

Lebenszufriedenheit in Deutschland

Aktuell | Verständlich | Wissenschaftlich



GLÜCKSATLAS-SONDERSTUDIE 2022-01

»Happiness Gap« der Frauen in der Coronakrise

Bernd Raffelhüschen, Max Höfer, Timon Renz

München, 08. März 2022

Forschungszentrum Generationenverträge Universität Freiburg

Vorwort von Dr. Bettina Rothärmel

Das Interesse der Menschen, sich mit den individuellen und gesellschaftlichen Determinanten von Lebenszufriedenheit und Glück auseinanderzusetzen, wächst in den letzten Jahren immer stärker, so ist mein Eindruck. Dieses wachsende Interesse spiegelt sich auch in der großen Aufmerksamkeit, die der Glücksatlas in den zurückliegenden Jahren gefunden hat. Eben diesem Interesse möchten wir mit unserem Sponsor-Engagement für die Glücksforschung wertstiftend nachkommen.

Gemeinsam mit Professor Bernd Raffelhüschen und seinem Team an der Universität Freiburg wollen wir, als Veranstalter der SKL-Lotterie, die Forschung über die Lebenszufriedenheit in Deutschland über den Glücksatlas hinaus durch Sonderstudien und Analysen erweitern und die Ergebnisse gleichzeitig einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich machen. Die hier vorliegende Studie ist ein erstes sichtbares Ergebnis dieser Zusammenarbeit.

Der Weltfrauentag 2022 ist sicherlich ein passender Anlass, danach zu fragen, wie sich die Pandemie auf die Lebenszufriedenheit von Frauen in Deutschland ausgewirkt hat. Eine Quintessenz der Studie „Happiness Gap der Frauen in der Coronakrise“ ist es, dass sich der bisher geltende Glücksvorsprung der Frauen in Deutschland mit der Pandemie ins Gegenteil verkehrt hat.

Die Analyse dieses neuartigen „Happiness Gap“ legt überraschende Ergebnisse offen: Demnach sind es eben nicht nur Mütter mit Kindern im Haushalt, die in der „Multitasking-Falle“ erhebliche Glückseinbußen erlitten haben. Bei Selbständigen sind es Existenzängste, die damit zu tun haben, dass die Corona-Maßnahmen überwiegend weiblich dominierte Branchen, wie körpernahe Dienstleistungen und soziale Berufe getroffen haben. Männlich dominierte Branchen, wie das produzierende Gewerbe, kamen dagegen weitaus besser weg. Und bei den jungen Frauen sind es vor allem die verantwortungsvoll und freiwillig auferlegten sozialen Kontaktbeschränkungen, die sie selbst besonders belasten.

Die Glücksforschung deckt diese unterschiedlichen Entwicklungen auf, in dem sie sie empirisch erfasst und damit eine wissenschaftlich fundierte Grundlage für weitere Erkenntnisse und Lösungen schafft. Wir hoffen, dass diese uns allen zu mehr Glück verhelfen.

Dr. Bettina Rothärmel

Vorständin GKL – Gemeinsame Klassenlotterie der Länder AöR
Veranstalterin der SKL- und NKL-Lotterien

Hauptergebnisse

Bislang hatten Frauen bis 65 in Sachen Glück immer einen Vorsprung vor den Männern. Gemessen auf einer Skala von null bis zehn lagen sie in den Zeiten vor Corona um 0,04 Punkte vorn. In der Coronakrise verlieren alle an Lebenszufriedenheit – aber Frauen deutlich mehr als Männer. Der „Happiness Gap“ der Frauen beträgt 0,19 Punkte.

Je einschneidender die Coronamaßnahmen, desto größer die Glücksverluste. In Lockdown-Phasen, in denen »nicht-essenzielle« Geschäfte, Schulen und Kindertagesstätten geschlossen waren, betrug der Glücksabstand zu den Männern bis zu 0,4 Punkte (Mai 2021)..

Die Pandemie wendet den früheren kleinen Glücksvorsprung der Frauen ins Gegenteil. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie der Universität Freiburg mit Unterstützung der Süddeutschen Klassenlotterie. Im Rahmen des „SKL-Glücksatlas“ hat der wissenschaftliche Leiter Prof. Bernd Raffelhüschen das Ausmaß der Einbußen an Lebenszufriedenheit der Geschlechter untersucht. Insgesamt wurden seit Januar 2020 15.200 Deutsche in 14 Wellen repräsentativ befragt, zuletzt im Dezember 2021 und Januar 2022 insgesamt 2.075 Personen vom Institut für Demoskopie Allensbach.

Vor der Pandemie waren junge Frauen zufriedener als junge Männer, jetzt sind sie unglücklicher

„Überraschend sind die großen Glückseinbußen von jungen Frauen bis 25 Jahre«, sagt SKL-Glücksatlas Studienleiter Prof. Raffelhüschen. Diese jungen Frauen waren vor Corona nicht nur die glücklichsten Menschen der Republik, sie waren auch zufriedener als gleichaltrige junge Männer, ihr Glücksvorsprung betrug 0,2 Punkte. Während der Coronaphase verloren sie 0,6 Punkte, die jungen Männer aber nur 0,3 Punkte. Corona bewirkt bei jungen Frauen einen Kipp-Effekt: Vor der Pandemie waren sie zufriedener als die Männer, in der Pandemie sind sie eindeutig unglücklicher geworden.

Ähnlich sieht es bei Studentinnen und alleinlebenden jungen Frauen (bis 35) aus. Studentinnen verlieren in der Pandemie 0,79 Punkte, Studenten »nur« 0,17 Punkte. Alleinlebende junge Frauen verlieren 0,89 Punkte, alleinlebende junge Männer im gleichen Alter »nur« 0,56 Punkte. Als Hauptgründe ihrer Unzufriedenheit geben beide Frauengruppen Einsamkeit und Kontaktbeschränkungen an. 55 Prozent geben an, ihre wöchentlichen Treffen auf mindestens monatlich reduziert zu haben. Im Unterschied zu ihren männlichen Pendants leiden diese beiden Frauengruppen besonders stark unter den fehlenden sozialen Kontakten.

Vollzeitarbeitende Mütter mit Kindern verlieren am meisten an Lebensglück

Frauen in Familien »rutschten« im Pandemiealltag in eine langanhaltende »Multitasking-Falle«: Viele fanden sich in einer Situation wieder, in der sie zu Hause gleichzeitig arbeiten (»Homeoffice«), ihre Kinder betreuen und unterrichten (»Homeschooling«) sollten sowie durch den Aufenthalt in den eigenen vier Wänden zu mehr Hausarbeit gezwungen waren

(»Housework«). Die Männer haben ihren Multitasking-Aufwand in der Familie ebenfalls erhöht, waren aber aufgrund ihrer beruflichen Tätigkeiten im produzierenden Gewerbe oder in der Industrie deutlich seltener zu Hause. Die Corona-Maßnahmen Deutschlands gehen somit deutlich zulasten der Mütter.

Mütter mit Kindern im Haushalt, die in Vollzeit erwerbstätig sind und deren Männer auch Vollzeit arbeiten verlieren 1,0 Punkte, die Männer (selbst in Vollzeit und deren Frauen auch in Vollzeit) »nur« 0,42. Bei erwerbstätigen Müttern in Teilzeit sind die Glückseinbußen schwächer. Sie verlieren 0,69 Punkte, ihre (in Vollzeit arbeitenden) Männer 0,3. Mütter sind – neben Studentinnen – die Hauptleidtragenden der Corona-Maßnahmen.

Das lässt sich anhand des gestiegenen Stundenaufwands der Mütter für Housework und Homeschooling darstellen: Frauen, die keine Kinder im Haushalt haben, mussten ihren Stundenaufwand durch Corona nur geringfügig von 2,75 Stunden vor Corona auf 2,87 Stunden erhöhen. In der Pandemie sank ihre Lebenszufriedenheit von 6,96 Punkten in 2019 auf 6,58 Punkte während der Coronakrise; das ist ein Minus von 0,38 Punkten. Dagegen mussten Mütter mit Kindern »multitaskingbedingt« ihren Arbeitszeitaufwand von 5,03 Stunden auf 5,58 Stunden erheblich erhöhen. Ihre Lebenszufriedenheit stürzte allerdings von beachtlichen 7,52 Punkten vor der Coronakrise auf 6,72 Punkte während Corona ab. Das ist ein Verlust von 0,8 Punkten.

In der Pandemie deutlich unglücklicher geworden sind auch Frauen mit drei und mehr Kindern im Haushalt. Diese »Großfamilien« berichten von einer im Vergleich zu Vor-Corona-Zeit um 1,02 Punkte geringeren Lebenszufriedenheit. Der männliche Part in den Großfamilien zeigt hingegen weniger Einbußen (-0,69 Punkte).

Alleinerziehende waren von den Pandemiemaßnahmen im Besonderen betroffen und mussten ihren Alltag umorganisieren. Alleinerziehende Frauen berichten außerdem im Verlauf der Pandemie von einer kontinuierlichen Belastung und Abnahme ihrer Lebenszufriedenheit – eine zwischenzeitliche Erholung des Lebensglücks in »Lockerungsphasen der Maßnahmen« wie bei den meisten Frauen (z.B. Frauen mit Partner/in im Haushalt) fand nicht statt.

Wirtschaftliche Sorgen beeinträchtigen besonders weibliche Selbständige

Weibliche Selbständige büßen während der Pandemie deutlich mehr an Lebenszufriedenheit ein als männliche Selbständige. Sie verlieren 0,77 Punkte, selbstständige Männer dagegen nur 0,42 Punkte. Eine wichtige Rolle für die hohe Unzufriedenheit der weiblichen Selbständigen spielen wirtschaftliche Sorgen: Die Coronamaßnahmen trafen besonders »weibliche Branchen« (wie körpernahe Dienstleistungen, Floristen, Kitabetreiber, Innenausstatter, Einzelhandel, Reinigungsgewerbe). Männlich dominierte Branchen wie das produzierende Gewerbe waren dagegen kaum von Einschränkungen und finanziellen Einbußen betroffen. Darüber hinaus waren weibliche Selbständige stärker von den familiären Mehrbelastungen betroffen.

Ein Sonderfall sind die Rentnerinnen (über 65). Sie waren schon vor Corona etwas unzufriedener (etwa 0,1 Punkte) mit ihrem Leben als gleichaltrige Rentner. In der Coronakrise hat sich dieser Abstand vergrößert. Rentnerinnen über 65 Jahren (-0,33 Punkte) verloren stärker an Lebenszufriedenheit als ihr männliches Gegenüber (-0,15 Punkte). Unter den älteren Frauen ist der Anteil der Alleinlebenden höher als bei den Männern – das Alleinsein verstärkt Gefühle von Einsamkeit und Isolation, welche die psychische Gesundheit beeinträchtigen. Frauen über 65 Jahren schränkten darüber hinaus ihre Kontakte stärker ein als die Männer im gleichen Alter.

Inhaltsverzeichnis

Grußwort.....	I
Hauptergebnisse.....	I
Inhaltsverzeichnis.....	1
1 Einleitung.....	2
2 Daten und die Messung von Lebenszufriedenheit.....	4
3 Coronapandemie und der »Happiness Gap« in Deutschland.....	5
3.1 Je einschneidender die Beschränkungen, desto größer der Happiness Gap.....	7
3.2 Der Kipp-Effekt des weiblichen Glücks.....	7
4 Nicht alle Frauengruppen sind gleich betroffen.....	9
4.1 Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren).....	12
4.2 Frauen in Großfamilien (drei oder mehr Kinder im Haushalt).....	14
4.3 Alleinerziehende.....	16
4.4 Alleinlebende Frauen unter 35 Jahren.....	18
4.5 In Voll- und Teilzeit Erwerbstätige Frauen mit Kindern im Haushalt.....	20
4.6 Weibliche Selbstständige.....	23
4.7 Rentnerinnen.....	25
5 Fazit.....	27
Abbildungsverzeichnis.....	29

1 Einleitung

Die Coronapandemie hat unser alltägliches Lebensumfeld tiefgreifend verändert. Durch die Ausbreitung von Sars-CoV-2 wurden vonseiten der Regierungen im März 2020 einschneidende Maßnahmen umgesetzt: „Nicht-essentielle“ Geschäfte wie Kaufhäuser, Bekleidungsgeschäfte oder Buchläden mussten schließen, so genannte »körpernahe Dienstleistungen« wie Kosmetik- oder Tattoostudios ihren Dienst einstellen. Sogar Schulen, Kindergärten und Kirchen wurden auf unbestimmte Zeit geschlossen.¹ Viele mussten während der Anfangsphase der Pandemie in kürzester Zeit ihr Leben völlig umgestalten: Eltern von Kindern im Kindergarten- und Schulalter verloren sämtliche Betreuungsmöglichkeiten – die Kinder durften aufgrund der Kontaktverbote nicht von den Großeltern betreut werden. Kleine und mittlere Selbstständige gerieten in finanzielle Schwierigkeiten. Studenten wurden in ihre Elternhäuser zurückgeworfen.

Das hatte auch Auswirkungen auf die allgemeine Lebenszufriedenheit der Menschen. Auf einer Skala von null bis zehn wurde von Januar bis Juni 2020 gefragt, wie zufrieden man derzeit – alles in allem – mit seinem Leben sei. Im Durchschnitt erreichte Deutschland 2019, also vor der Pandemie, ein Allzeithoch von 7,14 Punkten – mit der ersten Infektionswelle im Frühling 2020 sank der Mittelwert bereits auf 6,74 Punkte.² Die Pandemie und die mit ihr einhergehenden Maßnahmen dauerten an: Für den November 2020 wurde ein »Lockdown-Light« beschlossen, ab Dezember 2020 begann ein monatelanger »Winterlockdown«. Im Januar 2021 fiel die Lebenszufriedenheit der Deutschen auf ein Allzeittief von 6,42 Punkten. Keine bisheriges Ereignis hatte in Deutschland – seit Beginn der systematischen Erfragung der Zufriedenheit im Jahr 1984 – einen derart heftigen Zufriedenheitseinbruch zur Folge. Im Laufe des Jahres 2021 erholte sich die Lebenszufriedenheit mit dem steigenden Anteil Geimpfter etwas: Im Sommer des zweiten Pandemiejahres stieg der Wert auf 6,88 Punkte.

