

Auswertung mdrFRAGT:

Glücksmomente, Glückskinder, Glücksbringer – Was macht uns glücklich?

Befragungszeitraum:

03.-07.09.2020

Teilnehmer:

17.402

Die wichtigsten Ergebnisse in Kürze:

- ⇒ Die überwiegende Mehrheit der mdrFRAGT-Teilnehmer ist glücklich
- ⇒ Vor allem Gesundheit, Familie und das eigene Zuhause machen glücklich – aber auch Geld und Job sind wichtig
- ⇒ Dreiviertel glauben, man habe es selbst in der Hand, ob man glücklich ist oder nicht
- ⇒ Positive Grundeinstellung wichtigster Schlüssel zum Glück
- ⇒ Mehr als die Hälfte hat erst durch eine Krise gelernt, was Glück bedeutet
- ⇒ Nur rund ein Viertel hat einen Glücksbringer

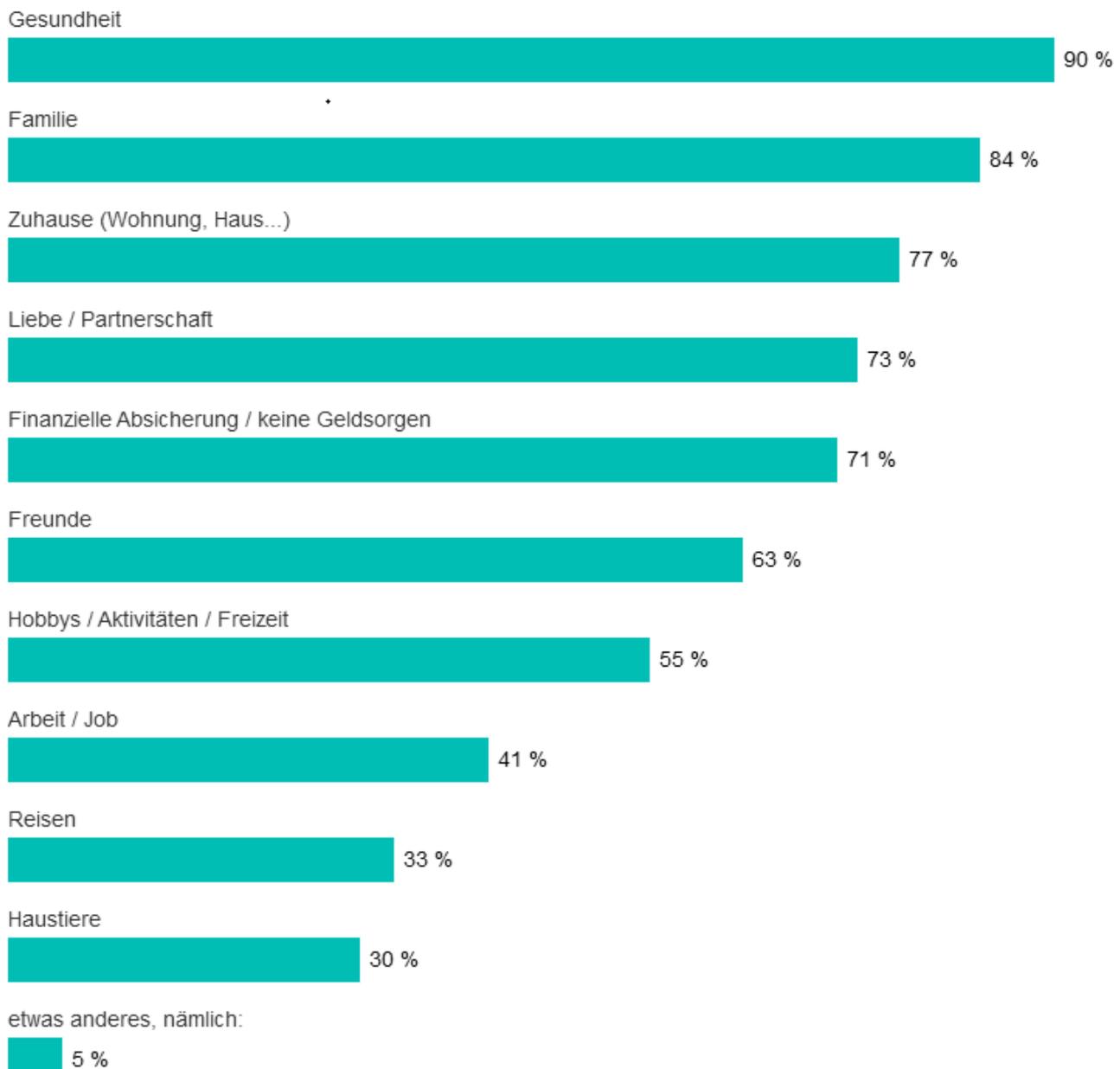
- ⇒ zum Teil große Unterschiede zwischen Männern und Frauen sowie zwischen den Altersgruppen – aber kaum Unterschiede bei den Bundesländern
- ⇒ für Ältere Gesundheit wichtiger um glücklich zu sein, für Jüngere Freizeit & Freunde
- ⇒ Mit dem Alter steigt das Lebensglück
- ⇒ Für Frauen sind Tod und Krankheit nahestehender Personen häufiger als für Männer Anlass, um sich über die Bedeutung von Glück klar zu werden

