

Was uns der Glücksatlas 2025 über Deutschland verrät

Die allgemeine Lebenszufriedenheit liegt 2025 bei 7,09 (Skala 0–10) — also ziemlich solide (Corona-Vorkrisenniveau). Die Emotionen werden intensiver: mehr Leute fühlen sich *oft glücklich*, aber die Zufriedenheit mit dem Einkommen sinkt deutlich — vor allem bei unteren Einkommensgruppen. Die Karte der Glücksorte hat ein paar Überraschungen (Kassel auf 1, Duisburg weit vor Köln, Essen & Co.). Quellen: SKL-Glücksatlas und Presseberichte. ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

A) Zahlen & Tabellen

Allgemeine Lebenszufriedenheit (Kurzfassung)

Kennzahl	Wert (2025)
Durchschnittliche Lebenszufriedenheit (Skala 0–10)	7,09.
Veränderung gegenüber 2024	+0,03 Punkte (nahezu Stagnation).
Anteil „hochzufrieden“ (Werte 8–10)	48 %.
Anteil, der sich „oft/ sehr oft“ glücklich fühlt	57 % (↑ gegenüber 2023).
Zufriedenheit mit dem Einkommen (2025)	6,60 (Rückgang um 0,21 Punkte ggü. 2024; besonders untere Einkommensgruppen betroffen). (Presseportal) ¹

Länderranking (Bundesländer) — Platz 1–16 (Kurztabelle)

Rang	Bundesland	Score (2025)
1	Hamburg	7,33
2	Bayern	7,21
3	Rheinland-Pfalz	7,21
4	Nordrhein-Westfalen	7,19
5	Schleswig-Holstein	7,12
6	Thüringen	7,12

¹ Quelle: SKL Glücksatlas 2025 — „Auf dem Zufriedenheitsplateau“; Details und Methoden: IfD Allensbach / Univ. Freiburg). [skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de)

	Rang Bundesland	Score (2025)
--	------------------------	---------------------

7	Brandenburg	7,10
8	Niedersachsen	7,10
9	Baden-Württemberg	7,09
10	Hessen	7,02
11	Sachsen-Anhalt	6,99
12	Sachsen	6,96
13	Bremen	6,89
14	Berlin	6,83
15	Saarland	6,78
16	Mecklenburg-Vorpommern	6,06

(Tabelle nach SKL Glücksatlas — Scores 2025). ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

Städteranking (Top 39 — Lebenszufriedenheit, 2025)

	Rang Stadt	Score (2025)
--	-------------------	---------------------

1	Kassel	7,44
2	Krefeld	7,39
3	Düsseldorf	7,36
4	Augsburg	7,33
5	Aachen	7,33
6	Erfurt	7,27
7	Münster	7,24
8	Mönchengladbach	7,22
9	Hamburg	7,21
10	Duisburg	7,20
11	Oberhausen	7,20
12	Kiel	7,18
13	Bonn	7,17
14	Halle (Saale)	7,14

Rang	Stadt	Score (2025)
-------------	--------------	---------------------

15	Leipzig	7,11
16	Chemnitz	7,10
17	Mannheim	7,09
18	Lübeck	7,06
19	Stuttgart	7,02
20	Mainz	7,01
21	Freiburg im Breisgau	7,01
22	Bielefeld	6,95
23	Essen	6,95
24	Köln	6,91
25	Dortmund	6,87
26	Bochum	6,85
27	München	6,84
28	Wuppertal	6,82
29	Dresden	6,81
30	Magdeburg	6,80
31	Bremen	6,77
32	Hannover	6,76
33	Gelsenkirchen	6,74
34	Braunschweig	6,67
35	Frankfurt am Main	6,65
36	Nürnberg	6,62
37	Berlin	6,62
38	Karlsruhe	6,61
39	Wiesbaden	6,45

B) Kommentar zu den Ergebnissen

a) Stagnation auf hohem Niveau — aber Zündstoff unter der Oberfläche

Die 7,09-Punkte-Zahl wirkt erstmal beruhigend: Deutschland ist wieder auf dem Corona-Vorkrisen-Level. Trotzdem ist „Stagnation“ hier das Schlüsselwort — nur +0,03 gegenüber 2024, also faktisch ein Plateau. Positiv: Arbeit, Familie und Freizeit werden im Schnitt etwas besser bewertet.

Negativ: Einkommenszufriedenheit fällt deutlich (-0,21 auf 6,60) — und das schmerzt besonders bei den unteren Einkommensgruppen. Das passt zur öffentlichen Debatte: hohe Preise + gefühlte Unsicherheit drücken die Bewertung des Einkommens, auch wenn das Gesamtglücks-Level stabil bleibt. ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

Aber Achtung: Emotionen werden intensiver. Mehr Menschen berichten, dass sie *oft* glücklich sind (57 %), und gleichzeitig nehmen Ärger, Angst und Traurigkeit ebenfalls zu. Das heißt: die Gefühlswelt ist gespannter — mehr Hochs, aber auch mehr Tiefs. ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

b) Städteranking — Kassel ganz oben, zwei Ruhr-Städte überraschend gut platziert

- Kassel auf Platz 1 ist für viele ein Aha-Moment — die Stadt ist ein typischer *Overperformer*: objektive Lebensqualität ist nur durchschnittlich, subjektive Zufriedenheit aber sehr hoch.
- Noch überraschender für viele: Duisburg auf Platz 10 (7,20) — knapp hinter Hamburg (9./7,21) und knapp vor Oberhausen (11./7,20), während Essen (23), Köln (24) und Dortmund (25) deutlich schlechter dastehen. ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

C) Mögliche Erklärungen (was steckt dahinter?)

