



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Diplomarbeit

Die Erfassung der Auswirkungen von negativen Life-
Events auf das subjektive Wohlbefinden

Verfasserin

Christine Stökl

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2013

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: Dr. Ivo Ponocny

Danksagung

Großer Dank gebührt meinem Partner und meiner Familie, die mir beim Schaffensprozess zur Seite gestanden sind.

Auch möchte ich mich bei Dr. Ivo Ponocny für die tolle Betreuung bedanken sowie

bei all meinen Freunden, die mich während meiner Studienzeit begleitet haben.

Abstract Deutsch

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit der Erfassung negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden auseinander, wobei mehrere Forschungsfragen zu den negativen Life-Events, ihren Auswirkungen und dem methodischen Vorgehen bzw. der Vergleichbarkeit der angewandten qualitativen und quantitativen Verfahren im Zentrum standen.

Zur Beantwortung dieser Fragen wurden aus einer Hauptstudie die Stichproben A und B als Phänomengruppen entnommen. Stichprobe A (N = 222) enthält jene Personen, die ein negatives Life-Event zumindest erwähnten und Stichprobe B (N = 53) beschränkt sich weiter auf jene Interviewten, die zudem Auswirkungen ihrer negativen Erlebnisse berichteten.

Die negativen Life-Events und ihre Auswirkungen, die in Stichprobe B berichtet wurden, ergaben nach einer zusammenfassenden qualitativen Inhaltsanalyse ein umfassendes Kategoriensystem der negativen Lebensereignisse und ihrer Auswirkungen sowie ein weiteres Kategoriensystem der zusammengefassten Auswirkungen.

Anschließend dienten die Stichproben wie auch die Kategorien der quantitativen Auswertung.

Die Ergebnisse der quantitativen und der qualitativen Auswertung stimmten nur in einem Fall, der Untersuchung des Unterschieds in den berichteten Auswirkungen zwischen den Arten negativer Life-Events, überein. Während die weiteren quantitativen Analysen keine signifikanten Ergebnisse erzielen konnten, waren die Ergebnisse der qualitativen Untersuchung differenzierter und ermöglichten einen tieferen Einblick in die Vielfalt der berichteten Auswirkungen.

Abstract English

The present work concerns itself with the recording of negative Life-Events and their effects on the subjective well-being. The center of the work consists of several research questions about the negative Life-Events, their consequences, the methodical procedure and the comparability of the applied qualitative and quantitative procedures.

To answer those questions random samples A and B were taken from a main study to create phenomenon groups. Sample group A (N = 222) consists of those persons who at least mentioned a negative Life-Event, and sample group B (N = 53) consists of those interviewees who furthermore talked about the effects of the negative events.

After a summarizing qualitative analysis, the negative Life-Events and their effects, which were mentioned in sample group B, created a comprehensive category system of the negative life events and their effects, as well as another category system of the summarized effects. Afterwards the random samples as well as the categories served the quantitative analysis.

The results of the quantitative and qualitative analysis concurred in one case: the research of the difference in the mentioned effects of the different sorts of negative life events. Further quantitative analyses did not provide any significant results, but the results of the qualitative research were more diverse and enabled a deeper look into the variety of the mentioned effects.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	13
Theoretischer Teil.....	15
1 Subjektives Wohlbefinden	15
1.1 Wohlbefinden, Glück und Zufriedenheit	15
1.1.1 Psychologisches Wohlbefinden	16
1.1.2 Subjektives Wohlbefinden	17
1.2 Überblick der Theorien zum subjektiven Wohlbefinden	17
1.2.1 Vier-Faktoren-Ansatz des Wohlbefindens	17
1.2.2 Telic Theories (Zieltheorien)	18
1.2.3 Bottom-Up, Top-Down und kognitive Theorien	19
1.2.4 Evolutionäre Theorien	19
1.2.5 Vergleichstheorien	20
1.3 Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens	20
1.4 Erfassungsmöglichkeiten des subjektiven Wohlbefindens	26
1.4.1 Selbsteinschätzende Verfahren	26
1.4.1.1 Gesichterskalen	26
1.4.1.2 Single-Item-Verfahren	26
1.4.1.3 Multi-item-Verfahren	27
1.4.1.4 Erlebnisstichproben-Methode	27
1.4.1.1 Tagesrekonstruktionsmethode	28
1.4.2 Objektive Verfahren	28
1.4.3 Probleme und Anforderungen	28
2 Negative Life-Events	29
2.1 Begriffsdefinition	29

2.2	Unterscheidung negativer Life-Events	31
2.3	Theorien zu negativen Life-Events und ihren Auswirkungen.....	32
2.3.1	Zwei Perspektiven	32
2.3.2	Adaptionsmodell.....	33
2.3.3	Dynamisches Gleichgewichtsmodell.....	34
2.4	Einflussfaktoren auf das Erleben von negativen Life-Events	34
2.5	Auswirkungen von negativen Life-Events	35
2.5.1	Ziel-und Motivstrukturen.....	36
2.5.2	Wertorientierungen und Überzeugungssysteme	36
2.5.3	Persönliches Wachstum.....	37
2.5.4	Subjektives Wohlbefinden	37
2.6	Erfassung von negativen Life-Events und ihren Auswirkungen	39
2.6.1	Allgemeine methodologische Probleme.....	39
2.6.2	Erhebung mittels Ereignislisten	39
2.6.3	Erhebung mittels Interviewmethoden.....	40
2.6.4	Einzelereignisanalysen	41
2.6.5	History Analyses.....	42
2.6.6	Erinnerungsverzerrung	42
3	Quantitative und qualitative Methoden.....	43
3.1	Qualitative Methoden	44
3.1.1	Das qualitative Interview	45
3.1.2	Auswertung qualitativer Daten.....	46
3.1.2.1	Qualitative Inhaltsanalyse	46
3.1.3	Gütekriterien qualitativer Forschung	47
Empirischer Teil.....		49
4	Ziel dieser Arbeit	49

5	Beschreibung der Hauptstudie	50
5.1	Auswahl und Beschreibung der Stichprobe	51
6	Auswertung.....	58
6.1	Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring	58
6.1.1	Deduktives Kategoriensystem	59
6.1.2	Induktives Kategoriensystem der negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen	61
6.1.2.1	Krankheit	62
6.1.2.1.1	Krankheit/Selbst.....	62
6.1.2.1.2	Krankheit/Familie	70
6.1.2.1.3	Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis.....	71
6.1.2.2	Tod.....	71
6.1.2.2.1	Tod/Familie	71
6.1.2.2.2	Tod/Verwandtschaft	78
6.1.2.2.3	Tod/Freundes-oder Bekanntenkreis	80
6.1.2.3	Nahtoderlebnisse	80
6.1.2.3.1	Nahtoderlebnisse/Selbst.....	80
6.1.2.4	Suizid	81
6.1.2.4.1	Suizid/Familie	81
6.1.2.5	Trennung	83
6.1.2.5.1	Trennung/Selbst.....	83
6.1.2.6	Sexueller Missbrauch	85
6.1.2.6.1	Sexueller Missbrauch/Selbst.....	85
6.1.2.7	Flucht oder Kriegserlebnisse	86
6.1.2.7.1	Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst.....	86

6.1.2.8	Kritische Operation	88
6.1.2.8.1	Kritische Operation/Selbst	88
6.1.2.9	Unfall	89
6.1.2.9.1	Unfall/Selbst	89
6.1.2.10	Arbeitslosigkeit	91
6.1.2.10.1	Arbeitslosigkeit/Selbst	91
6.1.2.11	Weggegeben	92
6.1.2.11.1	Weggegeben/Selbst	92
6.1.2.12	Analyse der Sonderfälle	93
6.1.2.12.1	Interview 45	93
6.1.2.12.2	Interview 48	94
6.1.2.12.3	Interview 72	95
6.1.2.12.4	Interview 128	99
6.1.2.12.5	Interview 145	100
6.1.3	Zusammenfassung	102
6.1.4	Induktives Kategoriensystem der Auswirkungen von negativen Life-Events	104
6.2	Quantitative Auswertung	109
6.2.1	Deskriptive Beschreibung der negativen Life-Events in Stichprobe B..	110
6.2.2	Deskriptive Beschreibung der negativen Life-Events mit Auswirkungen in Stichprobe B.....	112
6.2.3	Mittelwertsvergleiche Gesamt vs Stichprobe vs Auswahl.....	113
6.2.1	Negative Life-Events, Glück und Zufriedenheit	115
6.2.2	Art des negativen Life-Events und Art der Auswirkungen.....	119
6.2.3	Geschlecht und der Bericht von Auswirkungen.....	122
6.2.4	Bildungsstand und der Bericht von Auswirkungen.....	122

6.2.5 Familienstand und der Bericht von Auswirkungen.....	123
7 Interpretation	124
7.1 Interpretation der Ergebnisse	124
7.2 Beantwortung der Fragestellung.....	133
7.3 Vor- und Nachteile der angewandten Methoden	136
Abbildungsverzeichnis	139
Tabellenverzeichnis	139
Literaturverzeichnis	143
Anhänge.....	149
Lebenslauf.....	159

Einleitung

Negative Life-Events wie der Tod einer nahestehenden Person oder eine schwerwiegende Krankheit sind ein häufiger Bestandteil des Lebens und können zu weitreichenden Auswirkungen im Leben des betroffenen Individuums führen. Dazu zählt auch die Beeinflussung des subjektiven Wohlbefindens der Person.

Diese Auswirkungen bilden ebenso wie negative Life-Events und das subjektive Wohlbefinden den Untersuchungsgegenstand vieler psychologischer Analysen.

In der vorliegenden Arbeit soll der Frage nachgegangen werden, zu welchen Auswirkungen negative Life-Events führen können und ob diese bei allen negativen Life-Events ident sind oder hier Unterschiede zwischen den verschiedenen Arten negativer Erlebnisse bestehen. Zentral hierbei ist der methodische Aspekt, da zur Beantwortung der Forschungsfragen sowohl qualitative wie auch quantitative Erhebungs- und Auswertungsmethoden zur Anwendung kommen.

Zunächst sollen in den Kapiteln 1 ‚Subjektives Wohlbefinden‘ und 2 ‚Negative Life-Events‘ bisherige Forschungsergebnisse und theoretische Überlegungen zu diesen beiden Bereichen sowie das Zusammenspiel dieser dargestellt werden. Dabei wird auf die Definitionen des subjektiven Wohlbefindens und negativer Life-Events, auf Faktoren, die diese beeinflussen, und die Auswirkungen negativer Life-Events eingegangen. Zusätzlich werden die Erfassungsmöglichkeiten und Probleme bei diesen beschrieben.

Anschließend werden im empirischen Teil nach einer Beschreibung der Hauptstudie die Daten, die zur Untersuchung herangezogen werden, sowohl qualitativ mittels der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring und einer Analyse der Sonderfälle wie auch quantitativ durch die Analyse der Häufigkeiten und Mittelwertsvergleiche dargestellt. Die Ergebnisse dieser Auswertungen werden im Kapitel 7 ‚Interpretation‘ mit der zuvor vorgestellten Literatur in Zusammenhang gebracht und zur Beantwortung der Fragestellungen herangezogen und interpretiert.

Theoretischer Teil

1 Subjektives Wohlbefinden

1.1 Wohlbefinden, Glück und Zufriedenheit

Der Begriff des Wohlbefindens kann definiert werden als „angenehmer Zustand der Ausgeglichenheit, Gesundheit und Zufriedenheit“ (Fröhlich, 2008, S. 523) und stammt aus der positiven Psychologie. Diese beschäftigt sich mit der Bewertung von Erfahrungen und kann in drei Bereiche unterteilt werden: Wohlbefinden und Zufriedenheit (in der Vergangenheit), Flow und Glück (in der Gegenwart) und Hoffnung und Optimismus (in der Zukunft) (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Jedoch besteht Uneinigkeit in der Literatur über die Unterscheidbarkeit von Wohlbefinden, Zufriedenheit und Glück. Eindeutige Definitionen sind aufgrund des häufigen Gebrauchs im alltäglichen Wortschatz und den damit einhergehenden unterschiedlichen Bedeutungen nur schwer möglich (Diener, 1984).

So meint Easterlin (zitiert nach Raibley, 2012), Begriffe wie Wohlbefinden, Nützlichkeit, Glück und Lebenszufriedenheit seien Synonyme und somit austauschbar. Zudem werde subjektives Wohlbefinden zum Teil als Glück bezeichnet (Diener, 2000) und wird von manchen Forschern als „more scientific-sounding term for what people usually mean by happiness“ (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, S. 9) gesehen.

Raibley (2012) hingegen behauptet, Glück und Wohlbefinden seien eindeutig voneinander zu unterscheiden.

Auch unter Laien herrscht Uneinigkeit über die Abgrenzbarkeit dieser Termini, wie in einer Studie des Demoskopischen Instituts Allensbach (2003, zitiert nach Bucher, 2009) festgestellt wurde. Während 60 Prozent Glück und Zufriedenheit als ident beschrieben, definierten andere Glück als kurze Empfindung, im Gegensatz zur länger andauernden Lebenszufriedenheit. Zudem sei Zufriedenheit die Voraussetzung für Glück.

Manche Forscher hingegen erachten Zufriedenheit als die kognitive Bewertung des Lebens und Glück als emotionale, was zu dem Konstrukt des subjektiven Wohlbefindens führt, in dem diese Termini unterschieden werden und dennoch in Verbindung stehen können (Bucher, 2009).

Subjektives Wohlbefinden ist somit ein Überbegriff, um das individuelle Wohlbefinden entsprechend der subjektiven positiven oder negativen Bewertungen des Lebens zu beschreiben, die die Beurteilung der Lebenszufriedenheit, das Interesse, affektive Reaktionen und die Zufriedenheit mit einzelnen Lebensdomänen beinhalten (Diener & Ryan, 2009).

Neben den oben genannten Begriffen steht auch das psychologische Wohlbefinden mit dem subjektiven Wohlbefinden in Verbindung und wird daher im Folgenden näher erläutert.

1.1.1 Psychologisches Wohlbefinden

Das Wohlbefinden kann in psychologisches und subjektives Wohlbefinden unterteilt werden.

Während das subjektive Wohlbefinden eher eine globale Bewertung der Lebensqualität bedeutet, beschäftigt sich das psychologische Wohlbefinden mit dem wahrgenommenen Engagement bei den Herausforderungen des Lebens und der menschlichen Entwicklung (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002).

Ryff (1989) nennt sechs Charakteristika psychologischen Wohlbefindens:

- persönliches Wachstum (Nutzung der eigenen Talente und Ressourcen),
- ein Lebensziel (Bestreben, eine Bedeutung in den eigenen Anstrengungen und Aufgaben),
- Autonomie (Erhalten der Individualität und Erlangen von Selbstbestimmtheit und Autorität,
- Gestaltung der Umwelt (nach eigenen Bedürfnissen und Wünschen),
- positive Beziehungen zu anderen (Entwicklung und Erhaltung von vertrauensvollen zwischenmenschlichen Beziehungen)
- und Selbstakzeptanz (Bestreben sich gut zu fühlen im Bewusstsein der eigenen Grenzen)

als zentral für das psychologische Wohlbefinden (Keyes et al., 2002).

1.1.2 Subjektives Wohlbefinden

Subjektives Wohlbefinden beschreibt die kognitive und affektive Bewertung des eigenen Lebens (Diener, 2000) und ist das Ergebnis der Erreichung der Ziele, des Temperaments, des Eintauchens in interessante und angenehme Tätigkeiten sowie der positiven Sozialkontakte (Diener, Sapyta & Suh, 1998).

Es kann zwischen einem hedonistischen und einem eudaimonischen Aspekt unterschieden werden. Während der hedonistische Ansatz durch die Anwesenheit von positiven Affekten und der Abwesenheit von negativen Affekten gekennzeichnet ist, fokussiert der eudaimonische Ansatz auf die Nutzung der eigenen Ressourcen und Potentiale, die das Wohlbefinden bilden (Deci & Ryan, 2008).

Subjektives Wohlbefinden besteht aus drei Komponenten:

- Die Zufriedenheit mit dem Leben sowie mit wichtigen Lebensbereichen (globale Bewertung des Lebens),
- einem positiven Affekt (häufiges Erfahren von angenehmen Emotionen und Stimmungen) und
- einem negativen Affekt (seltenes Erfahren von unangenehmen Emotionen und Stimmungen) (Diener, 2000).

In der Literatur werden das subjektive Wohlbefinden und die Lebensqualität oft synonym verwendet, allerdings stellt das subjektive Wohlbefinden vielmehr einen Teil der Lebensqualität dar. Diese beschreibt, zu welchem Grad objektive menschliche Bedürfnisse wie Sicherheit, Freiheit, Partizipation oder Einkommen befriedigt sind im Vergleich zur Wahrnehmung des subjektiven Wohlbefindens (Costanza et al., 2007).

1.2 Überblick der Theorien zum subjektiven Wohlbefinden

Es existieren mehrere Theorien zum subjektiven Wohlbefinden, im Folgenden soll auf einige wichtige näher eingegangen werden.

1.2.1 Vier-Faktoren-Ansatz des Wohlbefindens

Wohlbefinden wird in diesem Ansatz in vier Faktoren unterteilt, wie in Abbildung 1 ersichtlich.

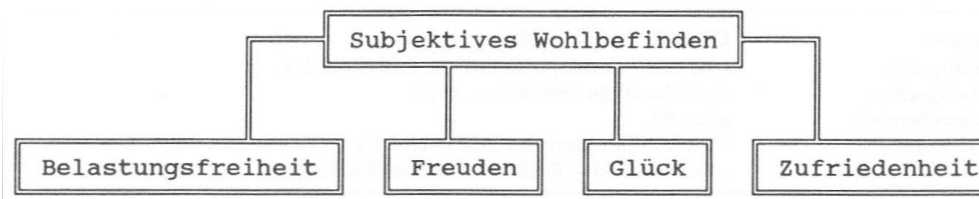


Abbildung 1: Der Vier-Faktoren-Ansatz des subjektiven Wohlbefindens (Mayring, 1991, S. 74)

Der Faktor Belastungsfreiheit kann sowohl eine negative (Leiden, Belastung) wie eine positive (unspezifisches Wohlbefinden, Unbeschwertheit) Ausprägung annehmen. Zudem kann zwischen einem emotionalen Aspekt und einem kognitiven Aspekt unterschieden werden. Diese Komponente kann auch als ein negativer, emotionaler Wohlbefindensfaktor gesehen werden.

Unter dem Faktor Freuden werden relativ kurzfristige, stärkere emotionale Zuständlichkeiten verstanden, die nicht situationsgebunden sind oder durch äußere Einflüsse motiviert werden müssen. Er ist somit ein positiver, kurzfristiger, emotionaler Wohlbefindensfaktor.

Der Faktor Glück umfasst sowohl längerfristige Freude, wie auch ein allgemeines Lebensgefühl und eine normative Komponente. Somit ist er ein positiver, langfristiger, emotionaler wie kognitiver Faktor.

Zufriedenheit bildet den letzten Faktor, unter dem eine positive, kognitive Wohlbefindenskomponente verstanden wird (Mayring, 1991).

1.2.2 Telic Theories (Zieltheorien)

Zieltheorien gehen von der Annahme aus, dass durch die Erreichung eines Ziels oder Wunsches Glück und Wohlbefinden erreicht wird, wobei diese Ziele über die angeborenen Bedürfnisse hinausgehen (Diener & Ryan, 2009). Zentrale Fragen hierbei sind, ob Glück durch bereits erfüllte Wünsche entsteht oder die erst kürzlich erreichten Ziele Glück bescheren, ob der Prozess der Zielverfolgung zu Glück führt und ob es Wünsche gibt, die dem Glück schaden können. Zudem stellt die Vereinbarkeit von Zielen ein Problem dar, da diese sich direkt oder durch ihre kurz- und langfristigen Konsequenzen widersprechen könnten (Diener, 1984).

1.2.3 Bottom-Up, Top-Down und kognitive Theorien

Bottom-Up Theorien gehen von der Annahme aus, dass die Summe der positiven und negativen Ereignisse das subjektive Wohlbefinden ergibt. Je mehr positive Momente erlebt werden, desto höher ist das Wohlbefinden (Diener & Ryan, 2009), das in diesem Ansatz als State gesehen wird (Diener, 1984).

Top-Down Theorien hingegen besagen, dass Personen mit einer positiven Gemütsverfassung ein Ereignis als glücklicher interpretieren würden als Personen mit einer negativeren Einstellung, womit eine positive Haltung das Wohlbefinden stärker beeinflussen würde als das Ereignis selbst (Diener & Ryan, 2009). Hohes Wohlbefinden ist demnach nicht eine Folge von Emotionen, sondern von der Neigung, positiv zu reagieren und wird als Trait verstanden (Diener, 1984). Kognitive Theorien wie das AIM-Modell (Attention, Interpretation, Memory) sind diesem Ansatz sehr ähnlich, da auch diese annehmen, dass Personen mit hohem subjektiven Wohlbefinden eher dazu neigen, sich auf positive Ereignisse zu konzentrieren, diese positiver zu interpretieren und zukünftig eher positive Erinnerungen abzurufen (Diener & Ryan, 2009).

1.2.4 Evolutionäre Theorien

Diese Theorien behaupten, dass auch Gefühle wie Wohlbefinden dem Menschen das Überleben erleichtern sollen. Während allgemein bekannt ist, dass negative Emotionen wie Angst, Wut oder Furcht zur Reaktion auf Bedrohungen dienen, ist die Erforschung der Rolle von positiven Emotionen erst am Anfang.

