

PRESSEMITTEILUNG, Heidelberg / Berlin, 19.03.2024

Die Mehrheit der Deutschen ist glücklich - trotz Krisen und Konflikten

SINUS-Studie zum Weltglückstag am 20. März in Kooperation mit YouGov

“Krisenmodus“ wurde 2023 zum Wort des Jahres gekürt. Die Jury wollte damit darauf hinweisen, dass der Ausnahmezustand zum Dauerzustand geworden ist. Man könnte also annehmen, dass sich in Zeiten von multiplen Krisen auch die Befindlichkeit der Menschen im Land verschlechtert hat. Aber ist dem wirklich so? Das SINUS-Institut hat gemeinsam mit der internationalen Data & Analytics Group YouGov den Weltglückstag am 20. März zum Anlass genommen, um die Bevölkerung zu befragen, wie glücklich sie ist, wovon das persönliche Glück abhängt und wie glücklich man sich in der Zukunft sieht. Es zeigt sich: Die Deutschen sind aktuell glücklicher als man hätte vermuten können.

Derzeit bezeichnen sich sechs von zehn Befragten (60%) als sehr oder eher glücklich. Dabei zeigt sich: Je höher der Bildungsabschluss oder das Haushaltseinkommen, desto glücklicher sind die Befragten. In der jungen Generation (18 bis 24 Jahre) und unter Singles antwortet man auf diese Frage am zurückhaltendsten.

Die Menschen in Deutschland sind 2024 etwas unglücklicher als 2019

Es stellt sich die Frage, ob die Menschen vor den Krisen der letzten Jahre glücklicher waren. Die Antwort lautet: Ja, etwas. Immerhin bezeichneten sich 2019 zwei Drittel aller Befragten (66%) als glücklich, 6 Prozentpunkte mehr als 2024. Angesichts von einschneidenden geopolitischen und anderen Ereignissen könnte man erwarten, dass das Glücksempfinden stärker abgenommen hätte. Dies kann auf die Resilienz der Bevölkerung hindeuten.

Und wenn man die Menschen im Land heute fragt, wie glücklich sie sich ihrer Erinnerung nach vor fünf Jahren gefühlt haben, zeigt sich: Knapp zwei von fünf Befragten (39%) sagen, genauso glücklich bzw. unglücklich gewesen zu sein wie heute. Dagegen sagen 30%, damals glücklicher gewesen zu sein, und 23% waren unglücklicher als heute.

In die Zukunft gesprochen, vermutet der größte Teil (43%), in fünf Jahren genauso glücklich zu sein wie heute. 10% rechnen damit, unglücklicher zu werden. Immerhin 26% sind zuversichtlich, dass sie glücklicher werden. 2019 war das Niveau des Zukunftsoptimismus vergleichbar (28%).

Glücksfaktoren: Gesundheit, eine gute Partnerschaft und eine intakte Familie

Der am häufigsten genannte Schlüssel zum Glück ist die Gesundheit (50%). Mit deutlichem Abstand folgen eine gute Partnerschaft (30%), eine intakte Familie (27%), ausreichend Geld (26%) und ein schönes Zuhause (23%). Diese Top-5 der Glücksfaktoren haben sich in den letzten fünf Jahren praktisch

nicht verändert. Am wenigsten hängt Glücklichkeit aus Bevölkerungssicht unter den 19 abgefragten Faktoren von Schönheit (2%), Erfolg und Bildung ab (je 3%).

Gefragt nach *dem* glücklichsten bisherigen Erlebnis führt die Geburt eigener Kinder (24%), gefolgt vom Kennenlernen des eigenen Partners bzw. der eigenen Partnerin (11%). Erlebnisse mit der Familie oder Freunden oder auch die eigene Hochzeit werden seltener genannt (je 5%).

Die Lebenswelt entscheidet mit über das Glücksempfinden

Noch stärker als die Soziodemografie beeinflusst jedoch die Grundorientierung den Grad des Glücklichseins, und was einen glücklich macht. Das zeigt eine Analyse nach dem Gesellschaftsmodell der Sinus-Milieus, das die Bevölkerung vor dem Hintergrund von Werten und Lebensstil in zehn „Gruppen Gleichgesinnter“ unterteilt.