Die Ergebnisse ausführlich:

Gesundheit für glückliches Leben am wichtigsten

Für 9 von 10 mdrFRAGT-Teilnehmer ist Gesundheit die Voraussetzung für ein glückliches Leben. Auf den Plätzen 2 und 3 folgen Familie und das eigene Zuhause. Freunde und Hobbys kommen relativ weit hinten in der Rangfolge – sind aber immer noch für deutlich mehr als die Hälfte der Teilnehmer wichtig für ein glückliches Leben. Der Job ist nur für 41% der Teilnehmer wichtig, um glücklich zu sein. Rechnet man allerdings die Rentner heraus, sind es 55%.

Frage: Was ist für Sie wichtig, damit Sie glücklich sind? Bitte wählen Sie alles aus, was auf Sie zutrifft.



Vergleich Untergruppen

Geschlecht: Die Rangreihenfolge, was ein Leben glücklich macht, ist bei Männern und Frauen gleich. Allerdings gibt es bei einzelnen Punkte dennoch deutliche Unterschiede in der Ausprägung: So kommt Familie bei Männern wie Frauen an zweiter Stelle – allerdings ist sie für 89% der Frauen Voraussetzung zum Glück, aber nur für 79% der Männer. Der größte Unterschied zwischen Männern und Frauen zeigt sich beim Punkt Haustiere: Sie halten nur 25% der Männer wichtig für ein glückliches Leben, aber 36% der Frauen.

Alter: Die Aspekte, die glücklich machen, verschieben sich mit dem Alter deutlich. Das Thema Gesundheit wird mit zunehmendem Alter immer wichtiger für ein glückliches Leben. In der jüngsten Altersgruppe von 16 bis 30 nennen nur 84% diesen Aspekt als Voraussetzung zum Glück, während es bei den Teilnehmern über 65 93% sind. Für die Jüngeren sind dafür Freunde, Hobbys und Reisen deutlich wichtiger als für die Älteren.

Bundesland: Hier gibt es kaum Unterschiede – einzige Ausnahme: Haustiere sind für Sachsen-Anhalter (34%) überdurchschnittlich wichtig zum Glück, für Sachsen unterdurchschnittlich (28%). Die Thüringer liegen mit 31% nahe am Durchschnitt.