Zu diesen zählt die broaden-and-build Theorie von Fredrickson (2004), die besagt, dass positive Emotionen wie Freude, Zufriedenheit, Interesse und Liebe dazu dienen, das Denk-Handlungs-Repertoire zu erweitern.

Durch diese erweiterte Denkweise fördern positive Emotionen (Fredrickson, 2004) und hohes Wohlbefinden das Erkunden der Umwelt, das Herangehen an neue Ziele (Diener & Ryan, 2009), die Entwicklung neuer Handlungen, Ideen und sozialer Bindungen, die wiederum physische, intellektuelle, soziale und psychologische Ressourcen aufbauen können (Fredrickson, 2004).

1.2.5 Vergleichstheorien

Vergleichstheorien postulieren, dass sich das Wohlbefinden durch den Vergleich der eigenen, aktuellen Situation mit einem vergangenen Zustand, mit der Situation anderer oder mit Zielen und Idealen ergibt. Die eigene Vergangenheit dient auch als Norm des Vergleichs im Adaptionsmodell: wird diese überschritten, ist die Person zufrieden.

Zudem wird in diesem Modell angenommen, dass ein positives Ereignis im Leben einer Person einen kurzfristigen Anstieg im Wohlbefinden bewirkt, bevor sich der persönliche Standard der Person an die neue Situation anpasst. Die Folgen eines Ereignisses sinken somit mit der Zeit. Dieser Prozess wird hedonistische Tretmühle genannt (Diener & Ryan, 2009) und tritt sowohl bei positiven wie auch bei negativen Ereignissen ein (Diener, 2000).

Diese Theorie impliziert, dass Personen ihr Wohlbefinden und ihre Lebenszufriedenheit nicht ändern und somit auch nicht verbessern können (Diener, Lucas & Scollon, 2006).

Auf dieses Modell der Adaption wird in Kapitel 2.3.2 ‚Adaptionsmodell‘ näher eingegangen.

1.3 Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens

Wilson (1967) definierte aufgrund seiner Studien eine glückliche Person als „a young, healthy, well-educated, well-paid, extraverted, optimistic, worry-free, religious, married person with high self-esteem, high job morale, modest aspirations, of either sex and of a wide range of intelligence“ (S. 294).

Seitdem wurden diese Faktoren in unzähligen Studien erneut untersucht, wobei der Einfluss einiger Faktoren nicht bestätigt wurden (Diener, 1984).

Alter

Frühere Studien postulierten, dass das subjektive Wohlbefinden mit dem Alter abnimmt (Diener & Ryan, 2009) und jüngere Personen glücklicher sind als ältere (Diener, 1984). Neurere Untersuchungen ergaben jedoch, dass die Lebenszufriedenheit mit steigendem Alter gleich bleibt, wenn nicht gar ansteigt (Diener & Ryan, 2009).

In einigen Studien wurde von einem Rückgang der Stimmung und des Glücks mit dem Alter berichtet, dies könnte allerdings mit der geringeren Intensität von Emotionen im Alter erklärt werden (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

Gesundheit und wahrgenommene Gesundheit

Personen mit höherem subjektiven Wohlbefinden berichteten von einer besseren Gesundheit und klagten weniger über physische Symptome (Lyubomirsky, King & Diener, 2005), zudem neigen diese dazu, ein stärkeres Immunsystem aufzuweisen (Diener & Ryan, 2009).

Die Wahrnehmung der eigenen Gesundheit scheint jedoch von größerer Bedeutung zu sein für das subjektive Wohlbefinden als die objektive Gesundheit (Diener et al., 1999)

Ausbildung

Der Grad der Ausbildung scheint zunächst einen Einfluss auf die Fähigkeit, ein zufriedenes Leben führen zu können (Diener & Ryan, 2009) und auf das subjektive Wohlbefinden zu haben (Diener, 1984), jedoch ist dieser Zusammenhang über den Einfluss des Einkommens erklärbar: wenn dieser kontrolliert wird, verschwindet der Zusammenhang. Die Ausbildung könnte allerdings dazu führen, die individuellen Ziele besser erreichen zu können und hätte somit einen indirekten Einfluss auf das Wohlbefinden (Diener et al., 1999).

Einkommen

Auch zwischen Einkommen und dem subjektiven Wohlbefinden besteht ein Zusammenhang (Diener, 1984), der über materielle Besitztümer, finanzielle Zufriedenheit und Optimismus vermittelt wird (Diener, Tay & Oishi, 2013).

So ist das Glück sehr vermögender Personen zwar über dem Durchschnitt, jedoch ist die Differenz nicht groß. Die Bewertung des Lebens ist neben dem Einkommen auch von Veränderungen des Einkommens beeinflusst (Diener et al., 2013), wobei eine Steigerung des Einkommens vor allem für Personen, die in Armut leben, zu einer signifikanten Steigerung des Wohlbefindens führt. Die Bevölkerung eines Landes mit großem Wirtschaftswachstum müsste somit stetig glücklicher werden, was jedoch nicht der Fall ist.

Auch sind die Einflüsse von Geld nicht notwendigerweise positiv: mit einem großen Vermögen ist häufig der Verlust des Arbeitsplatzes und sozialer Beziehungen verbunden und führt aufgrund der Erwartung finanzieller Unterstützung von Seiten der Verwandtschaft und des Bekanntenkreises zu Anspannungen (Diener et al., 1999).

Zudem scheint das subjektive Wohlbefinden auch das Einkommen zu beeinflussen: Ein hohes subjektives Wohlbefinden führt zu einem höheren, zukünftigen Einkommen (Lyubomirsky et al., 2005).

Beruf

Das subjektive Wohlbefinden hat einen Einfluss auf das Berufsleben, wie auch das Berufsleben einen Einfluss auf das Wohlbefinden haben kann.

So sind Personen mit hohem subjektiven Wohlbefinden nach Lyubomirsky et al. (2005) eher zu Vorstellungsgesprächen eingeladen, werden positiver beurteilt, zeigen mehr Produktivität und laut Diener & Ryan (2009) verlässlich, kreativ und beziehen ein höheres Gehalt, unabhängig von ihrem Beruf. Zudem neigen sie weniger zu Burnout (Lyubomirsky et al., 2005).

Die Zufriedenheit mit der Arbeitsstelle hängt von der Passung von Person und Organisation sowie von der Anzahl der Arbeitsstunden ab. Allerdings weist die geringere Lebenszufriedenheit von Arbeitslosen darauf hin, dass das Nachgehen einer Arbeit an sich wichtig für das subjektive Wohlbefinden ist (Diener et al., 1999).

Personen, die ihre Arbeitsstelle verloren haben, scheinen sich nicht an diese neue Situation gewöhnen zu können und die negativen Auswirkungen von Arbeitslosigkeit schwinden auch bei einer Wiedereinstellung nicht zur Gänze (Diener & Ryan, 2009, S: 398).

Persönlichkeit

Die Persönlichkeit wird als einer der stärksten Einflussfaktoren für das subjektive Wohlbefinden angesehen. Eine besondere Bedeutung spielen hierbei Extraversion und Neurotizismus (Diener et al., 1999). Während extravertierte Personen zugeschrieben wird, dazu zu tendieren, viele positive Gefühle zu empfinden, neigen neurotische Personen dazu, Angst, Schuld und Depression zu erfahren (Biswas-Diener, Diener &

Tamir, 2004). Extraversion hätte somit einen positiven und Neurotizismus einen negativen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden (Diener et al., 1999).

Religiösität

Die Ergebnisse zum Einfluss von Religiösität auf das subjektive Wohlbefinden sind nicht eindeutig, wobei dies auch auf die unterschiedliche Operationalisierung zurückführbar sein könnte (Diener, 1984). Während Cameron (1975, zitiert nach Diener, 1984) einen negativen Zusammenhang zwischen Religiösität und Wohlbefinden feststellte, konnten in anderen Studien positive Korrelationen gefunden werden (Diener, 1984).

Religiöse Personen haben eher ein höheres Wohlbefinden und die Teilnahme an Gottesdiensten, die Einbindung in die religiöse Gemeinschaft sowie die Beziehung zu Gott sind mit einem höheren Wohlbefinden verbunden (Diener & Ryan, 2009, S. 397).

Soziale Beziehungen

Der Zusammenhang von sozialen Beziehungen und subjektiven Wohlbefinden scheint wechselseitig zu sein. Zum einen weisen Personen mit vielen Freunden und Verwandten ein höheres subjektives Wohlbefinden auf (Diener & Ryan, 2009) und intime, vertrauensvolle Beziehungen scheinen für das Glück unabdingbar zu sein (Biswas-Diener et al., 2004). Weiters scheint die Anzahl und Güte von Freundschaften einen stärkeren Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden zu haben als der Kontakt zur Familie. Glückliche Personen sind mit ihren Freunden zufriedener (Lyubomirsky et al., 2005), zeigen mehr positive Emotionen wenn sie nicht alleine sind (Diener & Ryan, 2009) und sind weniger eifersüchtig auf andere (Lyubomirsky et al., 2005). Zudem bilden soziale Beziehungen einen Puffer gegen stressreiche Ereignisse wie einen schmerzvollen Verlust, eine Vergewaltigung oder Arbeitslosigkeit.

Zum anderen haben Personen mit hohem Wohlbefinden viele, enge und unterstützende soziale Beziehungen. Zudem führt ein hoher Grad an subjektiven Wohlbefinden zu einem höheren Selbstbewusstsein, höherer Wärme, größere Führungsqualitäten und zu größerer Geselligkeit (Diener & Ryan, 2009)

Ehe

Verheiratete Paare oder Personen in festen Partnerschaften beschreiben sich glücklicher als unverheiratete Personen (Diener et al., 1999). Die Ehe gilt als einer der stärksten Prädiktoren, selbst wenn Faktoren wie Einkommen, Ausbildung und Berufsleben kontrolliert werden (Diener, 1984, S. 556). Jedoch ist die Kausalität des Zusammenhangs nicht geklärt: Sind glückliche Personen eher verheiratet oder heiraten glückliche Personen eher (Diener et al., 1999)?

Glückliche Personen sind zufriedener mit ihrer Ehe, führen erfüllendere Ehen (Lyubomirsky et al., 2005) und bleiben eher glücklich verheiratet während Personen mit geringerer Lebenszufriedenheit vor der Ehe sich später eher wieder scheiden lassen.

Geschiedene Personen weisen ein geringeres Wohlbefinden auf, das unmittelbar nach der Scheidung absinkt und sich dem Durchschnitt nicht wieder annähert, womit eine Scheidung einen stärkeren Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden zu haben scheint als die Ehe (Diener & Ryan, 2009).

Geschlecht

Männer und Frauen unterscheiden sich nicht signifikant in ihrem subjektiven Wohlbefinden (Diener & Ryan, 2009), jedoch erfahren Frauen sowohl positive als auch negative Gefühle intensiver (Diener et al., 1999) und häufiger als Männer. Frauen sind daher auch häufiger in Stichproben mit besonders hohem oder besonders niedrigem Wohlbefinden vertreten (Diener & Ryan, 2009).

Intelligenz

Die Ergebnisse zum Einfluss von Intelligenz auf das subjektive Wohlbefinden sind nicht eindeutig. Während Wilson (1967) meinte, Intelligenz hätte nur einen Einfluss, wenn sie zu gering wäre um beruflichen Erfolg zu haben, erachtete Campbell et al. (1976, zitiert nach Diener et al., 1999) Intelligenz als einen der stärksten Prädiktoren.

Nationale Charakteristika und Kultur

Die Unterschiede im subjektiven Wohlbefinden zwischen Ländern können auf nationale Charakteristika wie auch auf die Kultur einer Nation zurückgeführt werden.

Der Grad der Industrialisierung und der ökonomischen Entwicklung eines Landes übt einen Einfluss auf das Wohlbefinden aus. So sind die Nationen mit dem geringsten Wohlbefinden zugleich die ärmsten und am wenigsten industrialisiert, jedoch reicht die Befriedigung der Grundbedürfnisse nicht aus und auch Armut an sich führt nicht zwingend zu einem niedrigem Wohlbefinden (Diener & Ryan, 2009).

Des Weiteren haben nationale Charakteristika wie Einkommen, Gleichheit, Individualität und die Einhaltung der Menschenrechte einen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden (Diener, Diener & Diener, 1995).

Zudem besteht ein Unterschied zwischen individualistischen und kollektivistischen Kulturen. So ist Selbstbewusstsein und Stolz in individualistischen Kulturen ein Prädiktor für hohes subjektives Wohlbefinden, während in kollektivistischen Kulturen Schuld (Diener & Ryan, 2009) und Aktivitäten, die die Harmonie in der Gruppe fördern, von größerer Bedeutung sind (Biswas-Diener et al., 2004).

Life-Events

Positive wie negative Life-Events haben einen geringen, jedoch konsistenten Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden, wobei gute Ereignisse mit einem positiven Affekt und schlechte Ereignisse mit einem negativen Affekt verbunden sind.

Der Einfluss eines Lebensereignisses auf das subjektive Wohlbefinden ist mit der Kontrollierbarkeit der Situation verbunden. Dies trifft ebenso bei positiven Ereignissen zu, da auch diese das subjektive Wohlbefinden verringern können, wenn sie sich als unkontrollierbar erweisen.

Hier besteht die Forderung nach einem klaren System der Klassifizierung von Ereignissen und der Erforschung weiterer Einflussfaktoren neben der Kontrollierbarkeit (Diener, 1984).

Abschließend ist festzustellen, dass jene Bereiche das subjektive Wohlbefinden am meisten beeinflussen, die dem persönlichen Leben einer Person am nächsten sind (Diener, 1984).

1.4 Erfassungsmöglichkeiten des subjektiven Wohlbefindens

Subjektives Wohlbefinden kann sowohl subjektiv über die Selbsteinschätzung der Person wie auch objektiv über verbales und nonverbales Verhalten, Aufmerksamkeit und Gedächtnis erfasst werden (Diener & Ryan, 2009). Oft werden auch mehrere Erfassungsmöglichkeiten in einem Multi-Methoden-Ansatz angewandt, um die Schwächen der einzelnen Verfahren auszugleichen (Biswas-Diener et al., 2004).

1.4.1 Selbsteinschätzende Verfahren

Da Menschen „glücklich sein [können], wo andere dies nicht für möglich halten“ (Bucher, 2009, S. 19), ist die Erhebung des subjektiven Wohlbefindens über selbsteinschätzende Verfahren naheliegend (Bucher, 2009).

Diese gelten als die üblichsten Verfahren zu Erfassung des subjektiven Wohlbefindens (Biswas-Diener et al., 2004) und erfragen entweder eine globale Bewertung des Lebens oder in welchem Ausmaß bestimmte Emotionen erlebt werden.

Jedoch ist bei der Anwendung solcher Verfahren die Gefahr eines Messfehlers zu beachten. Einige Faktoren, wie die aktuelle Stimmung oder Umgebungsfaktoren, können die Antworten der Probanden beeinflussen (Diener & Ryan, 2009). Zudem führt das Ausfüllen eines Fragebogens an sich dazu, das subjektive Wohlbefinden höher einzuschätzen als vor der Bearbeitung des Fragebogens. Auch können Personen bewusst falsche Antworten geben (Bucher, 2009).

1.4.1.1 Gesichterskalen

Eine Möglichkeit der Erhebung erfolgt über die Verwendung von Gesichterskalen. Diese bestehen aus fünf (Bucher, 2009) bis sieben (Mayring, 1991) stilisierten Gesichtern mit unterschiedlichen Mundstellungen, die von sehr glücklich bis sehr unglücklich gehen (Bucher, 2009). Aus diesen Gesichtern werden die Probanden gebeten, jenes auszuwählen, „welches [...] das gegenwärtige Leben am besten kennzeichnet“ (Mayring, 1991, S. 112).

1.4.1.2 Single-Item-Verfahren

Bei diesen Verfahren wird das subjektive Wohlbefinden über ein einziges, mehrstufiges Item erfasst. Single-Item-Verfahren stellen die am weitesten verbreitete Methode dar,

mit der zum Teil gute Validitäts- und Reliabilitätswerte erreicht (Mayring, 1991) und „(einigermaßen) brauchbare Ergebnisse“ (Bucher, 2009, S. 22) erzielt wurden.

Jedoch kann auf diese Weise nur ein oberflächlicher, undifferenzierter Einblick gewonnen werden, der sowohl von der aktuellen Tagesstimmung und vom Wetter abhängt sowie durch die soziale Erwünschtheit beeinflusst wird. Auch wird kritisiert, dass sie zu simpel (Mayring, 1991), zu wenig präzise und zu offensichtlich formuliert sind und bestimmte Antwortneigungen auslösen (Bucher, 2009).

Zudem weisen Sinlge-Item-Verfahren im Vergleich zu Multi-Item-Verfahren weniger Test-Retest-Reliabilität auf (Bucher, 2009.).

1.4.1.3 Multi-item-Verfahren

Bei Multi-Item-Verfahren wird das subjektive Wohlbefinden mit mehreren, mehrstufigen Items erhoben, wobei die Anzahl der Items stark variiert. Kürzere, häufig verwendete Verfahren wären beispielsweise die Skala Subjektives Glück (Lyubomirsky & Lepper, 1999), die sich aus vier Fragen zusammensetzt und erheben soll, ob eine Person glücklich oder unglücklich ist, oder die Skala Lebenszufriedenheit von Diener et al. (1985, zitiert nach Bucher, 2009), die mit fünf Items die Lebenszufriedenheit der Probanden erfasst. Beispiele für Verfahren mit vielen Items wären das Affectometer von Kammann und Flett (1983, zitiert nach Mayring, 1991) mit 40 Items oder Psychology of Happiness Inventory PHI von Fordyce (1985, zitiert nach Mayring, 1991) mit 80 Items.

Allerdings ist zu beachten, dass die Höhe des Einflusses von Artefakten und der sozialen Erwünschtheit nicht bekannt ist (Diener, 1984).

1.4.1.4 Erlebnisstichproben-Methode

Bei der Erlebnisstichproben-Methode (ESM, Experience Sampling Methode) tragen die Probanden Geräte bei sich, die mittels eines kurzen Pieptons mehrmals täglich daran erinnern, den aktuellen emotionalen Stand anzugeben (Biswas-Diener et al., 2004).

Durch diese Erhebungsmethode werden Erinnerungsverzerrungen verringert, retrospektive Messungen können überprüft und Verlaufsmuster erkannt werden, die Gleichzeitigkeit von Emotionen kann beobachtet werden und ist zudem ökologisch valider. Allerdings ist dieses Verfahren aufwändig und daher nur bei kleineren

Stichproben anwendbar. Zudem könnte ein Piepton in ungünstigen Augenblicken Ärger verursachen und somit die Messung verfälschen (Bucher, 2009).

1.4.1.1 Tagesrekonstruktionsmethode

Bei der Tagesrekonstruktionsmethode wird der vergangene Tag von der Person in einzelne Bereiche unterteilt und gebeten, „deren Dauer einzuschätzen und anzugeben, wie glücklich sie sich dabei fühlten, wie schlecht, kompetent, müde“ (Bucher, 2009, S. 43). Ein Vorteil dieser Methode ist, dass auf diese Weise der gesamte Tag bewertet wird und die Person nicht während des Tages gestört wird. Zudem existiert hierzu ein differenzierter Interviewleitfaden (Bucher, 2009).

1.4.2 Objektive Verfahren

Zu den objektiven Erhebungsmöglichkeiten subjektiven Wohlbefindens zählen Beobachtungsprotokolle, Emotionsmessungen sowie physiologische Messungen und tragen zu einer umfassenderen Darstellung von Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden bei (Diener & Ryan, 2009). Beispiele für Letztere wären das Facial Action Coding System, ein Instrument zur Messung des Ausdrucksverhaltens, bei dem die Bewegungen der Gesichtsmuskeln von Experten bewertet werden (Mayring, 1991) oder die Messung der Herzrate, des galvanischen Reflexes, des Hormonlevels oder neurologischer Aktivitäten (Biswas-Diener et al., 2004).

1.4.3 Probleme und Anforderungen

Es ist generell zu fragen, „ob Glück allein durch Selbsteinschätzung erhoben werden kann, ohne daß [sic!] eine Definition von Glück von den Befragten bekannt ist [...]. Denn das subjektive Glücksverständnis ist so unterschiedlich, daß [sic!] die Antworten nur schwer vergleichbar sind“ (Mayring, 1991, S. 116).

Auch ist bei der Erhebung des subjektiven Wohlbefindens die Erfassung der Anwesenheit von positiven Faktoren sowie der Abwesenheit von negativen von Bedeutung. Zudem ist der ideale Untersuchungszeitraum nicht klar und reicht von wenigen Wochen bis zur gesamten Lebensdauer (Diener, 1984). Des Weiteren ist die Validität von retrospektiven Einschätzungen nur sehr gering, da in der Erinnerung an positive oder negative Ereignisse „die emotionale Intensität unterschätzen, andere

hingegen überschätzen, sodass ähnliche Stichprobenmittelwerte Übereinstimmung nur vortäuschen“ (Bucher, 2009, S. 36).

Mayring (1991) formulierte vier Anforderungen an zukünftige Erhebungsversuche:

1. Die Erfassung von Glück muß [sic!] multidimensional sein. Ein einzelnes Item oder ein paar simple Fragen können nur an der Oberfläche bleiben. [...]
2. Die Konstruktion des Instruments muß [sic!] theoriegeleitet geschehen. Die einzelnen Dimensionen der Erfassung müssen theoretisch abgeleitet sein.
3. Man muß wohl mit den Probanden ins Gespräch treten, um deren subjektives Verständnis von Glück zu eruieren und auch die eigene Glücksdefinition zu vermitteln. Nur so können die ergebnisse vergleichbar sein. Die Erhebung im offenen Gespräch kann auch dazu beitragen, Effekte der sozialen Erwünschtheit zu verkleinern.
4. Die Erhebung von Glück läßt [sic!] sich präzisieren, wenn unterschiedliche methodische Zugänge [...] miteinander kombiniert werden. (S. 117)

Als Alternative, die diesen Anforderungen gerecht zu werden versucht, nennt Mayring (1991) das qualitative, offene, halbstrukturierte Interview, dessen Ziel es ist, ein „möglichst freies Gespräch in vertrauensvoller Atmosphäre zu erreichen“ (S. 118).

