Fahrstuhl vergleichen: Während die zwei ostdeutschen Länder relativ weit unten nur ein Stockwerk abwärtsfahren, geht es für Schleswig-Holstein, Bayern oder Hamburg von weiter oben etliche Stockwerke nach unten, bis alle auf nahezu derselben Ebene ankommen.

Im oberen Drittel liegt auch Nordrhein-Westfalen mit 6,73 Punkten. Es verliert 0,33 Punkte im Vergleich zu 2019. Mit etwas Abstand folgen Hessen auf Platz sieben mit 6,66 Punkten und Rheinland-Pfalz auf Platz acht mit 6,62 Punkten. Baden-Württemberg landet mit 6,61 Punkten auf Platz neun. Das ländlich geprägte Mecklenburg-Vorpommern hat in der Pandemie kaum Lebenszufriedenheit eingebüßt: Es verlor nur 0,16 Punkte und erreicht damit Platz zehn im Ranking (6,60 Punkte). Heftig getroffen hat Corona Niedersachsen: Ein Minus von 0,50 Punkten auf 6,59 Punkte bedeutet dieses Jahr Rang elf, 2019 lag es noch auf Rang fünf. Das besonders von der zweiten Infektionswelle im Winter 2021 getroffene Sachsen belegt mit 6,58 Punkten Platz zwölf (minus 0,34 Punkte). Mit fast identischen Werten liegen das Saarland (6,46 Punkte) und Thüringen (6,45 Punkte) auf Platz 13 bzw. 14. Bereits abgeschlagen am unteren Ende befindet sich die



Hansestadt Bremen mit 6,35 Punkten auf Platz 15. Schlusslicht bildet die Hauptstadt Berlin mit nur 6,20 Punkten. Die Berliner unterscheiden sich in ihrer Lebenszufriedenheit signifikant von anderen Bundesländern. Insgesamt haben sich die Glücksverhältnisse in Deutschland während der Pandemie stark angeglichen. Betrag der Abstand zwischen der glücklichsten und der unglücklichsten Region vor der Coronakrise noch 0,68 Punkte, so schrumpfte er 2021 auf nur noch 0,58 Punkte.

Warum fallen Bundesländer wie Berlin, Hessen oder Hamburg besonders stark in ihrer Lebenszufriedenheit zurück, während vor allem die ostdeutschen Flächenländer (Sachsen-Anhalt, Mecklenburg-Vorpommern oder Brandenburg) kaum Punkte verlieren? Das hat vor allem soziodemografische Gründe. Generell gilt: Regionen mit einer ländlichen Prägung, eher niedrigen Einkommen und einem hohen Männeranteil sind in ihrem Glücksniveau weniger stark von der Pandemie betroffen als Regionen mit städtischer Prägung, mittleren Einkommen, vielen Alleinlebenden und einem hohen Frauenanteil. Die klassischen objektiven Wohlfahrtsindikatoren wie Arbeitslosigkeit, Einkommen und Gesundheit, die in »normalen Zeiten« die Lebenszufriedenheit hauptsächlich beeinflussen, haben in »Coronazeiten« wenig Einfluss. Über alle Bevölkerungsgruppen hinweg kann gesagt werden, dass es weniger Hochzufriedene, dafür mehr Unzufriedene gibt.