Nicht alle Gruppen in der Bevölkerung betraf die Pandemie im gleichen Maße: Familien verloren stärker an Lebenszufriedenheit als Alleinstehende oder Paare, junge Menschen mehr als ältere und Selbstständige stärker als Nichtselbstständige. Der Unterschied zwischen Männern und Frauen fiel besonders auf: Frauen verloren in den ersten zwei Pandemie Jahren 0,52 Punkte an Lebensglück, Männer hingegen weniger: 0,35 Punkte. Dieser Abstand zwischen den Geschlechtern in der Lebenszufriedenheit ist eher unüblich. Frauen sind in »normalen Zeiten«, also etwa im Zeitraum 2000 bis 2019, insgesamt geringfügig glücklicher. Betrachtet man die Alterskohorten genauer zeigt sich: Frauen bis 65 Jahre sind generell glücklicher als gleichaltrige Männer, Frauen über 65 sind generell unglücklicher als gleichaltrige Männer – wenn auch dieser Unterschied zugunsten der Frauen zumeist statistisch insignifikant bleibt.³

Der gefundene coronabedingte »Happiness Gap« zwischen Männern und Frauen blieb auch bestehen, wenn Einkommen, Alter oder Bildungsstand konstant gehalten werden. Es ist also

¹ Steinmetz, H.; Batzdorfer, V.; Bosnjak, M. (2020): The ZPID Lockdown Measures Dataset for Germany. ZPID Science Information Online, 20(1).

² Raffelhüschen, B.; Petilliot, R. (2019): Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit. In: Grimm, R.; Raffelhüschen, B. (Hrsg.): Deutsche Post Glücksatlas 2019. München: Penguin, S. 25-96 sowie Raffelhüschen, B. & Renz, T. (2020): Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit. In: Grimm, R.; Raffelhüschen, B. (Hrsg.): Deutsche Post Glücksatlas 2020. München: Penguin, S. 25–104.

³ Matteucci, N.; Vieira Lima, S. (2014): Women and Happiness. Munich Personal RePEc Archive.

unerheblich, ob wir wohlhabende und ältere Männer und Frauen miteinander vergleichen oder junge Auszubildende: Frauen sind in der Pandemie durchgehend signifikant unzufriedener mit ihrem Leben als ihr männliches Pendant. Diese Erkenntnis lässt unmittelbar die Frage nach dem »Warum« aufkommen: Welche Faktoren sind dafür verantwortlich, dass Frauen in der Pandemie deutlich stärker an Lebenszufriedenheit einbüßen als die Männer? In der öffentlichen Diskussion wurde von vielen Seiten befürchtet, dass die Corona-Krise zu einer Retraditionalisierung der deutschen Haushalte führen würde: Die Frauen wären demnach wieder stärker an »Kinder und Küche« gebunden.⁴ Dass Studentinnen, Alleinlebende und junge berufstätige Frauen ohne Familie ebenso überproportional an Lebensglück einbüßen, deutet aber schon an, dass die einfache Erklärung, das Homeschooling allein sei für den Happiness Gap der Frauen verantwortlich, nicht stimmen kann.

Insgesamt macht die vorliegende Studie auf drei Entwicklungen aufmerksam:

- Der »Happiness Gap« in der Coronapandemie ist eine Tatsache. Die größere Unzufriedenheit der Frauen im Vergleich zu Männern konnte mithilfe unserer Daten aus knapp 15.200 Befragten bestätigt werden. Der Glücksabstand schwankt, je nach Dauer der Lockdowns zwischen 0,10 und 0,36 Punkten – generell sind es 0,19 Punkte. Wir können zeigen, dass die Zufriedenheitsdifferenz von Beginn der Corona-Krise bis in den Januar 2022 hinein bestehen bleibt.
- Nicht alle Frauen waren gleich stark von der Pandemie betroffen. Überraschenderweise sind es nicht die Älteren, die als Risikogruppe eine Sterberate von 4,9% haben im Unterschied zu 0,0013% bei den unter 20-Jährigen,⁵ die besonders an Lebenszufriedenheit verloren, sondern eher die jüngeren Alleinstehenden oder Mütter von schulpflichtigen Kindern. Diese unterschiedliche Betroffenheit der »Frauengruppen« wird im Folgenden eingehend thematisiert.
- Dabei werden unterschiedliche Erklärungen für den »Happiness Gap« der Geschlechter ins Feld geführt. Welche Faktoren bewirken einen messbaren negativen Effekt auf die Lebenszufriedenheit der Frauen, und warum sind gleichzeitig die Männer weniger betroffen?

In Kapitel zwei werden Befragung und Daten vorgestellt. Kapitel drei erläutert Existenz und Ausmaß des Geschlechterunterschieds. Das vierte Kapitel stellt das Zentrum der Studie dar: Hier unterscheiden wir verschiedene Frauengruppen in der Reihenfolge ihrer Einbußen im Glück – Studentinnen/ältere Schülerinnen, Frauen in Großfamilien, Alleinerziehende, Alleinlebende Frauen unter 35 Jahren, Frauen in Erwerbstätigkeit und mit Kindern im Haushalt sowie Rentnerinnen. Mithilfe multipler, über die Zeit gehende Regressionen arbeiten wir Begründungen für den Happiness Gap heraus. Kapitel fünf schließt mit einem Fazit und Überlegungen, ob sich die Happiness Gap nach der Corona-Krise wieder schließen wird.

⁴ Haupt, M.; Hofmann, S.; Lind, V. (2020): Ein Schritt vorwärts, zwei Schritte zurück? Corona in Deutschland aus der Genderperspektive. Ein Überblick über verfügbare Forschungsergebnisse. Friedrich-Ebert-Stiftung.

⁵ Axfors, C.; Ioannidis, J.P. (2021): Infection Fatality Rate of COVID-19 in Community-Dwelling Populations with Emphasis on the Elderly: An Overview. medRxiv 2021.07.08.21260210.

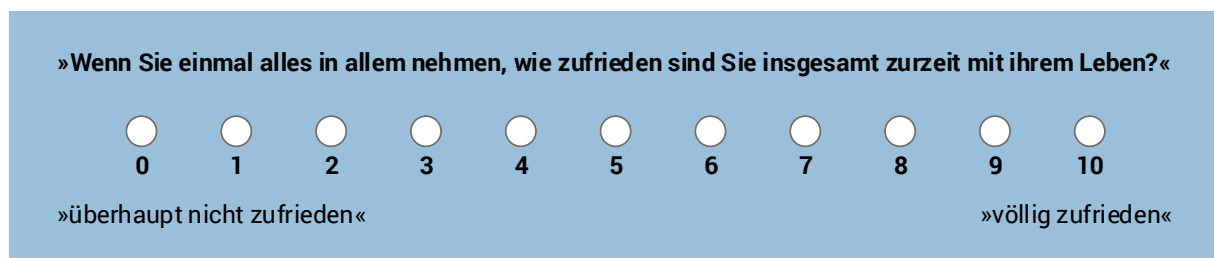
2 Daten und die Messung von Lebenszufriedenheit

Die Datenerhebung erfolgte mittels mündlich-persönlicher (»Face-to-Face«-Interviews) sowie telefonischer Befragungen durch das Institut für Demoskopie Allensbach (IfD).⁶ Es wurde sich bemüht, ein möglichst genaues Abbild der deutschen Bevölkerung ab 16 Jahren zu schaffen (»Repräsentativität«). Befragungsteilnehmer wurden dementsprechend gemäß ihrer Verteilung in der Gesamtbevölkerung (Grundlage: jeweils aktuellster Mikrozensus) anhand folgender Faktoren ausgewählt: Regionale Verteilung, Wohnortgröße, Alter und Geschlecht, Berufstätigkeit, Berufsart, Familienstand sowie Haushaltsgröße. Während der Coronapandemie wurden befragten die Deutschen in drei »Wellen« befragt: Erstens im Jahr 2020 zwischen Januar und Juni (4.698 Befragte), zweitens während der zweiten und dritten Infektionswelle zwischen Januar und Juni 2021 (8.452 Befragte) sowie drittens während des Ausklingsens der »Delta-Infektionswelle« und der »Omikron-Welle« im Dezember 2021/Januar 2022 (2.075 Befragte). Für die Zeit der Pandemie gehen somit insgesamt 15.225 Befragte in die Analyse ein.

Bereits vor der Pandemie wurde für den »Deutsche Post Glücksatlas« seit 2011 jährlich nach der Lebenszufriedenheit der Deutschen gefragt.⁷ Gesamt ergibt dies einen Datensatz von 56.000 Befragten im Zeitraum von 2011 bis Januar 2022. Die Befragungen liefen sämtlich identisch zu dem oben beschriebenen Prozedere ab. Daraus ergibt sich eine inzwischen sehr fruchtbare jährliche Querschnittsstichprobe, welche mit Daten zur Lebenszufriedenheit und einigen Details zu den Lebensumständen der Befragten aufwartet. So können wir die objektiven Lebensbedingungen der Deutschen mit ihrer Lebenszufriedenheit in Verbindung bringen. Aufgrund der vergangenen überwiegenden Nutzung dieser Befragungsdaten für den Glücksatlas nennt sich der Gesamtdatensatz die »Glücksatlas-Datenbank«.

Neben der »Glücksatlas-Datenbank« nutzen wir zudem das Sozio-oekonomische Panel (SOEP), welches in Deutschland jährlich etwa 30.000 Personen befragt.⁸ Mithilfe der Version 36, welche die Befragungen von 1984 bis 2019 beinhaltet, können wir so unsere Datenbank anreichern, langfristige Analysen vornehmen und Ergebnisse abgleichen, um robuste Aussagen treffen zu können.

Der zentrale Indikator ist dabei die Frage nach der allgemeinen Lebenszufriedenheit:



⁶ Internetadresse: <https://www.ifd-allensbach.de/> [letzter Zugriff am 28.02.2022].

⁷ Raffelhüschen, B., Moog, S.; Vatter, J. (2011): Wie zufrieden ist Deutschland? In: Köcher, R.; Raffelhüschen, B. (Hrsg.): Glücksatlas Deutschland 2011. München: Albrecht Knaus, S. 29–138.

⁸ Internetadresse: https://www.diw.de/de/diw_01.c.412809.de/presse/glossar/sozio_oekonomisches_panel_soep.html [letzter Zugriff am 28.02.2022].

Die interviewte Person wird bei Konfrontation mit der Lebenszufriedenheitsfrage gedanklich einen Mittelwert der Zufriedenheiten mit verschiedenen Lebensbereichen erstellen: »Wie geht es mir momentan in meinem Berufsleben? Bin ich mit meinem Partner bzw. meiner Partnerin zufrieden? Erreiche ich die Ziele, die ich mir selbst gesteckt habe? Fühle ich mich gesund? usw.« Nach dem Durchgehen der einzelnen Lebensbereiche versucht die befragte Person mittels gedanklichen Durchschnitt einen Bereich auf der Skala zwischen null und zehn zu treffen, die am ehesten ihrer Zufriedenheit mit allen Bereichen zusammen – sprich mit dem allgemeinen Leben – entspricht.

Neben der Lebenszufriedenheitsfrage wurden im Dezember 2021 und Januar 2022 ausgewählte Fragen zum Lebensalltag und zu den Sorgen in der Coronapandemie gestellt:

- *Lebensalltag:* Aufteilung eines typischen Werktages. Wie viele Stunden werden mit der Arbeit/dem Beruf zugebracht, wie viele mit Hausarbeit und Kinderbetreuung? Wird ausreichend geschlafen? Wie viele Stunden an einem Werktag hat die Befragte an Freizeit?
- *Geselligkeit/Ausflüge:* Werden Freunde und Bekannte besucht? Wie oft trifft sich die befragte Person mit Verwandten? Werden in regelmäßigen Abständen kurze Reisen oder Ausflüge unternommen?
- *Sorgen:* Welche Sorgen macht sich die befragte Person um ihre eigene körperliche und psychische Gesundheit? Wie stark sorgt sich der/die Befragte um ihre eigene wirtschaftliche Situation, wie stark um ihre Kontakte und Beziehungen?

Darüber hinaus können zwei weitere Sonderbefragungen vom März sowie Juni 2021 genutzt werden. Hier wurde zusätzlich nach der »Home-Office«-Situation und verschiedenen Einstellungen und Überzeugungen – z.B. zum Impfen gegen das Coronavirus – gefragt.

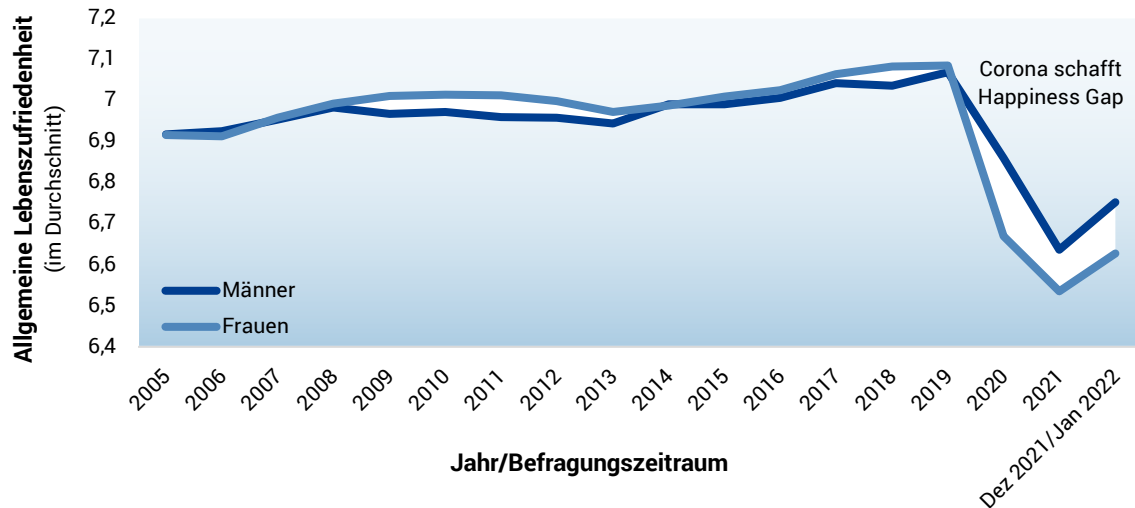
3 Coronapandemie und der »Happiness Gap« in Deutschland

Die Coronapandemie treibt einen Keil in der Lebenszufriedenheit zwischen Männern und Frauen (Abbildung 1). Auf der Skala zwischen null (»überhaupt nicht zufrieden«) bis zehn (»völlig zufrieden) berichteten Frauen im ersten Pandemiejahr 2020 von einer durchschnittlichen Zufriedenheit mit ihrem Leben von 6,67 Punkten, Männer liegen um 0,19 Punkte höher bei 6,86 Punkten. Im zweiten Pandemiejahr 2021 ist der Abstand zwischen Frauen (6,53 Punkte) und Männern (6,63 Punkte) auf 0,10 Punkte etwas geschrumpft. In der aktuellsten Befragung vom Dezember 2021/Januar 2022 berichten zwar Männer wie Frauen von einer leichten Erholung der Lebenszufriedenheit, der Abstand bleibt aber mit 0,12 Punkten bestehen (Männer: 6,75 Punkte; Frauen: 6,63 Punkte).