2 Negative Life-Events

2.1 Begriffsdefinition

Negative Life-Events werden „als solche im Leben einer Person auftretende Ereignisse verstanden [...], die durch Veränderungen der (sozialen) Lebenssituation der Person gekennzeichnet sind und die mit entsprechenden Anpassungsleistungen durch die Person beantwortet werden müssen“ (Filipp, 1981, S. 23) und die „Menschen aus ihrem Alltag [werfen]“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 13).

Auch können sie als eine Art von Stress gesehen werden, die nach einer Anpassung bewältigt werden sollte (Filipp & Aymanns, 2010) und die Person zu ihrem Ausgangsniveau der Funktionsfähigkeit zurückkehrt (Wortman & Silver, 1989). Sie sind nicht im Erwartungs- und Erfahrungshorizont eines Menschen enthalten und werden zudem als einschneidend, gravierend und belastend empfunden und sind von heftigen Emotionen begleitet (Filipp & Aymanns, 2010).

Negative Life-Events werden durch eine raumzeitliche Datier- und Lokalisierbarkeit, durch eine Störung und Neuorganisation des Person-Umwelt-Gefüges und durch das Erleben dieser Störung, begleitet von affektiven Reaktionen, gekennzeichnet (Filipp, 1981). Weitere Merkmale sind die mangelnde Kontrollier- und Vorhersehbarkeit, die Verlustthematik, der Überraschungsgehalt, die Erschütterung des Weltbildes und des Selbstwertbezugs, die Zielrelevanz (Durchkreuzen der Pläne und Interferieren mit den Zielen der Person), der Wirkungsgrad (welche und wieviele Lebensbereiche sind betroffen) und die Systemreferenz (wer ist betroffen) (Filipp & Aymanns, 2010).

Für die vorliegende Arbeit wurden folgende negative Life-Events aus der Literatur ausgewählt:

- Tod des Partners oder der Eltern (Specht, Egloff & Schmukle, 2011)
- Tod eines Kindes
- Tod eines Freundes (Grob, 1995)
- Abtreibung (Suh, Diener & Fujita, 1996)
- Opfer eines Gewaltverbrechens
- Unfallopfer (Suh et al., 1996)
- Opfer einer Vergewaltigung
- Sexueller Missbrauch (Kolarik, 2010)
- Ernsthafte Erkrankung/Verletzung bei einem Angehörigen (Kolarik, 2010; Grob, 1995)
- Schwere Erkrankung/Verletzung der eigenen Person
- Kriegserlebnis
- Naturkatastrophe (Kolarik, 2010)
- Veränderung des Familienstandes (Trennung, Scheidung) (Specht, Egloff & Schmukle, 2011; Suh et al., 1996)
- Veränderung der beruflichen Situation (Arbeitslosigkeit, Pensionierung) (Specht et al., 2011)
- Finanzielle Schwierigkeiten
- Zurückweisung durch eine bedeutsame Person
- Streit in der Familie (Grob, 1995)

- Abhängigkeit
- Soziale Diskriminierung
- Einsamkeit (Roohafza et al., 2011)
- Untreue des Partners
- Untreue der eigenen Person (Kolarik, 2010)

Die Bewältigung eines negativen Life-Events erfolgt über Coping, also unterschiedliche Bewertungs- oder Verhaltensstrategien, die bei „der Auseinandersetzung mit psychisch belastenden oder bedrohlichen Situationen mehr oder weniger bewußt [sic!]“ (Fröhlich, 2008, S. 102) eingesetzt werden.

Hierzu existieren mehrere Modelle, wie Lazarus und Launier (1978, zitiert nach Filipp & Klauer, 1991), die zwischen emotionsfokussierten und problemfokussierten Copingsstrategien unterscheiden oder McCrae und Costa (1986, zitiert nach Filipp & Klauer, 1991), die 27 verschiedene Copingstrategien nennen.

Die Wahl der Copingstrategie und der Erfolg dieser ist von Persönlichkeits- und Situationseigenschaften, von der Kultur und der kognitiven Bewertung (Aldwin & Revenson, 1987) sowie von Eventeigenschaften wie der Kontrollierbarkeit beeinflusst. Zudem wirkt der betroffene Lebensbereich als moderierender Faktor auf die Effektivität der angewandten Copingstrategie (Filipp & Klauer, 1991).

2.2 Unterscheidung negativer Life-Events

Da verschiedene Arten negativer Life-Events die Effektivität der Bewältigung dieser und damit die Auswirkungen beeinflussen können, ist eine Differenzierung zwischen den Life-Events sinnvoll (Filipp & Klauer) und sollte auch in zukünftiger Forschung mehr Beachtung finden.

Mögliche Klassifizierungen unterscheiden zwischen exogenen und endogenen Life-Events, zwischen objektiven (eindeutig, bemerkbar und unvergesslich, wie beispielsweise der Tod einer nahestehenden Person) und subjektiven (durch Stimmung und Persönlichkeit beeinflussbar, z.B. Streit in der Familie) Life-Events (Headey & Wearing, 1989) oder zwischen unabhängigen (nicht kontrollierbar), abhängigen (kontrollierbar, erblich bedingt, vom Verhalten der Person abhängig) und interpersonalen Life-Events (Drake, Sheffield & Shingler, 2011).

Filipp (1981) unterscheidet zwischen drei Klassen von Life-Events:

- Altersbezogene: weisen eine hohe Korrelation zwischen dem Life-Event und dem Alter auf,
- Zeitbezogene: beziehen sich auf die historische Zeit und
- Non-normative: beschreiben solche Life-Events, die nur einen kleinen Teil der Bevölkerung betreffen oder „die für einzelne Personen hinsichtlich ihres Zeitpunkts im Lebenslauf einzigartig sind“ (S. 76).

Weiters können diese nach weiteren Merkmalen beschrieben werden, die „zwischen subjektiven und objektiven Ereignissen [...], zwischen Gewinn- und Verlustereignissen [...], sowie zwischen Ereignissen, für deren Eintritt die Person selbst verantwortlich ist, und solchen, über die sie keine Kontrolle hat [unterscheiden]“ (Filipp, 1981, S. 76).

Auch kann zwischen vergangenen, andauernden und bevorstehenden Life-Events differenziert werden (Filipp, 1981).

Zudem können Life-Events nach dem Lebensbereich, den sie betreffen, unterschieden werden. Hierzu stellt sich die Frage, ob „other events in the same domain trigger similar patterns of changes in life satisfaction“ (Luhmann & Eid, 2009, S. 378).

2.3 Theorien zu negativen Life-Events und ihren Auswirkungen

In der Literatur kommen mehrere Theorien zu positiven wie negativen Life-Events sowie zu ihren Konsequenzen zur Anwendung, auf die im Folgenden näher eingegangen wird.

2.3.1 Zwei Perspektiven

Life-Events können von zwei unterschiedlichen Seiten betrachtet werden: einer klinisch-psychologischen bzw. stressorientierten und einer entwicklungspsychologischen Perspektive.

Erstere postuliert, dass das Auftreten eines oder mehrerer negativer Life-Events zu einer Überforderung der betroffenen Person führt. Dieser Ansatz kann eher als allgemeinspsychologischer Zugang gesehen werden und ist eng mit der Stressforschung verbunden (Filipp & Aymanns, 2010). Life-Events stellen somit eine Sonderform von Stressoren dar, die mit dem Alltag interferieren (Luhmann, Hofmann, Eid & Lucas, 2012).

Die entwicklungspsychologische Perspektive stellt einen eher differentialpsychologischen Zugang dar und geht von der Überlegung aus, dass ein Life-Event zu einer Veränderung der betroffenen Person führt, da die Person-Umwelt-Passung angegriffen wird und dies einen Entwicklungssprung beinhalten kann (Filipp & Aymanns, 2010). Filipp und Aymanns (2010) vertreten die Ansicht, dass ein Mensch, der:

ein kritisches Lebensereignis erfolgreich hinter sich gelassen hat, [...] daraus gestärkt hervor [geht], vielleicht hat er sogar an Weisheit gewonnen [hat]. Und vielleicht bieten kritische Lebensereignisse ja auch eine zweite Chance im Leben und eröffnen den Weg in positive Transformationen des Verhaltens und Erlebens und des Verständnisses von der eigenen Person und der Welt. (S. 18)

2.3.2 Adaptionmodell

Dieses Modell beschreibt die bemerkenswerte Fähigkeit von Personen, sich sowohl an negative wie auch an positive Life-Events zu gewöhnen. Diese Anpassung erfolgte manchen Studien zufolge schon in zwei Monaten, wonach Life-Events nur einen kurzfristigen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden hätten (Biswas-Diener et al., 2004). Als Gründe für diese rasche Adaption werden zwei Mechanismen genannt: Kontrast und Gewöhnung.

Der Mechanismus Kontrast beschreibt den Vergleichsprozess des Life-Events mit vorherigen oder alltäglichen Ereignissen, welches auf diese Weise weniger positiv oder negativ erscheint. So birgt ein positives Erlebnis zwar neue angenehme Erfahrungen, jedoch erscheinen die zuvor gemachten Erfahrungen als weniger positiv, womit der Gewinn, den diese neuen Erfahrungen bedeuten, durch den Verlust der vorherigen ausgeglichen wird. Bei negativen Life-Events bedeutet dieser Mechanismus, dass der Einfluss von alltäglichen Erlebnissen, die nun mit dem negativen Life-Event verglichen werden, das Unglück mindert.

Der zweite Mechanismus, die Gewöhnung, geht davon aus, dass ein Ereignis an der Abweichung von einer Basislinie, die sich aus bisherigen Erlebnissen ergibt, gemessen wird und meint die Aufnahme des Life-Events in die Basislinie. Somit erscheinen zukünftige Geschehnisse, die an dieser gemessen werden, als weniger intensiv (Brickman, Coates & Janoff-Bulman, 1978).

Allerdings meinte Lucas (2007), dass sich das subjektive Wohlbefinden nach einem Life-Event ändert und eine Adaption nicht zwangsläufig stattfindet. Vielmehr ist die Anpassung bei verschiedenen Life-Events differenziert. So erfolgt eine Adaption nach manchen Erlebnissen sehr rasch, während hingegen die Anpassung nach Ereignissen wie einem Todesfall auch mehrere Jahre in Anspruch nehmen kann oder bei Erlebnissen wie einer Scheidung oder Arbeitslosigkeit eine permanente Veränderung des subjektiven Wohlbefindens bedeutet. Auch bestehen große Unterschiede im Grad der Adaption zwischen Individuen.

2.3.3 Dynamisches Gleichgewichtsmodell

Das dynamische Gleichgewichtsmodell (Dynamic Equilibrium Model) postuliert, dass jede Person ein normales Muster an positiven und negativen Life-Events und ein normales subjektives Wohlbefinden hat, die miteinander verbunden und über die Zeit stabil sind. Eine Abweichung oder Veränderung der Life-Events bedeutet eine Veränderung des subjektiven Wohlbefindens. Diese Veränderung ist zumeist vorübergehend, da sowohl die Life-Events wie auch das subjektive Wohlbefinden rasch zu ihrem ausgeglichenen, ursprünglichen Status zurückkehren, was durch stabile Persönlichkeitseigenschaften gewährleistet wird (Headey & Wearing, 1989).

Eine Revision dieses Modells jedoch ergab, dass Personen mit hohen Werten in Extraversion und Neurotizismus dauerhafte Veränderungen des subjektiven Wohlbefindens aufwiesen. Auch die Anzahl der Life-Events hatte einen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit: umso mehr Life-Events erlebt wurden, umso größer ist die Veränderung der Lebenszufriedenheit (Gomez, Krings, Bangerter & Grob, 2009).

2.4 Einflussfaktoren auf das Erleben von negativen Life-Events

Personen- und Kontextvariablen können als Ressourcen fungieren und somit das Erleben von negativen Life-Events beeinflussen.

Die Unterstützung durch die Familie, Freunde oder Nachbarn kann wie ein Puffer wirken, auch wenn dieser nicht übermäßig groß ist (Filipp & Klauer, 1991).

Auch die Persönlichkeit kann einen Einfluss auf das Erleben von positiven oder negativen Life-Events haben, so konnte festgestellt werden, dass negative Life-Events

mit der Persönlichkeitseigenschaft Neurotizismus und positive Life-Events mit der Eigenschaft Offenheit zusammenhängen (Gomez et al., 2009).

Weiters werden Life-Events von Personen mit hohem emotionalen Selbstbewusstsein, hohem emotionalen Ausdruck, hoher emotionaler Selbstkontrolle und hohem emotionalen Selbstmanagement als weniger stressreich empfunden (Armstrong, Galligan & Critchley, 2011).

Zudem nimmt das Alter der betroffenen Personen einen Einfluss, so erleben junge Erwachsene mehr positive und negative Events als ältere Erwachsene. Dieser Umstand lässt sich jedoch durch das gehäufte Auftreten mancher Life-Events in früheren Lebensphasen bzw. die häufige Nennung solcher Life-Events in Ereignislisten erklären (Headey & Wearing, 1989). Gomez et al. (2009) stellte fest, dass der Einfluss negativer Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden in allen Altersgruppen vergleichbar ist.

Ein weiterer Einflussfaktor stellt die oft unterschätzte Resilienz dar, die die Fähigkeit einer Person beschreibt, trotz widriger Umstände ein stabiles und gesundes Niveau an psychologischer und physiologischer Funktionsweise beizubehalten (Bonanno, 2004).

2.5 Auswirkungen von negativen Life-Events

Negative Life-Events können mehrere unterschiedliche Folgen mit sich bringen und bedeuten zumeist, „dass die Welt nicht mehr die ist, die sie einmal war, und dass auch die Betroffenen nicht mehr die sind, die sie einmal waren“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 13). Diese Auswirkungen sind nicht für alle Personen gleich, während manche nur für eine kurze Zeit unter den Konsequenzen leiden, erleben andere starken Stress und können nicht zu ihrem ursprünglichen Zustand zurückkehren (Bonanno, 2004). Auch kann zwischen kurz- und langfristigen Auswirkungen unterschieden werden (Filipp & Klauer, 1991), wobei Suh et al. (1996) davon ausgehen, dass diese Effekte durchschnittlich nach drei bis sechs Monaten verschwunden sind.

Negative Life-Events können psychische Erkrankungen wie Depression oder Persönlichkeitsstörungen verstärken (Bouman, Ruiter & Schene, 2009) und mit größerer Hoffnungslosigkeit und suizidalem Verhalten in Verbindung gebracht werden (Chang, Sanna, Hirsch & Jeglic, 2010). Auf diese klinisch relevanten Konsequenzen soll in dieser Arbeit nicht näher eingegangen werden.

Im Folgenden werden die bedeutendsten Auswirkungen eingehender betrachtet.

2.5.1 Ziel-und Motivstrukturen

Da negative Life-Events die Erreichung der gesetzten Ziele erschweren oder verhindern und somit eine Veränderung oder Anpassung der Ziele vonnöten ist, kann dieser Bereich der Ziel- und Motivstrukturen als ein solcher gesehen werden, der von negativen Life-Events beeinflusst wird. Hierzu zählen „die Valenz einzelner Zielbindungen, die subjektive Wahrscheinlichkeit der Zielerreichung, die Intensität der Zielverfolgung, die [...] Struktur von Zielsystemen, die Vielfalt und Komplexität von Zielen“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 106) sowie die Auflösung oder Generierung von Konflikten zwischen unvereinbaren Zielen (Filipp & Aymanns, 2010). Der Einfluss negativer Life-Events auf die genannten Zielbindungen ist umso größer, je schwerwiegender das Life-Event ist und dem Betroffenen „die Fragilität und Endlichkeit ihrer Existenz vor Augen“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 108) führt. Dies hat zur Folge, dass die Reihung der Ziele, soziale Beziehungen sowie die Familienplanung neu überdacht werden, wobei letzteres vor allem für Männer zutrifft. Bei Frauen spielt hier die Vereinbarkeit eine moderierende Rolle.

Auch rücken intrinsische Ziele in den Vordergrund und verdrängen damit extrinsisch orientierte Ziele. Zudem führt das Erleben von negativen Life-Events zu einer Minderung des Kontrollstrebens (Filipp & Aymanns, 2010).

2.5.2 Wertorientierungen und Überzeugungssysteme

Negative Life-Events führen zu einer Fokussierung auf das selbstbezogene Wissenssystem und stellen die grundlegenden Überzeugungen in Bezug auf die Welt und die eigene Person in Frage oder drohen diese zu zerstören. Zudem besteht aufgrund der Erschütterung des Glaubens an das Gute die Gefahr, in eine existentielle Krise zu geraten.

Jedoch weisen Personen, die viele Verlusterfahrungen gemacht hatten, einen höheren Glauben an eine gute und gerechte Welt auf. Dies gilt allerdings nur für Verlusterfahrungen; andere negative Life-Events führen zu einem geringeren Glauben. Ob und welche „Veränderungen sich in Wertorientierungen und Überzeugungssystemen in der Folge kritischer Ereignisse vollziehen, ist vermutlich in

hohem Maß auch davon bestimmt, was den Gehalt des jeweiligen Lebensereignisses ausmacht“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 113).

Allerdings führen negative Life-Events nicht zwangsläufig zu einer Neuorganisation der Werte, die auch eine Minderung des subjektiven Wohlbefindens bedeuten kann. Auch ein Festhalten an bisherigen, bewährten Überzeugungen zu ordnungsstiftenden Zwecken ist möglich (Filipp & Aymanns, 2010).

2.5.3 Persönliches Wachstum

Gemäß der entwicklungspsychologischen Perspektive birgt ein negatives Life-Event auch positive Folgen, abseits der raschen Rückkehr zur Basislinie. Menschen können „scheinbar mühelos auch sehr belastenden Ereignissen positive Seiten abgewinnen [...], was zuweilen als Paradoxon etikettiert wurde“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 115).

Beispiele für positive Auswirkungen sind ein

Zuwachs an persönlicher Stärke und Selbstvertrauen, [...] neue Handlungsoptionen, [...] das Erleben größerer Intimität und eine höhere Authentizität im Umgang mit anderen, [...] eine höhere Bereitschaft zu Selbstöffnung, [...] eine veränderte Sicht auf das Leben, [...] sowie [...] neue spirituelle Einsichten und Antworten auf existentielle Fragen. (Filipp & Aymanns, 2010, S. 115)

Mehrere Studien mit kranken Personen legen die Vermutung nahe, dass eine positive Neubewertung der eigenen Erkrankung weitverbreitet ist.

Jedoch treffen diese positiven Auswirkungen nicht bei allen betroffenen Personen zu. Zudem ist der Zeitpunkt der Befragung von Bedeutung, da nicht klar ist, ob dieses persönliche Wachstum als Ergebnis eines abgeschlossenen Bewältigungsprozesses oder als Produkt eines laufenden Bewältigungsprozesses zu werten ist. Weiters ist zu erwähnen, dass ein persönliches Wachstum häufig auf der Abwertung der vorherigen Persönlichkeit beruht (Filipp & Aymanns, 2010)

2.5.4 Subjektives Wohlbefinden

In zahlreichen Studien konnte ein signifikanter Einfluss von negativen Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden festgestellt werden (Bouman et al., 2009; Headey & Wearing, 1989), der größer war als der Einfluss positiver Life-Events (Luhmann & Eid, 2009).

So berichteten Personen, die ein negatives Life-Event erlebt hatten, von mehr Problemen in der Arbeit und von mehr Konflikten mit ihrem Partner als andere (Grob, 1995).

Aldwin und Revenson (1987) meinten zudem, dass der Umgang mit einem solchen Erlebnis für das subjektive Wohlbefinden wichtiger ist, als das Erlebnis an sich.

Auch die Anzahl der Life-Events ist von Bedeutung: „Je mehr negative Lebensereignisse die Personen berichteten, desto tiefere Wohlbefindenswerte wiesen sie auf“ (Grob, 1995, S. 3) und desto geringer war ihre Lebenszufriedenheit (Luhmann & Eid, 2009).

Eine oft zitierte Studie zu den Auswirkungen positiver und negativer Life-Events ist jene von Brickman et al. (1978), in der Lottogewinner und Unfallopfer, die aufgrund des Unfalls querschnittsgelähmt waren, in ihrem Wohlbefinden und ihrer Lebenszufriedenheit verglichen wurden. Es stellte sich heraus, dass sich die Lottogewinner nicht signifikant in der Bewertung des vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen Wohlbefindens von der Kontrollgruppe unterschieden. Anders war dies bei den Unfallopfern, die sich signifikant von der Kontrollgruppe unterschieden, jedoch zeigten sich die Unfallopfer nicht „as unhappy as might have been expected“ (S. 921). Allerdings sind diese Ergebnisse aufgrund der geringen Rückmeldung mit Vorsicht zu betrachten (Brickman et al., 1978) und verleiten zu einer Überinterpretation (Headey & Wearing, 1989).

Auch ist zu bedenken, dass die Selektion einer Stichprobe, die Life-Events erlebt hat, dazu führen kann, dass diese Personen das subjektive Wohlbefinden sowohl unter- wie auch überbewerten, da sie gut angepasst erscheinen wollen, sie der Ansicht sind, das Ereignis müsse eine Auswirkung auf das subjektive Wohlbefinden haben oder das Ereignis aufgrund der Studie präsenter ist (Lucas, 2007).

