

Robert Grimm /
Bernd Raffelhüschen

Deutsche Post GLÜCKSATLAS 2020



Deutsche Post 



Deutsche Post AG (Hrsg.)

Robert Grimm
Bernd Raffelhüschen

Deutsche Post
GLÜCKSATLAS
2020

Deutsche Post 



PENGUIN VERLAG

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.

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

Autoren:

Professor Dr. Hilke Brockmann, Jacobs University
Bremen Professor Dr. Bernd Raffelhüschen, Universität
Freiburg Timon Renz, Universität Freiburg
Dr. Robert Grimm, Ipsos Berlin
Lea van Nek, Ipsos Berlin

Konzeption und Redaktion:

Max A. Höfer, höfermedia

Projektverantwortliche Deutsche Post:

Monika Schaller
Anita Gupta
Joachim Landefeld



PENGUIN VERLAG

1. Auflage

Copyright © der Originalausgabe 2020
Deutsche Post AG, Bonn und 2020 Penguin Verlag
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Gesamtgestaltung und Satz: Oliver Schmitt

ISBN 978-3-641-27286-9

www.penguin-verlag.de

Vorwort	5
von Thomas Ogilvie	

Glücksatlas 2020 – Eine Zusammenfassung der Ergebnisse	7
---	---

Dürfen wir jetzt nach dem Glück fragen?	19	Teil I
von Hilke Brockmann		

Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit	25	Teil II
von Bernd Raffelhüschen und Timon Renz		

Lebenszufriedenheit in Deutschland	26
• Lebenszufriedenheit in Deutschland – ein Rekordverlust	26
• Zur Datengrundlage des <i>Glücksatlas 2020</i>	30
• Lebenszufriedenheit im regionalen Vergleich	35
• Wie entsteht der Regionenvergleich 2020?	40
• Lebenszufriedenheit im Lockdown	41

Schwerpunktthema 1:

Die langfristige Zufriedenheit mit dem Leben	52
• Wie stabil ist die allgemeine Zufriedenheit mit dem Leben?	52
• Lebensereignisse und ihr Einfluss auf die langfristige Lebenszufriedenheit	55

Schwerpunktthema 2:

Konsum und Zufriedenheit	65
• Die Zufriedenheit der Deutschen mit ihrem Wohlstand	66
• Wie viel Konsum ist genug?	68
• Einkommen, Konsum und die Lebenszufriedenheit	72
• Welcher Konsum macht glücklich?	75

• Vom Glück des einfachen Lebens – ist weniger doch mehr?	96
• Fleischlos und glücklich?	100

Teil III	Umweltbewusstsein, Konsumverhalten und Glück in Zeiten von Corona	105
	von Robert Grimm und Lea van Nek	
	Einleitung in das Thema und die Ergebnisse	106
	Zufriedenheit und Zukunftserwartungen im Schatten der Corona-Krise	109
	Wahrnehmung des Klimawandels	113
	Nachhaltiger Konsum	116
	Segmentierung	127
	Corona als Chance zur Neuorientierung	132

Anhang	Statistisches Glossar	140
	Anmerkungen	142
	Literaturverzeichnis	145
	Autoren	150

Deutschland und die Welt blicken auf ein herausforderndes Jahr 2020 zurück. Covid-19 hat unser gesellschaftliches, wirtschaftliches, aber auch persönliches Leben komplett verändert. Es ist daher anzunehmen, dass sich Corona auch auf die Lebenszufriedenheit der Deutschen auswirkt.

Die mittlerweile zehnte Ausgabe des *Deutsche Post Glücksatlas* liefert den Beleg: Die Lebenszufriedenheit der Deutschen liegt in 2020 mit einem Wert von 6,74 auf dem niedrigsten Stand der letzten 15 Jahre. Mit Blick auf die durch Corona bedingten Einschnitte in das gesellschaftliche Leben ist dieser Glücksabsturz nur allzu verständlich. Zwischenzeitlich wurden Schulen und Kindertagesstätten geschlossen, der Konsum reduzierte sich notgedrungen auf das Nötigste, und viele Deutsche machen sich immer noch Sorgen um ihre Existenzgrundlage. Das öffentliche Leben kam für über drei Monate fast vollständig zum Erliegen. Und nach wie vor sind wir weit davon entfernt, in normalen und uns vertrauten Bahnen leben zu können. All das beeinflusst die Gemütsverfassung der Deutschen nachhaltig.