Abbildung 1

Corona-Krise treibt einen Keil zwischen die Lebenszufriedenheit von Frauen und Männern

Durchschnittliche Lebenszufriedenheit auf einer Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«).



Quelle: Sozio-oekonomisches Panel 2005 bis 2010, Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2021.

Anmerkungen: Panel- und Modeffekte aufgrund der unterschiedlichen Datensätze wurden bestmöglich herausgerechnet. Es wurden Gewichtungsfaktoren eingesetzt.

Durch die Corona-Krise kippt das Glücksverhältnis zwischen Frauen und Männern. Vor Corona waren die Frauen leicht glücklicher, während der Coronakrise kippt das ins Gegenteil: Nun sind – vor allem jüngere – Frauen unglücklicher als gleichaltrige Männer. 2020 war die Differenz mit 0,19 Punkten zugunsten der Männer besonders groß. Bis zum Beginn des dritten Pandemiejahres 2022 bleiben Frauen unzufriedener.

Solche Unterschiede im Lebensglück zwischen Frauen und Männern sind im Vergleich zur Vor-Corona-Zeit neu – in der Zufriedenheitsforschung spricht man dann (angelehnt an den »Gender-Pay-Gap«) von einer »Geschlechterlücke im Glück«, einem »Gender Happiness-Gap«.⁹ Abbildung 1 zeigt, dass es zwar bereits vor der Pandemie Unterschiede gab: Von 2008 bis 2019 waren Frauen fast durchgehend mit ihrem Leben geringfügig zufriedener als die Männer. Im Jahr 2011 lag die Differenz zugunsten der Frauen sogar mal bei 0,05 Punkten. Aber: Diese Zufriedenheitsunterschiede waren zum einen von ihrem Ausmaß deutlich geringer (2011: +0,05) als heute (2020: -0,19 Punkte). Zum anderen waren sie nicht statistisch signifikant, d.h. man konnte nur mit einer hohen Unsicherheit behaupten, dass Frauen in den 2010er-Jahren wirklich ausschlaggebend zufriedener waren als Männer. In der Coronapandemie ist das anders: Nun können wir mit hoher Sicherheit (90 Prozent) sagen, dass die Frauen unglücklicher mit ihrem Leben sind als ihre männlichen Pendanten.¹⁰

⁹ Arrosa, M.L.; Gandelman, N. (2016): Happiness Decomposition: Female Optimism. In: Journal of Happiness Studies, 17(2), S. 731-756.

¹⁰ Für 2020 können wir das sogar mit 95%-iger Sicherheit bestätigen.

3.1 Je einschneidender die Beschränkungen, desto größer der Happiness Gap

Je einschränkender die Maßnahmen in der Coronapandemie, desto größer der Zufriedenheitsunterschied zwischen Männern und Frauen – der Happiness Gap ist somit besonders in den »Lockdown-Phasen«, also in Phasen, in denen »nicht-essenzielle« Geschäfte, Schulen und Kindertagesstätten geschlossen waren, groß gewesen (Abbildung 2). Die Differenz zuungunsten der Frauen erreichte ihren Höhepunkt mit 0,36 Punkten im Mai 2021 – einem Zeitpunkt, als die Enttäuschung über die sich zum dritten Male wiederholten Beschränkungen besonders hoch war. Einen solch hohen Unterschied zwischen Männern und Frauen hatte es seit der systematischen Erfassung der Lebenszufriedenheit 1984 nicht gegeben. Der Happiness Gap war aber auch im März (0,26 Punkte) und Januar (0,28 Punkte) 2021 sowie im Mai (0,28 Punkte) und April (0,26 Punkte) 2020 hoch. Mit in Folge der verbesserten Infektionslage durch die Politik beschlossenen Lockerungen näherten sich beide Geschlechter in ihrer Lebenszufriedenheit wieder aneinander an: Im Juni 2020 sowie 2021 lag die Differenz nurmehr bei etwa 0,1 Punkten.

3.2 Der Kipp-Effekt des weiblichen Glücks

Abbildung 3 zeigt die durchschnittliche Lebenszufriedenheit von Männern und Frauen anhand ihres Alters – jeweils vor und während der Coronapandemie. Drei Punkte fallen auf: Erstens sind die Kurven »abschüssig«, d.h. im jungen Alter berichten die Menschen von einer höheren Lebenszufriedenheit als im hohen Alter. Nur im Renteneintrittsalter zwischen 60 und 70 Jahren erleben wir wieder einen leichten Zufriedenheitsschub.¹¹ Zweitens: Das Lebenszufriedenheitsniveau vor der Pandemie (in Abbildung 3 die durchgezogenen Linien) ist für alle Altersgruppen höher als während der Pandemie (in Abbildung 3 die gestrichelten Linien). In keiner Altersgruppe sind die Menschen ähnlich glücklich oder glücklicher als vor der Pandemie – es gibt aber große Unterschiede, wie stark der Zufriedenheitsverlust ausfällt: Junge Menschen, besonders die unter 30-Jährigen, büßten in der Pandemie deutlich stärker an Lebensglück ein als ältere Menschen über 65 Jahren. Vom Glücksniveau her sind 25-Jährige in der Coronakrise ähnlich glücklich wie 65-Jährige.¹²

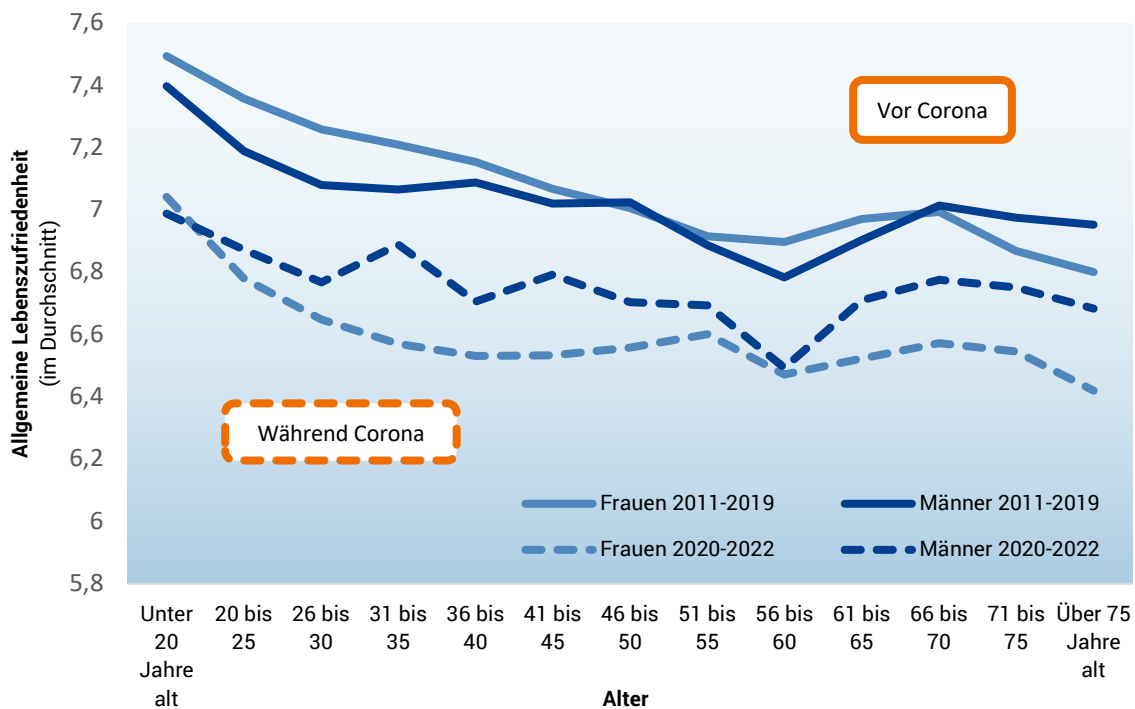
¹¹ Blanchflower, D.G. (2021): Is Happiness U-Shaped Everywhere? Age and Subjective Well-Being in 145 Countries. In: Journal of Population Economics, 34(2), S. 575-624.

¹² Raffelhüschen, B. & Renz, T. (2021): Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit. In: Raffelhüschen, B. (Hrsg.): Deutsche Post Glücksatlas 2021. München: Penguin, S. 21–96.

Abbildung 2

Kipp-Effekt: Frauen in der Pandemie unglücklicher als die Männer

Durchschnittliche Lebenszufriedenheit auf einer Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«).



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022. Anmerkung: Vor Corona: 2011 bis 2019; Während Corona: 2020 bis 2022.

Vor der Coronakrise waren Frauen in den meisten Altersgruppen etwas zufriedener als Männer. In der Pandemie hat sich das gedreht: Frauen sind in allen Altersgruppen unglücklicher – mit zum Teil beachtlichem Abstand.

Der dritte auffällige Punkt ist etwas, was man als »Kipp-Effekt« der Lebenszufriedenheit zwischen Männern und Frauen bezeichnen kann. Vor der Pandemie waren Frauen bis 65 Jahren leicht zufriedener als ihr männliches Gegenüber (bis auf den Bereich um die 50 Jahre). Ab 65 Jahren sind in »Normalzeiten« ältere Männer zufriedener mit ihrem Leben – das bleibt auch in der Coronazeit so. Der Kipp-Effekt fand vor allem in jungen und mittleren Altersjahren statt. In Abbildung 3 ist das deutlich zu sehen: Die Kurve der Frauen liegt für die Zeit vor Corona *über* der Kurve der Männer. Während Corona liegt die Kurve der Frauen *unterhalb* derer der Männer!

Besonders drastisch ist der Kippeffekt unter den Jugendlichen und jungen Erwachsenen: Schülerinnen von 16 bis 19 Jahren waren vor Corona noch 0,1 Punkte glücklicher als ihre männlichen Mitschüler. Während Corona verlieren die Schülerinnen satte 1,2 Punkte, die männlichen Schüler büßen etwa 0,7 Punkte an Lebensglück ein. Nun sind die männlichen

Jugendlichen auf niedrigerem »Corona-Niveau« 0,5 Punkte zufriedener als die weiblichen Jugendlichen. Ähnlich ging es den Studenten: Studentinnen waren in der Pandemie 0,44 Punkte unglücklicher als ihre männlichen Kommilitonen. Auch alleinlebende Frauen – d.h. alleine in einem Haushalt ohne Partner/in lebend – unter 35 Jahren berichten von einer um 0,89 Punkte gesunkenen Lebenszufriedenheit. Die gleichaltrigen alleinlebenden Männer geben im Durchschnitt einen Verlust von 0,56 Punkten an.

In den mittleren Altersgruppen waren Frauen in der Vor-Corona-Zeit kaum zufriedener als die Männer. Aber auch in dieser Altersgruppe fallen Frauen signifikant stärker unter den Durchschnitt gleichalter Männer (Abbildung 3): Zum Beispiel sahen sich Frauen und Männer im Alter zwischen 45 und 50 Jahren mit durchschnittlich 7,02 Punkten vor Corona auf dem gleichen Glücksniveau. Dann, in der Pandemie, liegen die Frauen in diesem Alter bei nurmehr 6,56 Punkten, Männer aber noch bei 6,7 Punkten. Auch im Renteneintrittsalter zwischen 60 und 70 Jahren – einem Alter, bei dem Frauen (und Männer) sonst ein Glückshoch erleben – bleiben Frauen auf dem niedrigen Niveau der »Mid-Life-Crisis« und kommen über 6,57 Punkte nicht mehr hinaus. Die Männer hingegen steigern ihre Lebenszufriedenheit, wenn auch auf einem niedrigerem Grad, wie vor der Pandemie: Noch mit 60 Jahren bei 6,5 Punkten, schaffen es die in die Rente eintretenden Männer in der Coronazeit abermalig auf 6,78 Punkte und damit auf das Niveau eines Anfang 40-Jährigen.