„Jedes Milieu setzt unterschiedliche, lebensweltliche Akzente bei der Frage nach Gütern, die ihnen Glück bringen. Für das Nostalgisch-Bürgerliche Milieu, also den nostalgischen Teil der gesellschaftlichen Mitte mit Sehnsucht nach der ‚guten alten Zeit‘, sind beispielsweise die Familie und ein harmonisches soziales Umfeld der Schlüssel zum Glück. Für das urban-progressive Expeditiv Milieu bedeutet Glück hingegen, ein unkonventionelles und abwechslungsreiches Leben führen zu können.“, kommentiert Manfred Tautscher, Geschäftsführer des SINUS-Instituts.

Immer weniger Menschen denken, dass die Bevölkerung glücklich ist

Während 60% der Menschen in Deutschland sich *selbst* als glücklich bezeichnen, nimmt man die Mitmenschen hierzulande als deutlich unglücklicher wahr: Nur 25% vermuten, dass die Menschen in Deutschland glücklich sind. Dieser Wert ist seit 2019 signifikant gesunken: Vor fünf Jahren haben noch 46% der Befragten vermutet, dass die Deutschen glücklich sind.

„Die Ergebnisse der Befragung zeigen eine Dissonanz zwischen dem selbstberichteten Gefühl des Glücklichseins und der Zuschreibung des Glücklichseins bei den Mitmenschen. Interessant ist, dass die eigene Zufriedenheit mit der Lebenssituation von jenen Menschen, die sich als glücklich bezeichnen, nicht auf andere übertragen wird“, sagt Philipp Schneider, Head of Marketing DACH bei YouGov. „Hier zeigen sich wahrscheinlich Auswirkungen der Wahrnehmung der weltweiten Krisen sowie der Streiks und Demonstrationen der letzten Wochen und Monate.“

Tu felix Austria: In Österreich ist man glücklicher als in Deutschland

Diese Redewendung sagt den Menschen in unserem Nachbarland Österreich nach, besonders glücklich zu sein. Dies belegen auch die aktuellen Daten, die das SINUS-Schwesterinstitut INTEGRAL erhoben hat: In Österreich geben 73% an, glücklich zu sein (vs. 60% in Deutschland). Auch schätzt ein größerer Anteil als in Deutschland die eigenen Landsleute als glücklich ein (35% vs. 25%).

Methodischer Hinweis

Die Ergebnisse basieren auf einer Online-Umfrage der YouGov Deutschland GmbH, an der zwischen dem 30.01. und 08.02.2024 2.010 Personen teilgenommen haben. Die gewichteten Ergebnisse sind repräsentativ für die deutsche Bevölkerung im Alter von 18 bis 75 Jahren.

Über das SINUS-Institut

Die SINUS Markt- und Sozialforschung GmbH mit Standorten in Heidelberg und Berlin ist seit über 40 Jahren Spezialist für psychologische und sozialwissenschaftliche Forschung und Beratung. Das Institut entwickelt Strategien für Unternehmen und Institutionen, die den soziokulturellen Wandel als Erfolgsfaktor nutzen.

Ein zentrales Tool dafür sind die [Sinus-Milieus](#) - ein Gesellschafts- und Zielgruppenmodell, das Menschen nach ihren Lebenswelten in „Gruppen Gleichgesinnter“ zusammenfasst. Die Sinus-Milieus zählen seit Jahrzehnten zu den bekanntesten und einflussreichsten Segmentationsansätzen und sind mittlerweile für über 50 Länder verfügbar.

SINUS kooperiert eng mit den Schwesterunternehmen INTEGRAL Markt- und Meinungsforschung in Wien und OPINION Market Research & Consulting, Nürnberg (INTEGRAL-SINUS-OPINION Gruppe).

Weitere Informationen über das SINUS-Institut unter www.sinus-institut.de.

Kontakt für Rückfragen

SINUS Markt- und Sozialforschung GmbH

Tim Gensheimer

Telefon: +49 (0)6221 - 80 89 - 60

Mail: presse@sinus-institut.de

Über YouGov

YouGov ist ein internationales Unternehmen für Online-Marktforschung und Analysetechnologie. Als Innovatoren und Pioniere der Online-Marktforschung haben wir in den letzten zwanzig Jahren eine ständig wachsende Quelle von Verbraucherdaten aufgebaut, mit der wir ein umfassendes Verständnis für das komplexe Leben der Verbraucher ermöglichen. Unser Datenschatz ist nicht statisch, sondern wird kontinuierlich aktualisiert und ergänzt. Wir nennen das: Living Data.