Ist nun aber die Zeit des großen Trübsalblasens gekommen? Mitnichten. Der diesjährige *Glücksatlas* zeigt auf, dass die Deutschen trotz Corona optimistisch in die Zukunft blicken. Sie sind davon überzeugt, dass sich ihre Zufriedenheit bereits im kommenden Jahr wieder auf dem gleichen und stabilen hohen Niveau der Vorjahre einpendeln wird. Zudem sind sie zufrieden mit dem, wie Deutschland die Corona-Krise bis dato gemeistert hat. So zeigen sich 80 Prozent der Bürger froh, während des bisherigen Höhepunkts der Corona-Krise in einem Land wie Deutschland gelebt zu haben. Mehr als die Hälfte der Bevölkerung gelangt zudem zu der Überzeugung, dass Covid-19 den Zusammenhalt in der Bevölkerung gestärkt hat. Die Deutschen demonstrieren somit eindrucksvoll ihre Zuversicht und Widerstandskraft – trotz persönlicher Einschränkungen und wirtschaftlicher Zukunftssorgen. Genau diese Resilienz ist überaus bedeutsam, da uns das Corona-Virus mit all seinen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Auswirkungen noch auf unbestimmte Zeit in Atem halten wird.

Neben der allgemeinen Lebenszufriedenheit beschäftigt sich der *Deutsche Post Glücksatlas* auch 2020 wieder mit einem Sonderthema. In diesem Jahr geht es um »Nachhaltigen Konsum«. Der Klimawandel hat trotz Corona nach wie vor eine große gesellschaftliche Bedeutung. So machen sich 70 Prozent der Deutschen langfristig mehr Sorgen um den Klimawandel als um die Bekämpfung des Corona-Virus. Auch die Aufnahme von

»Maßnahmen zum Klimaschutz« in die 17 Ziele der Vereinten Nationen für nachhaltige Entwicklung unterstreicht die enorme Relevanz des diesjährigen Sonderthemas des *Glücksatlas*.

Wir wollten in diesem Zusammenhang von den Deutschen erfahren, wie relevant für sie ökologische Verantwortung ist und wie nachhaltig sie selbst einkaufen und konsumieren. Die Ergebnisse der repräsentativen Befragung vom Juni 2020 sind ermutigend und teilweise verblüffend. Auf der einen Seite wird der Bedarf nach mehr Klimaschutz als wichtige Herausforderung unserer Gesellschaft durchaus erkannt. Andererseits bleibt der persönliche Beitrag des Einzelnen zumeist hinter diesem Anspruch zurück. So ist beispielsweise die Mehrpreisakzeptanz gegenüber nachhaltig hergestellten Produkten gering. Bezüglich gelebtem nachhaltigem Engagement herrscht also noch immer Nachholbedarf in Deutschland. Umso mehr, als dass der individuelle Beitrag durch nachhaltigeren Konsum indirekt belohnt wird. Denn der *Glücksatlas 2020* kommt zu dem Ergebnis: Wer ökologisch bewusst konsumiert, ist nachweislich zufriedener mit seinem Leben.

Mir persönlich sind bei den Ergebnissen des diesjährigen *Glücksatlas* zwei Parallelen zu unserem Unternehmen aufgefallen. Zum einen hat auch die Deutsche Post während des Corona-Lockdowns ihre Widerstandskraft eindrucksvoll unter Beweis stellen können. Unsere über 100.000 Zusteller haben Tag für Tag Briefe und Pakete zugestellt, auch als große Teile des gesellschaftlichen Lebens fast vollständig stillstanden. Zudem spiegelt das Bekenntnis unseres Unternehmens, einen substanziellen Beitrag zur Bekämpfung des Klimawandels zu leisten, die Ergebnisse des diesjährigen Sonderthemas sehr gut wider. Unser strategisches CO₂-Ziel »Null Emissionen« bis zum Jahr 2050, grüne Transportlösungen wie der StreetScooter bei der Zustellung sowie Maßnahmen zur Einsparung von Einwegplastik in unserer logistischen Wertschöpfungskette sind nur einige Beispiele, die hier zu nennen sind. Wir sind stolz, einen Beitrag zum Klimaschutz leisten zu können.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine spannende und inspirierende Lektüre unseres *Deutsche Post Glücksatlas 2020*. Bleiben Sie gesund.