4 Nicht alle Frauengruppen sind gleich betroffen

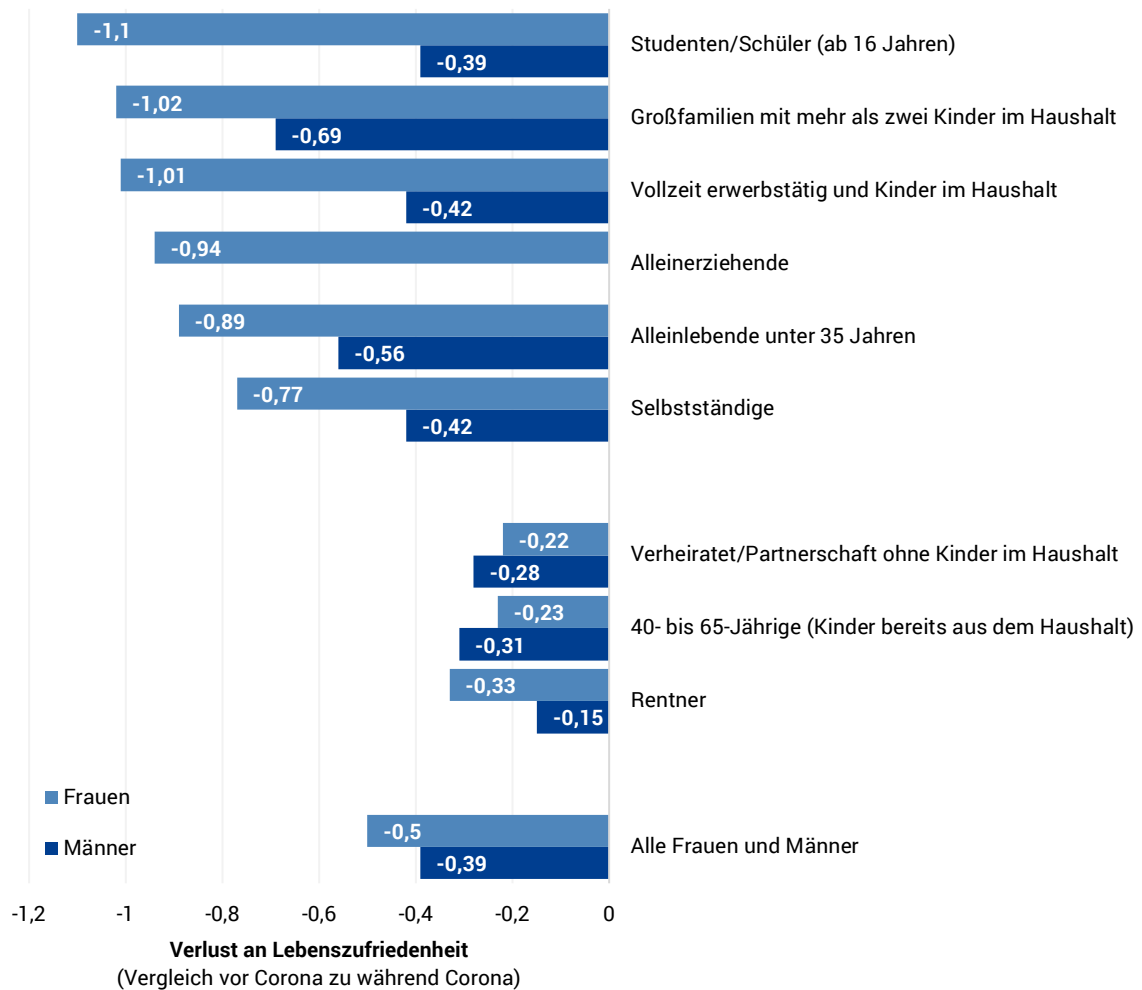
Nicht alle Frauen sind von den Coronamaßnahmen in ihrer Lebenszufriedenheit gleichmäßig betroffen. In Abbildung 4 unterscheiden wir neun verschiedene Frauengruppen. Die Reihung erfolgt nach der Größe des Verlusts an Lebensglück: Die Studentinnen/Schülerinnen ganz oben als am stärksten Betroffene bis zu den Verheirateten (ohne Kinder im Haushalt) oder Rentnerinnen als am schwächsten Betroffene. Wir können zum einen die Zufriedenheitsverluste der Frauengruppen vom Niveau her miteinander vergleichen. Eine Frau in einer Großfamilie (-1,02 Punkte) etwa verlor durch die Pandemie im Durchschnitt zwei Drittel mehr an Lebenszufriedenheit als eine Rentnerin (-0,33 Punkte). Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren) waren in ihrem Lebensglück mehr als doppelt so heftig betroffen (-1,10 Punkte) wie alle Frauen zusammen (-0,50 Punkte).

Zum anderen vergleichen wir die Werte mit denen der Männer. Die Männer schneiden in fast allen Gruppen besser ab als die Frauen. Im direkten Mann/Frau Vergleich sieht die Reihenfolge etwas anders aus: Nicht die Studenten und Schüler (ab 16 Jahren) gehören zu den am stärksten Betroffenen (-0,39 Punkte), sondern Väter aus Großfamilien (-0,69 Punkte). Auch alleinlebende Männer (-0,56 Punkte), Erwerbstätige Väter mit Kindern im Haushalt (-0,42 Punkte) sowie männliche Selbstständige (-0,42 Punkte) berichten von höheren Lebenszufriedenheitsverlusten als die Studenten.

Abbildung 3

Lebenszufriedenheitsverluste von »Frauengruppen« im Vergleich zu Männern

Durchschnittliche Lebenszufriedenheit auf einer Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«).



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022. **Anmerkungen:** Ergebnis mehrerer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalysen unter Konstanthaltung von Alter, Bildungsstand, Einkommen und Haushaltsgröße. Die Anzahl alleinerziehender Männer war in der Pandemiezeit zu klein (nur 35 Befragte). »Vor Corona«: 2011 bis 2019, »während Corona«: 2020 bis 2022.

Studentinnen und Schülerinnen erlebten in der Pandemie absolut den größten Glücksverlust. Sie verlieren aber auch im Vergleich zu ihren männlichen Kommilitonen am meisten. Großfamilien und Alleinerziehende büßen immens an Lebenszufriedenheit ein. In beinahe sämtlichen Gruppen schneiden die Männer besser ab.

Einzelne Gruppen, die aber in der Bevölkerung anteilmäßig relativ groß sind, zeigen keine oder kleine Unterschiede zugunsten der Frauen (Abbildung 4): Verheiratete (oder mit Partner/in) ohne Kinder im Haushalt sowie die Paare mittleren Alter, deren Kinder ausgezogen

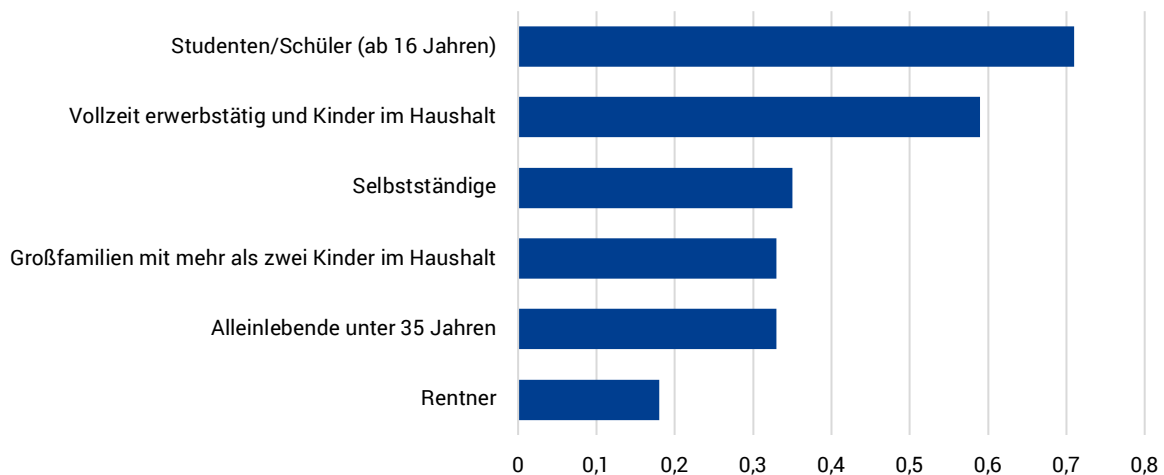
sind, weisen leichte Vorteile für die Lebenszufriedenheit der Frauen gegenüber den Männern aus. Im Ergebnis erklärt das, dass der Gesamtunterschied der Verluste an Lebenszufriedenheit zwischen allen Männern und allen Frauen nur 0,11 Punkte beträgt.

Abbildung 5 veranschaulicht, bei welchen Bevölkerungsgruppen der Happiness Gap – also der Unterschied in der Lebenszufriedenheit zwischen Männern und Frauen während der Pandemie – am höchsten ist. Männliche und weibliche Kommilitonen und Schulkameraden unterscheiden sich am stärksten. Die Glücksdifferenz beträgt volle 0,71 Punkte. Ähnlich hoch ist die Happiness Gap nur bei den in Vollzeit Erwerbstätigen mit Kindern im Haushalt (0,59 Punkte). Die Geschlechterunterschiede im Glück bei Selbstständigen, junge Alleinlebenden und Großfamilien liegen alle im Bereich zwischen 0,3 und 0,4 Punkte. Rentnerinnen und Rentner liegen bei 0,18 Punkten und damit nur geringfügig stärker auseinander wie vor der Pandemie. Im Folgenden gehen wir dem Happiness Gap der in Abbildung 5 aufgezählten Frauengruppen (plus den Alleinerziehenden) etwas genauer nach und suchen nach Erklärungen für die Unterschiede. Wir beginnen mit der wohl am stärksten betroffenen Gruppe: den Studentinnen.

Abbildung 4

Wo der Happiness Gap zwischen Männern und Frauen am größten ist

Je höher der Happiness Gap, desto größer der pandemiebedingte Abstand der Lebenszufriedenheit der Männer zu den Frauen.



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022. **Anmerkungen:** Ergebnis mehrerer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalysen unter Konstanthaltung von Alter, Bildungsstand, Einkommen und Haushaltsgröße. Die Anzahl alleinerziehender Männer war in der Pandemiezeit zu klein (nur 35 Befragte).

Der Happiness Gap zwischen Frauen und Männern ist bei Studenten und Schülern sowie bei in Vollzeit Erwerbstätigen mit Kindern im Haushalt am größten.

4.1 Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren)

	Studentinnen/ Schülerinnen	Studenten/ Schüler
Vor der Pandemie (2011 bis 2019)	7,72	7,72
Während der Pandemie (2020 bis 2022)	6,62	7,33
Veränderung	-1,10 ↓	-0,39 ↓

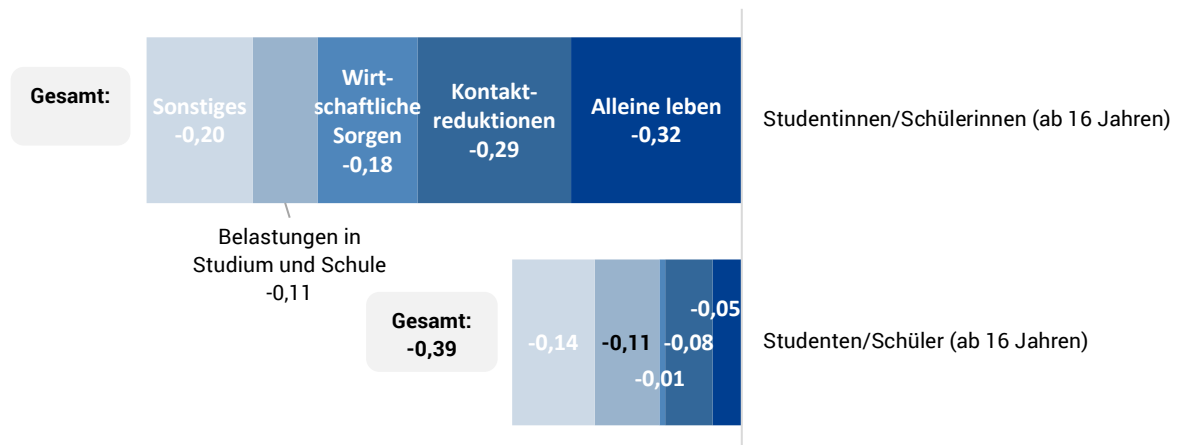
Die Pandemie hat viele junge Menschen getroffen. Insbesondere Studentinnen und Schülerinnen erlebten mit minus -1,10 Punkten einen wahren Glückseinbruch. Ihre männlichen Kommilitonen verloren hingegen »nur« 0,39 Punkte.¹³ Der Glücksverlust der Studentinnen übertrifft somit den ihrer männlichen Kommilitonen um 0,71 Punkte oder ist fast drei Mal so hoch. Besonders die mit der Pandemiebekämpfung verbundenen Kontaktreduzierungen kosteten den jungen Frauen viel an Lebensglück – genau genommen machten diese 0,29 Punkte aus (Abbildung 6). Wer als Studentin zusätzlich alleine in einer eigenen Wohnung lebte (laut Studierendenwerken immerhin in Deutschland ein Drittel der Studentinnen¹⁴), verlor im Durchschnitt darüber hinaus 0,32 Punkte.

¹³ Allerdings liegt die Betroffenheit wohl nicht allein am jungen Alter der Studierenden, sondern eher am Bildungsstatus. Die Gruppe der Auszubildenden verlor zum Beispiel kaum an Lebenszufriedenheit. Für einen ausführlichen Blick auf die Situation von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in der Pandemie siehe Bertelsmann Stiftung (2021): Das Leben von jungen Menschen in der Corona-Pandemie.

¹⁴ Deutsches Studentenwerk (2020): Wohnen im Studium. URL: <https://www.studentenwerke.de/de/content/wohnen-im-studium> [letzter Zugriff am 25.02.2022].

Abbildung 5

Gründe für die Zufriedenheitsverluste von Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren)



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022. Anmerkungen: Ergebnis mehrerer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalysen unter Konstanthaltung von Alter, Bildungsstand, Einkommen und Haushaltsgröße.

Studentinnen und Schülerinnen ab 16 Jahren geben an, besonders unter den Kontaktbeschränkungen zu leiden: Das seltenere Treffen von Freunden und Familie macht 0,29 Minus-Punkte aus. Wer dann noch alleine lebte, verlor zusätzlich 0,32 Punkte. Die männlichen Studenten und Schüler fasste die Kontaktarmut kaum an. Auch die wirtschaftlichen Sorgen betrafen in der Pandemie vor allem die weiblichen Studenten (und Schüler).

Der starke Einfluss der Kontaktreduzierung während der Pandemie auf die Lebenszufriedenheit zeigt sich auch in den berichteten Sorgen: Mehr als die Hälfte der Studentinnen und Schülerinnen kurz vor ihrem Abschluss (52,9 Prozent) sorgten sich um ihre Kontakte und Beziehungen, bei den Männern gleichen Alters waren es im Dezember 2021 46,2 Prozent. Laut einer Forsa-Umfrage aus dem Herbst 2021 hatte jede fünfte Studentin Sorge zu vereinsamen – bei den männlichen Pendanten waren es jeder zehnte.¹⁵



Einfluss auf die Lebenszufriedenheit hatte auch die schwierige wirtschaftliche Situationen für Studentinnen. Immerhin 0,18 der insgesamt 1,10 Punkte gehen auf das Konto der über die Studentinnen gekommene ökonomischen Krise. Etwa ein Drittel der Studentinnen (32 %) gab noch im Dezember 2021 an, sich aufgrund der Corona-Krise große oder sehr große Sorgen um ihre eigene wirtschaftliche Situation zu machen – bei den männlichen Kommilitonen waren es 22 Prozent. Weibliche Studierende arbeiteten als Minijobberin oder Werkstudentin eher in Branchen, die von den Corona-Maßnahmen betroffen waren – etwa als Kellnerinnen im Gastrogewerbe.