Unsere innovativen Lösungen helfen den bekanntesten Marken, Medieninhabern und Agenturen der Welt, ihre Marketingaktivitäten besser zu planen, zu aktivieren und zu messen.

Mit Niederlassungen im Vereinigten Königreich, Nord- und Südamerika, Europa, im Nahen Osten, Indien und im asiatisch-pazifischen Raum verfügen wir über eines der größten Marktforschungsnetzwerke der Welt.

YouGov-Daten werden regelmäßig von der internationalen Presse zitiert - wir sind das meistzitierte Marktforschungsinstitut der Welt.

YouGov. Living Consumer Intelligence.

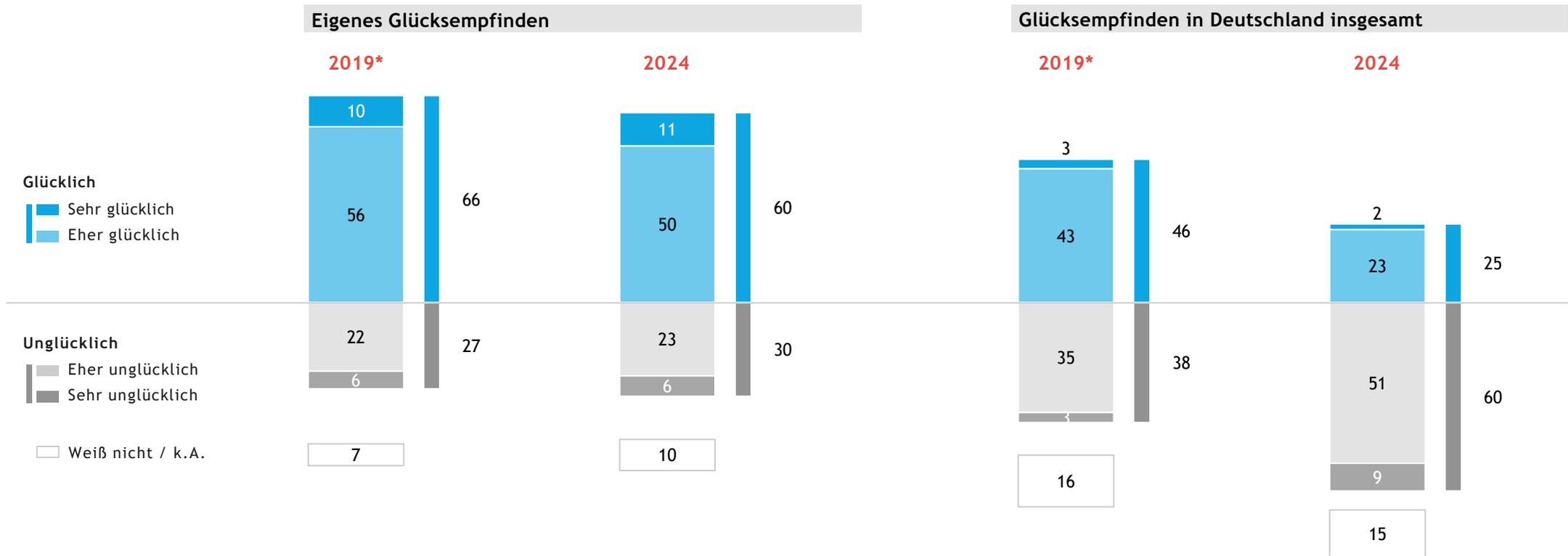
Weitere Informationen finden Sie unter yougov.de

Kontakt für Rückfragen

YouGov Deutschland GmbH
Anne-Kathrin Sonnenberg, PR Lead Mainland Europe
Telefon: +49 (0) 221 420 61 - 444
Mail: presse@yougov.de

Wie glücklich sind die Deutschen? Vergleich zwischen 2019 und 2024

Die Mehrheit der Deutschen ist glücklich - trotz Krisen und Konflikten. 2024 sind die Menschen etwas unglücklicher als 2019. Außerdem denken immer weniger Menschen, dass die Bevölkerung insgesamt glücklich ist.