Thomas Ogilvie
Arbeitsdirektor und Vorstand Personal
Deutsche Post DHL Group

Glücksatlas 2020 – Eine Zusammenfassung der Ergebnisse

Die Corona-Krise trifft das Lebensglück der Deutschen wie ein schwerer Schlag. Noch nie seit 1984, als die Daten erstmals erhoben wurden, brach das Glücksniveau dermaßen stark ein. Im Vergleich zu 2019 sinkt die Lebenszufriedenheit im Frühjahr 2020 von 7,14 auf 6,74 Punkte. Das ist ein Einbruch von 0,4 Punkten. Die Umfrage wurde mitten im Lockdown in vier Wellen durchgeführt. Mehr als 4600 Personen deutschlandweit wurden dafür in einer repräsentativen Umfrage durch das Institut für Demoskopie Allensbach zwischen März und Juni 2020 interviewt. Die Frage lautete: »Wie zufrieden sind Sie gegenwärtig, alles in allem, mit Ihrem Leben?« Antworten konnten die Befragten auf einer elfstufigen Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«). Corona bewirkte eine Abflachung der Glücksverteilung, ein *flattening the curve*. Noch 2019 bewerteten 48,3 Prozent ihre allgemeine Lebenszufriedenheit im oberen Bereich mit 8 bis 10 Punkten, 2020 nur noch 39,4 Prozent. Dagegen geben aktuell deutlich mehr Menschen die unteren Glückswerte von 6 Punkten und weniger an – 2020 sind es 37 Prozent, im Jahr davor waren es bloß 30,7 Prozent. Die Zahl der sehr bis eher Unglücklichen hat sich durch Corona also erhöht.

Mit einem Glücksniveau von 6,74 Punkten fällt Deutschland in diesem Jahr auf das Level von 2006 (6,77) zurück. Damals waren eine hohe Arbeitslosenrate und eine schlechte gesamtwirtschaftliche Lage für die niedrige Lebenszufriedenheit verantwortlich. 2020 wird sie durch die Corona-Pandemie und das damit verbundene Herunterfahren der Wirtschaft sowie großer Teile des gesellschaftlichen Lebens hervorgerufen. Der Einbruch beginnt Anfang März, als das Robert-Koch-Institut mindestens 300.000 Corona-Tote in Deutschland prognostiziert und die WHO den Pandemiefall ausruft. Am 22. März kommt es dann zum Lockdown, und damit erreicht der Verlust an Lebenszufriedenheit auch seinen tiefsten Punkt: Die Allensbach-Umfragewelle zwischen dem 6. und 14. Mai meldet nur

6,51 Punkte. Nach der Ankündigung von Lockerungen Anfang Juni erholt sich das Glücksniveau dann wieder leicht. Insgesamt fällt die Lebenszufriedenheit der Deutschen in der gesamten Lockdown-Phase auf 6,74 Punkte.

Die Entwicklung der Lebenszufriedenheit zeigt über die Monate März bis Juni einen u-förmigen Verlauf. Alle sind betroffen – Männer und Frauen, Jung und Alt, Arm und Reich, Ost und West –, wenn auch unterschiedlich heftig.

Die Glücksverluste differieren vor allem zwischen den Geschlechtern. 2019 lag das durchschnittliche Glücksniveau noch eng beieinander: Männer kamen auf 7,17 Punkte, Frauen auf 7,12. Im Corona-Lockdown verlieren Frauen stärker an Lebenszufriedenheit als Männer. Während die Männer mit minus 0,33 Punkten einiges an Lebensglück einbüßen, erfahren die Frauen mit minus 0,47 Punkten einen schweren Glückseinbruch. Dadurch weitet sich die Glücksdifferenz zwischen den Geschlechtern von 0,05 Punkten (2019) auf 0,19 Punkte aus. Eine Erklärung für diese Geschlechterdifferenz könnten die hohen Belastungen hauptsächlich berufstätiger Frauen im Homeoffice und mit Homeschooling halbwüchsiger Kinder sein.

Die mittlere Altersgruppe ist von der Corona-Krise besonders betroffen. Während die Jungen (16- bis 29-Jährige) über die Lockdown-Phase hinweg insgesamt nur 0,32 Punkte verlieren, sind es bei den 45- bis 59-Jährigen 0,48 Punkte. Die über 60-Jährigen fallen zwar in der Hochphase des Lockdowns stark ab (minus 0,51), erholen sich dann aber bis Mitte Juni wieder und verlieren insgesamt 0,25 Punkte.

In allen Einkommensgruppen ist die Lebenszufriedenheit während des Corona-Lockdowns gesunken. Grundsätzlich litten die Menschen mit höherem Haushaltseinkommen etwas stärker als die mit niedrigerem. Haushalte mit einem Einkommen von mehr als 3000 Euro netto monatlich verloren 0,43 Punkte gegenüber dem Vorjahr – Haushalte mit einem Einkommen von unter 1750 Euro 0,37 Punkte. Da der durchschnittliche Glücksverlust 0,4 Punkte beträgt, sind die Unterschiede eher gering. Die Differenz im Lebensglück zwischen den ärmeren und den reicheren Einkommensbeziehern sank somit sogar geringfügig von 1,22 Punkten (2019) auf 1,16 Punkte.