¹⁵ Forschung und Lehre (2021): Studentinnen gestresster von Corona-Semestern als Studenten. URL: <https://www.forschung-und-lehre.de/zeitfragen/studentinnen-gestresster-von-corona-semestern-als-studenten-4241> [letzter Zugriff am 25.02.2022].

Studentinnen und Schülerinnen berichten zudem in Verbundenheit mit ihrer Universität oder (Hoch-)Schule von hohen emotionalen Belastungen (minus 0,11 Punkte): Das führte zu fehlender Motivation, dem Online-Unterricht und Vorlesungen zu folgen sowie zu Schwierigkeiten sich alleine in seinem WG-Zimmer zum Lernen aufzuraffen. Neben der Antriebslosigkeit plagten viele auch größere Zukunftsängste sowie Furcht vor dem Scheitern bei Prüfungen.

Mit 0,20 Punkten gibt es unbekannte Faktoren, die das Lebensglück von Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren) negativ beeinflussten. Ein weiterer möglicher Faktor könnte sein, dass vor allem junge Frauen während der Pandemie wieder in das Elternhaus zurückkehren mussten (z. B. weil man sich aufgrund seines Jobverlusts das WG-Zimmer nicht mehr leisten konnte oder das einsame Leben in der verwaisten WG einem zu Kopf stieg). Der Effekt ist erheblich. Denn junge Männer von Anfang bis Ende 20 leben signifikant häufiger im „Hotel Elternhaus“ als gleichaltrige Frauen. Während laut Statistischem Bundesamt noch knapp 74 Prozent der 20-Jährigen Männer im Elternhaus leben, sind es bei den gleichaltrigen Frauen nur noch 65,5 Prozent. Mit den Jahren zwischen 20 und 25 wird der Abstand zwischen Männern und Frauen noch größer: Noch mit 25 Jahren leben 34 Prozent der Männer bei »Mutti und Vati« - das machen nur 21 Prozent der 25-jährigen Frauen.¹⁶ Das plötzliche Zurückgeworfensein über mehrere Monate bzw. Jahre in das Elternhaus lässt einige zuvor gehegte Pläne und Wünsche für die Jahre im Studium platzen.

4.2 Frauen in Großfamilien (drei oder mehr Kinder im Haushalt)

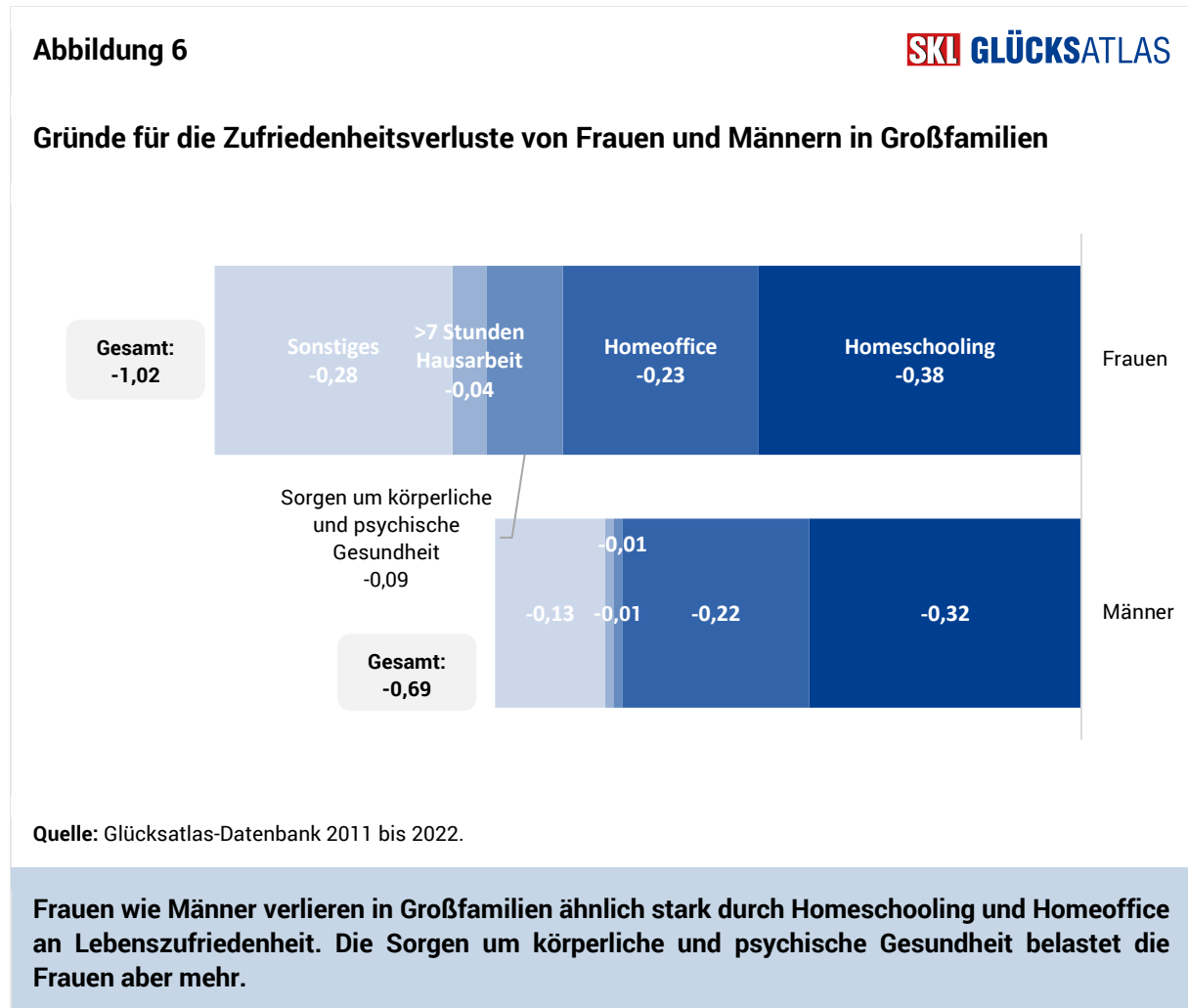
	Frauen in Großfamilien	Männer in Großfamilien
2019 (vor der Pandemie)	7,56	7,31
Dezember 2021/Januar 2022 (während der Pandemie)	6,54	6,62
Veränderung zu 2019	-1,02 	-0,69 

Große Familien mit mehr als zwei Kindern erlebten eine durch die Pandemie lang anhaltende belastende Phase. Der Alltag musste nicht selten umgeplant werden, wenn zum Beispiel die eigenen Kinder in Quarantäne mussten. Hausarbeit, Kinderbetreuung und die Verpflichtungen im Beruf kommen dann an einem Ort zusammen. Man spricht im Zuge dessen von einem »Mental Overload«, d.h. von einer kognitiven und emotionalen Überlastung durch ständiges Kümmern sowie Umsorgen anderer Familienmitglieder.¹⁷ Keine Überraschung sind somit

¹⁶ Statistisches Bundesamt (2021): Mehr als ein Viertel der 25-Jährigen wohnte 2020 noch im Haushalt der Eltern. URL: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2021/12/PD21_N069_12.html [letzter Zugriff am 25.02.2022].

¹⁷ Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021): Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie. BEVÖLKERUNGS.STUDIEN 2|2021.

auch die hohen Lebenszufriedenheitsverluste der Eltern in Familien mit einigen Kindern im Haushalt: Mütter verlieren insgesamt 1,02, Väter 0,69 Punkte in der Pandemie. Für die Frauen sind es nach den Studentinnen und Schülerinnen die zweithöchsten Einbußen in ihrem Lebensglück, für die Männer sogar die höchsten.



Man könnte hier auch von einer Art »Multitasking-Falle« sprechen: Frauen aus Großfamilien, die mindestens ein schulpflichtiges Kind im Alter zwischen sechs und 14 Jahren betreuen, sind um 0,38 Punkte unzufriedener als Frauen, deren Kinder entweder jünger (unter sechs Jahren) oder älter (über 14 Jahre) sind. Mit 0,32 Punkten Einbußen an Lebenszufriedenheit geht das Homeschooling bei den Männern in Großfamilien auf einem ähnlichen hohen Niveau in die Rechnung ein. Auch das Homeoffice belastet Mütter (-0,23 Punkte) und Väter (-0,22 Punkte) in Großfamilien. Da Frauen auf die schon vor der Pandemie pro Wochentag zusätzliche Stunden an Hausarbeit draufsatteln, belastete sie die pandemiebedingte Hausarbeit zusätzlich um 0,04 Punkte. Auch Väter haben während Corona mehr an Hausarbeit geleistet als zuvor. Allerdings kamen sie von einem vor Corona niedrigerem Niveau, was eine Erklärung dafür sein kann, dass dies die Männer kaum belastete (-0,01 Punkte).¹⁸ Die gleichzeitige

¹⁸ Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2021): Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie. BEVÖLKERUNGS.STUDIEN 2|2021.

Dauerbelastung aus den drei »H« – Homeschooling, Homeoffice, Housework – erklärt den Hauptteil der Zufriedenheitsverluste von Vätern und Müttern von Großfamilien.

4.3 Alleinerziehende

	Alleinerziehende Frauen	Alleinerziehende Männer
Vor der Pandemie (2011 bis 2019)	7,19	
Während der Pandemie (2020 bis 2022)	6,25	<i>zu wenige Befragte</i>
Veränderung	-0,94 	

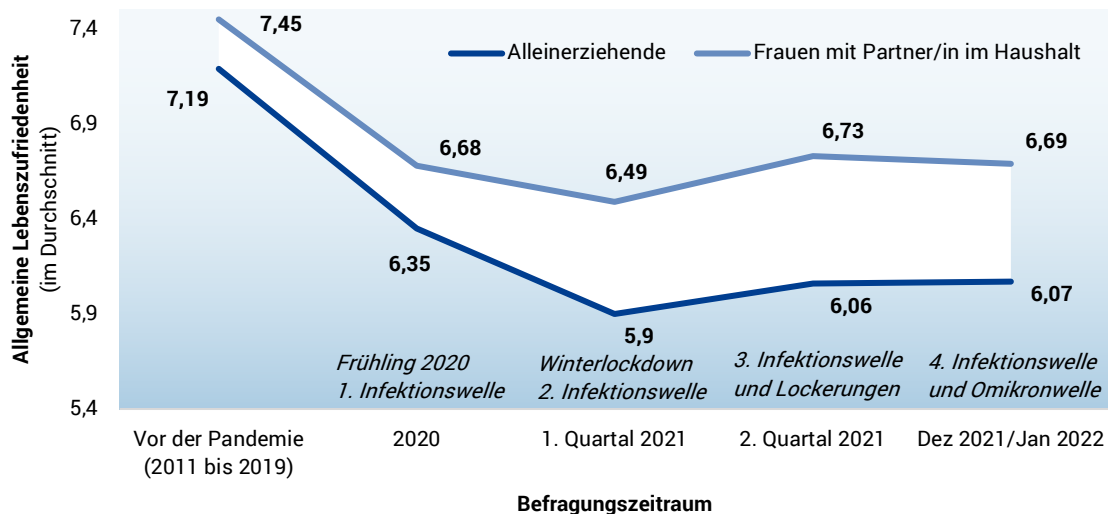
Wir definieren »Alleinerziehende« oder »Getrennterziehende« als Mütter oder Väter, die allein mit einem oder mehreren Kindern unter 18 Jahren im Haushalt leben. Insgesamt haben wir für die Vor-Corona-Zeit 1.333 (2011 bis 2019) alleinerziehende Frauen befragt – während der Coronapandemie sind es 346 Befragte.¹⁹ Alleinerziehende mussten einen immensen Rückschlag erleben: Ihre Lebenszufriedenheit sinkt von durchschnittlich 7,19 Punkten in der Vor-Pandemiezeit auf 6,25 Punkte in der Pandemie. Abbildung 8 unterteilt die Pandemiezeit noch einmal in vier Phasen und vergleicht die Entwicklung des Wohlbefindens mit Frauen, die während der Coronazeit von einem Partner oder einer Partnerin bei der Kinderbetreuung im Haushalt unterstützt wurden.

¹⁹ Unser Datensatz beinhaltet für einen Vergleich mit alleinerziehenden Vätern eine zu geringe Anzahl an Befragten. Sie geben für die Jahre 2011 bis 2019 eine durchschnittliche Lebenszufriedenheit von 6,72 Punkte (219 Befragte, alleinerziehende Frauen: 6,61 Punkte), 2020 von 6,35 Punkten (19 Befragte, Frauen: 6,35 Punkte) und für 2021 6,32 Punkte (44 Befragte, Frauen: 5,96 Punkte) an. Der Trend nach unten ähnelt somit dem der alleinerziehenden Frauen, auch wenn die Männer in der gleichen Alleinerziehenden-Situation ein etwas höheres Wohlbefinden angeben.

Abbildung 7

Alleinerziehende erholen sich in den Lockerungsphasen nicht

Durchschnittliche Lebenszufriedenheit auf einer Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«).



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022.

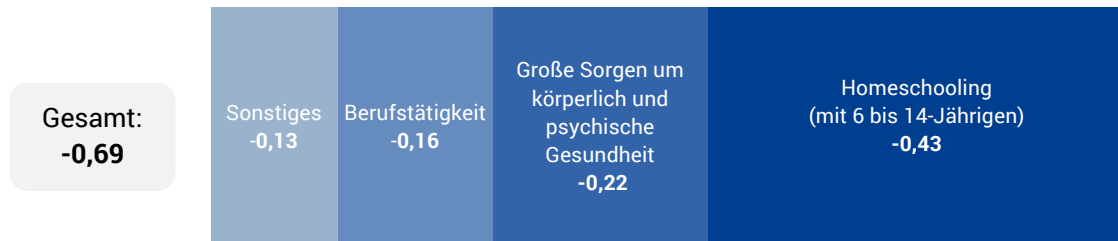
Die Corona-Krise verursachte bei den alleinerziehenden Frauen einen herben Zufriedenheitseinbruch. Im Gegensatz zu Frauen, die zu Hause von einem Partner unterstützt werden, erholen sich Alleinerziehende im Verlauf der Pandemiezeit kaum.