Quelle: SINUS-Institut / YouGov; Angaben in %
 2024: Online-Interviews repräsentativ für Deutschland 18-75 Jahre, n = 2.010 (alle Befragten)
 *2019: Online-Interviews repräsentativ für Deutschland 18-69 Jahre, n = 2.026 (alle Befragten)
 Umfrage zum Weltglückstag – 20. März 2024, Befragungszeitraum: 30.01. – 08.02.2024

Frage **Eigenes Glücksempfinden**: Am 20. März findet der "Tag des Glücks" statt. Alles in allem gesehen: Sind Sie momentan glücklich oder unglücklich?
 Frage **Glücksempfinden in Deutschland insgesamt**: Und wie glücklich oder unglücklich sind Ihrer Meinung nach die Menschen im Allgemeinen in Deutschland?

Landkarte: Wie ist das Glück in Deutschland verteilt?

Die Sinus-Milieus fassen Menschen mit ähnlichen Werten und einer vergleichbaren sozialen Lage zu zehn „**Gruppen Gleichgesinnter**“ zusammen. Die Analyse zeigt: Die Grundorientierung beeinflusst den Grad des Glücklichseins stärker als Geschlecht, Alter oder Bildung (Soziodemografie).

Soziale Lage



Oberschicht /
Obere Mittelschicht

Mittlere
Mittelschicht

Untere Mittelschicht /
Unterschicht

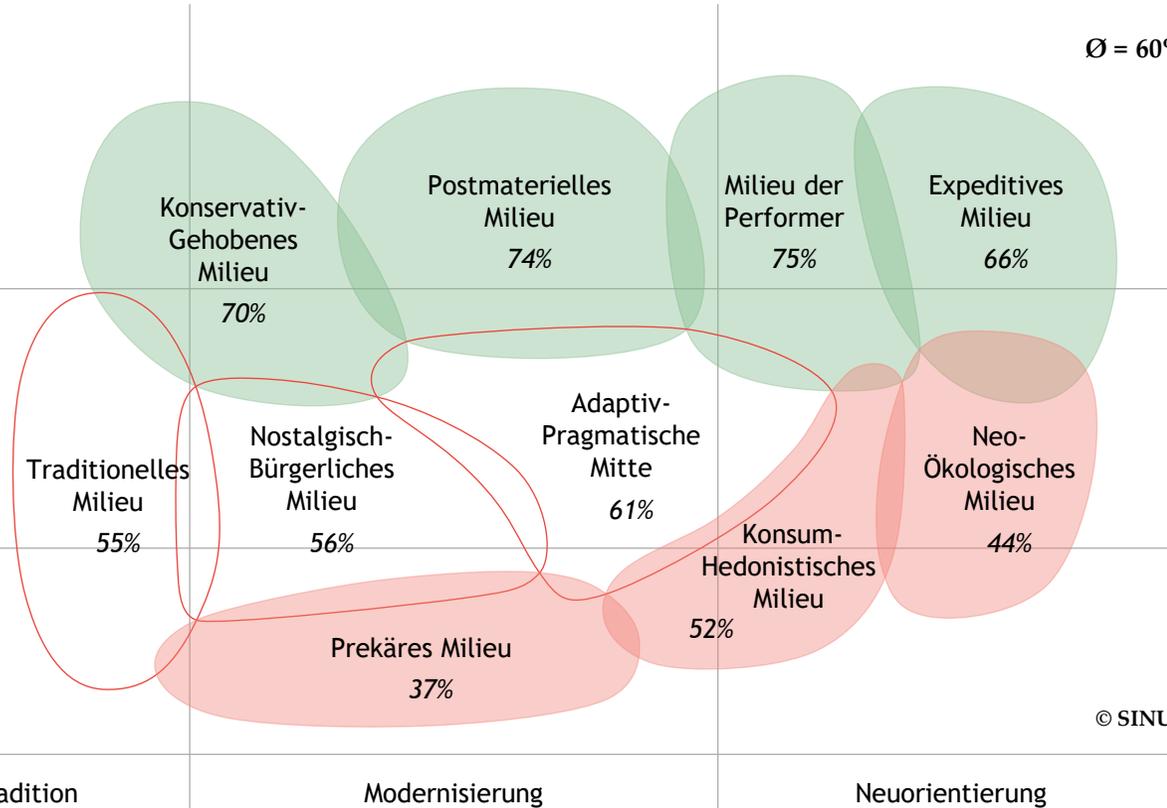
Grundorientierung →

Tradition

Modernisierung

Neuorientierung

Ø = 60%



© SINUS

Nach Soziodemografie

	in %
GESAMT	60
Männlich	60
Weiblich	61
18 bis 29 Jahre	56
30 bis 39 Jahre	62
40 bis 49 Jahre	62
50 bis 59 Jahre	59
60 bis 69 Jahre	59
70 bis 75 Jahre	70
Niedrige Bildung	53
Mittlere Bildung	60
Höhere Bildung	66