„Frieden“, „Glauben“ und „Natur“ machen Menschen glücklich

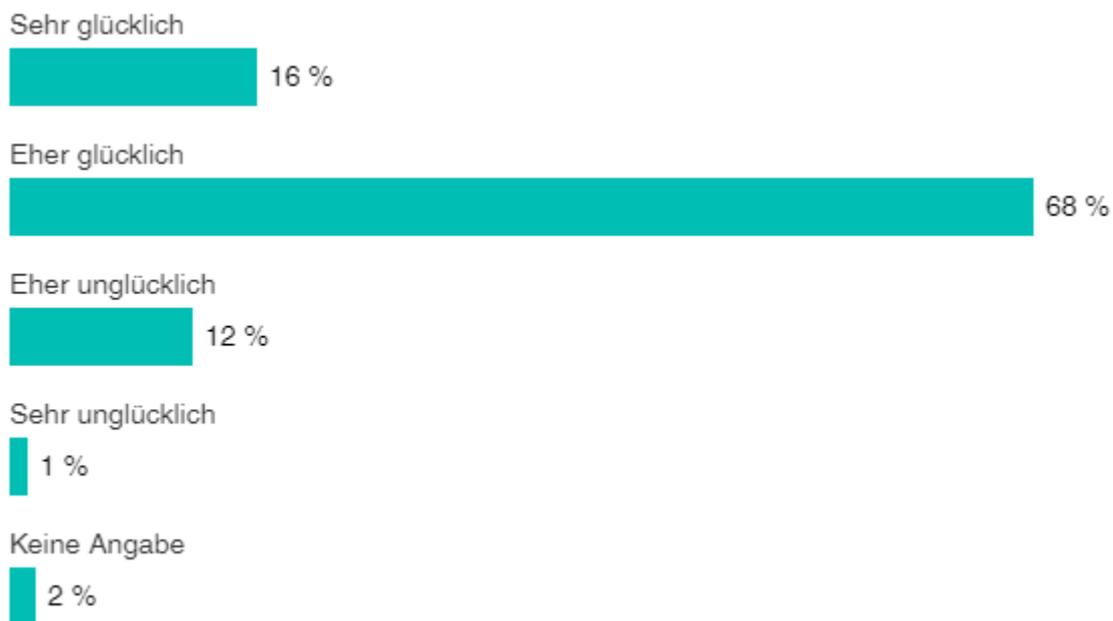
Die Teilnehmer hatten bei dieser Frage zudem die Möglichkeit, unter „Sonstiges“ weitere Dinge aufzuzählen, die sie glücklich machen. Diese Begriffe wurden dabei am häufigsten genannt:



Überwiegende Mehrheit ist glücklich

84% der mdrFRAGT Teilnehmer sagt von sich selbst, derzeit eher oder sehr glücklich zu sein. Sehr unglücklich ist nur 1%. Wobei die Teilnehmer mit zunehmendem Alter immer glücklicher werden – bei den 16 bis 30 Jährigen haben nur 75% angegeben, sehr oder eher glücklich zu sein. Bei den über 65-Jährigen 89%.

Frage: Alles in allem gesehen: Würden Sie sich momentan als glücklich bezeichnen?



Geburt & Liebe ganz vorne bei glücklichen Momenten

Auf die Frage nach einem besonders glücklichen Tag antworten die meisten mit der Geburt des Kindes oder Enkelkindes (60%), gefolgt vom Kennenlernen des Partners (40%) oder einem besonderen Freizeitmoment, zum Beispiel auf einer Reise (38%). Die Hochzeit ist für 36% aller Befragten – darunter sind also auch Nicht-Verheiratete – ein besonders glücklicher Tag, für 3% ist es aber auch die Scheidung.

Frage: Wenn Sie sich zurück erinnern: An welchem Tag waren Sie besonders glücklich? Wenn es mehrere Tage dieser Art gibt, wählen Sie bitte alles aus, was auf Sie zutrifft.