Luhmann et al. (2012) untersuchten in ihrer Metaanalyse mehrere unterschiedliche Life-Events und ihre Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden. Sie stellten fest, dass eine Scheidung als ein negatives Life-Event zwar zunächst zu einem Absinken des subjektiven Wohlbefindens führt, jedoch nach einer gewissen Zeit das subjektive Wohlbefinden ansteigt. Auch Arbeitslosigkeit führt zunächst zu einem Absinken des subjektiven Wohlbefindens, nach einer gewissen Zeitspanne ist jedoch ein Anstieg des Wohlbefindens zu verzeichnen, was die Autoren durch die Adaption an die neue Situation erklären. Ein weiteres, untersuchtes Life-Event stellen schmerzliche Verluste

dar, die einen sehr langfristigen negativen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden hatten. Allerdings wurde auch festgestellt, dass „the rate of adaptation was higher than the one observed for divorce“ (Luhmann et al., 2012, S. 605).

2.6 Erfassung von negativen Life-Events und ihren Auswirkungen

2.6.1 Allgemeine methodologische Probleme

Allgemeine Probleme in der Erfassung stellen die fehlende eindeutige Definition dessen, was ein negatives Life-Event ausmacht, sowie die fehlende Klärung von „Kausalbeziehungen zwischen Lebensereignissen und verschiedenen Antezedenz- und Effektvariablen“ (Filipp, 1981, S. 72) dar. Letzteres ist darin begründet, dass ein experimentelles Untersuchungsdesign nicht möglich ist (Filipp, 1981) und daher die interne Validität eher gering ist (Luhmann et al., 2012).

Filipp (1981) führt diese Schwierigkeiten auch auf fehlende effektive methodische Techniken zurück und fordert die Beachtung der Probleme sowie kreative Lösungen für diese.

2.6.2 Erhebung mittels Ereignislisten

Diese Erhebungsvariante stammt aus der klinisch-psychologischen bzw. stressorientierten Perspektive und besteht in der Vorgabe einer Liste mit Life-Events, die von Experten aufgrund ihres Wiederanpassungsaufwands ausgewählt wurden. Aus diesen sollen die Teilnehmer jene auswählen, mit denen sie konfrontiert wurden, wobei hier zumeist ein Einjahresintervall zur Betrachtung herangezogen wird (Filipp & Aymanns, 2010). Es existieren zahlreiche Verfahren dieser Art, die sich sowohl inhaltlich wie auch in der Anzahl der genannten Life-Events unterscheiden (Filipp, 1981).

Jedoch bestehen viele Probleme bei der Erhebung mittels Ereignislisten. Ein Problem stellt die fehlende Berücksichtigung der unterschiedlichen Merkmale oder der affektiven Bedeutung von Life-Events dar.

Weiters sollten subjektive Urteile in der Erhebung miteinbezogen werden, da Life-Events von verschiedenen Personen als unterschiedlich belastend erlebt werden können, jedoch birgt diese Einbeziehung die Gefahr der Verzerrung (Filipp & Aymanns, 2010).

Dohrenwend (2006, zitiert nach Filipp & Aymanns, 2010) verwies auf ein weiteres Problem: die intrakategorielle Variabilität. Diese beschreibt, dass „viele höchst unterschiedliche Ereignisse einer einzigen Ereigniskategorie zugeordnet werden und somit das Ankreuzen eines Ereignisses auf einer Checkliste unterschiedliche Erfahrungen mit unterschiedlichen Belastungsniveau reflektieren kann“ (S. 57). Demnach könnte ein Proband unter einer schweren Erkrankung sowohl eine Grippeerkrankung wie auch einen Herzinfarkt verstehen.

Zudem gehen Filipp und Aymanns (2010) davon aus, dass mit bisherigen Listen viele Life-Events nicht erfasst werden konnten. Eine mögliche Lösung wären populationsspezifische Ereignislisten, allerdings könnten auch in diesen sehr seltene Ereignisse nicht aufgeführt und damit von der Erhebung ausgeschlossen werden.

Bei der Erhebung mit Ereignislisten konnten nur niedrige Reliabilitäten festgestellt werden und die „testtheoretische Brauchbarkeit dieser Checklisten [ist] fraglich“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 58).

Die Konstruktvalidität wird hingegen durch die Übereinstimmung der Stressbelastung von verschiedenen Beurteilern wie auch durch die Korrelation zwischen den Ergebnissen aus Ereignislisten mit retrospektiven Berichten belegt (Filipp, 1981).

Aufgrund der oben genannten Erhebungsprobleme wurde die Erhebung mittels Interviewmethoden sowie mittels einer Einzelereignisanalyse entwickelt (Filipp & Aymanns, 2010).

2.6.3 Erhebung mittels Interviewmethoden

Exemplarisch werden nun zwei Interviewmethoden vorgestellt: das Life Events and Difficulty Schedule LEDS von Brown und Harris (1978, zitiert nach Filipp & Aymanns, 2010) und das Structured Event Probe and Narrative Rating SEP-RATE von Dohrenwend et al. (1993, zitiert nach Filipp & Aymanns, 2010).

Das Verfahren LEDS zieht Emotionen als Maß für ein kritisches Ereignis heran und erachtet das Ausmaß der Veränderung des Lebens der betroffenen Person als unbedeutend. Hierzu werden das Ereignis und die Qualität der Emotionen getrennt erfasst, wobei darauf geachtet wird, die „subjektiven Einschätzungen des Ereignisses mit dessen (tatsächlichen oder auch nur vermeintlichen) negativen Folgen“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 59) nicht zu vermischen. Die Life-Events werden von Experten

beurteilt, wobei der aktuelle Lebenskontext, das Ausmaß der kontextuellen Bedrohung und die Einschätzung der Ereignisschwere im Vordergrund stehen (Filipp & Aymanns, 2010).

Beim SEP-RATE liegt das Hauptaugenmerk auf drei Merkmalsbündeln: objektive Merkmale des Life-Events, Situations- und Dispositionsmerkmale und die Interaktion dieser. Der Aufbau des hierbei verwendeten Interviews ist an Ereignislisten orientiert und erlangt durch standardisierte Nachfragen weitere systematisierte und objektive Daten. Zur Analyse werden „alle Informationen entfernt, die sich auf die aktuelle Situation und Eigenschaften der betroffenen Person beziehen, um die Folgen des Ereignisses und seine Schwere weitestgehend objektiv abschätzen zu können“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 60) und von unabhängigen Personen bewertet.

Interviewmethoden zeigen eine höhere Objektivität und Retest-Reliabilität auf als Ereignislisten und sind diesen trotz des größeren Aufwandes vorzuziehen. Jedoch sind sie aus forschungsökonomischen Gründen bisher nicht weit verbreitet (Filipp & Aymanns, 2010).

2.6.4 Einzelereignisanalysen

Bei einer Analyse eines einzelnen Ereignisses wird eine betroffene Stichprobe mit einer unbetroffenen Kontrollgruppe hinsichtlich ihres Wohlbefindens oder die Prävalenz und Inzidenz bestimmter Erkrankungen der betroffenen Stichprobe mit der Gesamtpopulation verglichen. Diskrepanzen zwischen diesen beiden Vergleichsgruppen werden als Auswirkungen des Life-Events verstanden. Voraussetzung für eine solche Analyse ist die Prämisse, dass die Stichprobe homogen ist, wobei hier eine Zufallszuweisung nicht möglich ist. Hierbei ist von Interesse, „wie dieses Ereignis bewertet und gedeutet wird (im Sinne subjektiver Ereignismerkmale), welche Reaktionen es erzeugt, welche Strategien des Umgangs sich erkennen lassen und welche Folgen es unter den je gegebenen Umständen letztlich zeitigt“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 61-62).

Mittels Einzelereignisanalysen werden sowohl die Auswirkungen der Konfrontation mit einem negativen Life-Events wie auch interindividuelle Unterschiede in der Ereignisbewältigung erfasst und liefern damit wertvolle Einsichten (Filipp & Aymanns, 2010).

2.6.5 History Analyses

Bei History Analyses ist die Berücksichtigung der Verteilung von Life-Events über die Lebensspanne stärker in den Fokus der Untersuchung gerückt. Beispiele hierfür sind die Verfahren Life History Analysis (Craik, 2000, zitiert nach Filipp & Aymanns, 2010) und der Life History Calendar (Freedman, Thornton, Camburn, Aldwin, Young-DeMarco, 1988, zitiert nach Filipp & Aymanns, 2010).

Im Zuge der Life History Analysis wird die selbstberichtete „Lebensgeschichte sowie Angaben von Referenzpersonen [...] zu dieser Lebensgeschichte“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 63) zur Analyse herangezogen, wobei alle Life-Events objektiv registriert werden sollen, die eine Person im Laufe ihres Lebens erlebte, und werden mittels der Methoden historischer Forschung unter Berücksichtigung des soziokulturellen Kontextes interpretiert.

Der Life History Calendar wird ergänzend zu anderen Erhebungsmethoden angewandt und besteht in der Vorgabe eines Kalenders, in den alle interessierenden Life-Events, die aus den Interviewdaten gewonnen wurden, eingetragen werden. Dadurch können diese Informationen genauer datiert und zuverlässiger erfasst werden, zudem können so Unstimmigkeiten in den Daten besser entdeckt werden und auch weitere Ereignisse leichter erinnert werden. Weiters kann auf diese Weise die Interdependenz zwischen Life-Events, deren gemeinsame Ursache sowie die Erhöhung der Eintrittswahrscheinlichkeit späterer Life-Events durch ein vorhergehendes Ereignis erfasst werden und weist eine hohe Reliabilität auf (Filipp & Aymanns, 2010).

2.6.6 Erinnerungsverzerrung

Die Erinnerung von Life-Events ist unterschiedlichen Verzerrungen unterworfen. Beispielsweise treten bei autobiographischen Erinnerungen drei Phänomene auf: childhood amnesia (die Erlebnisse der ersten Jahre werden unterrepräsentiert), recency effect (die Erlebnisse der jüngsten Vergangenheit werden signifikant überrepräsentiert) und reminiscence bump (die Erlebnisse zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr werden signifikant überrepräsentiert).

Des Weiteren werden umso mehr negative Life-Events berichtet, je stärker autobiographische Erinnerungen gebraucht wurden. Eine Erklärung hierfür liegt

möglicherweise darin, dass jene Personen, die eine große Anzahl von negativen Life-Events berichtet haben, mehr dazu neigen einen Sinn darin zu suchen und sich somit vermehrt mit den Ereignissen ihres bisherigen Lebens beschäftigen (Leist, Ferring & Filipp, 2010).

Auch erinnern sich glückliche Personen mehr an positive Life-Events als unglückliche (Seidlitz & Diener, 1993).

Zudem kommt es zu einer sogenannten retrospektiven Kontamination, die den Umstand beschreibt, dass erkrankte Personen bestimmte Ereignisse als Ursache ihrer Erkrankung sehen, da sie rückblickend krankheitsbezogene Veränderungen und den Eintritt bestimmter Ereignisse nicht mehr voneinander trennen können.

Auch werden retrospektive Erinnerungen negativer Life-Events „von der aktuellen Stimmung und der selektiven Zugänglichkeit autobiographischer Gedächtnisinhalte beeinflusst“ (Filipp & Aymanns, 2010, S. 58).

3 Quantitative und qualitative Methoden

Ein großer Unterschied zwischen quantitativen und qualitativen Methoden liegt in der Art des verwendeten Datenmaterials: während sich die quantitative Forschung auf numerische Daten stützt und Messwerte statistisch analysiert, werden in der qualitativen Forschung „verbale bzw. nichtnumerische Daten interpretativ verarbeitet“ (Bortz & Döring, 2006, S. 298). Auch bestehen Differenzen in den Forschungsmethoden sowie dem Gegenstand der Forschung. Weitere Unterschiede werden in Tabelle 1 dargestellt, die dort angeführten Gegensatzpaare sind jedoch nicht als dichotom sondern eher als bipolare Dimension zu verstehen (Bortz & Döring, 2006).

Quantitativ	Qualitativ
nomothetisch	Idiografisch
Naturwissenschaftlich	Geisteswissenschaftlich
Labor	Feld
Deduktiv	Induktiv
Partikulär	Holistisch
Explanativ	Explorativ
Ahistorisch	Historisch
Erklären	Verstehen
„Harte“ Methoden	„Weiche“ Methoden
Messen	Beschreiben
Stichprobe	Einzelfall
Verhalten	Erleben

Tabelle 1: *Gegenüberstellung quantitativer und qualitativer Forschung (Bortz & Döring, 2006, S. 299)*

Die qualitative und die quantitative Forschung wurden zwar oft als unvereinbar angesehen, jedoch werden diese beiden Ansätze in vielen Forschungsprojekten kombiniert (Bortz & Döring, 2006).

3.1 Qualitative Methoden

Mayring (2002) nennt fünf Grundsätze qualitativer Forschung:

Die Forderung stärkerer *Subjektbezogenheit* der Forschung, die Betonung der *Deskription* und der Interpretation der Forschungssubjekte, die Forderung, die Subjekte auch in ihrer natürlichen, *alltäglichen* Umgebung (statt im Labor) zu untersuchen, und schließlich die Auffassung von der Generalisierung der Ergebnisse als *Verallgemeinerungsprozess*. (S. 19)

Zudem fordert er eine Offenlegung und Systematisierung qualitativer Methoden um eine angemessene Verwendung zu gewähren und eine Kombination der Techniken und Verbindung mit quantitativen Methoden zu ermöglichen (Mayring, 2002).

Zur Erhebung qualitativer Daten wurden zahlreiche neue Verfahren entwickelt, jedoch existiert keine einheitliche Klassifikation dieser. Eine mögliche Unterscheidung ist jene von Flick et al. (1995, zitiert nach Bortz & Döring, 2006), die zwischen

Befragungsverfahren, Beobachtungsverfahren, Analyseverfahren erhobener Daten und komplexen Methoden differenziert.

Mögliche Verfahren qualitativer Forschung sind Erhebungsverfahren (z.B. narratives oder problemzentriertes Interview), Aufbereitungsverfahren (z.B. Transkription oder Protokoll) und Auswertungsverfahren (z.B. qualitative Inhaltsanalyse) (Mayring, 2002).

Da in dieser Arbeit das Interview als Erhebungsmethode zur Anwendung kommt, soll darauf im Folgenden näher eingegangen werden.

3.1.1 Das qualitative Interview

Während Bortz und Döring (2006) zwischen 19 verschiedenen Arten von Einzelinterviews unterscheiden, konzentriert sich Mayring (2002) lediglich auf zwei aus dieser Liste: das problemzentrierte Interview und das narrative Interview.

Das problemzentrierte oder fokussierte Interview umfasst alle Formen der halbstrukturierten, offenen Befragung, die sich mit einem bestimmten Problem befassen. Der Interviewer muss sich hier im Vorhinein mit dem Problem beschäftigen und die wichtigsten Aspekte in einem Leitfaden zusammenfassen. Nach einer Einführung in die Problemstellung durch den Interviewer zu Beginn des Interviews soll in einer vertrauensvollen Atmosphäre „der Befragte möglichst frei zu Wort kommen, um einem offenen Gespräch nahe zu kommen“ (Mayring, 2002, S. 67). Weiters soll der Interviewte in seinen Reaktionen unbeeinflusst bleiben, die Gesprächsführung soll nondirektiv und situationsangepasst sein und zudem „für unerwartete Reaktionen Raum lassen und diese aufgreifen“ (Bortz & Döring, 2006, S. 316).

Eine weniger standardisierte Variante stellt das narrative Interview dar, bei dem der Interviewte zum freien Erzählen angeregt werden soll, um zu subjektiven Bedeutungsstrukturen zu gelangen. Das Interview beginnt mit einer Einstiegsfrage, die eine Vorstellung des untersuchten Themas darstellt (Mayring, 2002). Nach diesem Erzählanstoß wird der Interviewte ermutigt, Erlebnisse und Episoden zu diesem Thema aus der eigenen Lebensgeschichte zu erzählen in Form einer Stegreiferzählung wiederzugeben (Bortz & Döring, 2006). Der Interviewer soll hierbei nicht in die Erzählung eingreifen und erst im Anschluss daran weiterführende Fragen stellen (Mayring, 2002). Diese Interviewform ist besonders geeignet für Themen, die „einen

starken Handlungszusammenhang aufweisen, dramatische Sequenzen beinhalten oder sich zumindest in solchen Sequenzen äußern“ (Mayring, 2002, S. 74).

3.1.2 Auswertung qualitativer Daten

Auch zur Auswertung qualitativen Datenmaterials existieren mittlerweile zahlreiche Varianten der qualitativen Inhaltsanalyse, bei denen die manifesten und latenten Inhalte in ihrem Kontext analysiert werden. Beispiele hierfür wären die Globalauswertung nach Legewie (1994, zitiert nach Bortz & Döring, 2006), die Grounded Theory der Chicagoer Schule (Bortz & Döring, 2006) und die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2010), letztere soll im Folgenden vorgestellt werden.

3.1.2.1 Qualitative Inhaltsanalyse

Ein großer Vorteil der qualitativen Inhaltsanalyse liegt in der kontrollierten, schrittweisen Bearbeitung des Materials, wobei das daraus entwickelte Kategoriensystem von besonderer Bedeutung ist (Mayring, 2002).

Zentrale Charakteristika der Inhaltsanalyse sind die Analyse fixierter Kommunikation, ein systematisches, regelgeleitetes und theoriegeleitetes Vorgehen sowie das Ziehen von Rückschlüssen „auf bestimmte Aspekte der Kommunikation“ (Mayring, 2010, S. 13).

Man kann zwischen drei Grundformen qualitativer Inhaltsanalyse unterscheiden:

- Die zusammenfassende qualitative Inhaltsanalyse: Diese hat eine Reduktion des Materials auf wesentliche Inhalte zum Ziel. Sie wird zur induktiven Kategorienbildung genutzt (Mayring, 2002) und besteht aus Paraphrasierung, Generalisierung und Reduktion (Bortz & Döring, 2006).
- Die explizierende qualitative Inhaltsanalyse: Hier wird zur Erweiterung des Verständnisses von unklaren Textstellen weiteres Material gesammelt und kann als Kontextanalyse verstanden werden (Mayring, 2002).
- Die strukturierende qualitative Inhaltsanalyse: Bei dieser Analyse sollen bestimmte Aspekte und eine Struktur aus dem Material herausgefiltert werden, zudem soll „das Material auf Grund bestimmter Kriterien“ (Mayring, 2002, S. 115) eingeschätzt werden.

3.1.3 Gütekriterien qualitativer Forschung

Bei der qualitativen Forschung können sowohl die klassischen Gütekriterien quantitativer Methoden wie auch spezifische Gütekriterien herangezogen werden, jedoch ist die Übertragbarkeit der klassischen Gütekriterien auf die qualitative Forschung in Frage gestellt. Zudem müssen die Gütekriterien den Methoden angemessen sein (Mayring, 2002), weswegen hier sechs spezifische Gütekriterien vorgestellt werden.

- **Verfahrensdokumentation:** Da bei qualitativen Untersuchungen zumeist die Methode entwickelt wird, ist eine exakte Dokumentation der „Explikation des Vorverständnisses, Zusammenstellung des Analyseinstrumentariums, Durchführung und Auswertung der Datenerhebung“ (Mayring, 2002, S. 145) vonnöten.
- **Argumentative Interpretationsabsicherung:** Da die Interpretation in der qualitativen Forschung von zentraler Bedeutung ist, ist eine Einschätzung der Qualität dieser wichtig. Diese wird durch eine argumentative Begründung erreicht, wobei die Adäquatheit des Vorverständnisses, die Suche nach Alternativdeutungen sowie die Widerlegung von Negativdeutungen von Bedeutung sind.
- **Regelgeleitetheit:** Unter diesem Gütekriterium wird der Balanceakt zwischen Offenheit gegenüber dem Gegenstand sowie der Modifikation der Analyseschritte und der Einhaltung bestimmter Verfahrensregeln verstanden.
- **Nähe zum Gegenstand:** Die Gegenstandsangemessenheit wird in der qualitativen Forschung durch eine große Nähe zur Alltagswelt der Person, die Übereinstimmung der Interessen sowie die Herstellung eines offenen und gleichberechtigten Verhältnisses bewirkt.
- **Kommunikative Validierung:** Durch die Diskussion der Interpretationen mit dem Befragten können diese bestätigt und die Rekonstruktion der subjektiven Bedeutungen überprüft werden.
- **Triangulation:** Dieses Gütekriterium meint die Vergrößerung der Qualität qualitativer Forschung durch die Verbindung mehrerer Analysegänge und das Auffinden unterschiedlicher Lösungswege. Die „Ergebnisse der verschiedenen

Perspektiven können verglichen werden, können Stärken und Schwächen der jeweiligen Analysewege aufzeigen und schließlich zu einem kaleidoskopartigen Bild zusammengesetzt werden“ (Mayring, 2002, S. 148), wobei hier auch ein Vergleich qualitativer und quantitativer Forschung möglich ist (Mayring, 2002).

Empirischer Teil

4 Ziel dieser Arbeit

Während in vielen Studien bisher vor allem Fragebögen zur Anwendung kamen, soll in dieser Arbeit der Frage nachgegangen werden, ob die Auswirkungen negativer Life-Events mithilfe eines qualitativen Interviews erfasst werden können bzw. ob mit qualitativen Forschungsmethoden differenziertere Ergebnisse zustande kommen können als mit quantitativen Methoden.