Quelle: SINUS-Institut / YouGov; Angaben in %
Online-Interviews repräsentativ für Deutschland 18-75 Jahre,
n = 2.010 (alle Befragten)
Umfrage zum Weltglückstag – 20. März 2024,
Befragungszeitraum: 30.01. – 08.02.2024

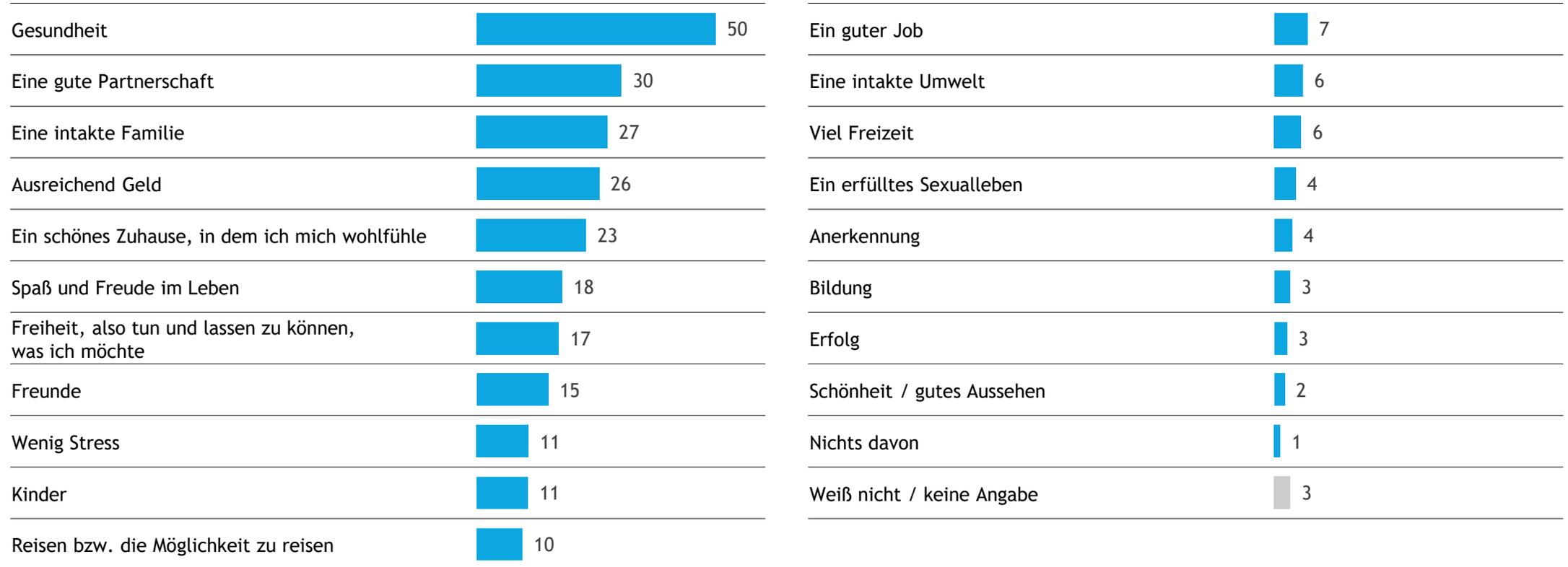
Frage: Am 20. März findet der "Tag des Glücks" statt. Alles in allem
gesehen: Sind Sie momentan glücklich oder unglücklich?

Überdurchschnittlich
Durchschnittlich

Unterdurchschnittlich

Was ist wichtig, um glücklich zu sein?

Gesundheit, eine gute Partnerschaft und eine intakte Familie sind die größten Glücksfaktoren.



Quelle: SINUS-Institut / YouGov; Angaben in %
 Online-Interviews repräsentativ für Deutschland 18-75 Jahre, n = 2.010 (alle Befragten)
 Umfrage zum Weltglückstag – 20. März 2024, Befragungszeitraum: 30.01. – 08.02.2024

Frage: Welche drei der folgenden Dinge sind für Sie am wichtigsten, um glücklich zu sein? Bitte wählen Sie maximal drei aus. (Mehrfachnennung möglich)