Bereits vor der Pandemie waren Alleinerziehende um 0,26 Punkte mit ihrem Leben unglücklicher als Haushalte mit zwei Erwachsenen. Mit Beginn der Coronakrise im Frühjahr 2020 wuchs die Differenz zwischen beiden Haushalten nur mäßig auf 0,33 Punkte – ob allein oder mit Unterstützung: Familien berichteten im ersten Lockdown schon von einem hohen Zufriedenheitsverlust. Mit Andauern der Pandemie und ihren Maßnahmen wächst der Abstand aber: In der zweiten Infektionswelle und dem langen Winterlockdown sank die Lebenszufriedenheit der Alleinerziehenden auf durchschnittlich 5,90 Punkte – der Abstand zu Haushalten mit zwei Erwachsenen stieg auf 0,59 Punkte. Mit dem Frühling 2021 erholten sich die Alleinerziehenden kaum: Ihr durchschnittliches Lebensglück stieg um 0,16 Punkte auf 6,06 – das der Mütter mit Partner/in im Haushalt aber auf 6,73. Die Differenz stieg somit weiter auf 0,67 Punkte. Auch im Laufe des Jahres 2021 und zu Beginn des Jahres 2022 erholen sich die Alleinerziehenden in ihrer Lebenszufriedenheit kaum (6,07 Punkte). Auch wenn beide in Abbildung 8 betrachteten Gruppen im Januar 2022 weit unterhalb des Vor-Corona-Niveaus von 7,19 (Alleinerziehende) bzw. 7,45 Punkten (Frauen mit Partner/in im Haushalt) liegen, zeigt sich bei den Familien mit zwei Partnern zumindest in Lockerungsphasen ein gewisser Erholungseffekt. Bei den Alleinerziehenden ist kaum eine Erholung des Lebensglücks sichtbar.

Abbildung 8

Gründe für die Zufriedenheitsverluste von alleinerziehenden Frauen

Durchschnittliche Lebenszufriedenheit auf einer Skala von 0 (»überhaupt nicht zufrieden«) bis 10 (»völlig zufrieden«).



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2011 bis 2022. **Anmerkung:** Ergebnis einer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalyse unter Festhaltung verschiedener Variablen wie Alter, Einkommen und Haushaltsgröße.

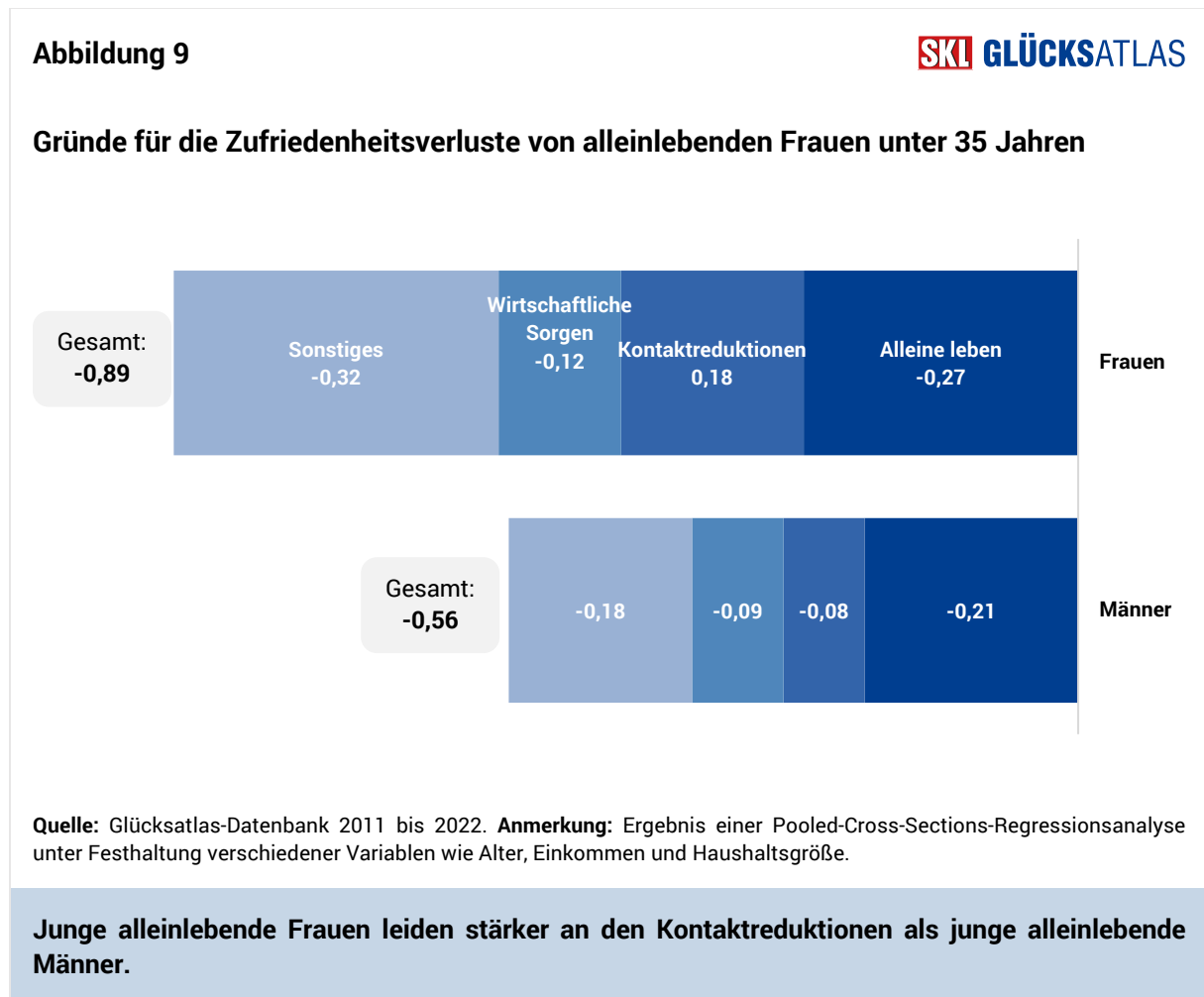
Die zusätzliche Betreuung von Kindern im schulpflichtigen Alter war für die Alleinerziehenden eine herbe Belastung – die Sorgen um körperliche und psychische Gesundheit hatten darüber hinaus einen starken negativen Einfluss auf das Lebensglück.

Gründe für die Einbußen im Wohlbefinden zeigt Abbildung 9. Das Homeschooling mit 6- bis 14-Jährigen schlägt mit 0,43 Punkten besonders heftig zu Buche. Das zeigt, dass Alleinerziehende bereits vor der Pandemie hoch belastete gewesen sein mussten und die zusätzliche Beschulung der Kinder kaum mehr Platz hatte. Das zeigen auch die 0,16 Punkte Zufriedenheitsverlust durch Berufstätigkeit: Alleinerziehende ohne Job (d.h. arbeitssuchend) sind im Durchschnitt während der Pandemie somit sogar zufriedener mit ihrem Leben. Vermutlich ließ sich die Belastung dann besser aushalten.

4.4 Alleinlebende Frauen unter 35 Jahren

	Alleinlebende Frauen < 35 Jahre alt	Alleinlebende Männer < 35 Jahre alt
2019 (vor der Pandemie)	7,61	7,46
Dezember 2021/Januar 2022 (während der Pandemie)	6,72	6,90
Veränderung zu 2019	-0,89	-0,56

Neben Familien waren es darüber hinaus die jungen alleinlebenden Frauen, die immens an Lebenszufriedenheit einbüßten. Alleinlebende Frauen und Männer sind Personen, die in einer eigenen Wohnung ohne Partner/in und Kinder leben.²⁰ Zudem sind es vor allem alleinlebende Frauen in einem Alter unter 35 Jahren, die mit 0,89 Punkten ähnlich hohe Glückseinbußen erlebten wie die Alleinerziehenden – alleinlebende Männer unter 35 Jahren verlieren 0,56 Punkte an Lebenszufriedenheit.





Betrachtet man Abbildung 10, so begründet sich der Lebenszufriedenheitsverlust der Alleinlebenden natürlich im »alleine Leben« und mit allem, was in einer Pandemie mit starken Kontakteinschränkungen zusammenhängt. Die Einsamkeit, d.h. die Differenz zwischen der tatsächlichen Anzahl und der gewünschten Anzahl an Beziehungen und Kontakten, war in der Pandemie bei jungen Frauen besonders stark verbreitet. Eine Sonderauswertung des Sozio-oekonomischen Panels (SOEP-CoV) bestätigt diesen Befund: Junge Frauen fühlen sich signifikant einsamer als junge Männer.²¹

²⁰ Das heißt nicht, dass Alleinlebende auch Single sein müssen. Wir haben somit unter den Alleinlebenden sowohl welche mit Lebensabschnittspartner als auch welche, die Single sind.

²¹ Entringer, T.; Kröger, H. (2021): Weiterhin einsam und weniger zufrieden – Die Covid-19-Pandemie wirkt sich im zweiten Lock-down stärker auf das Wohlbefinden aus. DIWaktuell Nr. 67 – 01.07.2021.

4.5 In Voll- und Teilzeit Erwerbstätige Frauen mit Kindern im Haushalt

	Erwerbstätige Frauen mit Kindern	Erwerbstätige Männer mit Kindern
2019 (vor der Pandemie)	7,45	7,58
Dezember 2021/Januar 2022 (während der Pandemie)	6,63	7,06
Veränderung zu 2019	-0,82 	-0,52 

Eltern mit Kindern im Haushalt erlebten in der Pandemie eine regelrechte Zerreißprobe. Während viele Familien den ersten »Lockdown« im Frühling 2020 noch nutzten, um wieder mehr Zeit miteinander zu verbringen, verstärkten sich die Anspannungen mit der Dauer der Pandemiemaßnahmen zunehmend. In unserer Sonderumfrage vom März 2021 – also während der bereits dritten Infektionswelle im zweiten Pandemiejahr – gab etwa die Hälfte der Eltern an, die stndigen Schließungen der Kindertagesstätten und Schulen (entweder durch »Lockdowns« oder durch Infektionsfälle) als sehr hohe Belastung zu empfinden – wenn man nur die Mütter fragte waren es sogar 60 Prozent.²²

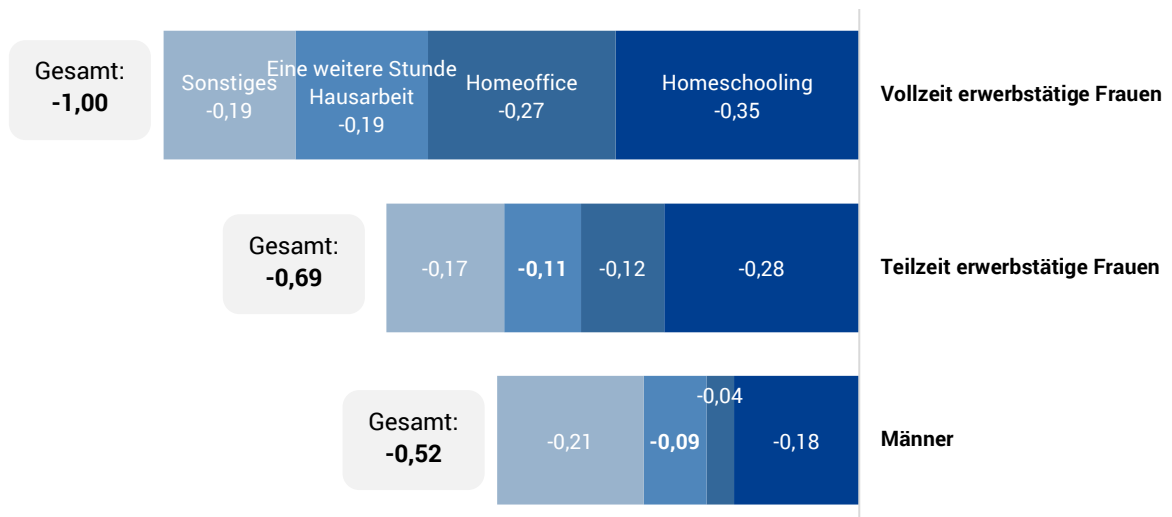
Blieb die Lebenszufriedenheit im Frühling 2020 in Familien noch verhältnismäßig konstant, sank sie im Verlauf der Pandemie zusehends.²³ Gerade Mütter und Väter, die zeitgleich erwerbstätig waren und Kinder im Haushalt betreuen mussten, verloren von März 2020 bis Januar 2022 an Lebenszufriedenheit: Frauen um 0,82 Punkte, Männer um 0,52 Punkte.

²² Raffelhüschen, B. & Renz, T. (2021): Stand und Entwicklung der Lebenszufriedenheit. In: Raffelhüschen, B. (Hrsg.): Deutsche Post Glücksatlas 2021. München: Penguin, S. 21–96.

²³ FamilienMonitor Corona (2021): Zufriedenheit mit dem Leben allgemein. URL: https://www.diw.de/de/diw_01.c.809410.de/familienmonitor_corona.html#c_809394 [letzter Zugriff am 19.02.2022].

Abbildung 10

Gründe für die Zufriedenheitsverluste von erwerbstätigen Frauen mit Kindern im Haushalt



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2020 bis 2022. **Anmerkung:** Ergebnis einer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalyse unter Festhaltung verschiedener Variablen wie Alter, Einkommen und Haushaltsgröße.

Besonders Frauen, die in Vollzeit erwerbstätig waren und gleichzeitig Kinder im Homeschooling zu betreuen hatten, sahen sich in der »Multitasking-Falle« aus den »3H« gefangen: Homeschooling, Homeoffice, Houswork.