Daraus lassen sich folgende Forschungsfragen ableiten:

- Welche Arten negativer Life-Events werden berichtet?
- Welche Auswirkungen negativer Life-Events werden berichtet?
- Werden Auswirkungen negativer Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden berichtet?
- Bestehen Unterschiede in den Auswirkungen zwischen den verschiedenen Arten von negativen Life-Events?
- Wie lange dauern die Auswirkungen negativer Life-Events an?
- Bestehen Unterschiede im angegebenen Glück und Zufriedenheit zwischen jenen Personen, die Auswirkungen negativer Life-Events berichten, jenen Personen, die negative Life-Events erwähnen und der Stichprobe der Hauptstudie?
- Sind die Ergebnisse der qualitativen und der quantitativen Analyse vergleichbar?
- Besteht ein Geschlechtsunterschied im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?
- Besteht ein Bildungsunterschied im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?
- Besteht ein Unterschied im Familienstand im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?

Um diesen Forschungsfragen nachzugehen, wurden sowohl quantitative wie auch qualitative Analysen kombiniert.

5 Beschreibung der Hauptstudie

Zur Beantwortung der oben vorgestellten Forschungsfragen wurden die Daten einer Studie von (Ponocny, Weismayer, Dressler & Stross, 2012a) zur Analyse herangezogen. In dieser wurden mittels einer Kombination von quantitativen und qualitativen Methoden in zehn Regionen Österreichs die Lebensbedingungen und das subjektive Wohlbefinden erhoben, wobei die regionalen Gegebenheiten besondere Beachtung fanden.

Nach Kriterien wie den geographischen und topographischen Charakteristika, dem Anteil an Immigranten, dem Tourismus, der Altersstruktur, verschiedenen ökonomischen Kriterien, der Infrastruktur sowie der Einwohneranzahl wurden folgende Gebiete ausgesucht:

- Amstetten
- Ferlach
- Graz
- Kaindorf bei Hartberg
- Mühlbach am Hochkönig
- Rietz
- Stadl an der Mur
- Wien, 15. Bezirk
- Wien, 19. Bezirk
- Wels (Ponocny, Weismayer, Dressler & Stross, 2012b)

Die Erhebung setzte sich aus einem Tagebuchverfahren, Fokusgruppen, einem Fragebogen, der Erhebung demographischer Daten, in denen auch in zwei Einzelitems mittels einer zehnstufigen Skala das Glück und die Zufriedenheit erfasst wurden (siehe Anhang B) und 500 qualitativen Interviews, die von zuvor geschulten Interviewern und Interviewerinnen durchgeführt wurden, zusammen. Vor der Erhebung wurden 50 qualitative Pre-Test-Interviews durchgeführt, die der Entwicklung des Fragebogens und

des Interviewleitfadens (siehe Anhang A) dienen, der neben einem Erzählanstoß weitere Fragen sowie eine Schlussfrage beinhaltet. Die Probanden wurden innerhalb der untersuchten Gebiete zufällig ausgewählt (Ponocny et al., 2012a).

Die Tonbandaufnahmen der 500 qualitativen Interviews wurden transkribiert, wobei zur besseren Analyse dialektale Ausdrücke in österreichisches Standarddeutsch übersetzt wurden, sofern dieses Vorgehen dem Inhalt keinen Abbruch tat.

5.1 Auswahl und Beschreibung der Stichprobe

In der vorliegenden Untersuchung wurden die Transkripte der 500 qualitativen Interviews sowie die Informationen aus der demographischen Erhebung herangezogen. In diesen 500 Interviews der Hauptstudie erwähnten 222 Personen (im Folgenden Stichprobe A genannt) zumindest ein negatives Life-Event, das in der Liste in Kapitel 2.1 ‚Begriffsdefinition‘ aufgelistet wurde. Von diesen 222 Personen berichteten wiederum 53 Probanden von Auswirkungen der negativen Life-Events (im Folgenden Stichprobe B genannt).

Während die Stichprobe A lediglich in der quantitativen Auswertung Anwendung fand, dient die Stichprobe B sowohl als Grundlage für die quantitative wie auch für die qualitative Analyse.

Deskriptive Beschreibung Stichprobe A

In der Stichprobe A berichteten 222 Personen über 457 negative Life-Events, wobei deutlich mehr Frauen als Männer von negativen Life-Events berichtet haben (siehe Tabelle 2).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	weiblich	158	71,2
	männlich	64	28,8
	Gesamt	222	100,0

Tabelle 2: *Geschlechterverteilung - Stichprobe A*

Die Altersverteilung reicht von 15 bis 97 Jahren und wird in Tabelle 3 in sechs Altersgruppen zusammengefasst, die in Tabelle 4 noch zusätzlich nach dem Geschlecht aufgeteilt werden.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	jünger als 30 Jahre	45	20,3
	31 bis 40 Jahre	35	15,8
	41 bis 50 Jahre	37	16,7
	51 bis 60 Jahre	40	18,0
	61 bis 70 Jahre	31	14,0
	älter als 71 Jahre	32	14,4
	Gesamt	220	99,1
Fehlend	System	2	,9
Gesamt		222	100,0

Tabelle 3: *Verteilung der Altersgruppen - Stichprobe A*

		Geschlecht	
		weiblich	männlich
Altersgruppe	jünger als 30 Jahre	30	15
	31 bis 40 Jahre	26	9
	41 bis 50 Jahre	28	9
	51 bis 60 Jahre	30	10
	61 bis 70 Jahre	21	10
	älter als 71 Jahre	22	10
	Gesamt	157	63

Tabelle 4: *Verteilung der Altersgruppen aufgeteilt nach Geschlecht - Stichprobe A*

In der Stichprobe A war knapp die Hälfte der teilnehmenden Personen verheiratet, wie in der Verteilung des Familienstandes (siehe Tabelle 5) ersichtlich ist.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	ledig	52	23,4
	Lebensgemeinschaft	18	8,1
	verheiratet	110	49,5
	geschieden	18	8,1
	verwitwet	21	9,5
	sonstige	1	,5
	Gesamt	220	99,1
Fehlend	System	2	,9
Gesamt		222	100,0

Tabelle 5: *Verteilung des Familienstands - Stichprobe A*

Weiters ist die Verteilung der höchsten abgeschlossenen Ausbildung der interviewten Personen in Tabelle 6 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	keine	3	1,4
	Pflichtschule	32	14,4
	Lehrabschluss	46	20,7
	Berufsbildende Schule	63	28,4
	Meisterprüfung	12	5,4
	Matura/Studienberechtigungsprüfung	25	11,3
	Hochschulabschluss	30	13,5
	Sonstige	8	3,6
	Gesamt	219	98,6
Fehlend	System	3	1,4
Gesamt		222	100,0

Tabelle 6: *Höchste abgeschlossene Ausbildung - Stichprobe A*

Abschließend soll die Verteilung der Antworten der beiden Einzelitems auf dem demographischen Fragebogen zum Glück und zur Zufriedenheit der Probanden, wobei 1 sehr glücklich bzw. sehr zufrieden und 10 sehr unglücklich bzw. sehr unzufrieden bedeutet, veranschaulicht werden.

Die meisten Probanden gaben 1 (25,2% bzw. 29,3%), 2 (36% bzw. 31,5%) oder 3 (17,6% bzw. 20,3%) als Schätzung für ihr Glück bzw. für ihre Zufriedenheit an (siehe Tabelle 7 und Tabelle 8).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	1	56	25,2
	2	80	36,0
	3	39	17,6
	4	17	7,7
	5	20	9,0
	6	3	1,4
	7	1	,5
	8	3	1,4
	9	1	,5
	Gesamt	220	99,1
Fehlend	System	2	,9
Gesamt		222	100,0

Tabelle 7: *Verteilung Glück - Stichprobe A*

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	1	65	29,3
	2	70	31,5
	3	45	20,3
	4	20	9,0
	5	15	6,8
	6	1	,5
	7	1	,5
	8	2	,9
	9	1	,5
	10	1	,5
	Gesamt	221	99,5
Fehlend	System	1	,5
Gesamt		222	100,0

Tabelle 8: *Verteilung Zufriedenheit - Stichprobe A*

Die durchschnittliche Schätzung des Glücks lag bei 2,54 und jene der Zufriedenheit bei 2,46 (siehe Tabelle 9).

		Glück	Zufriedenheit
N	Gültig	220	221
	Fehlend	2	1
Mittelwert		2,54	2,46

Tabelle 9: *Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit - Stichprobe A*

Deskriptive Beschreibung Stichprobe B

53 Personen der Stichprobe A berichteten über Auswirkungen der negativen Life-Events, die sie erlebt haben, und bilden damit die Stichprobe B, die im Folgenden deskriptiv beschrieben wird. Diese 53 Personen erwähnten insgesamt 128 negative Life-Events, wobei von diesen bei 71 negativen Life-Events eine Auswirkung berichtet wurde. Von diesen führen in fünf Fällen mehrere negative Life-Events zu einer gemeinsamen Auswirkung. Auf diese Sonderfälle soll später näher eingegangen werden.

In dieser Stichprobe B war die Geschlechterverteilung mit 77,4% Frauen noch mehr zur weiblichen Seite verschoben (siehe Tabelle 10).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	weiblich	41	77,4
	männlich	12	22,6
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 10: *Geschlechterverteilung - Stichprobe B*

In der Stichprobe B reichte die Altersverteilung von 20 bis 87 Jahren, die wiederum in Tabelle 11 in sechs Altersgruppen veranschaulicht werden und in Tabelle 12 zusätzlich nach dem Geschlecht getrennt werden.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	jünger als 30 Jahre	12	22,6
	31 bis 40 Jahre	7	13,2
	41 bis 50 Jahre	15	28,3
	51 bis 60 Jahre	11	20,8
	61 bis 70 Jahre	6	11,3
	älter als 71 Jahre	2	3,8
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 11: *Verteilung der Altersgruppen - Stichprobe B*

		Geschlecht	
		weiblich	männlich
Altersgruppe	jünger als 30 Jahre	8	4
	31 bis 40 Jahre	6	1
	41 bis 50 Jahre	13	2
	51 bis 60 Jahre	8	3
	61 bis 70 Jahre	4	2
	älter als 71 Jahre	2	0
Gesamt		41	12

Tabelle 12: *Verteilung der Altersgruppen aufgeteilt nach Geschlecht - Stichprobe B*

Auch in der zweiten Stichprobe waren die meisten Personen (60,4%) verheiratet, die gesamte Verteilung des Familienstandes ist in Tabelle 13 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	ledig	13	24,5
	Lebensgemeinschaft	4	7,5
	verheiratet	32	60,4
	geschieden	1	1,9
	verwitwet	2	3,8
	sonstige	1	1,9
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 13: *Familienstand - Stichprobe B*

Die höchste abgeschlossene Ausbildung der Stichprobe B wurde in Tabelle 14 veranschaulicht.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Pflichtschule	4	7,5
	Lehrabschluss	10	18,9
	Berufsbildende Schule	18	34,0
	Meisterprüfung	4	7,5
	Matura/Studienberechtigungsprüfung	7	13,2
	Hochschulabschluss	9	17,0
	Sonstige	1	1,9
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 14: *Höchste abgeschlossene Ausbildung - Stichprobe B*

Die Angaben für das Glück der Teilnehmer und Teilnehmerinnen reichte von 1 bis 7, wobei 2 die häufigste (47,2%) Schätzung war, gefolgt von 1 (22,6%). Die Verteilung der verbleibenden Schätzungen ist in Tabelle 15 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	1	12	22,6
	2	25	47,2
	3	7	13,2
	4	1	1,9
	5	7	13,2
	7	1	1,9
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 15: *Verteilung Glück - Stichprobe B*

Die meisten Probanden gaben als Schätzung für ihre Zufriedenheit 1 (26,4%), 2 (32,1%) oder 3 (20,8%) an (siehe Tabelle 16).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	1	14	26,4
	2	17	32,1
	3	11	20,8
	4	4	7,5
	5	6	11,3
	10	1	1,9
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 16: *Verteilung Zufriedenheit - Stichprobe B*

In der Stichprobe B lag die durchschnittliche Angabe zur Schätzung des Glücks und der Zufriedenheit bei 2,43 bzw. 2,58 (Tabelle 17).

		Glück	Zufriedenheit
N	Gültig	53	53
	Fehlend	0	0
Mittelwert		2,43	2,58

Tabelle 17: *Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit - Stichprobe B*

6 Auswertung

Die zur Untersuchung herangezogenen Daten wurden qualitativ wie auch quantitativ ausgewertet. Die qualitative Analyse der Transkripte erfolgte nach dem Konzept der zusammenfassenden qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2010) unter Zuhilfenahme der Auswertungssoftware ATLAS.ti 7. Bei der quantitativen Auswertung kam die Software SPSS 15.0 zur Anwendung.

6.1 Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

Nun soll das allgemeine inhaltsanalytische Ablaufmodell der qualitativen Inhaltsanalyse (Mayring, 2010) Anwendung finden.

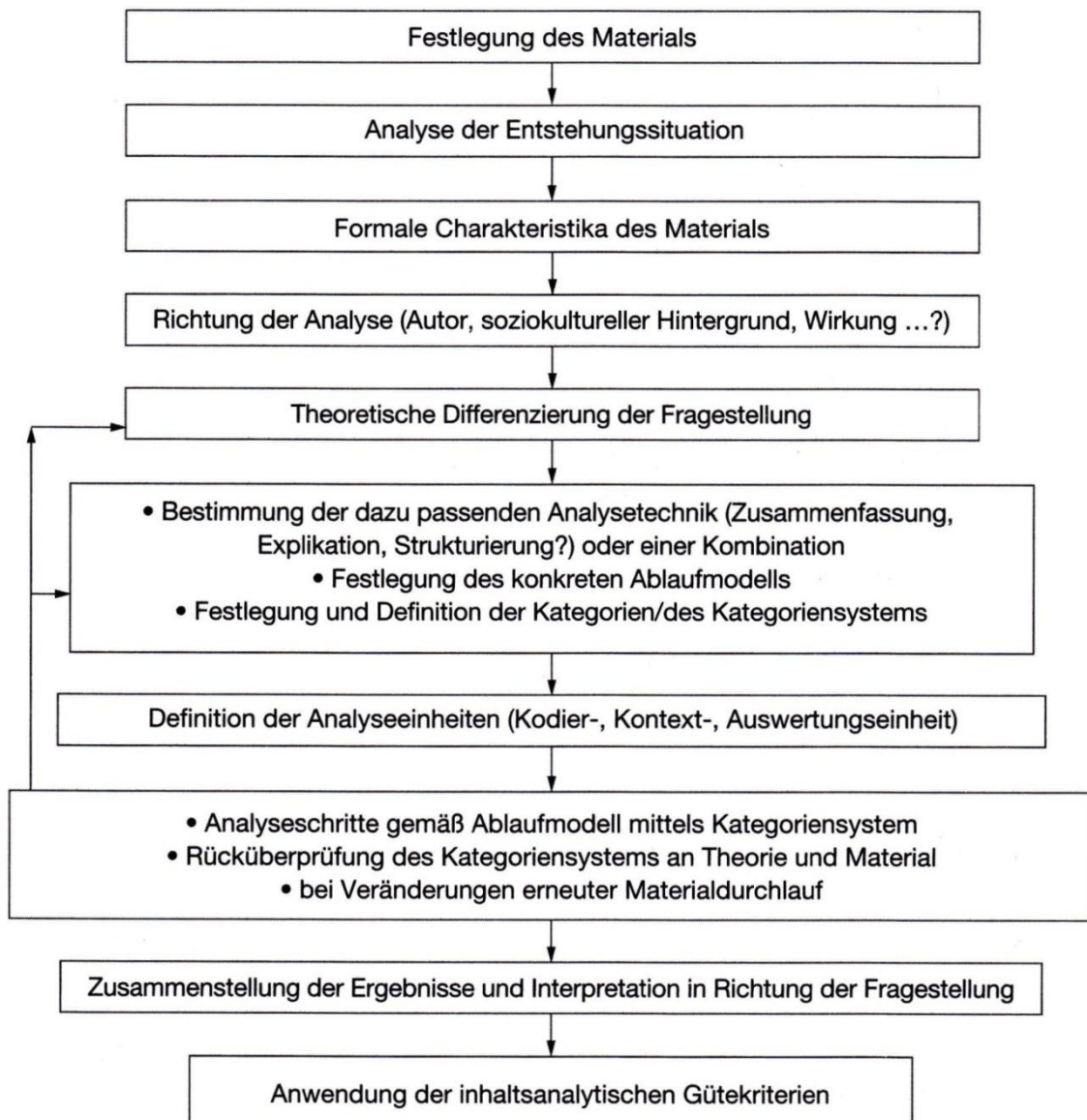


Abbildung 2: Allgemeines inhaltsanalytisches Ablaufmodell (Mayring, 2010, S. 60)

Die Beschreibung der Hauptstudie und der ausgewählten Stichproben A und B stellen die Festlegung des Materials und die Analyse der Entstehungssituation dar. Auch die formalen Charakteristika und die Darstellung der Fragestellung wurden bereits beschrieben und sollen zur Vermeidung von Redundanz nicht erneut angeführt werden.

Die adäquate Analysetechnik zur Beantwortung der Forschungsfragen ist die zusammenfassende qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2010), die der induktiven Kategorienbildung dient.

Als Analyseeinheiten wurde zur Erstellung eines Kategoriensystems von negativen Life-Events jede Textpassage angesehen, in der ein negatives Life-Event entsprechend der Liste in Kapitel 2.1 ‚Begriffsdefinition‘ Erwähnung fand. Zur Kategorisierung der Auswirkungen von negativen Life-Events wurden jene Textpassagen herangezogen, in denen von Auswirkungen dieser berichtet wurde.

Die verbleibenden Schritte des Ablaufmodells werden in den folgenden Kapiteln behandelt.

6.1.1 Deduktives Kategoriensystem

Zur Kategorisierung der negativen Life-Events, die in den Interviews der Stichprobe B erwähnt wurden, wurde deduktiv das folgende Kategoriensystem hergeleitet. Dieses soll nun kurz vorgestellt und mit Beispielen aus den Interviews näher erläutert werden. Die dazugehörigen Subkategorien sollen induktiv aus dem Datenmaterial erarbeitet werden.

Art des negativen Life-Events

Die Art des negativen Life-Events soll ermöglichen, die gesamte Bandbreite an möglichen Life-Events zu kategorisieren, die in den Interviews der Stichprobe B erwähnt werden.

Folgende Passagen stellen Beispiele für negative Life-Events, wie der Tod eines Familienmitglieds *„Meine Mama hat dann aber wieder einen ganz einen lieben Partner kennen gelernt, der für mich eigentlich wie mein Papa dann geworden ist. Der allerdings leider vor vier Jahren gestorben, ganz plötzlich im Urlaub. Und, ja, also er war halt gesund und ist einfach nicht mehr heimgekommen“* (Interview 12, Z. 11-15)

oder eine eigene Erkrankung „Bei der ersten Krankheit hat man lange nicht gewusst was ich habe. Das ist nachher schon sehr schwierig, weil das ist am Anfang immer schlechter, schlechter, schlechter geworden statt besser obwohl ich im Krankenhaus war. Das war wirklich sehr.“ (Interview 134, Z. 130-133).

Während diese beiden eher zu den häufig berichteten Life-Events zählen, werden andere nur ein Mal erzählt: „Was so mein Leben maßgeblich verändert hat, sag ich jetzt einfach, ich hab dann auch so ein Nahtoderlebnis gehabt.“ (Interview 202, Z. 277-278)

Betroffenheit

Die Kategorie Betroffenheit erfasst, wer von dem negativen Life-Event betroffen ist. Gemeint ist damit die Person, die direkt von dem negativen Life-Event betroffen ist und ist nicht zwangsläufig die interviewte Person. So kann ein Familienmitglied (Eltern, Partner, Geschwister, Kinder), ein Mitglied der Verwandtschaft (alle weiteren Familienmitglieder), eine Person aus dem Bekannten- oder Freundeskreis oder die interviewte Person selbst von dem negativen Life-Event betroffen sein.

Ein Beispiel für Letzteres stellt dieser Ausschnitt dar: „Und drei Monate später hat es mich dann völlig hinausgehaut aus meinem Leben. Eigentlich schon viel früher, aber drei Monate später habe ich dann erfahren, wa- also was es ist. Weil, da ist dann- (...) also es war sehr plötzlich, das war einfach- (..) da habe ich dann (..) MS gekriegt. Und das war nicht so einfach, also das- naja. Drei, vier Monate hat es gedauert bis es diagnostiziert war und (-) bin und dann erst.“ (Interview 10, Z. 90-95)

In den folgenden Textpassagen wird von einem Familienmitglied als betroffene Personen berichtet:

„E: Eigentlich schon, ja, also meine Eltern sind schon gestorben, mein einer Bruder eben leider auch“ (Interview 48, Z. 106-107) bzw. von einer Person aus dem Bekanntenkreis „Wie sollt ich sagen, meine Freundin, die hat einen schwerkranken Mann, der hat Demenz, und da bin ich wieder mit mir viel mehr zufrieden oder, oder (....) wenn man gesund ist und (..) weil ich seh das, was sie für ein Schicksal hat meine Freundin“ (Interview 32, Z. 284-287)

Zeitebene

Unter dieser Kategorie wird die Anzahl der Jahre verstanden, die seit dem Eintreten des negativen Life-Events vergangen sind. Diese Zeitspanne kann von nur wenigen Wochen („dann haben sie mir gesagt dass ich ITB das ist eine Autoimmunerkrankung habe Das habe ich erst vor zwei Wochen halt erfahren.“ (Interview 15, Z. 74-76)) bis hin zu vielen Jahrzehnten reichen („E: Also geboren bin ich 1943, also im Krieg, mit allen Nachteilen des Krieges. Meine, meine, meine Eltern wurden ausgebombt und äh mussten dann zweimal siedeln. Und mein Vater ist dann erst 1947 vom Krieg zurückgekommen und ist 1957 gestorben. Äh, wahrscheinlich an den Spätfolgen des Krieges noch.“ (Interview 14, Z. 7-10)).