Das Lebenszufriedenheitsniveau steht im Verlauf der Coronakrise in einem direkten Zusammenhang mit der Pandemie: Je höher die Infektionszahlen und je strikter die Maßnahmen, desto niedriger das Glücksniveau. In den Monaten mit Lockdown sind die Deutschen im Durchschnitt um 0,52 Punkte unglücklicher als in Monaten ohne. Der zeitliche Verlauf des Glücksniveaus zeigt das: Mit den Beschränkungen im Winter und der zweiten Infektionswelle sinkt die Lebenszufriedenheit im Januar und Februar 2021 auf 6,46 Punkte. Die anschließenden Lockerungen heben dann im März die Stimmung, und das Glücksniveau erreicht 6,68 Punkte. Die dritte Infektionswelle sowie schärfere Maßnahmen drücken die Lebenszufriedenheit im April auf den Tiefstwert von 6,42 Punkten. Anschließend sorgen steigende Impffzahlen und abnehmende Sterbe- und Hospitalisierungsraten für einen Umschwung. Nach Ende des dritten Lockdowns im Juni 2021 erreicht das Glücksniveau 6,88 Punkte und bewegt sich wieder deutlich in Richtung Vorkrisenniveau.

Der Blick auf die Zufriedenheit in einzelnen Lebensbereichen zeigt, dass die Deutschen in allen Bereichen 2021 unglücklicher sind als noch fünf Jahre zuvor. Einzige Ausnahme ist ironischerweise die Gesundheits-

zufriedenheit, die in der Pandemie um 0,3 Punkte zugenommen hat. Anscheinend schätzen die Menschen ihre eigene Gesundheit aufgrund der Konfrontation mit der Pandemie höher ein. Am glücklichsten waren die Deutschen vor Corona mit ihrer Familie. Auf der elfstufigen Skala erreichte das Familienglück 2019 mit 8,0 Punkten einen hohen Wert. In der Coronakrise gab es einen Rückschlag um 0,8 Punkte. Ebenso verringerte sich die Zufriedenheit mit der eigenen beruflichen Situation um 0,5 Punkte und die mit dem eigenen Einkommen um 0,4 Punkte. Am schlimmsten traf es die Freizeit: Mit ihrer Freizeitgestaltung sind die Deutschen coronabedingt um 2,2 Punkte unglücklicher als noch 2019.

Die gesunkene Zufriedenheit mit dem Familienleben und der Freizeitgestaltung deutet an, dass im Bereich sozialer Beziehungen – Familie, Freunde, Partnerschaften – in der Pandemie einiges verloren gegangen sein muss. Zwei Drittel der Deutschen fühlen sich durch die Coronakrise »eher belastet« oder »stark belastet«. Mit der Dauer der Pandemie nahm der Anteil derer, die sich belastet fühlten, immer weiter zu. Die Wende bringt der Impffortschritt, ab März 2021 geht der Anteil der Belasteten wieder zurück. Besonders belastet sind Mehrpersonenhaushalte mit vier und mehr Personen – und zwar signifikant stärker als Alleinlebende oder Zweipersonenhaushalte. Das Potenzial für Konflikte ist in Haushalten mit vielen Personen höher.

Trotz dieser stärker empfundenen Belastung sind Mehrpersonenhaushalte, also zumeist Familien mit Kindern, immer noch glücklicher mit ihrem Leben als Alleinstehende. Vor Corona waren die Abstände größer. Während der Pandemie verloren Familien deutlich stärker an Lebensglück. Ein Vierpersonenhaushalt fiel von 7,37 Punkten (2019) auf 6,75 Punkte (2021) zurück – das ist ein Minus von 0,62 Punkten. Die Lebenszufriedenheit eines Alleinlebenden verringerte sich dagegen von 6,75 Punkten (2019) auf 6,30 Punkte (2021) – ein Minus von 0,45 Punkten. Der größte Anteil an Singlehaushalten befindet sich in den großen Städten, was mit ein Grund für den letzten Platz Berlins im Regionenranking sein könnte. Zu schaffen machen den Alleinlebenden insbesondere Einsamkeit und soziale Isolation während der Lockdowns.