Spannend ist die Entwicklung in den Regionen. Der Einbruch trifft West- und Ostdeutschland unterschiedlich hart. Die Westdeutschen verlieren 0,42 Punkte und fallen von 7,17 Punkten in 2019 auf 6,75 Punkte in 2020. Die Ostdeutschen verlieren deutlich weniger, nämlich 0,30 Punkte: Sie kommen auf 6,70 Punkte im Vergleich zu 7,00 Punkten (2019). Damit schrumpft die Differenz in der Lebenszufriedenheit zwischen den West-

und Ostdeutschen 2020 auf nur noch 0,05 Punkte. Betrug der Abstand im vergangenen Jahr noch 0,17 Punkte, so trägt nun ausgerechnet die Corona-Krise dazu bei, dass er sich fast vollständig ausgleicht.

Ein Grund für das bessere Abschneiden des Ostens liegt sicherlich darin, dass die ostdeutschen Bundesländer von der Corona-Pandemie deutlich schwächer betroffen sind. Dort gibt es im Durchschnitt »nur« 5,13 Erkrankte pro 100.000 Einwohner, die bis Anfang Juli 2020 in Verbindung mit der Krankheit Covid-19 starben. In Westdeutschland liegen diese Zahlen bei durchschnittlich 11,17 Toten pro 100.000 Einwohner. Deutschland nimmt geografisch beim Infektionsgeschehen eine Bananenform an – von Nordrhein-Westfalen über Baden-Württemberg bis Bayern sind die Zahlen deutlich höher als in den Bundesländern nordöstlich davon.

Auch die wirtschaftlichen Folgen der Corona-Krise treffen den Westen stärker, besonders die von Industrie geprägten Regionen. VW etwa stellte die Produktion in Wolfsburg schon vor dem Lockdown ein, weil die internationalen Lieferketten unterbrochen waren. Die Zahl der »Unterbeschäftigten«, welche neben der Zahl der Arbeitslosen unter anderem auch die Kurzarbeiter erfasst, stieg im Frühling/Sommer 2020 in Westdeutschland um 2,6 Prozentpunkte mehr als in Ostdeutschland. Auch bei den offenen Stellen schnitt Ostdeutschland besser ab: Zwischen März und Juni 2020 war die Anzahl der offenen Stellen dort um 12,7 Prozent zurückgegangen, in Westdeutschland waren es minus 18,7 Prozent.

Die Corona-Pandemie bewirkte einen Strukturbruch sowohl im Glückstrend als auch in der Datenlage: Eine derart hohe Einbuße von 0,4 Punkten innerhalb so kurzer Zeit hat es seit Beginn der Erhebung von Zufriedenheitsdaten in Deutschland im Jahr 1984 nicht gegeben. Erst recht nicht in jüngerer Zeit. Seit der Finanzkrise 2009 kletterte die Lebenszufriedenheit langsam, aber stetig mit kleinen Verschnaufpausen nach oben – 2011 erreichte sie 7,00 Punkte und 2019 sogar ein Rekordhoch mit 7,14 Punkten. Corona hat diesen Aufwärtstrend abrupt unterbrochen. Der Absturz auf 6,74 Punkte bringt uns zurück auf das Niveau des Jahres 2006, als Deutschland mit hoher Arbeitslosigkeit und den Reformen der Regierung Schröder kämpfte. Selbst in den Jahren 1984 (noch ohne die neuen Bundesländer) bis 2003 (Gesamtdeutschland) war das Glücksniveau immer etwas höher als heute.

In den vergangenen Jahren bildete der *Glücksatlas* das Regionenranking aus den regionalen Fallzahlen der SOEP-Messungen zwei bis vier Jahre zuvor sowie den Zahlen des IfD Allensbach der vorherigen zwei

Jahre zusammen mit den aktuellen regionalen Fallzahlen des IfD Allensbach (z. B. für den *Glücksatlas 2019*: SOEP-Daten von 2015 bis 2017 plus IfD Allensbach 2017 bis 2019). Diese jeweils weit über 100.000 Befragungsfälle waren eine solide Grundlage für einen Vergleich von 19 Regionen. Der Mix der SOEP- und Allensbach-Daten glättete die Ergebnisse mit der positiven Folge, dass statistische Ausreißer eliminiert wurden. Dass etwa alle östlichen Regionen am Ende des Rankings standen, wenn auch in wechselnder Reihenfolge und mit immer geringer werdendem Abstand zu den Westregionen, war ein gesichertes Ergebnis.

