

Lebenszufriedenheit

Einleitung

Lebenszufriedenheit ist die bewertende und beurteilende (kognitiv-evaluative) Komponente des Wohlbefindens. Sie entspricht einer Bewertung des eigenen Lebens insgesamt bzw. spezifischer Lebensbereiche wie z. B. Familie, Freund:innen, Beruf/Studium (Gilman & Huebner, 2003) auf Basis selbstgesetzter Standards. Anders als die emotionale Komponente, das emotionale Wohlbefinden, ist die allgemeine Lebenszufriedenheit zeitlich stabil (Pavot & Diener, 2009).

Ein hoher Grad an Lebenszufriedenheit steht in Zusammenhang mit diversen Gesundheitsmaßen wie reduzierter Mortalität, weniger Schlafbeschwerden, geringeren Burnout-Raten, besseren Arbeitsleistungen, weniger psychischen Problemen (Erdogan et al., 2012; Geprägs et al., 2022), besserer subjektiver Gesundheit sowie weniger finanziellen Sorgen (Karwetzky et al., 2022). Während der Covid-19-Pandemie gab es einen signifikanten Rückgang der Lebenszufriedenheit bei jungen Erwachsenen (Dratva et al., 2020; Preetz et al., 2021).

Die Lebenszufriedenheit von Studierenden wird durch verschiedene Faktoren beeinflusst. Straffe Vorgaben des Bachelor- und Mastersystems führen häufig zu Zeit- und Leistungsdruck sowie zu Angst vor Überforderung (Bargel et al., 2014; Multrus & Ramm, 2015). Studienbezogener Stress und Lebenszufriedenheit beeinflussen sich gegenseitig (Alleyne et al., 2010; Cohen et al., 2022; Weinstein & Laverghetta, 2009). Zudem müssen sich viele Studierende mit unsicheren Zukunftsperspektiven und Karrierewegen arrangieren. Für die Beurteilung ihrer Lebenszufriedenheit spielt besonders die Zufriedenheit mit ihren akademischen Leistungen eine wichtige Rolle (Schimmack et al., 2009). Darüber hinaus tragen soziale Unterstützung durch Mitstudierende sowie Vertrauen in die eigene Hochschule zur Lebenszufriedenheit bei (Bye et al., 2020).

Methode

Die allgemeine Lebenszufriedenheit wurde mit einer deutschsprachigen Fassung der *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) erfasst, die im Kontext der Theorie des subjektiven Wohlbefindens entwickelt wurde (Diener et al., 1985; Schuhmacher, 2003). Die SWLS erfragt die Lebenszufriedenheit anhand von fünf Aussagen (z. B. „Meine Lebensbedingungen sind ausgezeichnet“), denen jeweils in sieben Abstufungen mehr oder weniger zugestimmt werden kann, von „stimme überhaupt nicht zu“ (1) bis „stimme genau zu“ (7). Für die Auswertung wurden die Antwortwerte summiert und in sieben Stufen der Lebenszufriedenheit kategorisiert: „extrem unzufrieden“ (5–9), „unzufrieden“ (10–14), „eher unzufrieden“ (15–19), „neutral“ (20), „eher zufrieden“ (21–25), „zufrieden“ (26–30), „extrem zufrieden“ (31–35).

Im Folgenden werden die Studierenden betrachtet, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ (≥ 21) sind.



Kernaussagen

- Die Mehrheit (65,0 %) der befragten Studierenden ist mit ihrem Leben im Allgemeinen mindestens „eher zufrieden“.
- Der Anteil der befragten Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, ist bei weiblichen Befragten tendenziell größer als bei männlichen Befragten (♀: 65,7 % vs. ♂: 63,8 %).
- Im Fachbereich Psychologie ist der Anteil der mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden mit 73,5 % am größten und bei Studierenden des Fachbereichs Informatik mit 57,3 % am kleinsten.
- Bei Studierenden des Standorts Landau ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben „eher zufrieden“ sind, tendenziell größer (68,1 %) als bei Studierenden des Standorts Kaiserslautern (63,5 %).