Die Pandemie beeinträchtigt besonders die Zufriedenheit der Frauen, bei ihnen sinkt sie stärker als bei Männern. Das Lebensglück beider Geschlechter war vor Corona im Durchschnitt nahezu gleich hoch: Frauen waren mit 7,08 Punkten minimal zufriedener als die Männer (7,07 Punkte). In der Krise sind Frauen mit 6,56 Punkten signifikant unzufriedener mit ihrem Leben als Männer (6,72 Punkte). Der »Happiness-Gender-Gap«

dehnte sich auf 0,16 Punkte aus – in der Hochphase des ersten Lockdowns betrug er sogar 0,26 Punkte. Nach Rücknahme der Coronabeschränkungen nähern sich Männer und Frauen in ihrem Lebensglück aber wieder an. Besonders unzufrieden waren Frauen mit ihrer Arbeit und Freizeitsituation, aber auch Belastungen durch die Familie, Einsamkeit und Ängste spielten eine Rolle. Dass Männer in der Pandemie im Durchschnitt glücklicher als Frauen sind, erklärt zu einem Teil das bessere Abschneiden ostdeutscher Flächenländer, weil dort ein Männerüberschuss vorliegt.

Die weitgehenden Schließungen von Schulen und Kindertagesstätten während der Coronakrise lösten bei allen Familien Stress aus. Eine Ersatzbetreuung der Kinder durch die Großeltern schied aus Infektionsschutzgründen lange Zeit aus. Nicht alle hatten für die tägliche Betreuung des Homeschoolings die notwendigen Ressourcen. Je mehr Kinder im Haushalt leben, desto größer ist die empfundene Belastung. Wie sehr das Auf und Ab der staatlichen Einschränkungen vor allem Haushalten mit mehreren Kindern zusetzt, zeigen die Schwankungen in der Lebenszufriedenheit. Während das Glücksniveau in Haushalten mit mehreren Kindern im Pandemieverlauf erheblich schwankt – bis zu 0,97 Punkte –, verändert es sich in Haushalten ohne Kinder nur mäßig – um 0,36 Punkte. Wer Kinder im Grundschulalter zu betreuen hat, gibt eine signifikant niedrigere Lebenszufriedenheit an. In diesem Lebensabschnitt benötigen die Kinder die meiste Unterstützung im Schulalltag und bei der Strukturierung des Tagesablaufs. Besonders Kinder zwischen sechs und zehn Jahren beeinträchtigen das Familienglück unter Coronabedingungen. Hier sinkt das Glücksniveau auf 6,27 Punkte. Eltern mit Kindern im Kindergartenalter schneiden dagegen mit 6,60 Punkten am besten ab. In normalen Zeiten sind Kinder Glücksbringer. In Coronazeiten kosten Kinder im Grundschulalter ihre Eltern im Durchschnitt 0,21 Zufriedenheitspunkte.

Corona hat natürlich nicht nur Folgen für die Eltern, auch die Kinder sind betroffen. Die jüngere Generation verliert erheblich mehr Lebensglück als die ältere. Vor der Pandemie erreichten die Jungen noch ein Glücksniveau von 7,6 Punkten, in der Krise sind es nur noch 6,9 Punkte. Sie mussten den Unterricht von zu Hause aus mitverfolgen und ihre sozialen Kontakte reduzieren. Schüler ab 16 Jahren erleiden in der Coronazeit den größten Einbruch an Lebenszufriedenheit mit 1,19 Punkten, gefolgt von den 10- bis 15-Jährigen, die 0,89 Punkte verlieren. Mit der Pandemie haben sich die Schüler und Studenten, die normalerweise zu den glücklichsten Menschen gehören, an das Glücksniveau ihrer Eltern und Großeltern angeglichen. Bei den Erwachsenen erlebten die 30- bis 40-Jährigen mit 0,81 Punkten den

größten Einbruch, den geringsten die 80-Jährigen mit 0,23 Punkten. Die Senioren (die über 65-Jährigen) büßen lediglich 0,32 Punkte ein.

