

Lebenszufriedenheit

Einleitung

Lebenszufriedenheit ist die bewertende und beurteilende (kognitiv-evaluative) Komponente des eigenen Wohlbefindens und beinhaltet die Bewertung des eigenen Lebens insgesamt bzw. spezifischer Lebensbereiche wie z. B. Familie, Freund_innen, Beruf/Studium (Gilman & Huebner, 2003). Sie basiert auf einem Abgleich mit selbst gesetzten Standards und kann sich auf das eigene Leben insgesamt (als Lebenszufriedenheit) oder aber auf Ausschnitte (z. B. das Studium; Studienzufriedenheit) beziehen. Anders als die emotionale Komponente des Wohlbefindens 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, Bauer, Truxillo & Mansfield, 2012).

Die Lebenszufriedenheit von Studierenden wird durch viele Faktoren beeinflusst. Straffe Vorgaben des Bachelor- und Mastersystems führen häufig zu Zeit- und Leistungsdruck sowie zu Angst vor Überforderung (Bargel, Heine, Multrus & Willige, 2014; Multrus & Ramm, 2015). Mit dem Studium verbundener Stress beeinflusst nachweislich die Lebenszufriedenheit Studierender (Alleyne, Alleyne & Greenidge, 2010; Weinstein & Laverghetta, 2009). Zudem müssen sich viele Studierende mit unsicheren Zukunftsperspektiven und potenziell unklaren Berufswegen arrangieren. Für die Beurteilung ihrer Lebenszufriedenheit spielt die Zufriedenheit mit ihren akademischen Leistungen eine herausragende Rolle (Schimmack, Diener & Oishi, 2009).

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, Emmons, Larden & Griffin, 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 7 Grade der Lebenszufriedenheit kategorisiert: „extrem unzufrieden“ (1), „unzufrieden“ (2), „eher unzufrieden“ (3), „neutral“ (4), „eher zufrieden“ (5), „zufrieden“ (6), „extrem zufrieden“ (7).

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



Kernaussagen

- Mehr als zwei Drittel (72,3 %) der 2018 befragten Studierenden sind mit ihrem Leben im Allgemeinen mindestens „eher zufrieden“.
- Die Anteile der Befragten aus verschiedenen Fachbereichen, die mindestens „eher zufrieden“ sind, unterscheiden sich z. T. deutlich, wobei die Mathematikstudierenden die höchsten (88,2 %) und die Informatikstudierenden die niedrigsten Werte aufweisen (60,4 %).
- Im Vergleich zu den Ergebnissen der bundesweiten Befragung in Deutschland ist der Anteil der „eher zufriedenen“ Studierenden an der TU Kaiserslautern bei den weiblichen Befragten signifikant niedriger, bei den männlichen Studierenden dagegen leicht höher.

Ergebnisse

72,3 % der Studierenden der TU Kaiserslautern sind mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“. Männliche und weibliche Studierende unterscheiden sich nicht signifikant in diesem Merkmal (♀: 71,1 % vs. ♂: 73,6 %; vgl. Abbildung 19).

Der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher Zufriedenen“ ist mit 88,2 % bei den Mathematikstudierenden am höchsten. In den Fachbereichen Informatik, Chemie, Biologie und Physik ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, mit unter 70 % besonders niedrig (vgl. Abbildung 20).

Einordnung

Im Vergleich zu der 2015 durchgeführten Befragung zeigen sich einige Unterschiede: Insgesamt ist der Anteil Studierender, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, 2018 geringer (72,3 % vs. 74,4 %), vor allem bei den weiblichen Studierenden (71,1 % vs. 74,8 %). Im Vergleich zu den Ergebnissen der bundesweiten Befragung in Deutschland ist der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher zufriedenen“ weiblichen Studierenden an der TU Kaiserslautern signifikant niedriger (71,1 % vs. 77,2 %). Bei den männlichen Studierenden der TU Kaiserslautern ist dieser Anteil höher als bei den männlichen Studierenden der bundesweiten Befragung in Deutschland (73,6 % vs. 71,4 %; vgl. Tabelle 8).