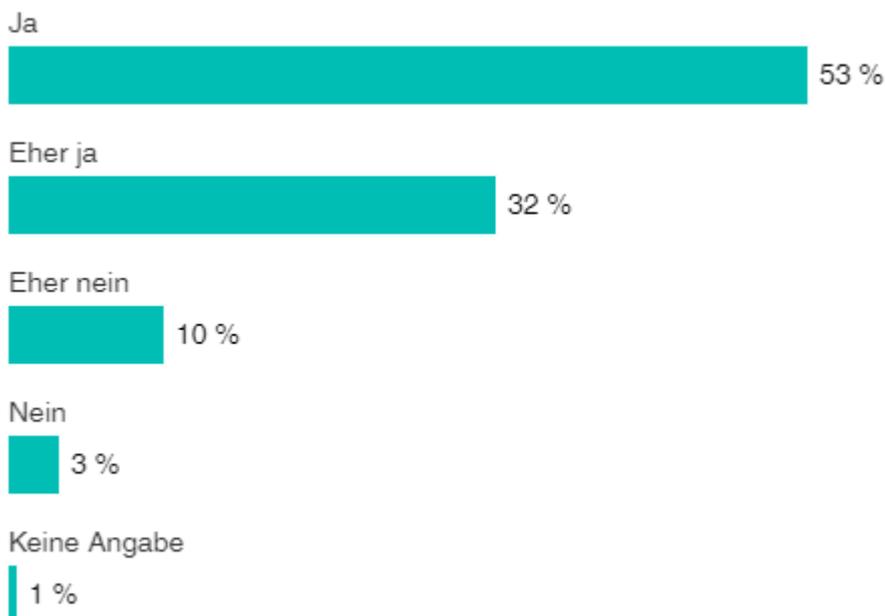
Vergleich Männer und Frauen

Auch bei dieser Frage gibt es bei einzelnen Punkten Abweichungen zwischen Männern und Frauen. So ist die Geburt von Kind oder Enkelkind für 67% der Frauen ein Tag des besonderen Glücks, aber nur für 52% der Männer. Männer stellen dafür offenbar die Partnerbeziehung stärker in den Vordergrund: 44% der Männer gaben an, dass das Kennenlernen des Partners ein besonders glücklicher Tag war, wohingegen dies nur 36% der Frauen angaben.

Die allermeisten sprechen von einer glücklichen Kindheit

85% der mdrFRAGT Teilnehmer sagen von sich, eine (eher) glückliche Kindheit gehabt zu haben. Nur 3% verneinen das uneingeschränkt. Allerdings ist die Wahrscheinlichkeit, eine glückliche Kindheit gehabt zu haben, bei Männern etwas höher: Bei ihnen sprechen nur 11% von einer (eher) unglücklichen Kindheit, bei Frauen sind es 17%.

Frage: Hatten Sie eine glückliche Kindheit und Jugend?

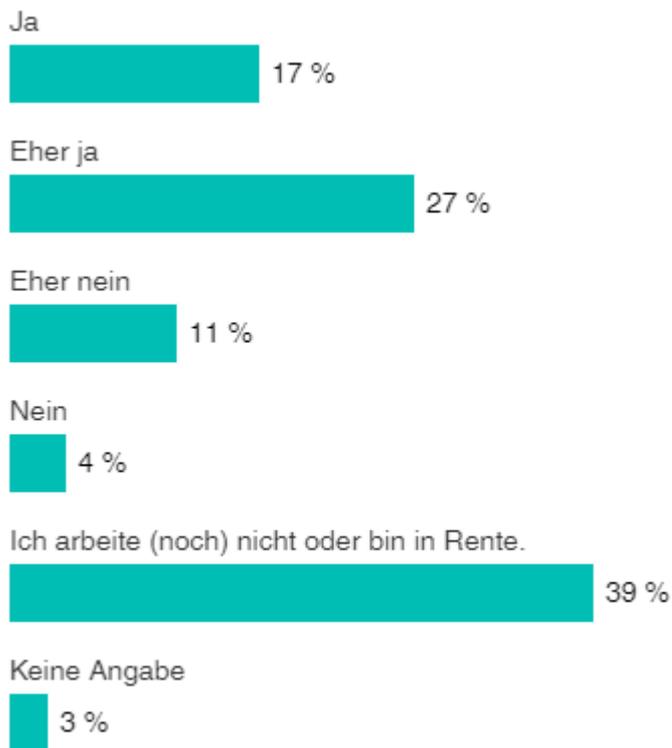


Dreiviertel der arbeitenden Menschen macht ihr Job glücklich

Macht Ihre derzeitige Arbeit Sie glücklich wollten wir wissen – wenn wir nur auf diejenigen blicken, die derzeit einen Job haben, ergibt sich folgendes Bild: 10.186 Personen haben in der Befragung angegeben, dass sie derzeit arbeiten. Von ihnen sagen fast Dreiviertel (74%), dass die Arbeit sie (eher) glücklich macht.