Um möglichst unvoreingenommen die Bandbreite an Auswirkungen der negativen Life-Events zu erfassen, wurde kein deduktives Kategoriensystem erstellt. Die berichteten Auswirkungen sollen innerhalb einer Kategorie von negativen Life-Events gruppiert werden und zusätzlich in einem weiteren Kategoriensystem zusammengefasst werden.

6.1.2 Induktives Kategoriensystem der negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen

Nun wurden die negativen Life-Events, die mit Auswirkungen in Verbindung gebracht werden (Stichprobe B), zur induktiven Kategorienbildung herangezogen. Die so ermittelten elf Kategorien werden im Folgenden beschrieben, wobei Krankheit und Tod die häufigsten Kategorien darstellen. Diese sind

- Krankheit – Selbstbetroffen, Familie und Freundes- oder Bekanntenkreis
- Tod – Familie, Verwandtschaft und Freundes- oder Bekanntenkreis
- Nahtoderlebnisse – Selbst
- Suizid – Familie
- Trennung – Selbst
- Sexueller Missbrauch – Selbst
- Flucht oder Kriegserlebnisse – Selbst
- Kritische Operation – Selbst

- Unfall – Selbst
- Arbeitslosigkeit – Selbst
- Weggegeben - Selbst

Abschließend wird auf die bereits erwähnten Sonderfälle, in denen mehrere negative Life-Events bei einer Auswirkung zusammenwirken, eingegangen.

6.1.2.1 Krankheit

6.1.2.1.1 Krankheit/Selbst

Die erste Kategorie von negativen Life-Events, die in den Interviews berichtet wurden, stellen die unterschiedlichen Erkrankungen der interviewten Personen dar sowie die vielfältigen Auswirkungen, die damit in Verbindung gebracht werden.

So werden in den folgenden Textpassagen mehrere gesundheitliche Probleme beschrieben, die zur Folge hatten, dass die interviewte Person alles aufgeben musste und nun meint, keiner könne verstehen, was dies bedeutet:

„Ich hab eine sehr blöde Krankheit seit 30 Jahren, ich darf überhaupt nicht in die Sonne und das greift leider Gottes äh das Herz an und andere Sachen und ich hab jetzt 2 Hüftoperationen hinter mir und die äh zweite war schon sehr wackelig, nämlich nicht wegen der Hüfte, die ist wunderbar geworden, aber der Allgemeinzustand (seufzt) kommt nicht auf gleich.“ (Interview 154, Z. 374-379)

„E: (.....) Nein, ich hab- ich hab eben mit dem Herzen zu tun und ich kann sehr vieles nicht machen. Äh, ich bin dadurch ziemlich unselbstständig geworden und ich kann bei Tag nicht hinaus. Also das ist sind alles so Sachen, nicht?“ (Interview 154, Z. 410-413)

„E: Man gewöhnt sich daran und es geht dann- erstmal, erstmal versteht man es gar nicht, und deswegen seh ich ein, dass es eigentlich niemand anderer verstehen kann. Wenn man Ihnen sagt, Sie dürfen nicht in die Sonne - na gut, darf ich nicht in die Sonne. Was das wirklich heißt, das merkt man erst schön nach und nach. Und ich glaub, also ich weiß, dass das nicht einmal die Ärzte, die es einem verordnen, wirklich kapieren,

was das heißt. Das heißt sehr viel mehr. Es heißt nämlich wirklich, vollkommen äh fast alles aufgeben.“ (Interview 154, Z. 437-444)

Der Bericht der Auswirkungen ihrer Erkrankung auf ihr alltägliches Leben umfasst weitere drei Seiten, in denen die Person zudem meint, es ginge ihr schlecht und sie hätte nicht viel Kraft:

„Und das ist mir das letzte Mal passiert, also seither hab- und das war eben vor 2 Jahren und seither geht es mir wirklich- wirklich schlecht und ich bin zusammengefallen ständig und so“ (Interview 154, Z. 454-456)

“Ich hab nicht viel Kraft.“ (Interview 154, Z. 466)

Aufgrund der ausführlichen Darstellung der Folgen des negativen Life-Events kann angenommen werden, dass diese auch tatsächlich so empfunden und unverfälscht wiedergegeben wurden.

Auch im nächsten Abschnitt scheinen die Auswirkungen eher negativ zu sein, da berichtet wird, auch gegenwärtig noch mit der falschen medizinischen Behandlung zu hadern, obwohl diese bereits mehrere Jahrzehnte zurück liegt. Im Verlauf des Interviews kommt die Erkrankung der Füße und die daher eingeschränkte Mobilität immer wieder zur Sprache, was die Annahme unterstreicht, dass die Person nicht mit dem Life-Event abgeschlossen hat.

„E: Da hab ich eine Behinderung von Kind auf, (..) Kinderlähmung“ (Interview 32, Z. 22)

„I: Und gibts da irgendeine gewisse Erlebnisse, was Sie immer noch beeinflussen von damals? Wo Sie darüber nachdenken, das war vielleicht nicht so oder ja?“

E: Ja dass ich da mit den Füßen, dass sie da mich nicht richtig behandelt haben“ (Interview 32, Z. 61-65)

Diese beiden Ausschnitte stellen allerdings eine Minderheit dar, in den überwiegenden Fällen wird von Auswirkungen berichtet, die durchaus als positiv gewertet werden

können, da angegeben wird, dass sie unterschiedliche Lebensbereiche verbessern oder bereichern, wie eine höhere Zufriedenheit, eine andere Einstellung zum Leben, eine Verbesserung der Partnerschaft oder sich an kleinen Dingen mehr zu erfreuen. Diese angesprochenen Bereiche gelten als Einflussfaktoren für das subjektive Wohlbefinden, wie in Kapitel 1.3 ‚Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens‘ dargestellt wurde.

Im folgenden Interview erzählt die Person sowohl von negativen wie auch von positiven Auswirkungen ihrer Krankheit. So meint sie zwar, die Angst vor einem Rückfall würde sie negativ beeinflussen, allerdings hätte sie so gelernt, loszulassen und sich an jedem Tag und Kleinigkeiten zu erfreuen. Was als negative Beeinflussung verstanden wird, geht aus dem Interview nicht hervor.

„Bin an Brustkrebs erkrankt und das war natürlich ein Absturz, nicht? Also, konnte ich überhaupt nicht umgehen damit, (ich dachte) so jetzt ist alles aus.“ (Interview 157, Z. 376-378)

„I: Und beeinflusst Sie das heute auch noch? Diese Erlebnisse?“

E: Unbedingt. Also das lässt mich nicht los, weil ein Restrisiko immer bleibt. Obwohl die Befunde gut sind, was gar nichts heißt, es kann wieder zurückkommen. Und es beeinflusst mich nicht nur negativ, also das mei- am meisten gelernt hab ich durch die Krankheit. Auch-

I: Und was haben Sie da eben gelernt?

E: Ich hab gelernt positiv zu denken, auch wenn es noch so dick kommt. Ich hab gelernt äh, dass Glück nicht unbedingt von einem langen Leben abhängt, sondern wie intensiv man es empfindet. Ich hab gelernt, äh das Loslassen, nicht habgierig zu sein, mich zu freuen an kleinen Dingen und vor allem, ich denke nicht mehr in langen Zeitspannen, sondern für mich ist der Tag jetzt wichtig geworden. Was erlebe ich heute? Wie- wie gestalte ich meinen Tag. Und nicht nur mehr für andere leben, sondern für mich selber leben. Also das ist unerhört positiv. Ich hätte das wahrscheinlich durch die Krankheit nicht erlernt. So schnell.“ (Interview 157, Z. 394-413)

Obwohl die Person hier meint, nun positiv zu denken, beschreibt sie sich später als melancholisch, unsicher und nicht von sich überzeugt. Weiters meint sie, Authentizität hätte ihr immer gefehlt, jedoch berichtet sie auch, dass nun die Meinung anderer Menschen nicht mehr so wichtig wäre. Insgesamt kommt bei diesem Interview die Vermutung auf, dass die interviewte Person zwar positiver denken und selbstbewusster sein möchte, ihr dies jedoch noch nicht gelingen mag.

„E: Also meine Grundstimmung, ich bin ein melancholischer Typ.“ (Interview 157, Z. 554)

„dass ich unsicher werde. Dass ich nicht weiß, kenne ich ihn so genau den Menschen, dass ich die Verantwortung übernehmen kann für ihn, bin ich prädestiniert dafür. Da bin ich zu wenig von mir überzeugt, ja? Da denk ich mir, vielleicht geb ich ihm falsche Ratschläge.“ (Interview 157, Z. 724-727)

“E: Um glücklich zu werden? Authentisch zu sein. Die Authentizität hat mir immer gefehlt. Erst jetzt feile ich an meiner Persönlichkeit. Nicht etwas tun, was einem andere einreden wollen, sondern bei seiner Meinung bleiben. Schon gucken, links und rechts, was machen die andern? Wäre das was für mich? Vielleicht einiges ausprobieren, mit Vorsicht, aber trotzdem [beim (leisten) bleiben]“ (Interview 157, Z. 838-843)

„E: Es ist mir nicht mehr so wichtig, was die Leute von mir denken. Es ist mir nicht mehr so wichtig, ähm, äh, der soziale Stand. Hängt eh damit zusammen. Ich hab jetzt einen gewissen Selbstwert und- es ist mir nicht wichtiger- was ist mir nicht wichtig? Ja.“ (Interview 157, Z. 481-484)

Weitere Folgen des negativen Life-Events sind die Veränderung des Blickwinkels auf das Leben, der Einstellung zum Leben und der empfundene Wert der Gesundheit und damit einhergehend eine höhere Zufriedenheit:

„Das hat mich noch sehr beeinflusst? (..) Vielleicht (..) die Krankheit, die ich gehabt hab? Das ist auch möglich. Dass ich dadurch vielleicht einen anderen Blick auf das Leben gewonnen hab (..) und nicht mehr alles so wichtig ist, oder man sich selber nicht so

wichtig nimmt mehr, wie man das in der Jugend tut. Vielleicht ist das auch altersbedingt, ist auch möglich.“ (Interview 52, Z. 106-111)

„Ja, ich denke mir, man wird zufriedener, weil ich war ein halbes Jahr im Spital gewesen und von dem her ist man sicher zufriedener, wenn man-. Oder man kriegt einfach eine andere Einstellung zum Leben. Dann ist man zufriedener.“ (Interview 134, Z. 101-104)

„E: Nummer 1 mal Gesundheit. Ich mein, andere Leute, wenn, dass ist so ein Klassiker, jeder sagt Gesundheit, aber wenn du das dann mal spürst, wie das ist, wenn man nicht gesund ist, dann, dann. Wie, wie, damals, der einzige Wunsch ist, eigentlich, ich kann mich erinnern zu Weihnachten, war es, was ich mir wünsche? Hab ich gesagt, gar nichts, ich will nur gesund werden. Ja.“ (Interview 59, Z. 196-200)

Auch wird betont, dass eine Erkrankung zur Erkenntnis führen kann, wobei hier nicht klar ist, was unter „kapiert“ zu verstehen ist: *„Und du tust dir aus Krankheit tust dir oft leichter, erst musst was haben dass du was kapiert“ (Interview 82, Z. 545-546)*

Im folgenden Ausschnitt wird die Zeit der Krankheit als „nicht unglücklich“ beschrieben, da die interviewte Person so Zeit für sich und um innezuhalten gehabt hätte. Zudem meint sie, das Leben nun mehr zu genießen und etwas Positives in gesundheitlichen Beeinträchtigungen zu sehen:

„E: Eben wo ich dann- wo ich dann ins- kannst sagen ich hab einen Tumor dann gehabt, bin ins Krankenhaus gekommen und hab dann darauf noch ein kann man sagen eine schwere Depression gehabt, also insgesamt war ich dann 4 und 7, 11 Monate im Krankenhaus, mit einer kurzen Unterbrechung von 2 Monaten. Ja, das waren schon- aber ich würde gar nicht sagen, dass es unglückliche Momente waren, das waren Momente wo ich einfach inne hab halten können und Zeit endlich für mich gehabt hab. Und einfach weg von dieser gewohnten Umgebung, wo du einfach nur funktionieren musst, ob das jetzt in der Arbeit ist oder da ist, bei meinen Eltern daheim und so Beziehungsmäßig hab ich 2 längere Beziehung gehabt, die sind halt auch irgendwann in die Brüche gegangen, weil- weil ich schon ein Workaholic war. Vorher, jetzt nicht mehr. Jetzt genieß ich das Leben mehr. Und Geld ist eben auch nicht alles, gell? (....)

Also rückblickend kann ich sagen, es hat schon einige unglückliche Umstände gegeben, wo ich am Leben gezweifelt hab, aber jetzt sag ich, ich hab das Blatt einfach gewendet und gesagt, ich mach was positives draus und es liegt- also in jeder Verletzung ist auch was positives dahinter.“ (Interview 46, Z. 63-80)

Als abschließendes Beispiel werden nun das Life-Event der Diagnose Multiple Sklerose und die ersten damit einhergehenden Emotionen und Folgen beschrieben.

„Und drei Monate später hat es mich dann völlig hinausgehaut aus meinem Leben. Eigentlich schon viel früher, aber drei Monate später habe ich dann erfahren, wa- also was es ist. Weil, da ist dann- (...) also es war sehr plötzlich, das war einfach- (..) da habe ich dann (..) MS gekriegt. Und das war nicht so einfach, also das- naja. Drei, vier Monate hat es gedauert bis es diagnostiziert war und (-) bin und dann erst. Dann stehst du aber wirklich vor den Scherben total, weil da merkst einfach, oder dann ist es so gewesen“ (Interview 10, Z. 90-96)

„E: keiner wollte dich mehr am Arbeitsmarkt, wollen sie dich weg haben. Aber das AMS will dich auch nicht haben und du bleibst völlig, und du bleibst völlig über. Und dann stehst aber da mit totalen Existenzängsten wie sie-, ich mein, ich war allein, ich war für mich. Also ich habe ja nur das verdient, ich war ja für mich allein verantwortlich und dann weißt du ja gar nicht: wie soll denn das weiter gehen, oder überhaupt und hin und her. Das war schon arg“ (Interview 10, Z. 100-105)

„ja, du hast eigentlich eh nicht viel Wahl. Oder ich sehe es halt so, du hast da nur die Wahl, entweder du hältst das aus oder du hältst es nicht aus. Und du hältst es nicht aus heißt entweder du bleibst da drinnen stehen oder oder du bringst dich um nicht“ (Interview 10, Z. 169-172)

In diesen Ausschnitten wird deutlich, wie groß die anfängliche Verzweiflung war und wie weitreichend die Auswirkungen dieser Erkrankung waren. Auch in der nächsten Textstelle wird die Diagnose als „der Fall in ein Loch“ beschrieben, aus dem die Person durch den Ratschlag ihres Bruders herauskam:

„und nach langem Hin und Her nach 3 Wochen verschiedene Krankenhäuser ist festgestellt worden, dass ich Entzündungen im Gehirn und im Rückenmark habe, mit Verdacht auf MS, dass dann 2003 bestätigt wurde, (..) war einmal so ein (..) Fall in ein Loch, so 3 Tage finsternes Zimmer, lasst mich einfach in Ruhe, bis mein Bruder gesagt hat, du trägst halt jetzt einen Rucksack in deinem Leben und je besser du trainiert bist desto weniger wirst du ihn spüren, dass du ihn trägst. (..) Das hat mich aus dem herausgeholt, und ja. (..) Geht mir mittlerweile gut damit“ (Interview 76, Z. 88-95)

Längerfristig werden jedoch positivere Auswirkungen berichtet, wie die Verbesserung der Partnerschaft, der Besserung der Beziehung zur Mutter, den Zugewinn an Lebensqualität oder mehr Zeit für sich, über die man ohne Krankheit nicht verfügen würde. Auch wird erzählt, eine große Unterstützung seitens der Gemeinde erfahren zu haben, mit der man nicht gerechnet hätte. Da erneut von einer Verbesserung mehrerer Lebensbereiche gesprochen wird, die für das subjektive Wohlbefinden von Bedeutung sind, erscheint eine Klassifikation als positive Auswirkungen gerechtfertigt.

„E: Die Partnerschaft hat sich verändert, (..) immer so vorher, werden viele haben, so in Richtung Sackgasse mal geht (..) und die Diagnose hat eigentlich mehr zusammen geschweißt.

I: Hat mehr zusammen geschweißt.

E: Ja. (..) Da ist absolute Unterstützung dahinter, (....) das ist ja, es es hat, das positive bewirkt, ja“. (Interview 76, Z. 359-366)

„Ja sie [Anm. die Beziehung zur Mutter] ist, durch meine Krankheit ist sie stärker geworden“ (Interview 76, Z. 769-770)

„was für mich noch ganz toll ist, im Vorjahr hat es in Ort 6 eine Aktion gegeben Ort 6 hilft (..) wo ein Spendenkonto für mich eingerichtet wurde das das Ziel war einen Treppenlift zu finanzieren, (..) der fährt seit Dezember auf und ab mit mir täglich, (..) und

*da ist so viel reingekommen, dass ich sogar die Dusche barrierefrei umbauen konnte.
[Also das]*

I: [Wer hat] das initiiert darf ich fragen?

E: Das hat initiiert die Tourismusverbandsobfrau, auch eine gute Freundin (..) die hat gefragt, ob sie das machen darf, (...) das war sensationel“! (Interview 76, Z. 158-168)

„Aber im Nachhinein betrachtet, hm, (..) nach ein paar Jahren habe ich dann schon das Gefühl gehabt, dass ich durch die Krankheit Lebensqualität gewonnen habe. Das hat sich dann- das war am Anfang lang so, ja. Und dann ist es wieder kompliziert- und dann oder jetzt wird- ist es viel komplizierter, als wie es am Anfang war (haha) mit der Krankheit zu leben, ja. Wahrscheinlich macht die Krankheit da auch was aus, aber- aber ja nichts desto trotz, weiß ich schon, ich meine, dass ich das- Glück ist a u c h, Zeit zu haben, die hätte ich nicht normal, wenn ich die Krankheit nicht hätte, dürfte ich weiter im normalen Arbeitsprozess strampeln und tun, weil wie sollte denn das- das ist halt so, nicht. Und jetzt habe ich einfach v i e l mehr Zeit. Die du sonst nicht kriegen würdest. Du kannst sie auch nicht kaufen.“ (Interview 10, Z. 114-123)

In beiden Fällen nehmen die Erkrankung und deren unterschiedlichen Auswirkungen einen großen Teil des Interviews ein. Dies ist nicht verwunderlich, da beide Personen aufgrund ihrer Krankheit in ihrem alltäglichen Leben eingeschränkt sind. Dennoch wird in Interview 76 gemeint: *„Aber ich fühle mich nicht krank.“ (Z. 432)*

Ob die interviewten Personen diese Einstellung und die positiven Auswirkungen, die oben angeführt wurden, tatsächlich so empfinden oder ob es sich hier lediglich um eine, möglicherweise auch unbewusste, positive Darstellung der eigenen Situation handelt, da die Personen sich andernfalls ihrer unheilbaren Erkrankung ergeben müssten, kann nicht festgestellt werden.

6.1.2.1.2 Krankheit/Familie

In dieser Kategorie werden die unterschiedlichen Erkrankungen eines Familienmitglieds der interviewten Person zusammengefasst.

In dem ersten Beispiel werden die Veränderung des Lebens und das schnelle Erwachsenwerden als Folgen des negativen Life-Events gesehen:

„wie ich dann in der Pubertät war mit sechzehn hat meine Mama einen Schlaganfall gehabt das war dann eher ein so ein bisschen einschneidendes Erlebnis und hat unser aller Leben eigentlich verändert weil sie von da weg nicht mehr die gleiche war wie Sie war (..) ja da ist man schnell erwachsen geworden dann“ (Interview 110, Z. 19-23)

Mit der Erkrankung des Sohnes werden das Gefühl, „wie neu geboren“ zu sein und das Vorhaben, das eigene Leben zu nutzen, verbunden: *„E: Na, es ist immer so- Man muss schon (-) leben. Ich finde man muss (-) leben. Also man hat nur das eine Leben. Ich finde das- Und mein Sohn war wirklich krank und schwer krank, dann war (-). Und da wirst schon wieder so wie (..) da wirst wieder neu geboren eigentlich, wenn du das überstanden hast“ (Interview 60, Z. 458-461)*

Auch wird von einem besseren Familienleben und mehr gegenseitige Rücksichtnahme berichtet, die durch das negative Life-Event verursacht wurden:

„Gerade der ältere Sohn hat eine Zeit gehabt. Er hat sehr spät pubertiert und ist da in eine Drogenzeit reingekommen. Das war sehr schlimm. Für uns als Familie auch und für die anderen Kinder war es sehr schlimm von der Belastung her. Weil er drogeninduzierte Psychosen gehabt hat. (..) Und er aber soweit (..) wie soll ich das erklären, er war soweit herausen aus der Psychosen, dass er es lenken können. Er war aber einfach bedient. Er hat Stimmen gehört, er hat Sachen (ähm) lauter so Sachen. (..) Und bis das ans Licht gekommen ist, waren das drei, vier harte Jahre. Da haben wir als Familie sehr viel gelernt dadurch. (..) Loszulassen, einander loszulassen. Nicht mit dem Kopf durch die Wand. Nach den eigenen Vorstellungen-. Auch wenn du es nicht kapiert, auf den anderen einzugehen. Eigentlich diese schweren Sachen, haben wir alle reifen lassen, wo man sicherlich eine Watsche gekriegt hat. Selber kann man den eigenen Vogel nicht so beurteilen, gö.“ (Interview 17, Z. 81-92)

6.1.2.1.3 Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis

In dieser Kategorie werden Erkrankungen einer Person aus dem Freundes- oder Bekanntenkreis zusammengefasst. Die hierzu berichteten Auswirkungen erscheinen eher positiver Natur zu sein, da sich die Personen als zufriedener beschreiben und von einer Veränderung der Prioritäten erzählen. Diese werden in den folgenden Textstellen dargestellt.