In fünf Fachbereichen ist der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher Zufriedenen“ in der aktuellen Befragung deutlich niedriger als 2015: Informatik, Chemie, Biologie, Architektur, Sozialwissenschaften sowie Raum- und Umweltplanung (Veränderung >4 Prozentpunkte; vgl. Tabelle 9). Die Ergebnisse für den Fachbereich Architektur sind aufgrund der geringen Stichprobengröße jedoch mit Vorsicht zu interpretieren. In den drei Fachbereichen Elektro- und Informationstechnik, Bauingenieurwesen und Mathematik ist der Anteil der Studierenden, die mit ihrem Leben mindestens „eher zufrieden“ sind, wesentlich höher als 2015 (Veränderung >7 Prozentpunkte; vgl. Tabelle 9). Es handelt sich dabei um die Fachbereiche, in denen der Anteil der mit ihrem Leben mindestens „eher Zufriedenen“ in der aktuellen Befragung am höchsten ist.

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.
- Diener, E., Emmons, R., Larden, R. L. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75.
- 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. Studierendensurveys an Universitäten und Fachhochschulen* (Hefte zur Bildungs- und Hochschulforschung Nr. 81). Arbeitsgruppe Hochschulforschung, Universität Konstanz. Zugriff am 11.01.2018. Verfügbar unter http://kops.uni-konstanz.de/bitstream/handle/123456789/31983/Multrus_0-303573.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Pavot, W. & Diener, E. (2009). Review of the Satisfaction With Life Scale. In E. Diener (Ed.), *Assessing Well-Being* (Social Indicators Research Series, Bd. 39, pp. 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.), *Assessing Well-Being* (Social Indicators Research Series, 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 (Eds.), *Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden* (Diagnostik für Klinik und Praxis, vol. 2). Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie.
- Weinstein, L. & Laverghetta, A. (2009). College student stress and satisfaction with life. *College Student Journal*, 43(4), 1161–1162.



