

bunq-Studie: 61 Prozent der deutschen digitalen Nomaden sind zufriedener aufgrund einer besseren Work-Life-Balance durch globalen Lebensstil

- 59 Prozent der deutschen Befragten gaben an, seit ihrem Umzug ins Ausland eine bessere Work-Life-Balance zu haben
- Besseres Wetter (41 Prozent) und das Erleben verschiedener Kulturen (42 Prozent) bleiben wichtige Faktoren für zeitweise oder dauerhafte Beschäftigung im Ausland
- 43 Prozent der Befragten vermissen Freunde und Familie am meisten

Berlin, 26. Mai 2026 – bunq, Europas zweitgrößte Neobank, hat heute den jährlichen „Global Living Report 2026“ veröffentlicht. Die diesjährigen Ergebnisse beleuchten die Höhen und Tiefen des globalisierten Lebens von Vielfliegern, digitalen Nomaden und anderen Weltenbummlern.

Deutschland war über die letzten Jahrzehnte ein klassisches Einwanderungsland. Doch immer mehr Menschen entscheiden sich für den umgekehrten Weg: Im Jahr 2025 verzeichnete das Statistische Bundesamt 1.259.258 Personen, die ins Ausland ausgewandert sind. Der Bericht von bunq unterstreicht diesen Trend und zeigt, dass Deutsche sich einem Lebensstil als digitale Nomaden zuwenden, der vor allem von der Suche nach einer besseren Lebensqualität getrieben ist. Die Studie kommt zu dem Ergebnis, dass 61 Prozent der Deutschen glücklicher sind, seit sie einen globalen Lebensstil verfolgen, wobei 59 Prozent von einer deutlichen Verbesserung ihrer Work-Life-Balance seit ihrem Umzug ins Ausland berichten. Im Gegensatz dazu gaben nur sechs Prozent an, dass sich ihre Balance verschlechtert habe, was dies zum positivsten Ergebnis des Lebens im Ausland macht.

Zwar sind der Wunsch, andere Kulturen kennenzulernen (42 Prozent), und besseres Wetter (41 Prozent) wichtige Motivationsfaktoren, doch ist es die verbesserte Work-Life-Balance, die

es diesen Expats ermöglicht, ihre neue Umgebung tatsächlich zu genießen. Die Daten von bung deuten darauf hin, dass der Erfolg eines Umzugs nicht mehr allein am Gehalt gemessen wird, sondern an der Möglichkeit, sich wieder mehr Zeit für sich selbst zu nehmen.

Doch trotz der Faszination des Lebens im Ausland bleibt der Heimweh-Faktor hoch: 43 Prozent der Befragten geben an, dass sie Freunde und Familie am meisten vermissen, was den Wunsch nach lokaler Küche oder deutscher Infrastruktur bei Weitem übertrifft.

Unterschiede zwischen den Geschlechtern

Während der Trend zum Leben im Ausland in allen Bevölkerungsgruppen zunimmt, zeigen die Daten einen Unterschied darin, wie Männer und Frauen diesen Wandel erleben. Sowohl Männer als auch Frauen berichten tendenziell von positiven Auswirkungen auf ihre Work-Life-Balance: 59 Prozent der Frauen und 58 Prozent der Männer geben an, dass sich diese verbessert hat. Allerdings scheinen Männer die logistischen Hürden eines internationalen Lebensstils mit größerer Leichtigkeit zu meistern, da 40 Prozent der Männer von unvorhergesehenen lokalen Steuerkosten überrascht wurden, verglichen mit 30 Prozent der Frauen. Wenn es darum geht, neue Kontakte zu knüpfen, glauben 63 Prozent der Männer, dass sich das internationale Arbeiten oder Leben positiv auf ihre Freundschaften ausgewirkt hat, während dies bei 56 Prozent der Frauen der Fall ist.

Finanzielle Sicherheit und beruflicher Erfolg

Die Bewertung des Erfolgs eines Auslandsaufenthalts variiert auch je nach Geschlecht, was die finanziellen Aspekte und die soziale Integration betrifft. Männer empfinden ein deutlich stärkeres Gefühl finanzieller Selbstbestimmung: 58 Prozent geben an, dass sich ihre finanzielle Sicherheit verbessert hat, gegenüber 51 Prozent der Frauen. Dies könnte mit der Art der beruflichen Weiterentwicklung zusammenhängen: 32 Prozent der Männer sagen, dass sie durch das Leben im Ausland ihr berufliches Netzwerk ausbauen konnten, während nur 30 Prozent der Frauen dies angaben. Trotz dieser Unterschiede bleibt die emotionale Bindung an die Heimat ein gemeinsamer Nenner, wobei Frauen (47 Prozent) etwas häufiger als Männer (41 Prozent) das Vermissen von Freunden und Familie als ihre größte Herausforderung nennen.