Für 2020 macht diese Glättung der Daten aber keinen Sinn. Sie würde den coronabedingten Einbruch des Glücks ja mit den viel höheren Zufriedenheitswerten der vorangegangenen Jahre mischen und dadurch massiv abschwächen. Wie es der Zufall wollte, ging das IfD Allensbach just zu Beginn der Corona-Krise Anfang März 2020 mit der ersten von vier Befragungswellen ins Feld und konnte so die Entwicklung der Lebenszufriedenheit bis zu den ersten Lockerungsmaßnahmen Mitte Juni messen. Bei jeweils 1000 bis 1300 Befragten pro Welle (insgesamt waren es 4660 im ganzen Bundesgebiet) sind die Ergebnisse für Gesamtdeutschland sowie für Ost- und Westdeutschland somit signifikant und sehr robust. Ergebnisse wie Westdeutschlands höherer Verlust (0,42 Punkte) als Ostdeutschlands (0,30 Punkte) oder die nivellierten Abstände zwischen westlichen und östlichen Regionen beruhen auf hohen Fallzahlen und deutlicher Signifikanz.

Da die jeweiligen Fallzahlen pro einzelner Region jedoch diesmal nur vom IfD Allensbach stammen, sind sie viel geringer als in den Jahren zuvor und damit auch nicht mehr so signifikant. Um trotz der statistischen Unsicherheiten stabile Zahlen zu erhalten, haben wir die Anzahl der Regionen von 19 auf 14 reduziert und sie auf Bundesländerebene zusammengefasst. Die Ergebnisse zeigen: Ein Unterschied in der Lebenszufriedenheit zwischen den einzelnen Regionen in Deutschland wie in den letzten Jahren existiert kaum mehr. 2019 betrug die Differenz zwischen der glücklichsten Region Schleswig-Holstein (7,44 Punkte) und der unglücklichsten Region Brandenburg (6,76 Punkte) noch 0,68 Punkte. Dieses Jahr schrumpft der Abstand auf 0,42 Punkte – mit Schleswig-Holstein und Hamburg als glücklichsten Regionen und Thüringen als neuem Schlusslicht.

Die glücklichsten Regionen stammen wie schon in der Vergangenheit aus dem Norden. Die beiden Sieger Schleswig-Holstein und Hamburg (6,92) mussten allerdings herbe Verluste einstecken: Im Vergleich zu 2019 verlieren sie 0,52 Punkte. Baden-Württemberg (6,88) auf Platz drei verliert 0,33 Punkte. Die bisherigen Regionen Nordrhein/Köln, Nordrhein/Düssel-

dorf und Westfalen vereinigen sich zu Nordrhein-Westfalen auf dem vierten Platz und fallen auf 6,83 Punkte. Bayern – zusammengefasst aus den früheren Regionen Franken und Bayern-Süd – erreicht mit 6,81 Punkten den fünften Platz. Mit Sachsen-Anhalt (6,80) auf Platz sechs schafft es erstmals ein ostdeutsches Bundesland vor eine westdeutsche Region. Das liegt daran, dass Sachsen-Anhalt mit minus 0,12 Punkten vergleichsweise wenig an Lebenszufriedenheit verliert. Brandenburg und Berlin erreichen ex aequo den achten Platz und liegen nur knapp hinter Niedersachsen/Bremen. Die beiden östlichen Regionen Sachsen und Mecklenburg-Vorpommern verlieren zwar etwas stärker an Lebenszufriedenheit, lassen aber das westdeutsche Hessen hinter sich (Platz 12 mit 6,63 Punkten). Rheinland-Pfalz/Saarland landet auf Rang 13. Thüringen verliert als einziges ostdeutsches Bundesland relativ stark und wird damit neues Schlusslicht.

Die Lebenszufriedenheit zeigte während der Lockdown-Phase einen u-förmigen Verlauf: Zu Beginn der Pandemie betrug das Glücksniveau noch 7,06 Punkte – und war damit nahe dem Level von 2019 (7,14 Punkte). In der Zeit vom 15. März bis 15. April fiel es um 0,46 Punkte auf 6,6 Punkte. Mit Ankündigung der Verlängerung des Lockdowns Anfang Mai sank die Lebenszufriedenheit sogar auf 6,51 Punkte. Mit der Aufhebung der meisten (bzw. strengsten) Beschränkungen stieg sie wieder auf 6,75 Punkte.