In diesen beiden Ausschnitten wird berichtet, sich aufgrund dieses Life-Events als zufriedener zu sehen und die eigene Gesundheit mehr zu schätzen. Auch wird beschrieben, dass Geld im Angesicht dieses Erlebnisses an Bedeutung verliert:

“E: ja. Wie sollt ich sagen, meine Freundin, die hat einen schwerkranken Mann, der hat Demenz, und da bin ich wieder mit mir viel mehr zufrieden oder, oder (...) wenn man gesund ist und (..) weil ich seh das, was sie für ein Schicksal hat meine Freundin” (Interview 32, Z. 284-287)

“A enger Freund und so von mir, der hot a Krebs ghobt und so. Äh, jo. Dann, do is dir wirklich des Geld dann wirklich egal, also. Des is wirklich, des steht schon auf hundert eins auf der Liste, von der Wichtigkeit also, Zufriedenheit und so” (Interview 199, Z. 194-197)

Die Erlebnisse finden in den Interviews keine weitere Erwähnung, was die Vermutung aufkommen lässt, dass diese nicht von großer Bedeutung für die interviewte Personen waren und die Auswirkungen möglicherweise schwächer sind, als sie dargestellt werden.

6.1.2.2 Tod

6.1.2.2.1 Tod/Familie

Das negative Life-Event, einen Todesfall in der Familie zu erleben, wird in dieser Kategorie beschrieben. Da sehr viele Erlebnisse hier zugeordnet werden, werden diese im Folgenden zusätzlich nach dem verstorbenen Familienmitglied gruppiert.

Häufig wird von dem Tod des Vaters berichtet, was als die schlimmste oder schwerste Zeit des Lebens beschrieben und mit sehr unterschiedlichen Auswirkungen in Verbindung gebracht wird. Diese sollen im Folgenden dargestellt werden.

Eine Folge stellt die lange Trauer und die Auffälligkeit in der Schule dar:

„also beim Vater kann ich sagen, da war ich eine Zeit lang sehr traurig und war dann auch irgendwie in der Schule bisschen auffällig.“ (Interview 221, Z. 60-62)

Eine oft berichtete Auswirkung dieses negativen Life-Events ist die Veränderung des gesamten Lebens und das schlagartige Erwachsenwerden. Diese sollen an folgenden Ausschnitten veranschaulicht werden:

„E: Mh, ja, also, der, wie gesagt, der, der Tod meines Vaters war schon ein Einbruch. Also das war etwas ganz Schlimmes, weil es sozusagen, alle, alles, äh, alles Leben das ich vorher geführt habe, hat sich halt ändern müssen, nicht, also“ (Interview 14, Z. 217-219)

„ja das war eigentlich die die schlimmste Zeit meines Lebens, weil irgendwie war das so, (.) von heute auf morgen erwachsen werden. (..) Also das war, wenn man so wohlbehütet aufwächst und immer die Eltern an seiner Seite hat und man weiß, die stehen hinter einem, und auf einmal fällt ein Elternteil weg“. (Interview 211, Z. 25-29)

„und dann ging der Ernst des Lebens an, nicht (..) Ja, so ist es“ (Interview 219, Z. 60-61)

Im folgenden Abschnitt wird zusätzlich noch von einer Verbesserung der Beziehung zur Mutter und der Freundschaften berichtet, jedoch auch, dass es gegenwärtig noch schwer wäre:

„Und das war halt sicher mit unter die schwierigste Zeit im Leben, und ist auch heute ganz schwer halt immer noch.“ (Interview 12, Z. 15-17)

„I: Hast du das Gefühl dass der Tod vom Partner von deiner Mama euch ein bisschen zusammen, näher zusammen rücken hat lassen?“

E: In der Beziehung sicherlich, ja, glaube ich schon. Und, ähm, ich glaube auch Freundschaften, wie soll ich sagen. Man weiß dann einfach, wer da ist und wer nicht. Und, ich glaube man wird durch so eine Sache auch plötzlich erwachsen. Also, muss man dann einfach werden.“ (Interview 12, Z. 137-143)

Auch im folgenden Ausschnitt wird das bessere Familienverhältnis und der höhere Wert der Familie aufgrund des Todesfalls betont:

„meine Familie halt vor allem durch das was für Familienverhältnis hat sich jetzt recht gut durch den Unfall vom Papa eben und durch das alles zusammengeschweißt und das so Familie ist voll wichtig für mich.“ (Interview 108, Z. 122-125)

Weiters wird von verschobenen Wertigkeiten aufgrund des negativen Life-Events berichtet und der damit einhergehenden höheren Zufriedenheit:

„und mein Vater ist selber leider Gottes sehr früh, nach (.) insgesamt 3 Krebsarten mit 62 gestorben und er hat seinen ersten bekommen mit 52 und da ist er voll aus seinem Berufsleben gerissen worden und wenn man das so sieht und 10 Jahre mitmacht, auch in der eigenen Familie, dann verschieben sich schon die Wertigkeiten und da von daher bin ich sehr zufrieden mit dem was ich habe.“ (Interview 217, Z. 317-322)

Dies wird auch im folgenden Interviewausschnitt ersichtlich. Die Person berichtet von einer veränderten Sichtweise und einem veränderten Lebenswandel. Auch meint sie, nun keine Vorhaben mehr auf die Pension oder in die ferne Zukunft zu schieben, sondern ihren Wünschen und Plänen schnellstmöglich nachzugehen:

„B: Mein Leben (---) aus der Vergangenheit die mich beeinflussen ja eigentlich das ist halt doch das (-) wo der Vater gestorben ist muss ich sagen weil da hat sich echt bei mir die Sichtweise dann auch verändert also ich habe mir gedacht ja da kannst ja nicht mehr so leben äh was du machen willst (machst in 10 Jahre) oder du bleibst jetzt einfach so weit das hat sich dann erledigt dann habe ich gemerkt das geht nicht (--))was du machen willst musst gleich machen sonst hast vielleicht die Chance gar nimmer oder weil es ist so abrupt gegangen so schnell dass du gar nicht das mit dem hat ja niemand gerechnet dass das ist ja mit 54 Jahren stirbt man normal (nicht) und und das kann sich

auch ein junger Mensch nicht vorstellen weil für den ist das ja unvorstellbar eigentlich wenn man es noch nicht mitgemacht hat und da habe ich mir schon gedacht da (hab ich) meine Lebensweise irgendwie schon geändert also wenn ich mir jetzt denke jetzt mache ich was wir machen jetzt viele Reisen zum Beispiel und da denk ich mir auch nicht na jetzt warte ich bis bis der Mann in Pension ist oder irgendwie sowas aber wir machen jedes Jahr eine Reise und was wir gehabt haben haben wir gehabt aber das und die Erlebnisse die die sein ja auch die sind ja auch wieder super weil das gefällt ja jedem und und damit also also das langfristige das habe ich mir abgewöhnt das tu ich nimmer das hat sich geändert sie sagen nein in 10 Jahren mache ich das und in 15 Jahren mache ich das das tue ich nimmer wenn ich was machen will mache ich es gleich sonst denke ich mir gar nicht dass ich es in der Zeit machen würde das hat sich eigentlich das haben wir hat sich rapide geändert mit einem Schlag weil der hat auch immer gesagt mein Vater hat auch immer gesagt ja wenn ich noch in Pension bin dann mache ich das und das oder das ist sinnlos das darf man sich nicht denken das ist glaube ich der falsche Ansatz wenn es geht dann machen wir es gleich für viel länger plane ich gar nicht mehr (--bin froh) wenn jeder Tag normal umgeht ohne dass irgendwas negatives vorkommt oder das ist auch so eine Einstellung von mir ich freue mich über jeden Tag der so normal vorbeigeht ohne dass irgendeiner krank ist oder das irgendwas eben was Negatives vorfällt das kann ich genießen das gefällt mir mit dem bin ich zufrieden ja“ (Interview 112, Z. 255-287)

Diese Auswirkung ist auch an folgendem Beispiel erkennbar, in dem neben dem Vorhaben, Dinge nicht in die Pension zu schieben, auch die anhaltende Trauer und ein bewussteres Genießen der Natur beschrieben wird:

„muss ich sagen und voriges Jahr ist mein Vater leider mit 60 Jahren verstorben (.) und das ja tut mir jetzt noch ein bisschen weh, es ist noch frisch, es ist ein Jahr her“ (Interview 142, Z. 8-10)

„jetzt ist ein Jahr her, aber es beschäftigt mich, ich hab oft Phasen, wo ich wirklich noch (.) weine und traurig bin, weil einfach das Ereignis (.) (atmet durch)“ (Interview 142, Z. 106-108)

„E: Ja, das sage ich jetzt natürlich, dass ich sage nicht erst in der Pension da machen wir das sondern ich sage jetzt fahren wir in den Urlaub, gönnen wir uns das, wir arbeiten beide und dass man wirklich dass man sagt man geht in den Wald und genießt das, einfach wirklich bewusster“ (Interview 142, Z. 118-121)

Da die interviewte Person im Verlauf des Interviews immer wieder auf den Tod des Vater zu sprechen kommt, scheint sie dieses Erlebnis nicht zur Gänze verarbeitet zu haben und der Bericht der anhaltenden Trauer wirkt glaubwürdig.

In dem abschließenden Beispiel wird der Verlust des Vaters zwar als eine schlimme Zeit beschrieben, die jedoch auch als eine „wahnsinnige Bereicherung“ empfunden wird:

„Auch mein Vater hat auch Krebs kriegt. Und den hab ich auch begleitet bis zum Schluss. Es ist eine wahnsinnige Bereicherung gewesen. Es war eine schlimme Zeit aber eine schöne Zeit

I: Und was war das Schöne daran?

E: Das man eigentlich mitleben kann. Bis zum Ende. Es ist ja ganz schlimm wenn man was Schönes hergeben muss. Aber das Loslösen, das Erfüllen nach was man kann was man im menschlichen kann, ist schön, wunderschön, das hat mir muss ich ehrlich sagen, für andere furchtbar, ich hab alles noch gespritzt ich hab alles gemacht, was man sich nur vorstellen kann. Das waren schlimme Situationen, ganz grässliche sogar. aber für mich im Nachhinein wunderschön. Auch beim (..) Erleben. Es hat wehgetan, aber ich war glücklich, weil dass ich das kann.“ (Interview 124, Z. 22-34)

Der Tod der Mutter oder Pflegemutter wird Auswirkungen in Verbindung gebracht, die eher als negativ gesehen werden können, da die interviewten Personen dies als eine lange, schwere Zeit beschreiben und meinen, sich nur langsam davon erholt zu haben:

„Bis meine Pflegemutter krank geworden ist, Asthma bronchiale, da ist sie dann sehr oft ins Spital gekommen, ich war ungefähr so 12 Jahre als, hab das äh, das Leiden so alles miterlebt. Ja, und äh, bis sie dann gestorben ist, das war eine sehr schwere Zeit für mich“ (Interview 157, Z. 21-25)

„und dann und dann noch schlimmer war der Tod meiner Mutter, das habe ich relativ lange daran genagt bis ich da wieder Tritt gefasst habe.“ (Interview 221, Z. 65-66)

Als ein weiteres verstorbene Familienmitglied wurde der Bruder der interviewten Person beschrieben, dessen Verlust unterschiedliche Auswirkungen mit sich brachte. So wird in der ersten Textpassage davon berichtet, dass der Tod zwar traurig war, jedoch *nicht* „aus den Socken gerissen hätte“:

„Das ist so meine Erinnerung, irgendwie, ich weiß gar nicht genau, ob das so stimmt oder nicht, aber dann habe ich schon so, hat es irgendwie geheißen, ja er kommt heim und dann ist er aber (.) schwer erkrankt und hat (leiser) Lungenentzündung gekriegt und ist leider gestorben“ (Interview 208, Z. 46-50)

„es es war schon irgendwie eine Traurigkeit da aber es war nicht so, dass ich sage, boah ich bin da in der Vol-, das war eben 2. Klasse Volksschule oder was, nicht dass mich das so voll, (.) irgendwie aus den Socken gerissen hätte.“ (Interview 208, Z. 62-65)

Da dieser Verlust nicht erneut zur Sprache kommt, erscheint der Bericht, vom Tod des Bruders nicht weiter betroffen zu sein, authentisch.

Als weitere Auswirkung wird verstärkte Vorsicht erwähnt:

„E: Ein bisschen ich glaube ja. Ich glaube früher war ich zu viel nicht konfident aber mehr, ich hab jetzt ein bisschen mehr careful ich sage.“ (Interview 158, Z. 587-588)

Diese beiden Auswirkungen scheinen nur schwach oder kurzfristig gewesen zu sein, anders ist dies bei folgendem Ausschnitt. Hier scheint dieser Verlust langfristig zu beeinflussen, da dieser die Person nie mehr losließ:

„E: also das mit meinen Bruder das ist auch so was das wird mich immer belasten also wo man wo man Berg Film schaut oder so das ist immer das das lässt dich nicht mehr los nie mehr nie mehr.“ (Interview 100, Z. 278-280)

Die Auswirkungen des Verlusts des eigenen Kindes sollen im Folgenden dargestellt werden. So beschreibt die erste Textstelle, dass dieses Erlebnis verdrängt werden musste, sowie das negative Denken der Person:

„E: [Naja ja ich hab schon ein negatives dann] Man fängt an zum negativ Denken oft nachher. (.) Da passt nichts mehr. Ist ja gut dass die Frau nicht immer daheim war weil sonst kriegst du da auch noch einen Krieg hin wahrscheinlich, nicht, alle zwei, nicht. Einem passt das nicht einem passt das nicht. Naja, also da denkt man schon teilweise negativ auch.“ (Interview 75, Z. 607-611)

„Ich meine, aus dem Kopf ist mir das nie gegangen, das ist, nana. Ich habe es nur einfach verdrängen müssen, nicht.“ (Interview 75, Z. 668-669)

In der zweiten Passage wird nun berichtet, dass keine Verzweiflung helfen würde und es ihr durch ihren Hund besser gehe, da ihr so nicht „die Decke auf den Kopf fallen“ würde:

„vor 9 Jahren hab ich meinen jüngsten Buben verloren, der ist in Ort 1 draußen abgewolgen mit einer - mit einer Forstmaschine, ja aber das sind so Sachen, wo es dann - wo es - freilich sind oft - sind oft Situation wo du dir denkst mein Gott noch einmal wenn wieder sowas ist, denke ich mir pah fix noch einmal, aber es muss - es muss - es hilft keine Verzweiflung und da hat man richtig - ich hab einen Dackel und von meinem Mann einen deutschen Kurzhaar, so einen Vorstehhund (.) und am am meisten hat mir mein Dackel aus der Situation herausgeholfen, weil ich war da 2 Jahre lang allein daheim drüben im Elternhaus, mein Sohn war der Älteste war noch in Stadt 1 draußen, da hab ich mir wohl gedacht fix noch einmal, das große Haus dort drüben, da fällt einem die Decke am Kopf, aber aber nachher hab ich den Hund der und seitdem das ich den kleinen Dackel hab, geht's mir eh super.“ (Interview 144, Z. 51-63)

In Interview 19 beschreibt sich die interviewte Person, aufgrund ihres Life-Events, als flexibler und vertrauensvoller als zuvor:

„nach dem Tod des ersten Kindes habe ich aufgehört wirklich (..) zu planen und da ist das zweite Kind gleich gekommen. (lacht) Ja. Ich mein ich bin flexibler geworden. (.) Und es ist viel besser, wenn man es flexibler betrachtet, weil (.) wenn man sehr viel

plant und es tritt nicht ein, dann ist man enttäuscht. Aber (.) jetzt kann ich es-.“
(Interview 19, Z. 450-454)

„Und ich bin vertrauensvoller geworden. So wie es kommt, ist es richtig.“ (Interview 19,
Z. 461-462)

6.1.2.2.2 Tod/Verwandtschaft

Unter dieser Kategorie wird ein Todesfall in der Verwandtschaft verstanden. Dieser Verlust wird in den dargestellten Beispielen als schlimm oder schwierig empfunden, jedoch unterscheiden sie sich in den jeweils berichteten Auswirkungen.

In den ersten beiden Abschnitten werden keine längerfristigen Folgen dieses Life-Events erwähnt. Auch findet dieser Verlust in den Interviews keine weitere Erwähnung und scheint somit tatsächlich keine Veränderungen bewirkt zu haben.

„wie meine Oma gestorben ist Das war 2006 die ist an Krebs gestorben Aber das ich meine ich habe vollen Bezug schon zu ihr gehabt aber jetzt nicht so das ich sage für mich der Weltuntergang Das war halt das war schon schlimm ja aber das hat jetzt eigentlich nichts geändert.“ (Interview 15, Z. 456-459)

Hier werden keinerlei Veränderungen aufgrund des Todes der Großmutter beschrieben und auch in folgendem Ausschnitt wird darauf verwiesen, dass die Zeit alle Wunden heile und man darüber hinweg käme:

„E: (.) ja ich glaub, wenn ein Familienmitglied stirbt oder so,

I: Ist das passiert?

E: Ja mein Opa (.) das ist immer so (.) wenn man viel, oder so wie jeden Sonntag (.) geht man zu Oma und Opa und es ist immer so der gleiche Ablauf und jeder kommt zusammen und plötzlich fehlt da jemand, das ist auch irgendwie total (.) ja (.) eine Umstellung. Aber (.) ja Zeit heilt alle Wunden tät ich sagen, irgendwann kommt man da drüber hinweg, ich mein (.) ja (.) man lernt mit dem umzugehen, man (.) schaut dann eben auf andere Dinge, man befasst sich halt irgendwie anders damit und ja.“
(Interview 121, Z. 60-70)

Anders wird dies in Interview 96 dargestellt, in dem die Person berichtet, diesen Verlust „extrem lange nicht verkraftet“ zu haben:

„ja das, eine ganz schlimme Zeit für mich war wie die Oma gestorben ist, also das hab ich, das war für mich ganz schlimm, weil die Oma war einfach, (...) ja die hab ich total geliebt, und die Oma hat mir immer geholfen, bei meiner Lehrzeit damals, wenns irgendwas gegeben hat, wer war da, die Oma, immer das, also das war, und das hab ich lang nicht verkraftet, extrem lang nicht verkraftet (...) dass die gestorben ist.“
(Interview 96, Z. 443-448)

Die Großmutter und ihr Tod nehmen zwar nur einen eher geringen Teil des Interviews ein, jedoch wird in diesen deutlich, welche Bedeutung die Großmutter für die interviewte Person hatte. Daher ist die Erzählung, ihren Tod lange nicht verkraftet zu haben, glaubwürdig.