Unterschiedliche Erfahrungen machen auch die Berufsgruppen. Die Lebenszufriedenheit der Selbstständigen fällt von 7,22 auf 6,69 Punkte. Damit erreichen Selbstständige jetzt das gleiche Zufriedenheitsniveau wie Angestellte (6,69 Punkte). Die Glücklichen in der Pandemie bleiben Beamte mit 7,02 Punkten, die Unglücklichsten Arbeiter mit 6,31 Punkten. Etwa ein Drittel der Befragten arbeitete wegen der Coronakrise im Homeoffice, davor waren es etwa 5 Prozent. Nach anfänglicher Euphorie muss man feststellen, dass das Homeoffice unterm Strich keinen Glückszuwachs brachte: Wer überwiegend von zu Hause aus arbeitet, ist mit seinem Leben im Durchschnitt um 0,12 Punkte unzufriedener. Allerdings scheint es auch Profiteure des Homeoffice zu geben: Angestellte aus Zweipersonenhaushalten sind mit ihrer Arbeit deutlich zufriedener, wenn sie überwiegend von zu Hause aus arbeiten dürfen.

Die mittleren und hohen Einkommen (3000 Euro und mehr) haben Glückseinbußen zu verzeichnen – das ist auch die Gruppe mit den höheren Homeoffice-Anteilen. Während Gutverdienerhaushalte mit mehr als 3000 Euro 0,53 Punkte an Lebenszufriedenheit verlieren, kommen die Geringverdiener (unterhalb von 1700 Euro Haushaltsnettoeinkommen) mit minus 0,31 Punkten davon.

Die Zufriedenheit mit der Freizeitgestaltung erreicht einen historischen Tiefpunkt. Von 7,21 Punkten vor der Pandemie sackt sie in der Coronakrise auf 5,0 Punkte ab – das ist ein Minus von 2,21 Punkten. Die gesunkene Anzahl an Urlaubsreisen und privaten Feiern hat sicherlich einiges dazu beigetragen, denn es zeigt sich, dass schon der gelegentliche Besuch von Freunden und Familienangehörigen sowie kurze Ausflüge die Freizeit Zufriedenheit auch in der Pandemie verbessern. Durch die Impfung steigt die Zufriedenheit mit der Freizeitgestaltung wieder deutlich an, um 0,33 Punkte.

Wer auf dem Land lebt, ist in der Pandemie um 0,28 Punkte glücklicher als Stadtbewohner. Schon in »Normalzeiten« lebte es sich auf dem Land etwas zufriedener – durch die Coronakrise hat sich der Abstand zwischen Stadt und Land aber vergrößert.

Ein wirklicher Gamechanger auch mit Blick auf die Lebenszufriedenheit ist die Impfung. Anfang Juni 2021 gab es 36,5 Millionen einfach Geimpfte und 17,8 Millionen vollständig Geimpfte in Deutschland, wobei von den über 60-Jährigen bereits 42,5 Prozent vollständig geimpft waren. Dieser deutliche Impffortschritt ist ein klarer Treiber für den Optimismus: Fast

70 Prozent der Deutschen glauben im Juni 2021, die Pandemie mithilfe der Impfungen in den Griff zu bekommen. Nur noch etwa 14 Prozent erwarten dies nicht.

Dieser Optimismus, die Pandemie zu überwinden, beginnt im Frühsommer 2021 und hängt mit dem Impffortschritt zusammen sowie mit der zeitgleichen Abnahme der Todesfälle und der Infektionszahlen. Der Anteil derjenigen, die glauben, dass ihre Lebenszufriedenheit in einem Jahr höher sein wird, stieg von 33,1 Prozent im Juni 2020, als die Aussicht auf Impfungen noch sehr klein war, über 35,2 Prozent im März 2021 (bei etwa 5 Prozent vollständig Geimpften) auf 38,9 Prozent im Juni 2021 (etwa 20 Prozent vollständig Geimpfte).