Bei einer Krise, die durch eine Pandemie hervorgerufen wird, verwundet es, dass sich die Gesundheitszufriedenheit bei den meisten nicht verändert hat – 57,1 Prozent sagen dies. Nur 21,7 Prozent der Befragten geben an, dass sich ihre Zufriedenheit mit der Gesundheit während des Lockdowns verschlechtert habe. 16,5 Prozent meinen sogar, sie habe sich verbessert. Die Arbeitszufriedenheit insgesamt fällt niedriger aus. Homeoffice und Kurzarbeit dürften hier die Ursachen sein. So sagen 32,2 Prozent der Befragten, dass sich ihre Arbeitszufriedenheit während des Lockdowns eher verringerte. Nur bei 19,3 Prozent hat sie sich erhöht. Interessanterweise hat sich die Zufriedenheit mit dem Familienleben so gut wie nicht verändert. Für die Hälfte der Befragten blieb alles beim Alten. 26,1 Prozent geben an, sie habe sich verbessert, 21,6 Prozent, sie sei gefallen. Dazu gehören sicherlich Familien mit halbwüchsigen Kindern. Wer mit drei oder mehr Kindern in einem Haushalt lebt, musste einen Glücksabsturz von 0,9 Punkten hinnehmen.

Inhaltliche Schwerpunkte des *Deutsche Post Glücksatlas 2020* sind in diesem Jahr zwei aktuelle Themen. Im ersten werfen Professor Bernd Raffelhüschen und Timon Renz von der Universität Freiburg einen genau-

ren Blick auf langfristige Glücksfaktoren. Im Leben jedes Menschen gibt es herausragende Ereignisse, die das weitere Leben prägen: die erste Liebe, der Auszug von Zuhause, die Geburt eines Kindes, der erste Job, der Eintritt in die Rente usw. Raffelhüschen und Renz untersuchen Lebensläufe mit langfristig fallender, mit stagnierender und mit ansteigender Lebenszufriedenheit. Das Besondere dabei ist, dass jeweils circa 10 bis 20 Prozent der Bevölkerung Ereignisse oder Ereignisfolgen erleben, die dem Lebensverlauf entweder einen dauerhaften Knick nach unten (Verlierer) oder nach oben (Gewinner) geben. Diese Weichenstellungen sind tiefgreifender als gewöhnliche Lebensereignisse wie ein Karriereschritt oder eine Hochzeit, die normalerweise nach dem Prinzip des Set-Point ablaufen: Danach schwanken Veränderungen in der Lebenszufriedenheit lediglich um einen bestimmten Sollwert (= Set-Point): Die Gehaltserhöhung hebt das Glücksniveau vorübergehend etwas an, es sinkt aber nach einiger Zeit wieder auf das ursprüngliche Niveau. Studien haben bestätigt, dass Persönlichkeitsmerkmale das Level des Set-Points wesentlich mitbestimmen: Gesellige, kooperative und aufgeschlossene Menschen zeigen ein höheres Glücksniveau (haben somit einen höheren Sollwert) als etwa eher neurotische (d. h. emotional labile) Menschen. Die Bedeutung der Persönlichkeitsmerkmale lässt sich auch daran ablesen, dass der Lebenszufriedenheitswert eines 20-Jährigen eine sehr hohe Prognosekraft für sein späteres Glücksniveau besitzt.

Langfristverlierer bzw. -gewinner kommen mit einschneidenden Lebensereignissen dauerhaft schlechter bzw. besser zurecht. Das größte Risiko, zu den langfristigen Lebenszufriedenheitsverlierern zu gehören, bergen folgende Ereignisse: einschneidender Einkommens- bzw. Statusverlust, Langzeitarbeitslosigkeit, chronische Erkrankung und Tod des Partners. Die größte Chance, zu den langfristigen Lebenszufriedenheitsgewinnern zu gehören, tragen folgende Ereignisse in sich: Renteneintritt, ein Kind zu bekommen, Heirat, Wiederverheiratung nach Scheidung bzw. Tod des Partners und Genesung nach langer Krankheit.

Im zweiten Schwerpunktthema befassen sich Raffelhüschen und Renz mit dem Zusammenhang von nachhaltigem Konsum und Glück. Hier greifen sie ebenfalls auf Daten des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP) zurück. Den Großteil unseres Einkommens geben wir für Konsum aus. Die Kritik am ressourcenzehrenden Verbrauch macht die Frage dringlich, was ein höherer Lebensstandard, der zweifellos zu den persönlichen Lebenszielen vieler Menschen zählt, zu unserem Lebensglück eigentlich beiträgt.