Ergebnisse

65,0 % der Studierenden der RPTU sind mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“. Der Anteil ist unter weiblichen Studierenden mit 65,7 % tendenziell größer als unter männlichen Studierenden (63,8 %; vgl. Abbildung 1).

Die Fachbereiche Psychologie, Natur- und Umweltwissenschaften sowie Physik haben mit jeweils mehr als 72 % die größten Anteile an Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind. Die Fachbereiche Informatik (57,3 %) sowie Kultur- und Sozialwissenschaften (57,5 %) haben dagegen die kleinsten Anteile (vgl. Abbildung 2).

Am Standort Kaiserslautern ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, über vier Prozentpunkte kleiner als bei Studierenden des Standorts Landau (63,5 % vs. 68,1 %). Während der Anteil an Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, beim Standort Kaiserslautern unter den weiblichen Studierenden (64,0 %) tendenziell größer als bei männlichen Studierenden (62,9 %) ist, ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, am Standort Landau bei weiblichen Studierenden tendenziell geringer als bei männlichen Studierenden (♀: 67,9 % vs. ♂: 68,9 %; vgl. Tabelle 1).

Einordnung

Im Vergleich zur 2021 durchgeführten Befragung ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, am Standort Kaiserslautern tendenziell kleiner (63,5 % vs. 65,8 %; vgl. Tabelle 2). Die zeitliche Entwicklung der Lebenszufriedenheit von 2015 bis 2024 am Standort Kaiserslautern kann in Tabelle 2 abgelesen werden.

Bei den Fachbereichen Biologie (+10,4 Prozentpunkte) sowie Wirtschaftswissenschaften (+7,0 Prozentpunkte) ist der Anteil an Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind im Vergleich zu 2021 tendenziell größer. In den Fachbereichen Sozialwissenschaften (-15,2 Prozentpunkte) sowie Mathematik (-8,1 Prozentpunkte) ist der Unterschied im Vergleich zu 2021 jeweils am größten (vgl. Tabelle 2).