1. Verteilung des Glücks ist entscheidend

SKL betont: nicht nur der Mittelwert zählt, sondern wie gleichmäßig Zufriedenheit verteilt ist. Städte mit einer hohen Quote an *Hochzufriedenen* und wenigen *Unzufriedenen* (z. B. Kassel, Erfurt) punkten – auch wenn objektive Indikatoren (Einkommen, Arbeitsmarkt) nicht Top-Werte zeigen. Umgekehrt leiden reiche Metropolen mit hoher sozialer Ungleichheit. (Mechanismus: soziale Vergleiche, Nachbarschaftseffekte, Sicherheit, soziale Kohäsion). ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

2. „Overperformer“ vs. „Underperformer“ — lokale Kultur & Infrastruktur

Manche Städte (Krefeld, Kassel, Duisburg) sind Overperformer: die Leute empfinden ihr Leben positiver als objektive Daten erwarten. Gründe: starke lokale Bindungen, günstige Wohnsituation, Erholungsflächen, Studien-/Uni-Angebote, Gesundheitsversorgung, oder einfach eine Lebensart, die zufrieden macht. Umgekehrt liegen Städte wie Karlsruhe oder München in objektiven Rankings hoch, aber subjektiv niedriger — Stress, hohe Wohnkosten, Pendelwege können das Glück drücken. ([skl-gluecksatlas.de](https://www.skl-gluecksatlas.de))

3. **Einkommenszufriedenheit sinkt — Folgen von Inflation & Anpassungsdruck**

Der Rückgang der Einkommenszufriedenheit (-0,21) legt nahe: die real empfundenen Lebenshaltungskosten drücken die Stimmung — vor allem bei Geringverdienenden. Selbst wenn das Gesamtniveau stabil ist, zeigt sich: materielle Sorgen färben auf das subjektive Wohlbefinden. Medien und Presse heben das als wichtigen Treiber hervor. ([Presseportal](#))

4. **Demographie: Junge vs. Alte, Ost-West-Effekt**

Der Atlas zeigt: junge Menschen (16–25) haben sich gut erholt und sind sogar zufriedener als vor Corona; ältere Gruppen verlieren leicht. Außerdem holt Ostdeutschland auf (Ost +0,12 vs. West +0,02), die „Glückslücke“ schrumpft — wohl auch wegen konjunktureller Erholung, regionaler Förderungen und Lebensstilsprüngen. ([skl-gluecksatlas.de](#))

5. **Stadtgröße & soziale Durchmischung**

Großstädte über 400.000 Einwohner sind überproportional in der unteren Tabellenhälfte — offenbar wirken Faktoren wie Anonymität, Pendelstress, Wohnkosten und soziale Fragmentierung. Kleinere Städte profitieren von Nachbarschaftsbeziehungen, Sicherheit und Grünflächen. ([skl-gluecksatlas.de](#))

6. **Zunahme intensiver Gefühle (“Emotionalisierung”)**

SKL dokumentiert, dass sowohl positive als auch negative Gefühle häufiger vorkommen (mehr Menschen geben an, oft glücklich zu sein – 57 % – aber auch Ärger/Angst steigen). Das deutet auf volatile Befindlichkeiten: gesellschaftliche Unsicherheiten schaffen stärkere Gefühls-Peaks, die nur darauf warten, getriggert zu werden. ([skl-gluecksatlas.de](#))

7. **Politik & öffentliche Güter**

Regionen mit guter Versorgung (Gesundheit, Bildung, Kultur, Verkehr) schneiden tendenziell besser ab — aber: Versorgung allein garantiert kein Glück, wenn die Verteilung und Alltagserfahrungen fehlen. SKL weist darauf hin, dass sowohl objektive Indikatoren als auch subjektive Wahrnehmung wichtig sind. ([skl-gluecksatlas.de](#))

Fazit

Deutschland ist nicht unglücklich — wir haben ein solides Glücksplateau. Aber unter der ruhigen Oberfläche brodelt's: sinkende Einkommenszufriedenheit, stärkere emotionale Schwankungen und große regionale Unterschiede.

Wer wissen will, warum Kassel fröhlicher ist als Köln — da lohnt sich ein Blick auf soziale Verteilung, Grünflächen, Nachbarschaft und die Balance von Objektivem vs. Subjektivem.

Wer dagegen wissen will, warum man in Duisburg glücklicher ist als in Dortmund, Essen oder Köln, der wird selbst durch einen Blick auf Duisburg keine wirklich zufrieden stellenden Antworten finden. Es gibt halt noch Mysterien auf der Welt, die sich uns nicht erschließen.

Kurz gesagt: Glück lässt sich nicht nur mit dem Bruttoinlandsprodukt² und manchmal lässt es gar nicht erklären.

² Vgl. [skl-gluecksatlas.de](#)