Zunächst kann festgestellt werden, dass der Lebensstandard der Deutschen in den vergangenen Jahren zugenommen hat und auch die Zufriedenheit damit. Zwischen 2006 und 2018 stieg Letztere um 0,45 Punkte. Während die Befragten die Entwicklung ihres persönlichen Wohlstands mehrheitlich sehr positiv einschätzen, fällt ihre Beurteilung der allgemeinen Wohlstandsentwicklung deutlich schlechter aus. Steigende Konsumausgaben erhöhen die Lebenszufriedenheit. Allerdings verhält es sich bei wachsendem Konsum ähnlich wie bei wachsendem Einkommen: Je mehr für den privaten Konsum ausgegeben wird, desto geringer fällt der Glückszuwachs aus. Ab einer bestimmten »Shopping-Grenze« kann das Glück durch noch mehr Konsum kaum mehr gesteigert werden: Nehmen die Konsumausgaben von 1000 auf 2000 Euro zu, verbessert sich die Lebenszufriedenheit um 0,11 Punkte. Ein Anstieg von 4000 auf 5000 Euro ergibt nur noch ein Plus von 0,03 Punkten.

Bis zu einem Wert von 1150 Euro ist die durch Konsumausgaben verursachte Lebenszufriedenheit höher als die durch das Einkommen in selber Höhe verursachte. Oder anders formuliert: Ab einem Wert von netto 1150 Euro macht uns ein Einkommen glücklicher als Konsum in gleicher Höhe. Das liegt daran, dass Personen mit niedrigem Einkommen dieses beinahe vollständig in den Konsum stecken. Wer mehr als 1150 Euro verdient, dem öffnet sich ein breiterer Freiheitshorizont: Er kann sparen oder er hat erweiterte Konsummöglichkeiten. Diese Freiheitsoption trägt zusätzlich zum Glück bei.

Seit 1998 steigen die durchschnittlichen Haushaltsnettoeinkommen stärker als die Konsumausgaben. 2008 betrug die Differenz zwischen Einkommen und Ausgaben noch 669 Euro, 2018 waren es bereits 957 Euro. Daraus kann aber nicht geschlossen werden, dass die Deutschen einen Sättigungspunkt des Konsums erreicht haben. Denn die Konsumausgaben nehmen ja weiter zu, wenn auch daneben mehr gespart wird. Zum einen sorgt ein wachsendes Angebot von immer neuen Konsummöglichkeiten für steigende Ausgaben, zum anderen bewirkt der Statuswettbewerb, dass viele Menschen ihre Ansprüche erhöhen, um ihren Status zu behalten oder zu heben. Und wie steht es mit der Philosophie »Weniger ist mehr«? Wer seine Ansprüche gegenüber Einkommen und Konsum bewusst niedrig hält, ist mit seinem Leben zufriedener. Allerdings hat die Anspruchslosigkeit nach unten hin Grenzen: Wer auf regelmäßige Erlebnisse wie Kino, Theater oder Urlaubsreisen verzichtet und abgetragene Kleidung oder abgenutzte Möbel nicht austauscht, lebt unzufriedener.

Vergleicht man verschiedene Konsumarten, zeigt sich, dass Erlebnisse

und Freizeitvergügungen deutlich zufriedener machen als der reine Besitz materieller Dinge: Eine einwöchige Urlaubsreise hebt das Lebensglück um etwa 0,4 Punkte. Kleidung, Möbel, Elektronikartikel oder Lebensmittel erhöhen die Zufriedenheit mit dem eigenen Lebensstandard dagegen kaum. Nur der Besitz eines Autos macht glücklicher: Hier steigt die Lebenszufriedenheit bei Männern sogar um 0,12 Punkte. Aufwendungen für das Wohnen machen mit 34 Prozent den größten Teil unserer Konsumausgaben aus. Je zufriedener jemand mit seinen Wohnumständen ist, desto zufriedener ist er auch mit seinem Leben. Die Wohnzufriedenheit erklärt bis zu 20 Prozent unseres allgemeinen Lebensglücks. Folgende Wohnsituationen erzielen die höchste Lebenszufriedenheit: Eigentum in einem kleinen Mehrfamilienhaus; die Wohnungsgröße sollte nicht kleiner als die eigenen Ansprüche sein; die Existenz von Balkon oder Terrasse, ebenso ein Stellplatz und keine allzu große finanzielle Belastung. Der abendliche TV-Konsum ist gut erforscht: Zu viel davon macht unglücklich. Das gilt insbesondere für Kinder. Ein Kind, das täglich Fernsehen schaut, ist um 0,04 Punkte unglücklicher als ein Kind, welches nur einmal pro Woche fernsieht.

