

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). Als Abgleich mit selbst gesetzten Standards kann sie sich auf das eigene Leben insgesamt (als Lebenszufriedenheit) oder auf Ausschnitte (z. B. das Studium; Studienzufriedenheit) beziehen. Anders als die emotionale Komponente dieses Abgleichs, 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 Burnoutraten und besseren Arbeitsleistungen (Erdogan et al., 2012).

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). Mit dem Studium verbundener Stress beeinflusst nachweislich die Lebenszufriedenheit Studierender (Alleyne et al., 2010; Weinstein & Laverghetta, 2009). Zudem müssen sich viele Studierende mit unsicheren Zukunftsperspektiven und potenziell unklaren Berufswegen 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 eigenen 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“ sind.



Kernaussagen

- Die meisten (64,1 %) der befragten Studierenden der Hochschule Neu-Ulm sind mit ihrem Leben im Allgemeinen mindestens „eher zufrieden“.
- Der Anteil weiblicher Studierender, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, ist tendenziell größer als der entsprechende Anteil bei den männlichen Studierenden.
- In den Fakultäten Wirtschaftswissenschaften und Informationsmanagement ist der Anteil der mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden am größten.
- Im Vergleich zur Freien Universität Berlin ist der Anteil der mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden an der Hochschule Neu-Ulm leicht größer.
- Im Vergleich zu den Ergebnissen der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 ist der Anteil der mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden an der Hochschule Neu-Ulm signifikant kleiner.

Ergebnisse

64,1 % der Studierenden der Hochschule Neu-Ulm sind mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“. Mit 57,9 % ist der Anteil männlicher Studierender, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, tendenziell kleiner als der Anteil mindestens „eher zufriedener“ weiblicher Studierender (67,3 %; vgl. Abbildung 1).

Die Anteile der mit ihrem Leben mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden sind mit mehr als 65 % in den Fakultäten Wirtschaftswissenschaften sowie Informationsmanagement am größten. In der Fakultät Gesundheitsmanagement ist dieser Anteil mit 55,9 % deutlich kleiner (vgl. Abbildung 2).

Einordnung

An der Hochschule Neu-Ulm ist der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden insgesamt leicht größer (64,1 % vs. 62,5 %; vgl. Tabelle 1) als bei der Befragung an der Freien Universität Berlin, die ebenfalls 2021 unter Pandemiebedingungen stattfand; dies geht auf die weiblichen HNU-Studierenden zurück. Bei den männlichen HNU-Studierenden ist dieser Anteil dagegen kleiner als bei männlichen Studierenden der Freien Universität Berlin (57,9 % vs. 61,6 %; vgl. Tabelle 1).

An der Hochschule Neu-Ulm ist der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher zufriedenen“ Studierenden signifikant kleiner als in der bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017 (64,1 % vs. 74,9 %; vgl. Tabelle 1), und zwar sowohl bei männlichen als auch bei weiblichen Studierenden.

Literatur

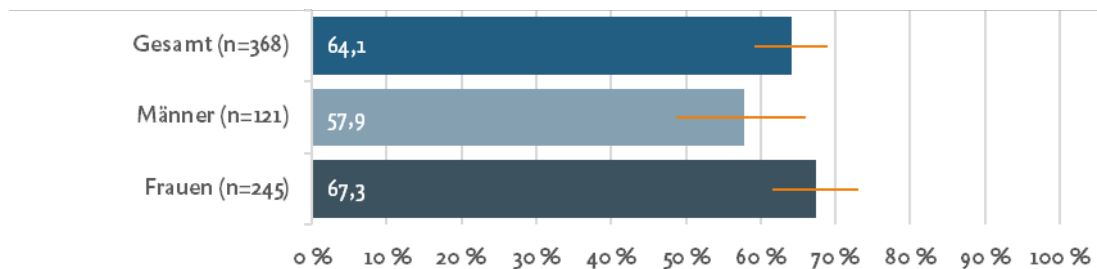
- Alleyne, M., Alleyne, O. & Greenidge, D. (2010). Life Satisfaction and perceived stress among university students in Barbados. *Journal of Psychology in Africa*, 20(2), 291–297.
- Bargel, T., Heine, C., Multrus, F. & Willige, J. (2014). *Das Bachelor- und Masterstudium im Spiegel des Studienqualitätsmonitors: Entwicklungen der Studienbedingungen und der Studienqualität 2009 bis 2012*. Forum Hochschule 02|2014.

- Bye, L., Muller, F. & Opreescu, 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>
- 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
- 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>
- 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>
- 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
- 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.



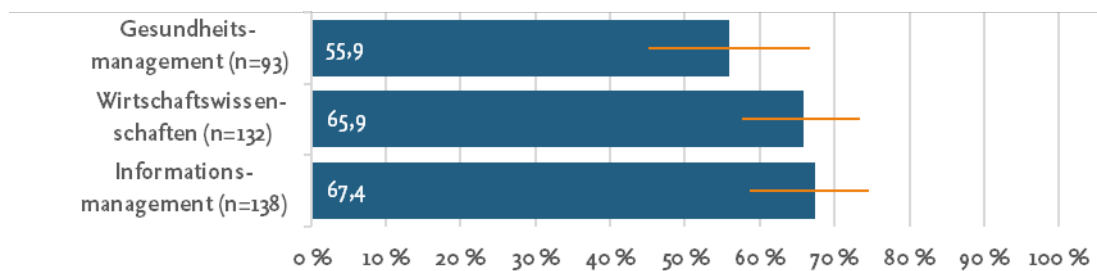
Grafische Ergebnisdarstellung

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 Fakultäten



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 Hochschule Neu-Ulm mit Studierenden der FU Berlin sowie der Bundesweiten Befragung Studierender in Deutschland 2017

	UHR Neu-Ulm 2021 % (95%-KI)	UHR FU Berlin 2021 % (95%-KI)	BWB 2017 % (95%-KI)
Gesamt	n=368 64,1 (59,2–69,0)	n=2802 62,5 (60,6–64,3)	n=6143 74,9 (73,9–76,0)
Männer	n=121 57,9 (48,8–66,1)	n=739 61,6 (58,1–65,0)	n=2288 71,4 (69,4–73,3)
Frauen	n=245 67,3 (61,6–73,1)	n=2017 63,3 (61,3–65,4)	n=3823 77,2 (75,8–78,4)

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