Wenn man alle Antworten berücksichtigt, sehen die Ergebnisse folgendermaßen aus:

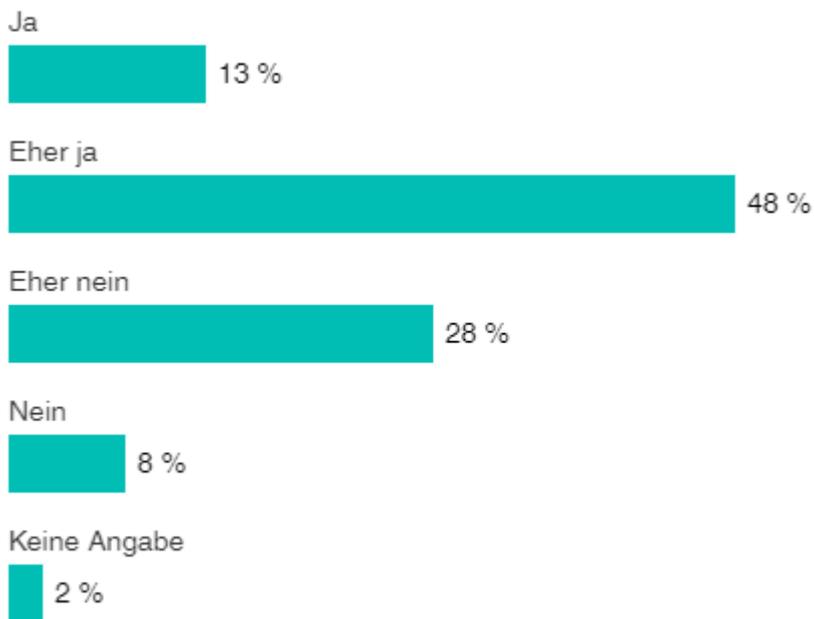
Frage: Macht Ihre derzeitige Arbeit Sie glücklich?



Hohe Bedeutung von Geld

Weit mehr als die Hälfte (61%) der mdrFRAGT Teilnehmer hat angegeben, dass sie glaubt, Geld mache glücklich. Und Geld spielte auch schon bei der Frage nach den Voraussetzungen für ein eigenes glückliches Leben eine große Rolle, nahm da den 5. Rang ein (s. erste Frage).

Frage: Würden Sie sagen, dass Geld glücklich macht?



Mit positiver Einstellung kann jeder glücklich sein – finden die Teilnehmer

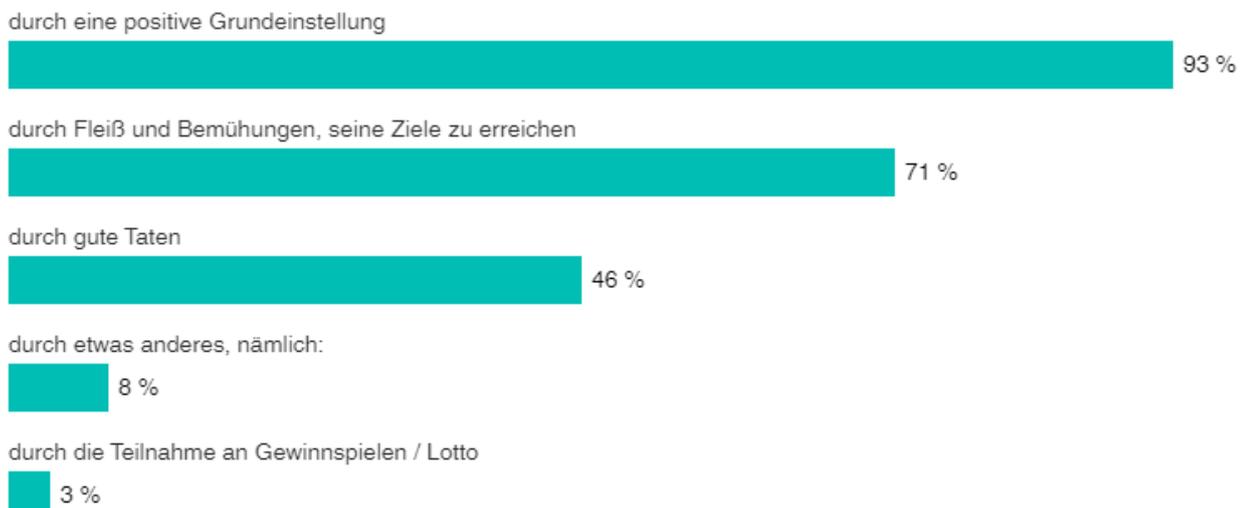
Dreiviertel der mdrFRAGT Teilnehmer sind davon überzeugt, dass man es selbst in der Hand hat, ob man glücklich ist oder nicht. Nur 15% finden, dass Glück allein vom Zufall abhängig ist.