Literatur

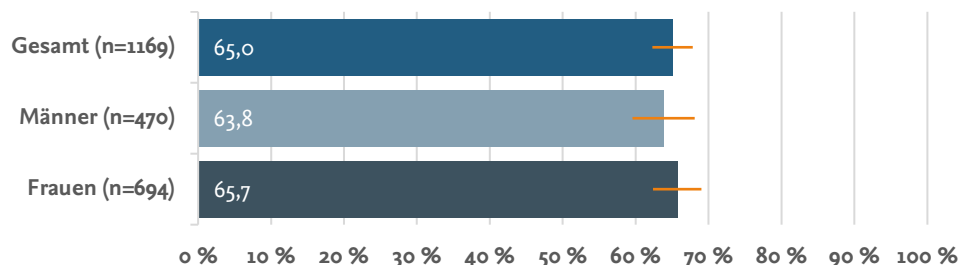
- Alleyne, M., Alleyne, O. & Greenidge, D. (2010). Life Satisfaction and perceived stress among university students in Barbados. *Journal of Psychology in Africa*, 20(2), 291–297.
- Bargel, T., Heine, C., Multrus, F. & Willige, J. (2014). *Das Bachelor- und Masterstudium im Spiegel des Studienqualitätsmonitors: Entwicklungen der Studienbedingungen und der Studienqualität 2009 bis 2012*. Forum Hochschule 02|2014.
- Bye, L., Muller, F. & Oprescu, F. (2020). The impact of social capital on student wellbeing and university life satisfaction: a semester-long repeated measures study. *Higher Education Research & Development*, 39(5), 898–912. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1705253>
- Cohen, A. M., Braun, K., Hübner, N., Scherner, P. V. & Jurkat, H. B. (2022). Einfluss- und Wirkfaktoren auf Stressbewältigung im Medizinstudium – unter besonderer Berücksichtigung der Depressivität [Influencing factors on stress management in medical students-with special consideration of depression]. *Der Nervenarzt*, 93(5), 468–475. <https://doi.org/10.1007/s00115-021-01183-0>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. L. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Dratva, J., Zysset, A., Schlatter, N., Wyl, A. von, Huber, M. & Volken, T. (2020). Swiss University Students' Risk Perception and General Anxiety during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7433. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207433>
- Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M. & Mansfield, L. R. (2012). Whistle While You Work: A Review of the Life Satisfaction Literature. *Journal of Management*, 38(4), 1038–1083. <https://doi.org/10.1177/0149206311429379>
- Geprägs, A., Bürgin, D., Fegert, J. M., Brähler, E. & Clemens, V. (2022). The Impact of Mental Health and Sociodemographic Characteristics on Quality of Life and Life Satisfaction during the Second Year of the COVID-19 Pandemic-Results of a Population-Based Survey in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8734. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148734>
- Gilman, R. & Huebner, S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 192–205. <https://doi.org/10.1521/scpq.18.2.192.21858>
- Karwetzky, C., Michaelsen, M. M., Werdecker, L. & Esch, T. (2022). The U-Curve of Happiness Revisited: Correlations and Differences in Life Satisfaction Over the Span of Life-An Empirical Evaluation Based on Data From 1,597 Individuals Aged 12–94 in Germany. *Frontiers in Psychology*, 13, 837638. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.837638>
- Kroher, M., Beuße, M., Isleib, S., Becker, K., Ehrhardt, M.-C., Gerdes, F., Koopmann, J., Schommer, T., Schwabe, U., Steinkühler, J., Völk, D., Peter, F. & Buchholz, S. (2023). *Die Studierendenbefragung in Deutschland: 22. Sozialerhebung: Die wirtschaftliche und soziale Lage der Studierenden in Deutschland 2021*. Berlin. Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF). https://www.bmbf.de/SharedDocs/Publikationen/de/bmbf/4/31790_22_Sozialerhebung_2021.pdf?__blob=publicationFile&v=6
- Multrus, F. & Ramm, M. (2015). *Das Masterstudium: Ergebnisse des 12. Studierenden surveys an Universitäten und Fachhochschulen* (Hefte zur Bildungs- und Hochschulforschung Nr. 81). Arbeitsgruppe Hochschulforschung, Universität Konstanz. http://kops.uni-konstanz.de/bitstream/handle/123456789/31983/Multrus_o-303573.pdf?sequence=3&isAllowed=y



- Pavot, W. & Diener, E. (2009). Review of the Satisfaction With Life Scale. In E. Diener (Hrsg.), *Social Indicators Research Series. Assessing Well-Being* (Bd. 39, S. 101–117). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_5
- Preetz, R., Filser, A., Brömmelhaus, A., Baalmann, T. & Feldhaus, M. (2021). Longitudinal Changes in Life Satisfaction and Mental Health in Emerging Adulthood During the COVID-19 Pandemic. Risk and Protective Factors. *Emerging Adulthood*, 9(5), 602–617. <https://doi.org/10.1177/21676968211042109>
- Schimmack, U., Diener, E. & Oishi, S. (2009). Life-Satisfaction Is a Momentary Judgment and a Stable Personality Characteristic: The Use of Chronically Accessible and Stable Sources. In E. Diener (Hrsg.), *Social Indicators Research Series. Assessing Well-Being* (Bd. 39, S. 181–212). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_9
- Schuhmacher, J. (2003). SWLS: Satisfaction with life scale. In J. Schumacher, A. Klaiberg & E. Brähler (Hrsg.), *Diagnostik für Klinik und Praxis: Bd. 2. Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden*. Hogrefe Verlag für Psychologie.
- Weinstein, L. & Laverghetta, A. (2009). College student stress and satisfaction with life. *College Student Journal*, 43(4), 1161–1162.