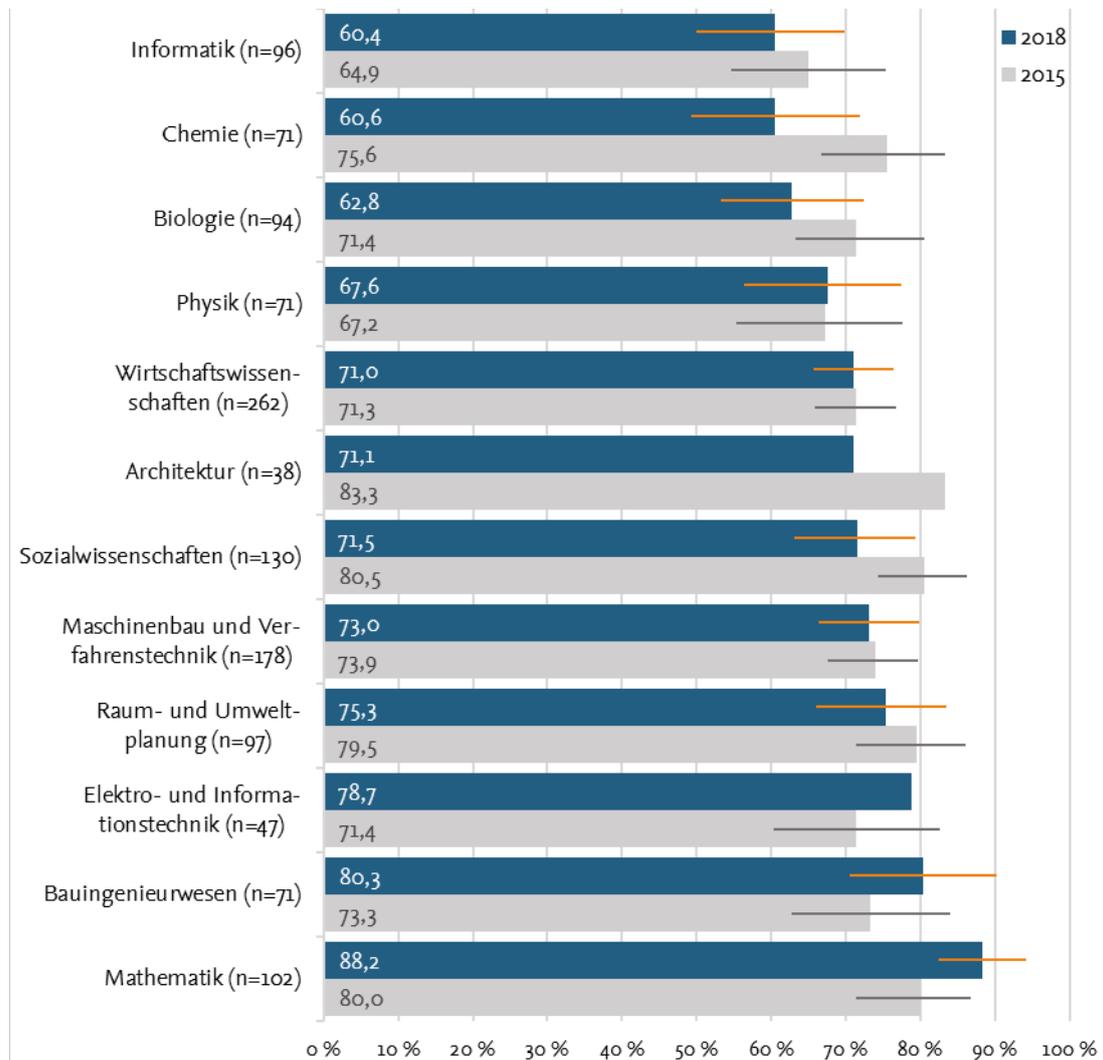
Grafische Ergebnisdarstellung

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, differenziert nach Geschlecht.

	UHR TUK 2018 % (95%-KI)	UHR TUK 2015 % (95%-KI)	BWB 2017 % (95%-KI)
Gesamt	n=1364 72,3 (69,8 - 74,7)	n=1405 74,4 (72,2 - 76,7)	n=6143 74,9 (73,9 - 76,0)
Männer	n=726 73,6 (70,1 - 76,7)	n=862 74,2 (71,2 - 76,9)	n=2288 71,4 (69,4 - 73,3)
Frauen	n=627 71,1 (67,5 - 74,6)	n=543 74,8 (71,1 - 78,3)	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.

Tabelle 2: Lebenszufriedenheit, differenziert nach Fachbereichen

	UHR TUK 2018 % (95%-KI)	UHR TUK 2015 % (95%-KI)	Veränderung
Architektur	71,1	83,3	-12,3
Bauingenieurwesen	80,3 (70,4 - 90,1)	73,3 (62,7 - 84,0)	+6,9
Biologie	62,8 (53,2 - 72,3)	71,4 (63,3 - 80,6)	-8,7
Chemie	60,6 (49,3 - 71,8)	75,6 (66,7 - 83,3)	-15,0
Elektro- und Informati- onstechnik	78,7	71,4 (60,3 - 82,5)	+7,3
Informatik	60,4 (50,0 - 69,8)	64,9 (54,5 - 75,3)	-4,5
Maschinenbau und Ver- fahrenstechnik	73,0 (66,3 - 79,8)	73,9 (67,6 - 79,7)	-0,8
Mathematik	88,2 (82,4 - 94,1)	80,0 (71,4 - 86,7)	+8,2
Physik	67,6 (56,3 - 77,5)	67,2 (55,2 - 77,6)	+0,4
Raum- und Umweltpla- nung	75,3 (66,0 - 83,5)	79,5 (71,3 - 86,1)	-4,3
Sozialwissenschaften	71,5 (63,1 - 79,2)	80,5 (74,2 - 86,2)	-9,0
Wirtschaftswissenschaf- ten	71,0 (65,7 - 76,3)	71,3 (65,9 - 76,7)	-0,3

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