Im Juni 2021 zeigen sich knapp 70 Prozent der Befragten optimistisch, dass sich die Coronakrise bewältigen lässt, wenn ein Großteil der Bevölkerung geimpft ist. Bei den bereits Geimpften und noch Impfwilligen liegt der Anteil der Optimisten sogar bei 76 Prozent. Impfverweigerer sind pessimistischer: Von ihnen glauben nur 26,5 Prozent, die Krise sei mittels Impfungen zu beherrschen.

Die Impfung gegen das Coronavirus löst einen deutlichen Glücksschub aus. Sie hebt die Lebenszufriedenheit des Geimpften um durchschnittlich 0,52 Punkte (auf einer Skala zwischen 0 und 10). Das ist ein hoher Wert. Auch die Zufriedenheit mit der Freizeitgestaltung steigt um 0,33 Punkte. Zusätzlich sinkt durch die Impfung die empfundene Belastung durch die Coronakrise. Bei den Impfunwilligen ist es umgekehrt. Sie sind mit ihrem Leben deutlich unglücklicher als bereits Geimpfte: Wer nicht geimpft werden möchte, ist mit seinem Leben um 0,62 Punkte unzufriedener als der Durchschnitt der Bevölkerung. Impfbefürworter und Impfverweigerer unterscheiden sich in ihren Einstellungen beträchtlich: Impfbefürworter sind eher froh, während der Krise in einem Land wie Deutschland zu leben (73 Prozent; Impfverweigerer: 31 Prozent), und wollen sich nach der Pandemie stärker um Nachhaltigkeit und Klimaschutz kümmern (47 Prozent; Impfverweigerer: 22 Prozent). Das anfänglich hohe Vertrauen in Staat und Gesellschaft bezüglich der Pandemiebewältigung ist im Jahr 2021 verflogen. Im Juni 2020 gaben 55 Prozent an, dass die Pandemie den Zusammenhalt der Gesellschaft gestärkt habe – ein Jahr später stimmen dem nur noch 14,5 Prozent zu.

Der Onlinekonsum hat in der Pandemie deutlich zugenommen – im Juni 2021 gaben 45,7 Prozent der Befragten an, im vergangenen Jahr häufiger im Internet eingekauft zu haben als zuvor. Was die Erleichterung des Lebens durch das Onlineshopping angeht, ergibt sich eine Dreiteilung in

den Altersgruppen: Für mehr als die Hälfte der 16- bis 34-Jährigen hat das Onlineshopping in der Pandemie das Leben entlastet, bei den mittleren Altersgruppen sind es noch knapp 40 Prozent, bei den über 64-Jährigen nur noch 15 Prozent.

Digitale Hilfen wie Zoom und Co. haben allerdings ihre anfängliche Faszination verloren: Nach der Digitalisierungseuphorie in der ersten Pandemiephase im Frühling 2020 tritt 2021 eine gewisse Gewöhnung und digitale Müdigkeit ein. Während in 2020 noch fast 80 Prozent der Befragten die Nutzung digitaler Produkte als bereichernd empfanden, geben 2021 nur noch 35,3 Prozent an, dass ihnen das Internet das Leben während der Pandemie deutlich erleichtert hat.

Sieht man auf die Trendlinien, dann scheinen ab Mai 2021 der Optimismus stärker und die Lebenszufriedenheit größer zu werden. Der Fortschritt der Impfkampagne geht mit niedrigen Hospitalisierungen und Todesfällen einher, was die Politik zu dem Versprechen veranlasst hat, im Herbst einen Lockdown um jeden Preis vermeiden zu wollen. Die Befragten sehen denn auch weiter optimistisch in die Zukunft: Im Juni 2021 geht ein Drittel der Deutschen davon aus, in einem Jahr mit dem eigenen Leben zufriedener zu sein. 46 Prozent glauben, dass sich nicht viel ändern wird. Nur 5 Prozent sind pessimistisch und erwarten eine Verschlechterung der Lebenszufriedenheit im nächsten Jahr.