Zum Thema »Umweltbewusstsein, Konsumverhalten und Glück in Zeiten von Corona« des diesjährigen *Glücksatlas* führte das Berliner Meinungsforschungsinstitut Ipsos unter der Leitung von Dr. Robert Grimm und Lea van Nek eine umfangreiche Befragung durch. Sie knüpft an die Ergebnisse von Raffelhüschen/Renz zum Thema Konsum an, erkundet jedoch zusätzlich, ob die Corona-Pandemie Einstellungen und Verhalten der Bevölkerung zu nachhaltigem Konsum verändert hat und ob es einen Zusammenhang gibt zwischen einem nachhaltigen Lebensstil und der subjektiven Lebenszufriedenheit. Grundlage ist eine repräsentative Online-Befragung von Ipsos im Juni 2020, am Ende des Corona-Lockdowns, unter insgesamt 2000 Deutschen zwischen 18 und 65 Jahren.

Die Pandemie schien Klimawandel und Nachhaltigkeit zunächst aus der öffentlichen Agenda zu verdrängen. Maskenpflicht, Homeschooling und Homeoffice dominierten den Alltag. Das bedeutet aber nicht, dass Themen wie Klimawandel und Umweltschutz, die im Herbst 2019 noch die Schlagzeilen beherrschten und eine eigene Jugendbewegung »Fridays for Future« hervorbrachten, vergessen sind. Das Thema Klimawandel beunruhigte selbst am Höhepunkt des Corona-Lockdowns im Frühjahr 2020 die Befragten mehr als die Corona-Krise: 41 Prozent äußerten extrem große Sorgen um die Folgen des Klimawandels, während die Corona-Pandemie nur 19 Prozent extrem große Sorgen bereitete.

Diese großen Sorgen haben Konsequenzen: Immerhin zwei Drittel der Deutschen halten sich selbst für den Klimaschutz verantwortlich, besonders die jüngeren: 71 Prozent der 18- bis 29-Jährigen sehen sich selbst in großer Verantwortung, von den 60- bis 65-Jährigen sind es nur 61 Prozent. Allerdings geht die große Mehrheit davon aus, dass Staat und Wirtschaft mit ihren weit größeren Handlungsmöglichkeiten die Hauptverantwortung tragen, um die Folgen des Klimawandels abzuwenden. Nachhaltiger Konsum ist für den Großteil der Deutschen aber nicht nur eine Pflicht, sondern hebt auch die Lebenszufriedenheit: 70 Prozent der Befragten geben an, dass es ihnen ein gutes Gefühl gibt, ein Produkt zu kaufen, das nachhaltig hergestellt wurde. Viele Deutsche attestieren sich selbst auch ein überdurchschnittlich vorbildliches Konsumverhalten. So denken 40 Prozent, sie würden sich klimafreundlicher als der Durchschnitt verhalten, gerade jüngere Befragte schätzen ihr Verhalten besonders oft als klimafreundlich ein. Nur 48 Prozent der Befragten ordnen sich dem Durchschnitt zu. Lediglich 5 Prozent sagen von sich, dass sie sich unterdurchschnittlich klimafreundlich verhalten. Gerade die Antworten auf diese Frage sprechen dafür, dass »Klimabewusstsein« positiv bewertet wird und die Einschätzung der Klimafreundlichkeit des eigenen Verhaltens zu eigenen Gunsten verzerrt ist.

Wie sieht nun aber das Verhalten konkret aus? Schlagen sich Klimasorgen und Freude an Umweltschutz und Nachhaltigkeit auch im Einkaufsverhalten nieder? Gefragt, welche Kriterien ihnen beim Kauf von Kleidung abgesehen davon, dass das Kleidungsstück gut gefallen soll, sonst noch wichtig sind, antworten 70 Prozent das Preis-Leistungs-Verhältnis und 50 Prozent die Qualität. Lediglich 11 Prozent geben eine nachhaltige und faire Produktionsweise als wichtigstes Kriterium an. Auch bei Bioprodukten lässt die Nachhaltigkeit zu wünschen übrig. 31 Prozent der Befragten greifen häufig zu Bioprodukten, und 26 Prozent essen nur einmal die Woche oder seltener Fleisch, die große Mehrheit öfter.

Wie weit wir noch von einem ökologisch geprägten Konsumverhalten entfernt sind, zeigen die Antworten auf die Akzeptanz höherer Preise für nachhaltige Produkte und Dienstleistungen. Nur etwa ein Drittel der Deutschen wäre bereit, ein wenig bis sehr viel mehr für umweltschonenden Konsum zu zahlen. Am höchsten liegt die Mehrpreisakzeptanz bei nachhaltig produzierten Lebensmitteln: Hier sind 14 Prozent der Deutschen bereit, viel mehr Geld auszugeben. Was sie auch müssten, denn in der Praxis ist das Filet vom Biohähnchen erheblich teurer als konventionelle Ware im Discounter. 10 Prozent der Befragten würden sehr viel mehr für ökologisch nachhaltig produzierte Kleidung ausgeben. Nur 9 Prozent wür-