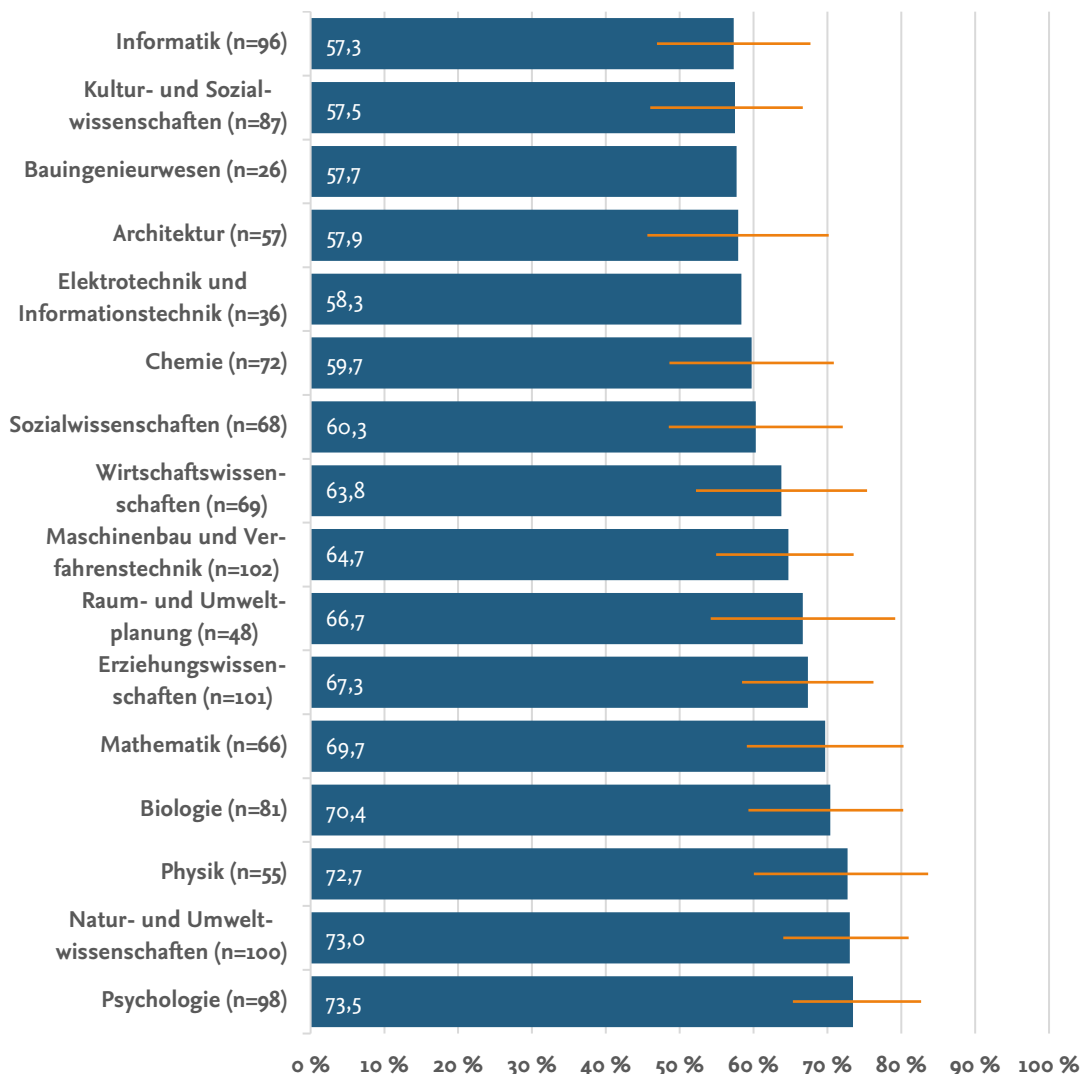
Grafische Ergebnisdarstellung

Abbildung 1: Lebenszufriedenheit, differenziert nach Geschlecht



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Abbildung 2: Lebenszufriedenheit, differenziert nach Fachbereichen



Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall



Tabelle 1: Lebenszufriedenheit, Vergleich der Studierenden der RPTU in Kaiserslautern und Landau

	UHR RPTU 2024 Gesamt % (95 %-KI)	UHR RPTU 2024 Kaisers- lautern % (95 %-KI)	UHR RPTU 2024 Landau % (95 %-KI)
Gesamt	n=1169 65,0 (62,3–67,8)	n=783 63,5 (60,2–66,8)	n=386 68,1 (63,5–72,8)
Männer	n=470 63,8 (59,6–68,1)	n=396 62,9 (57,8–67,5)	n=74 68,9 (58,3–79,2)
Frauen	n=694 65,7 (62,4–69,0)	n=386 64,0 (59,3–68,7)	n=308 67,9 (62,5–73,1)

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

Tabelle 2: Lebenszufriedenheit im Zeitverlauf, differenziert nach Fachbereichen und nach Standort

	UHR RPTU 2024 % (95 %-KI)	UHR TUK 2021 % (95 %-KI)	UHR TUK 2018 % (95 %-KI)	UHR TUK 2015 % (95 %-KI)
	Kaiserslautern			
Architektur	57,9 (45,6–70,2)	68,3	71,1	83,3
Bauingenieurwesen	57,7	73,2 (62,0–83,1)	80,3 (71,8–90,1)	73,3 (64,0–84,0)
Biologie	70,4 (59,3–80,2)	60,0 (48,2–69,4)	62,8 (53,2–72,3)	71,4 (62,2–80,6)
Chemie	59,7 (48,6–70,8)	61,1	60,6 (49,3–71,8)	75,6 (65,6–84,4)
Elektro- und Infor- mationstechnik	58,3	62,8 (48,8–76,7)	78,7	71,4 (58,8–82,5)
Informatik	57,3 (46,9–67,7)	58,4 (50,6–66,2)	60,4 (51,0–69,8)	64,9 (54,5–75,3)
Maschinenbau und Verfahrenstechnik	64,7 (54,9–73,5)	63,5 (54,8–71,3)	72,9 (66,1–79,1)	73,9 (68,0–79,7)
Mathematik	69,7 (59,1–80,3)	77,8 (66,7–87,3)	88,2 (81,4–94,1)	80,0 (72,4–86,7)
Physik	72,7 (60,0–83,6)	71,1 (61,4–80,7)	67,6 (56,3–78,9)	67,2 (56,7–77,6)
Raum- und Um- weltplanung	66,7 (54,2–79,2)	70,7	75,3 (66,0–83,5)	79,5 (72,1–86,9)
Sozialwissenschaf- ten	60,3 (48,5–72,1)	75,5 (66,0–85,1)	71,5 (63,8–79,2)	80,5 (73,6–86,2)
Wirtschaftswissen- schaften	63,8 (52,2–75,4)	56,8 (45,7–67,9)	71,3 (65,9–76,6)	71,3 (65,5–76,7)
Gesamt	63,5 (60,2–66,8)	65,8 (62,5–69,0)	72,3 (70,0–74,7)	74,4 (72,2–76,7)
	Landau			
Erziehungswissen- schaften	67,3 (58,4–76,2)			
Kultur- und Sozial- wissenschaften	57,5 (46,0–66,7)			
Natur- und Um- weltwissenschaften	73,0 (64,0–81,0)			
Psychologie	73,5 (65,3–82,7)			
Gesamt	68,1 (63,5–72,8)			

Anmerkung: Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind; Angaben in Prozent mit 95 %-Konfidenzintervall