Abbildung 11 zeigt das Problem, welches wir bereits bei den Großfamilien als »Multitasking-Falle« bezeichneten: Vollzeit erwerbstätige Frauen mit Kindern, die sowohl von zu Hause aus arbeiten (Homeoffice) als auch die Betreuung der schulpflichtigen Kinder übernehmen müssen (Homeschooling), verlieren zusammengenommen 0,62 Punkte (-0,27 plus -0,35 Punkte). Darüber hinaus büßen sie wegen der vermehrten Hausarbeit weitere 0,19 Punkte ein. Auch die Männer werden durch »Multitasking« mehrbelastet, wenn auch nicht so zeitintensiv wie Frauen, das geht aus den Daten hervor. Die männlichen Zufriedenheitseinbußen sind denn auch geringer (-0,52 Punkte).

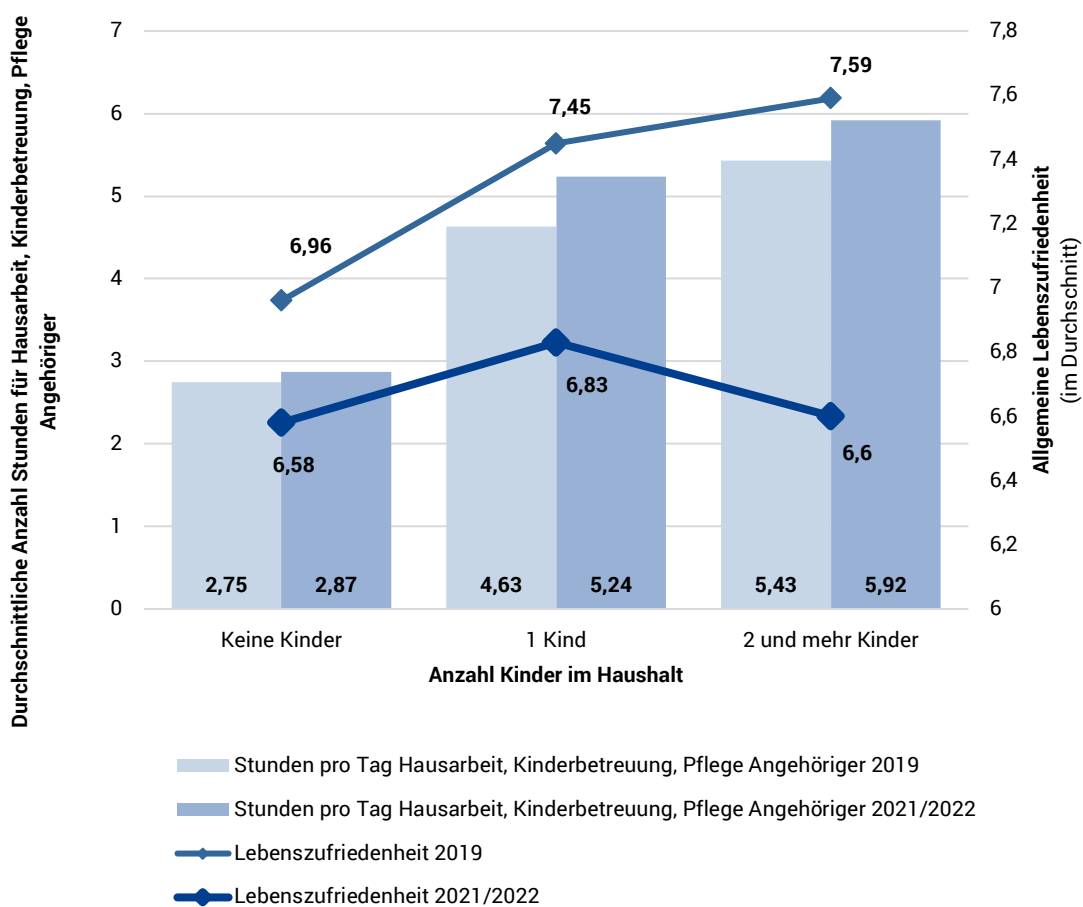
Bei Frauen in Teilzeit mit Kindern zu Hause reduziert sich im Vergleich zu den Vollzeit Erwerbstätigen vor allem der negative Effekt durch das Homeoffice (-0,12 Punkte), auch die Hausarbeit verliert zum Teil ihren »Schrecken« (-0,11 Punkte).

Für Männer spielte das »Home-Office« keine große Rolle (-0,04 Punkte). Kein Wunder, denn nur 27 Prozent der Männer in Erwerbstätigkeit blieben langfristig aufgrund der Corona-Krise zu Hause und übernahmen dort zusätzliche Hausarbeiten sowie Betreuungsaufgaben (Stand: März 2021) – bei den Frauen waren es 42 Prozent. Die Gründe dafür sind sicherlich

vielfältig. Unwilligkeit muss es nicht unbedingt sein, denn viele Berufe lassen ein Arbeiten von Zuhause aus kaum oder gar nicht zu, was vor allem für das produzierende Gewerbe oder Industriebjobs zutrifft.

Abbildung 11

Homeschooling + Homeoffice + Housework = Geringere Lebenszufriedenheit



Quelle: Sozio-oekonomisches Panel 2019 (v36), Glücksatlas-Datenbank Dezember 2021/Januar 2022.

Eigentlich sind Frauen mit Kindern im Haushalt glücklicher als Frauen ohne Kinder. In der Pandemie stellten Kinder durch übermäßige Zeitbindung aber eine Belastung dar: Je mehr Kinder, desto mehr Hausarbeit und Kinderbetreuung und damit desto geringer die Lebenszufriedenheit.

Abbildung 12 bestätigt die Belastung der verschiedenen Aufgaben für Mütter. Wer keine Kinder im Haushalt hat, dessen Stundenanzahl für »Hausarbeit« erhöhte sich während der Coronapandemie kaum (von durchschnittlich 2,75 im Jahr 2019 auf 2,87 Stunden). Gleichzeitig sank die Lebenszufriedenheit während der Krise moderat von 6,96 auf 6,58 Punkte (-0,38 Punkte). Aber schon ein Kind macht den Unterschied: Statt durchschnittlich 4,63 Stunden an Hausarbeit und Kinderbetreuung pro Tag im Jahr 2019 erhöhten Frauen ihr Zeitbudget

während Corona auf 5,24 Stunden – was zu einem Abfall des Lebensglücks um 0,62 Punkte führte (von 7,45 Punkte 2019 auf 6,83 Punkte im Winter 2022). In Familien mit zwei und mehr Kindern fiel die Lebenszufriedenheit von Frauen, die gleichzeitig erwerbstätig waren *und* Kinder im Haushalt zu betreuen hatten sogar um fast einen ganzen Punkt auf 6,6 Punkte.

4.6 Weibliche Selbstständige

	Selbstständige Frauen	Selbstständige Männer
Vor der Pandemie (2011 bis 2019)	7,15	7,19
Während der Pandemie (2020 bis 2022)	6,38	6,77
Veränderung zu 2019	-0,77 	-0,42 

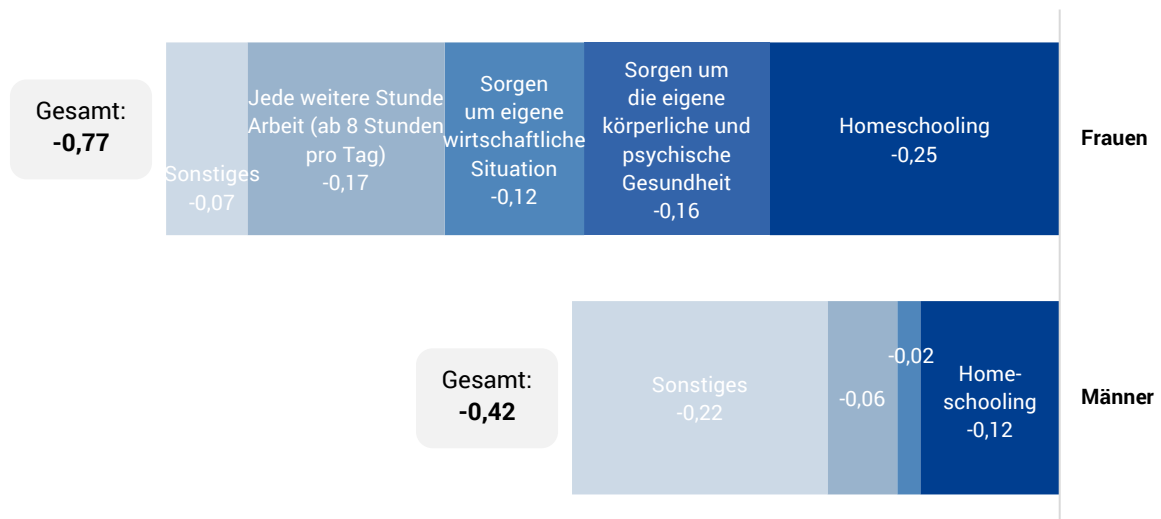
Unter klein- und mittelständischen Selbstständigen sowie Freiberuflern war der Druck der Corona-Maßnahmen enorm – in manchen Branchen sogar existenzbedrohend. Insbesondere in den »Lockdown-Phasen« fühlte sich knapp die Hälfte der Selbstständigen durch die finanzielle Krise schwer belastet. Unter den abhängig Beschäftigten waren es knapp ein Fünftel (20 Prozent).²⁴ Die Belastungen und Sorgen von Selbstständigen schwankten während der Pandemie stark mit den Infektionswellen und den mit ihnen einhergehenden Maßnahmen. So konnten viele Selbstständige infolge der Impfkampagne und der 3G- bzw. 2G-Regelung ihre Tätigkeiten wieder aufnehmen. Aber den Durchbruch schafften sie nicht, denn in unserer Befragung machen sich im Dezember 2021 immerhin noch knapp 30 Prozent (und nicht mehr 50 Prozent) der Selbstständigen große oder sehr große Sorgen um ihre eigene wirtschaftliche Situation – bei den abhängig Beschäftigten waren es kurz vor Weihnachten 2021 immer noch 22 Prozent und damit ähnlich viele wie zu den »Lockdown-Phasen« im Frühjahr 2020 oder im Winter 2021.

Betrachten wir die Lebenszufriedenheit, so fällt auf, dass die Gruppe der Selbstständigen ähnlich stark an Lebensglück einbüßt wie der Rest der Bevölkerung (-0,55 zu -0,56 Punkten). Mit einem Minus von 0,77 Punkten verlieren weibliche Selbstständige aber erheblich mehr. Sie liegen fast gleichauf mit der Gruppe der Erwerbstätigen mit Kindern im Haushalt. Männliche Selbstständige kommen mit minus 0,42 Punkten sogar noch relativ glimpflich davon.

²⁴ Schulze Buschoff, K.; Emmeler, H. (2021): Selbstständige in der Corona-Krise. Ergebnisse aus der HBS-Erwerbspersonenbefragung, Wellen 1 bis 5. WSI Policy Brief Nr. 60.

Abbildung 12

Gründe für die Zufriedenheitsverluste von weiblichen und männlichen Selbstständigen



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2020 bis 2022. **Anmerkung:** Ergebnis einer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalyse unter Festhaltung verschiedener Variablen wie Alter, Einkommen und Haushaltsgröße. Die »Sorgen um die eigene körperlich und psychische Gesundheit« haben keinen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit der männlichen Selbstständigen.

Weibliche Selbstständige waren durch eine Mischung aus wirtschaftlichen und familiären Sorgen stark belastet. Das Homeschooling geht auch bei ihnen als größter Faktor auf die Lebenszufriedenheit ein.

Beim Vergleich in Abbildung 13 fällt auf, dass männliche Selbstständige in allen Bereichen weniger Glücksverluste angeben: Sie machen sich kaum Sorgen über ihre Gesundheit und ihre wirtschaftliche Zukunft etc. Beim Belastungsgrund Homeschooling ist es genauso. Die Betreuung schulpflichtiger Kinder während der Pandemie stellte allerdings bei den weiblichen Selbstständigen ein zentrales Problem dar (-0,25 Punkte). Auch bei den Männern ist es zentral, allerdings auf niedrigerem Niveau (-0,12 Punkte). Mit -0,12 Punkten sind jedoch wirtschaftliche Sorgen und Belastungen bei weiblichen Selbstständigen ein weiterer großer Faktor, bei ihren männlichen Pendanten ist das mit 0,02 Punkten viel weniger der Fall. Die gleichzeitig zugenommene Belastung im Beruf, finanzielle Sorgen sowie die Kinderbetreuung hat bei vielen selbstständigen Frauen einen starken Knick ihrer Lebenszufriedenheit ausgelöst – sozusagen Multitasking zu Hause verknüpft mit beruflichen Sorgen.

Auffällig ist darüber hinaus, dass sich selbstständige Frauen mit 25 Prozent besonders große Sorgen um ihre körperliche und psychische Gesundheit machen – bei abhängig beschäftigten Frauen sind es 20 Prozent. So kosten gesundheitliche Sorgen auch 0,16 Punkte bei der

Lebenszufriedenheit – die Sorgen um die wirtschaftliche Situation machen 0,12 Punkte aus. Bei den Männern spielen diese Sorgen für die allgemeine Lebenszufriedenheit überhaupt keine Rolle.