Frage: Es gibt den Spruch: "Jeder ist seines Glückes Schmied". Andere finden, Glück ist eher Zufall. Was denken Sie: Kann man das Glück selbst aktiv beeinflussen?



- 9 Von denjenigen, die mit „Ja“ geantwortet haben, wollten wir wissen, wie man das Glück beeinflussen kann: Der beste Schlüssel zum Glück ist in den Augen der mdrFRAGT Teilnehmer eine positive Grundeinstellung, gefolgt von Fleiß und guten Taten. Wobei Männer mit 91% nicht ganz so sehr auf die innere Einstellung vertrauen wie Frauen mit 95%, dafür aber mit 75% etwas mehr auf Fleiß setzen als Frauen mit 68%. Auch die 16 bis 30-Jährigen setzen überdurchschnittlich stark auf Fleiß (78%) und zudem stärker als die Älteren auf gute Taten (67%).

Frage: Wodurch kann man Ihrer Meinung nach das Glück beeinflussen? Bitte wählen Sie alles aus, was Sie für zutreffend halten.

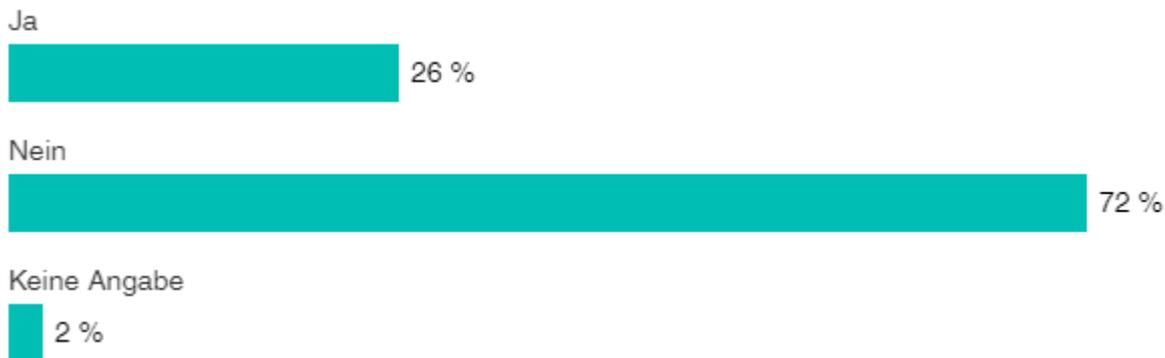


Glücksbringer sind wenig verbreitet

Nur ein Viertel der Teilnehmer (26%) hat angegeben, einen Glücksbringer zu besitzen. Für knapp Dreiviertel ist das kein Thema.

Unter den Frauen sind Glücksbringer weiter verbreitet als unter Männern: So haben 31% der Frauen einen Glücksbringer, aber nur 20% der Männer.

Frage: Haben Sie einen Glücksbringer?