Generationen nehmen Leben und Arbeiten im Ausland unterschiedlich wahr

Die Studie hebt auch deutliche Generationsverschiebungen hervor, wie Deutsche das Leben im Ausland wahrnehmen. Die Generation X ist dabei der größte Gewinner in Sachen Work-Life-Balance, da diese Kohorte mit 64 Prozent die größte Verbesserung in der Work-Life-Balance verzeichnete. Dies deutet darauf hin, dass für etablierte Berufstätige ein Umzug ins Ausland ein wirksames Mittel ist, um der Hektik oder dem Druck durch das Management zu entkommen, die in deutschen Unternehmensstrukturen vorherrschen.

Millennials bleiben die am stärksten kulturell motivierte Gruppe auf der Suche nach neuen Erfahrungen; sie sind die Kohorte, die mit jeweils 44 Prozent am meisten von Kultur und Wetter motiviert ist. Da 59 Prozent von ihnen eine bessere Work-Life-Balance finden, nutzen sie internationale Umzüge erfolgreich, um einen Lebensstil zu gestalten, der Erfahrungen gegenüber dem traditionellen Karrierestreben priorisiert. Auch die positiven Auswirkungen auf Freundschaften waren in dieser Gruppe am größten (63 Prozent).

Generation Z stellt in dieser Studie eine Art „Budget-Nomaden“ dar: Während sie mit 53 Prozent die geringsten Verbesserungen bei der Work-Life-Balance aller Gruppen verzeichnete, geben ihre Vertreter – ebenso wie die Millennials – mit 57 Prozent ein höheres Gefühl der finanziellen Sicherheit an, was darauf hindeutet, dass es bei diesem Schritt für sie eher darum geht, eine Grundlage zu schaffen, als Ruhe zu finden.

Joe Wilson, Chief Evangelist bei bunq, sagt: *„Wir beobachten einen grundlegenden Wandel in der deutschen Mentalität. Die Menschen ziehen nicht mehr nur aus Abenteuerlust um, sondern auch um ihre Work-Life-Balance und ihr seelisches Wohlbefinden zu verbessern. Viele tauschen ihren derzeitigen Lebensstil gegen ein internationales Umfeld ein, in dem das ‚Abschalten‘ nicht nur gefördert, sondern sogar erwartet wird. Es ist offensichtlich, dass für den modernen deutschen Nomaden Flexibilität und persönliches Glück zur wichtigsten Währung geworden sind.“*

Über bunq

bunq, Europas zweitgrößte Neobank, hat das Bankwesen von Grund auf neu gestaltet. Als weltweit erste GenAI-gestützte Bank treibt bunq firmeneigene KI jeden Bereich des Geschäfts voran – von der Unterstützung der Nutzer bei ihren Finanzen bis hin zur Integration in bunqs eigene Abläufe. Durch die Entwicklung eines Produkts, das auf den Wünschen und Bedürfnissen seiner Nutzer basiert, erleichtert bunq ortsunabhängigen Menschen und Unternehmen das Leben, angefangen bei der Art und Weise, wie sie ihr Geld verwalten: wie sie es ausgeben, sparen, budgetieren und investieren.

Als Pionier in vielen Bereichen, die als unmöglich galten, war bunq die erste Bank seit über 35 Jahren, die eine Greenfield-Banklizenz in Europa erhielt. Zudem erzielte das Unternehmen die größte Series-A-Finanzierungsrunde, die jemals von einem europäischen Fintech-Unternehmen gesichert wurde (193 Millionen Euro), und erreichte als erste Neobank in der EU strukturelle Rentabilität. Im Rahmen seiner Mission, die erste globale Neobank aufzubauen, hat bunq zudem seine US-Broker-Dealer-Lizenz erhalten und eine US- sowie eine mexikanische Banklizenz beantragt, wobei weitere globale Expansionen folgen werden. Erfahren Sie mehr: www.bunq.com

Über die Umfrage

Die Umfrage wurde im März 2026 von Pollfish im Auftrag von bunq durchgeführt, mit 7.100 Befragten in 8 Ländern: Frankreich (1.000), Deutschland (1.000), Irland (700), die Niederlande (700), Spanien (1.000), das Vereinigte Königreich (1.000), Kanada (700) und die Vereinigten Staaten (1.000). Ziel war es, die Einstellungen zu globalen Lebensweisen und die Auswirkungen eines globalen Lebensstils auf das Wohlbefinden, die Karriere und die Beziehungen der Menschen zu untersuchen.

Kontakt Daten

Email for press purposes only
press@bunq.com

Link kopieren

<https://press.bunq.com/266050-bunq-studie-61-prozent-der-deutschen-digitalen-nomaden-sind-zufriedener-aufgrund-einer-besseren-work-life-balance-durch-globalen-leben/>