Ahlheim et al. (2020) vermuten hinter der unterschiedlichen Betroffenheit von selbstständigen Männern und Frauen, dass sich Frauen aufgrund der doppelten Belastung aus Familie und Beruf weniger um die Liquidität ihres Unternehmens bemühen und deshalb schneller in finanzielle Probleme kommen: Offenbar beantragten Frauen weniger oft Kredit- oder Überbrückungshilfen vom Staat als ihre männlichen Mitbewerber, obwohl sie in von den Corona-Maßnahmen stärker betroffenen Branchen wie den körpernahen Dienstleistungen (Friseur, Kosmetik, Physiotherapie, etc.) arbeiteten.²⁵

4.7 Rentnerinnen

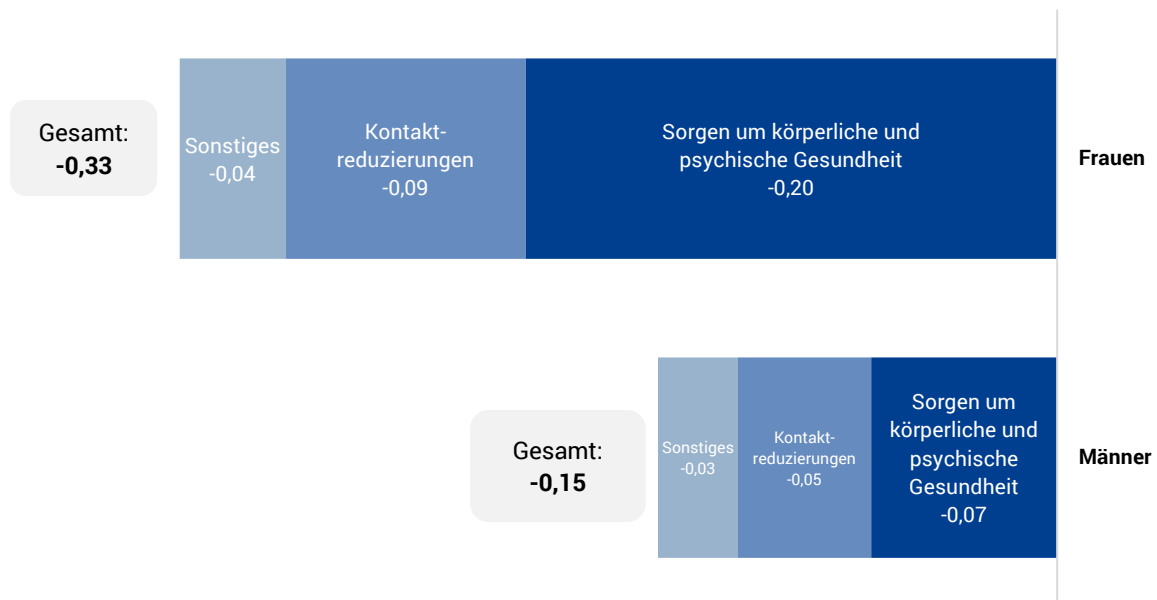
	Rentnerinnen	Rentner
Vor der Pandemie (2011 bis 2019)	6,87	6,86
Während der Pandemie (2020 bis 2022)	6,54	6,71
Veränderung zu 2019	-0,33 	-0,15 

Auf die Lebenszufriedenheit der Rentnerinnen und Rentner wirkte sich die Coronapandemie relativ schwach aus. Vor Corona lag sie bei durchschnittlich 6,87 bzw. 6,86 Punkten. In der Corona-Krise kam es zu einem vergleichsweise milden Verlust des Lebensglücks. Doch auch unter den Menschen über 65 Jahren gibt es einen coronabedingten »Happiness Gap«: Während verrentete Frauen 0,33 Punkte einbüßten, waren es bei den Männern bloß 0,15 Punkte.

²⁵ Ahlheim, M.; Bruckmeyer, S.; Konrad, K.A.; Windsteiger, L. (2020): Verlorenes Glück – Zufriedenheitsverluste in der Corona-Krise. In: Wirtschaftsdienst, 8, S. 586-590 sowie Seebauer, J.; Kritikos, A.; Graeber, D. (2021): Warum vor allem weibliche Selbstständige Verliererinnen der Covid-19-Krise sind. In: DIW Wochenbericht, Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung, 88(15), S. 262-269.

Abbildung 13

Gründe für die Zufriedenheitsverluste von Rentnerinnen und Rentnern



Quelle: Glücksatlas-Datenbank 2020 bis 2022. **Anmerkung:** Ergebnis einer Pooled-Cross-Sections-Regressionsanalyse unter Festhaltung verschiedener Variablen wie Alter, Einkommen und Haushaltsgröße.

Die coronabedingten Sorgen um die eigene körperliche und psychische Gesundheit hat bei Rentnerinnen einen deutlich stärkeren Einfluss auf die Lebenszufriedenheit als bei Rentnern.

Die Ursachen für den Zufriedenheitsverlust liegen für Rentnerinnen und Rentner überwiegend in der Sorge vor Ansteckung mit dem Coronavirus auf der einen Seite und den negativen Wirkungen der Kontaktreduzierungen auf der anderen Seite (Abbildung 14). Eine Ursache für die stärkeren Effekte auf die Lebenszufriedenheit der Frauen liegt sicherlich darin, dass 43 Prozent alleine in ihrem Haushalt leben – bei den Männern gehören nur 27 Prozent zu den Alleinlebenden. Wer im Alter alleine lebt, gibt häufiger an, sich einsam und isoliert zu fühlen.²⁶ Darüber hinaus schränkten ältere Frauen ihre Kontakte stärker ein als die Männer: Nur 32 Prozent der Frauen über 65 Jahren besuchten während der dritten Infektionswelle im Frühjahr 2021 mindestens einmal pro Monat Freunde oder Bekannte oder wurden von ihnen besucht. Männer über 65 Jahren taten dies zu 42 Prozent.

²⁶ Forsa-Umfrage für die Malteser (2021): Leben und Einsamkeit im Alter. URL: <https://www.malteser.de/miteinander-fueinander/forsa-umfrage.html> [letzter Zugriff am 19.02.2022].

5 Fazit

Von März 2020 bis zum Januar 2022 wurden in 14 Wellen insgesamt 15.200 Deutsche vom Institut für Demoskopie Allensbach nach ihrer Lebenszufriedenheit befragt. Das umfasst einen Großteil der Coronakrise. Ein wichtiges Resultat der Befragungen ist der signifikante Abfall in der Lebenszufriedenheit der Deutschen. Auf der Skala zwischen null und zehn sinkt das durchschnittliche Wohlbefinden von noch 7,14 Punkten 2019 (also in der Vor-Corona-Zeit) auf 6,7 Punkte im Januar 2022. Dieser Rückgang betrifft Frauen jedoch stärker als Männer: Während Männer mit 0,39 Punkte verlieren, sind es bei Frauen 0,5 Punkte. Die Glücksverluste der Frauen sind durch die Corona-Krise außergewöhnlich hoch.

Die vorliegende Studie zeigte dreierlei: Erstens, der durch Corona entstandene »Happiness Gap« der Geschlechter ist neu, er ist signifikant und er ist mit 0,11 Punkten außergewöhnlich hoch. Zweitens, Frauen sind von den Einbußen an Lebenszufriedenheit unterschiedlich stark betroffen. Drittens, für die unterschiedliche Betroffenheit gibt es auch sehr unterschiedliche Gründe.

Je einschränkender die Maßnahmen in der Coronapandemie, desto größer der Zufriedenheitsunterschied zwischen Männern und Frauen – der Happiness Gap ist somit besonders in den »Lockdown-Phasen«, also in Phasen, in denen »nicht-essenzielle« Geschäfte, Schulen und Kindertagesstätten geschlossen waren, groß gewesen. Die Differenz zuungunsten der Frauen erreichte ihren Höhepunkt mit 0,36 Punkten im Mai 2021 – einem Zeitpunkt, als die Enttäuschung über die sich zum dritten Male wiederholten Beschränkungen besonders hoch war. Einen solch hohen Unterschied zwischen Männern und Frauen hatte es seit der systematischen Erfassung der Lebenszufriedenheit 1984 nicht gegeben. Der Happiness Gap war aber auch im März (0,26 Punkte) und Januar (0,28 Punkte) 2021 sowie im Mai (0,28 Punkte) und April (0,26 Punkte) 2020 hoch. In den Phasen der Lockerung der Maßnahmen näherten sich beide Geschlechter wieder einander an: Im Juni 2020 sowie 2021 lag die Differenz nurmehr bei etwa 0,1 Punkten. In Normalzeiten (»vor Corona«) sind Frauen generell etwas zufriedener mit ihrem Leben.

Zwischen unterschiedlichen Frauengruppen existieren erstaunlich hohe Unterschiede in ihren Lebenszufriedenheitsverlusten. Rentnerinnen (> 65 Jahre) etwa, welche durch das Coronavirus gesundheitlich besonders gefährdet sind und oft alleine leben, büßten überraschenderweise unterdurchschnittlich an Lebensglück ein (-0,33 Punkte). Es erlebten diejenigen einen Absturz in ihrer allgemeinen Zufriedenheit, die »mitten im Leben stehen«: Junge Menschen wie Studentinnen und Schülerinnen (-1,10 Punkte) oder alleinlebende Frauen unter 35 Jahren (-0,89 Punkte) waren gemeinsam mit Familien die Leidtragenden. Vollzeit erwerbstätige Frauen mit Kindern im Haushalt (-1,01 Punkte), ebenso wie oftmals nicht erwerbstätige Frauen in Großfamilien mit mehr als zwei Kindern (-1,02 Punkte) sowie Alleinerziehende (-0,94 Punkte) erlebten in der Corona-Krise eine Zeit anhaltender Mehrfachbelastungen. Männer in den gleichen Situationen verloren im Vergleich zu den Frauen weit weniger Lebenszufriedenheit. Ihre Verluste sind nur halb bis ein Drittel so hoch wie jene der Frauen. Ein Beispiel: Vollzeit erwerbstätige Männer mit Kindern im Haushalt büßten 0,42 an Lebensglück ein und damit nur geringfügig mehr als alle anderen Männer (-0,39 Punkte). Zuletzt ist noch auf die kleine, aber besonders betroffene Frauengruppe der weiblichen Selbstständigen

hinzuweisen. Auch sie berichten mit -0,77 Punkten von einem starken Zufriedenheitseinbruch, insbesondere dann, wenn sie gleichzeitig noch schulpflichtige Kinder im Homeschooling zu betreuen hatten.

Die Ursachen für die Happiness Gap lassen sich in drei Punkten zusammenfassen. Frauen in Familien »rutschten« im Pandemiealltag in eine lang anhaltende »Multitasking-Falle«: Viele fanden sich in einer Situation wieder, in der sie zu Hause gleichzeitig arbeiten (»Homeoffice«), ihre Kinder betreuen und unterrichten (»Homeschooling«) sollten sowie durch den Aufenthalt in den eigenen vier Wänden zu mehr Hausarbeit gezwungen waren (»Housework«). Diese Situation war im ersten Lockdown im Frühling 2020 noch auszuhalten, mit Andauern der Pandemie fiel die Zuversicht aber und mit ihr die Lebenszufriedenheit. Die Männer haben freilich ihre Bemühungen in der Familie ebenfalls erhöht, um ihre Partnerinnen im Alltag zu unterstützen, waren aber aufgrund ihrer Tätigkeiten im produzierenden Gewerbe oder in der Industrie deutlich seltener zu Hause.

Der zweite Grund für die Happiness Gap findet sich in der schwierigeren wirtschaftlichen und beruflichen Situation für einige Frauen: Studentinnen verloren ihre Kellnerjobs, Pflegerinnen in Krankenhäusern und Altenheimen wurden direkt mit den tödlichen Folgen einer Infektion mit dem Coronavirus konfrontiert. Erzieherinnen und Lehrerinnen mussten wöchentlich ihren Kita- und Schulalltag an neue Regeln anpassen und erlebten im Kontakt mit den Eltern oft Ablehnung. Weibliche Selbstständige – welche insbesondere in der Branche der »körpernahen Dienstleistungen« (Friseur, Kosmetik, Fußpflege, etc.) vertreten sind – büßten durch Schließungen und de facto »Berufsverbote« an Einnahmen ein und müssen nicht selten um ihre Existenz bangen.

Eine dritte Ursache für die stärker gesunkene Lebenszufriedenheit findet sich in den Kontaktreduzierungen. Junge Frauen haben ihre Kontakte weitaus stärker als junge Männer eingeschränkt und sie leiden auch stärker an den Kontaktreduktionen während der Corona-Krise. Alleinlebende Frauen unter 35 Jahren schränkten dabei besonders ihre Kontakte ein: 20 Prozent von ihnen trafen sich vor der Pandemie mindestens einmal wöchentlich mit Freunden oder Bekannten, taten dies aber in der Pandemie fast gar nicht mehr. Isolations- und Einsamkeitsgefühle betrafen auch viele Studentinnen: Ein Drittel von ihnen beziehen eine eigene Wohnung. Junge Männer – insbesondere diejenigen unter 25 Jahren – leben hingegen noch häufiger im Elternhaus und reduzierten ihre Kontakte weniger stark als die jungen Frauen.

Sollte die Pandemie ausklingen, ist davon auszugehen, dass die Happiness Gap sich wieder schließt und Frauen im Vergleich zu den Männern den leichten Glücksvorsprung wieder zurückerlangen. Der »Kipp-Effekt« in der Lebenszufriedenheit, d.h. die Umkehrung der eigentlich im Vorteil lebenden Frauen zugunsten der Männer, wird vermutlich nach der Corona-Krise also wieder »zurückgekippt« und Frauen werden wieder leicht zufriedener mit ihrem Leben sein. Die überproportionalen Glücksverluste der Frauen sind überwiegend darauf zurückzuführen, dass die politischen Corona-Maßnahmen besonders zulasten der Frauen erfolgten. Die weitreichenden Kontaktbeschränkungen, die Schul- und Kitaschließungen und die überproportionalen wirtschaftlichen Verwerfungen im Dienstleistungsbereich haben das Lebensglück vieler Frauen empfindlich getroffen.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Corona-Krise treibt einen Keil zwischen die Lebenszufriedenheit von Frauen und Männern	6
Abbildung 2: Kipp-Effekt: Frauen in der Pandemie unglücklicher als die Männer	8
Abbildung 3: Lebenszufriedenheitsverluste von »Frauengruppen« im Vergleich zu Männern	10
Abbildung 4: Wo der Happiness Gap zwischen Männern und Frauen am größten ist	11
Abbildung 5: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von Studentinnen und Schülerinnen (ab 16 Jahren)	13
Abbildung 6: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von Frauen und Männern in Großfamilien	15
Abbildung 7: Alleinerziehende erholen sich in den Lockerungsphasen nicht	17
Abbildung 8: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von alleinerziehenden Frauen	18
Abbildung 9: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von alleinlebenden Frauen unter 35 Jahren	19
Abbildung 10: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von erwerbstätigen Frauen mit Kindern im Haushalt	21
Abbildung 11: Homeschooling + Homeoffice + Housework = Geringere Lebenszufriedenheit	22
Abbildung 12: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von weiblichen und männlichen Selbstständigen	24
Abbildung 13: Gründe für die Zufriedenheitsverluste von Rentnerinnen und Rentnern	26