Steine, Kuscheltiere und Engel bei Glücksbringern vorne

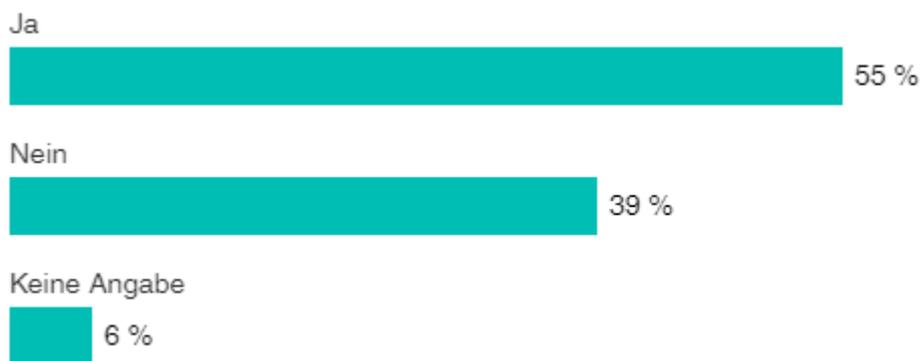
Die Teilnehmer hatten die Möglichkeit, uns mitzuteilen, was ihr Glücksbringer ist. Diese Begriffe wurden dabei am häufigsten genannt:



Krise häufig als Schlüssel zum Glück

Mehr als die Hälfte (55%) hat angegeben, dass sie erst durch eine Krise gelernt hat, was Glück bedeutet. Dies trifft insbesondere auf Frauen zu (60%; Männer 51%), und stärker auf Ältere: Bei den 16 bis 30-Jährigen haben es nur 39% angegeben.

Frage: Haben Sie eine große Krise oder ein einschneidendes Erlebnis durchleben müssen, um zu begreifen, was Glück für Sie bedeutet?



Dabei geht es sehr häufig um existenzielle Fragen, um Tod und Krankheit. Für 44% war der Tod eines nahestehenden Menschen ein Auslöser um zu begreifen, was Glück bedeutet – wobei der Unterschied hier zwischen Frauen (50%) und Männern (37%) besonders hoch ausfällt. Für 41% war es eine eigene Krankheit (kaum Unterschiede zwischen Männern und Frauen), für jeden Dritten die Krankheit eines nahestehenden Menschen (Frauen 38%, Männer 27%). Auch Existenzsorgen werden oft als Auslöser genannt. Politische Ereignisse treffen eher Männer (23%) als Frauen (16%). Unter der Antwort „Sonstiges“ wurde häufig Mobbing angegeben.

Frage: Welche Krise oder welches einschneidende Erlebnis war das? Sollten mehrere Dinge zutreffen, können Sie auch mehrere auswählen.





Das Meinungsbarometer für Mitteldeutschland

Hinweise zur Auswertung

Die Befragung fand vom 03.-07.09.2020 statt und stand unter der Überschrift:
Glücksmomente, Glückskinder, Glücksbringer – Was macht uns glücklich?

Insgesamt sind bei mdrFRAGT nun rund 30.000 Menschen aus Mitteldeutschland angemeldet

17.402 Menschen aus Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen haben online an dieser Befragung teilgenommen.

Verteilung nach Altersgruppen:

16 bis 30 Jahre:	~400 Teilnehmende
31 bis 50 Jahre:	~3.400 Teilnehmende
51 bis 64 Jahre:	~7.200 Teilnehmende
65+:	~6.400 Teilnehmende

Verteilung nach Bundesländern:

Sachsen:	8.928 / 51 Prozent
Sachsen-Anhalt:	4.284 / 25 Prozent
Thüringen:	4.190 / 24 Prozent

13 Verteilung nach Geschlecht:

Männlich:	53 Prozent
Weiblich:	47 Prozent

Die Ergebnisse haben wir in Zusammenarbeit mit dem wissenschaftlichen Beirat nach den statistischen Merkmalen Geschlecht, Bildung und Beruf gewichtet. Das heißt, dass wir die Daten der Befragungsteilnehmer mit den Daten der mitteldeutschen Bevölkerung abgeglichen haben.