Im nächsten Interviewausschnitt wird die Veränderung des Denkens als Auswirkung dieses negativen Life-Events beschrieben und die verpasste gemeinsame Zeit wird betrauert:

„Weil bei meiner Oma zum Beispiel, mir ihr hob i schon was gmocht, aber i wor dann net so oft bei ihr und so. Dann wies dann gstorben is, hob i ma docht, ma scheisse. Weil i, wie i, oder i hätt no viel mehr mit ihr mochen können, oder viel mehr mit ihr reden kennen a und so, aber des is dann alles zu spät. Jo. Also, jo, solche Sachen verändern sicher des Denken.“ (Interview 199, Z. 224-229)

Eine weitere Folge des negativen Life-Events wird im folgenden Abschnitt beschrieben. So meint die Person nun gelassener zu sein und ihre Gesundheit mehr zu schätzen:

„meine Schwiegermutter ist vor 2 Jahren gestorben nämlich, es ist auch nah, also das waren jetzt irgendwie eine schwierige (..) und das stimmt wirklich und und dass man oft sagt, wegen was regt man sich auf, wegen unwichtigen Sachen, sind wir froh, dass wir gesund sind und und sowas, das wird mir schon bewusst, jetzt wo ich was erlebt hab, was mich betrifft, meine Familie, gell?“ (Interview 142, Z. 122-127)

6.1.2.2.3 Tod/Freundes-oder Bekanntenkreis

Diese Kategorie umfasst Todesfälle im Freundes- oder Bekanntenkreis. In diesem Ausschnitt werden mehrere Auswirkungen mit dem einschneidenden Erlebnis des Todes einer Freundin in Zusammenhang gebracht, wie die berufliche Umorientierung, das Bewusstwerden der Endlichkeit des Lebens und der Erkenntnis, dass man zu wenig Zeit für sich und seinen Partner habe. Auch das Vorhaben, sich die Zeit zu nehmen und die Dinge leichter zu nehmen, wird als Folge beschrieben:

„Es gibt Sachen, wo dich einfach manchmal nachdenklich stimmen oder wo dir- ja vielleicht kann man auch beeinflussen sagen, nachher, ganz, so ein ganz ein gravierendes Beispiel ist aber ich habe eine gute Freundin verloren. Die ist an Leukämie gestorben mit 19 Jahren und auf das hin habe ich dann auch ein Jahr später habe ich dann, ein halbes Jahr darauf meine Arbeit gewechselt, weil ich eben dieses- ja schon irgendwie im Zusammenhang gesehen, dass man einfach zu wenig Zeit für einen selber hat auch oder eben auch für den Partner und das hat schon eine Weile mitgespielt dann auch und dann habe ich mir gedacht, man denkt, es kann so schnell vorbei sein oder das Leben ist so kurz und habe mich dann ein bisschen umorientieren versucht auch. Und da habe ich schon immer das ein bisschen auf das hingeschoben auch, auf das (zu leben ist) und das glaube ich war so eines von den schlimmsten Erlebnisse, wo ich so rückwirkend jetzt so- Freilich stirbt einmal eine Oma oder oder, aber gut, da weißt du einfach, die haben hoffentlich ein schönes Leben gehabt oder was, aber da war es schon recht einschneidend. Ge. Und da kann ich schon sagen, dass man drauf kommt, dass man einfach bisschen was leichter nimmt oder dann oft, wenn man mal nicht so was geplant (eini geht), wo du einfach sagst, ja, nimm ich mir halt die Zeit.“
(Interview 116, Z. 175-191)

6.1.2.3 Nahtoderlebnisse

6.1.2.3.1 Nahtoderlebnisse/Selbst

Eine weitere Kategorie beschreibt das Erleben eines Nahtoderlebnisses. Dieses wird in der folgenden Textpassage erwähnt, wobei jedoch nicht klar ist, um welche Art von Erlebnis es sich hier handelt. Vielmehr stehen die Auswirkungen, die mit diesem Life-

Event in Verbindung stehen, im Vordergrund und die Person beschreibt sich als „maßgeblich verändert“ und gelassener:

„Was so mein Leben maßgeblich verändert hat, sag ich jetzt einfach, ich hab dann auch so ein Nahtoderlebnis gehabt. Seit dem sehe ich doch sehr viele Dinge nicht mehr ganz so schwierig, und weiß, nicht, aus einer Mücke wird nicht mehr so schnell ein Elefant, wie es einmal war. Mittlerweile mag ich es nicht mehr so, wenn wer zu mir kommt, und über wen anders schimpft, sich ausschimpft und so weiter. Also, sowas hat mich schon sehr verändert, ja. Ich bin jetzt nur daheim bei den Kindern, genieße es sehr.“ (Interview 202, Z. 277-283)

6.1.2.4 Suizid

6.1.2.4.1 Suizid/Familie

Diese Kategorie beschreibt den Suizid eines Familienmitglieds der interviewten Person. Im ersten Interview (Interview 78) wird der Suizid des Bruders vor zwei Jahren erwähnt, der jedoch seitdem verdrängt wurde und erst zum Zeitpunkt des Interviews wird von einer anfänglichen Auseinandersetzung berichtet. Dies deutet darauf hin, dass die Konfrontation mit diesem Life-Event zu schmerzlich ist, um diese zuzulassen.

„und vor 2 Jahren ist mein Bruder verstorben“ (Interview 78, Z. 32)

„E: [An Selbstmord, ja]“ (Interview 78, Z. 43)

„E: (atmet aus) Also ich (lacht) hab das eigentlich eher mit Verdrängung gemacht, muss ich sagen, bis bis jetzt eigentlich noch, immer noch“ (Interview 78, Z. 65-66)

„E: Ja, glaub ich schon, also es fängt jetzt scho- fängt jetzt schon an, dass - also irgendwann ist einfach, dann wird einem einfach alles zu viel und das ist bei mir schon eher jetzt der Zeitpunkt und deswegen glaub ich das ziemlich bald eben der Zeitpunkt sein wird, wo ich mich mehr damit auseinander setzen muss, das auf jeden Fall, das war mir auch immer klar, dass - weil man kann nicht das für immer verdrängen, aber so bin ich halt am Anfang damit umgegangen (.) ja (.)“ (Interview 78, Z. 78-84)

Der Suizid des Partners, wie er in den folgenden Ausschnitten beschrieben wird, sowie die Auseinandersetzung mit dieser Situation, führte dazu, dass die interviewte Person sich und ihr gemeinsames Kind im Stich gelassen fühlte:

„und hat sich nachher 11 Tage vor seinem [Mann] 21. Geburtstag umgebracht und da war's Kind gerade 10 Monate alt - 11 Monate alt und nachher bin ich allein da gestanden“ (Interview 114, Z. 73-75)

„E: Ja eigentlich ähm schlimm insofern, ich meine ganz abgesehen davon, dass es immer weh tut wenn man jemanden verliert ähm enttäuschend irgendwie weil er so viele Pläne gehabt hat, da hat er gesagt das will er und das möchte er, und eine Familie und das und jenes und hin und her und jetzt er im Prinzip das was er wollte, er wollte Kind unbedingt äh äh und ja und jetzt lässt's mich im Prinzip im Stich, oder? Lässt das Kind im Stich, jetzt nicht einmal mich alleine, das war auch nicht einmal so gravierend sondern dass er - dass er den Name1 in Stich lässt, also den (.) ja, das Wunschkind und nachher lässt er ihn so (.) ja, lässt er ihn in Stich“ (Interview 114, Z. 290-298)

Zudem wird davon berichtet, die Schuld zumindest zum Teil bei sich selbst gesucht zu haben:

„Ja, ich meine ich war 21 Jahre, gell? Und (..) er wird schon Anzeichen gehabt - gesagt haben, vermutlich, ich habe mir da ja so oft und so lang den Kopf zerbrochen darüber, hab ich falsch reagiert, hab ich etwas übersehen, hab ich äh na ja“ (Interview 114, Z. 302-304)

Dieses Erlebnis kommt im Laufe des Interviews immer wieder auf, was die letzte Aussage bestätigt, lange darüber nachgedacht zu haben.

Im letzten Interview erforderte der Verlust des Sohnes eine langjährige Auseinandersetzung, die jedoch auch zu einer Verbesserung der Beziehung der Ehepartner führte:

„und dann leider 1982 haben wir unseren großen Sohn verloren, der hat sichs Leben genommen leider“ (Interview 87, Z. 17-18)

„E: Ja furchtbar war das, also furchtbar, also 10 Jahre hab ich gekämpft“ (Interview 87, Z. 49)

„E: Ja. ja. ja. man wächst noch mehr zusammen, obwohls für meinen Mann und für mich manchmal sehr schwierig war, wir haben uns gebraucht und haben geklammert und sind dann doch manchmal sehr auf die Nerven gegangen, wirklich“ (Interview 87, Z. 99-101)

6.1.2.5 Trennung

6.1.2.5.1 Trennung/Selbst

Unter dieser Kategorie wird eine Trennung verstanden, die sowohl eine Beziehung wie auch eine Ehe betreffen kann.

In den folgenden Textausschnitten werden das Ende einer problematischen Beziehung und die Auswirkungen, die diese Beziehung und ihr Ende auf die Person hatte, beschrieben:

„Ich habe ihn glaube ich nicht mal angerufen, ich habe ihm nur geschrieben, dass ich nicht mehr will und das ziemlich abrupt. Ich habe nicht mehr können, also es war schon ziemlich arg und ja. Da habe ich auch die Name9 angerufen, die war da grad auf Urlaub und das war auch sehr gut, dass sie da war, weil ich kann sie eh anrufen und sagen ja, und ich soll das machen, weil sie hat auch gemerkt, dass es mir schlecht geht. Aber es halt irgendwie keiner, es wollten mir alle helfen, aber ich mir nicht wirklich helfen lassen, weil ich das nicht wahrhaben wollte, dass das schon so extrem war und drum. Ja.

I: (-) unterstützt?

E: Extrem. Da habe ich auch wieder gemerkt wie wichtig Familie ist und so und das für sie, auch viel früher sagen hätten können und sie waren da wirklich, da war ich ihnen sehr dankbar. Seitdem verstehe ich mich, glaube ich sogar, besser mit ihnen als vorher. Also das war, es hat im Endeffekt wieder was Positives gehabt und ich weiß, ich habe

dadurch auch viel über mich selber erfahren dort, würde ich sagen.“ (Interview 18, Z. 106-121)

Die hier dargestellten Folgen, die erhöhte Bedeutung der Familie, die Besserung der Beziehung zu den Eltern und die gewonnene Einsicht in das eigene Selbst, werden von der interviewten Person selbst als positiv bezeichnet.

In ähnlicher Weise werden in dem zweiten Interview das Ende einer Ehe, das als schrecklich erlebt wurde, und die damit verbundenen Auswirkungen, die in dem Erkennen der eigenen Engstirnigkeit, dem Arbeiten an sich selbst und der Erweiterung des eigenen Horizonts bestehen, beschrieben:

„irgendwie haben sich m- m- m- mein Mann und ich verloren in den 10 Jahren die wir verheiratet waren, 10 Jahre und 10 Tage, das finde ich alleweil so lustig weil das passt gut, ähm, ja und haben uns scheiden lassen. War anfang, war es eher schrecklich, für mich, aber ich habe dann festgestellt, dass dass immer 2 dazu gehören und dass wir uns einfach, wir haben dann eben ein Haus gebaut, Haus gebaut, Kinder gekriegt, viel gearbeitet mein Mann, ähm, ja, dass wir auf uns vergessen haben. Ganz einfach, ähm, war dann ziemlich lange ziemlich böse, habe dann an mir viel gearbeitet“ (Interview 206, Z. 24-32)

„Ich habe gemerkt dass ich eigentlich bis zu meiner Scheidung so eine gewisse Engstirnigkeit gehabt habe, weil ich eben geglaubt habe mein Weg ist so. Ähm, war durchaus auch kulturell interessiert und so, das nicht, aber irgendwie, ja, jetzt habe ich einen größeren Horizont und ich weiß es gibt mehr als man glaubt. (.) Das ja, diese Sachen.“ (Interview 206, Z.69-73)

6.1.2.6 Sexueller Missbrauch

6.1.2.6.1 Sexueller Missbrauch/Selbst

Diese Kategorie umfasst jene Interviews, in denen die Personen von sexuellem Missbrauch berichteten, den sie selbst erlebt haben. Dieser Missbrauch wird als schlimmes bzw. traumatisches Erlebnis beschrieben, das eine lange Belastung mit sich brachte:

„E: (..) Ja, ich hab mit 5 Jahren bin ich missbraucht worden. Das war schlimm ja. Und das schlimmere war noch, dass ich es dann meinen Eltern gesagt hab und die nichts getan haben, das war noch schlimmer.“ (Interview 46, Z. 49-51)

„E: Ja also ich hab mit 16 ein schweres, traumatisches Erlebnis gehabt, durch in der Familie durch einen, ja es war kein, es war kein direkter Missbrauch aber schon in die Richtung, und das hat mich irgendwie lang, lang mich belastet.“ (Interview 30, Z. 61-63)

Diese Belastung führte im Interview 46 gar zu suizidalen Gedanken, jedoch konnte die Person mit dem Ereignis abschließen und meint nun, alles im Leben hätte einen Sinn:

„Aber mittlerweile hab ich Frieden geschlossen, es hat alles einen Sinn im Leben und ja, also ich bin drüber hinweg, mir geht es jetzt gut und ja, das war eher sagen wir mal so, da war ich sehr unglücklich und wollte auch nicht mehr leben damals als Kind quasi.“ (Interview 46, Z. 52-55)

Auch im zweiten Interview wird die Einstellung beschrieben, dieses negative Life-Event hinter sich zu lassen und positiv in die Zukunft zu schauen, allerdings würde dieses Erlebnis immer wieder leicht „hochkommen“ und solche Narben würden nie verschwinden. Dies deutet darauf hin, dass die Person das negative Life-Event noch nicht zur Gänze verarbeitet hat.

„Aber irgendwie hab ich mir durch, weniger durch die Hilfe von außen, sondern eher von mir selber durch einfach dadurch dass ich mir gesagt hab, man muss die Vergangenheit einmal ruhen lassen, und in die Zukunft schauen, hab ich mir irgendwie für mich selber mir das leichter, jetzt leichter gemacht, gell. Es kommt halt immer

wieder so leicht hoch, aber (.) im Prinzip denk ich mir, dass ich mich einfach davon einfach befreien muss, das war einmal und das wird nicht mehr sein, und ich muss das Beste draus machen und gell. Ja“ (Interview 30, Z. 61-70)

„I: Aber jetzt habens das gut für sich verarbeitet?

E: Ich denk schon, ich mein wissens eh, man sagt ja, alte Narben, sie verblassen, ganz gelöscht werden diese Spuren nicht mehr, aber sie verblassen halt zunehmend, gell. Gell.“ (Interview 30, Z. 76-80)

In beiden Interviews wird ihr Erlebnis nicht weiter erwähnt, weswegen nicht festgestellt werden kann, ob sie den sexuellen Missbrauch tatsächlich hinter sich gelassen haben, positiv in die Zukunft schauen und nun in allem einen Sinn sehen oder ob die Beschreibung dieser Auswirkungen der Rationalisierung dieser Erlebnisse dienen.

6.1.2.7 Flucht oder Kriegserlebnisse

6.1.2.7.1 Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst

In dieser Kategorie negativer Life-Events werden Kriegserlebnisse und die Flucht vor dem Krieg, jeweils die eigene Person betreffend, zusammengefasst. Diese Erlebnisse werden als plötzlich *„und dann kam halt der Krieg und wir mussten wirklich von einer von einem auf den anderen Tag fliehen (holt tief Luft)“ (Interview 55, Z. 11-13)* und als sehr schlechte und traurige Zeit ihres Lebens beschrieben, über die nicht gerne gesprochen wird:

„E: und das waren die schlechten Zeiten, ja, darüber rede ich eher nicht, ja also wir waren in einer eher freien Zone sozusagen, aber Blockaden waren überall und so, das waren traurige Zeiten, sehr arme Zustände, Lebenszustände oder ja, wie sagt man so.“ (Interview 169, Z. 74-77)

Dies geht soweit, dass ein Gespräch über die Kriegserlebnisse bei der interviewten Person zu Tränen führen würde und nicht weiter angesprochen wird:

„I: Und höre Ihnen zu, und erzählen Sie mir sowohl die guten als auch die schlechten Zeiten in Ihrem Leben.

E: Ja das ist das Problem, weil wenn ich in dem Jahr wo der Krieg war dann kann ich nicht reden

I: Also da versuchen Sie-

E: Das war ein bisschen zu kompliziert, ich war schwanger in dieser Zeit und das ist wirklich wenn ich rede, dann kommen die Tränen:“ (Interview 171, Z. 49-58)

Auffallend ist, dass die drei betroffenen Probanden von sehr unterschiedlichen Auswirkungen ihrer Erfahrungen berichten. Während der obige Ausschnitt darauf hindeutet, dass die Person ihre Erlebnisse nicht verarbeitet hat, wird in den folgenden Passagen von Folgen berichtet, die eher als positiv gewertet werden können, da nun das Leben mehr geschätzt und genutzt wird.

So wird in Interview 169 gemeint, dass die Person so gelernt hat das Leben, das sie nun führt, zu schätzen:

„E: genau genau. Also das waren das waren schlechte Zeiten, ja. (lächelt) Kann man so sagen. Und das habe ich gelernt zu schätzen, also jetzt also, ich weiß wie es war und ich habe auch gelernt, dieses Leben hier zu schätzen, ja.“ (Interview 169, Z. 137-139)

In folgendem Textausschnitt wird der Wunsch der interviewten Person beschrieben, etwas aus ihrem Leben zu machen und sich „nicht mit kleinen Dingen zufriedenzugeben“:

„E: Ja ich glaube das eben in insofern, dass ich halt ähm (..) sehr viel ah dass ich dass ich was in meinem Leben erreichen möchte. Also das hat mich insofern geprägt, dass ich weiß: 'Okay, ich habe so viel mitmachen müssen, ich will dass es mir eigentlich möglichst besser geht. Ich will auf gar keinen Fall in Armut oder so was fallen, und es ist halt, was einem nicht umbringt macht einem nur noch stärker, glaube ich. Und das ist halt irrsinniger (..) Ja Druck mache ich mir, am nicht, am am Anfang habe ich mir noch

Druck gemacht, wie ich angefangen habe zu studieren, dass ich die dass ich auch die Erwartung meiner Eltern erfülle und so weiter und so fort, mittlerweile ist das jetzt eh okay alles, nur ähm es hat mich halt schon in die Richtung geprägt, dass ich (schnalzt mit der Zunge) ich will was aus meinem Leben machen, ich will also ich will was sozusagen, ich gebe mich nicht mit kleinen Dingen zufrieden und manchmal ist das halt ja und manchmal ist das sehr schwer“ (Interview 55, Z. 158-171)

Diese Vorstellung von ihrem Leben und ihrer Zukunft bringt die Person mit ihrem negativen Life-Event in Verbindung und stellt somit eine Auswirkung dieses Erlebnisses dar. Aufgrund des langen Berichts ihrer Vorhaben im Interview, erscheint dieses als authentische Auswirkung:

„Es ist halt, ja es ist halt anders glaube ich, wie wenn jemand (.) da aufgewachsen ist, der wei-, der halt immer alles gehabt hat sozusagen, und der halt nicht diese andere Seite kennt und dass das halt auch wirklich um Exis- um die Existenz gehen kann.“ (Interview 55, Z. 187-190)

6.1.2.8 Kritische Operation

6.1.2.8.1 Kritische Operation/Selbst

Dieses negative Life-Event besteht in dem eigenen Erleben einer kritischen und lebensbedrohlichen Situation während einer Operation: *„ich habe eine Operation gehabt, wo ich fast gestorben wäre oder wo ich verblutet fast wäre und dann hat man sich natürlich auch nachher damit auseinander gesetzt. Wie und was.“ (Interview 51, Z. 444-446)*

Bei diesem Erlebnis werden keinerlei gesundheitlichen Folgen berichtet, jedoch von anderen Auswirkungen. So habe dieses negative Life-Event eine spirituelle Auseinandersetzung angeregt, die zu einer Veränderung der Sicht auf „diese Sachen“ geführt habe:

„Und darüber, nicht unspannend, habe ich mich zum ersten Mal eben so mit Spiritualität, weil ich bin nicht sehr (.) wie sagt man (.) katholisch-religiös sozusagen auseinandergesetzt und das war irgendwie spannend (lacht). Oder interessant. Und es

hat jetzt nicht unbedingt das Gefühl verändert, aber die Sicht auf diese Sachen hat es verändert.” (Interview 51, Z. 447-451)

Aus dem Interview geht jedoch nicht hervor, was genau unter diesem Terminus zu verstehen ist. Als weitere Auswirkung wird von einer großen Angst vor Krankenhäusern und auch ein verstärktes Misstrauen gegenüber Krankenhäusern lässt sich aus den folgenden Abschnitten herauslesen, da die Person meint, sie würde nun genau aufpassen was mit ihr passiert und die Entscheidungen selbst treffen:

„E: Mm (..) ja. Also ich habe auch mit dem viel gearbeitet und ich habe eine ganz, ich habe dann ganz eine arge- naja Phobie- also ich habe große Angst im Krankenhaus. Und es geht jetzt allerdings so, dass ich- dass es jetzt keine Panik ist oder so, aber dass, wenn ich im Krankenhaus bin, total aufmerksam bin auf das, was die mit mir machen. Nicht so, wie man halt quasi damals gehabt hat (Beginn: lachend) du kommst rein, es kümmern sich alle um mich und es ist alles gut (Ende: lachend), sondern, oke man muss da aufpassen und man darf seine Selbst-Entscheidungen nicht aufgeben, wenn ich im Krankenhaus bin.” (Interview 51, Z. 490-497)

6.1.2.9 Unfall

6.1.2.9.1 Unfall/Selbst

Eine weitere Kategorie stellt ein Unfall mit gesundheitlichen Folgen, den die interviewten Personen selbst erlebt haben, dar. Welcher Art bzw. wie schwerwiegend diese Unfälle waren, wird in folgenden Textausschnitten ersichtlich:

„Also mit, die schlechteste Erinnerung was ich hab, war mit 13 Jahren, beim Eishockeyspielen was mir das Gelenk zertrümmert haben.

I: Bei der Hand oder was?

E: Bei der Hand, ja bei der rechten Hand, dann hab ich ein Plastikgelenk kriegt, da war ich eineinhalb Jahre nicht in der Schule, sagen wir so, hab ich hauptsächlich alles mündlich gemacht, dass ich weitergekommen bin, bis auf die, also bis auf die letzte

Klasse die hab ich wiederholen müssen durch den, weil ich ja mit den mündlichen keine Chance gehabt hab mehr.

I: Und habens da immer liegen müssen oder wie?

E: Ich bin siebenhalb Monate das erste Mal siebeneinhalb Monate im Spital gewesen, da war die Hand sechs Monate aufgehängt und eigentlich ja, wenn ich jetzt hintnach nachdenk wars nicht so schlimm. Damals wars ein bissl ärger, also die erste Operation hat 28 Stunden gedauert, da habens extra einen geholt von Ort2 oben damals. Und einen Haufen Nägel rein und Schrauben rein, das ist auch hauptsächlich geblieben teilweise noch, aber ich hab jetzt keine Einschränkungen, sagen wir so.“ (Interview 66, Z. 20-40)

In dem ersten Interview waren die gesundheitlichen Folgen größtenteils vorübergehend und auch im zweiten Ausschnitt scheinen die Konsequenzen nicht dauerhaft zu sein:

„Was hat es sonst für einschlägige Erlebnisse gegeben? (...) Ja vor einem halben Jahr habe ich einen schweren Verkehrsunfall gehabt (.) bin dann auch 2 Monate im Rollstuhl gesessen (.) und jetzt gerade wieder am Aufbauen, mit Sport und solche Sachen“ (Interview 212, Z. 29-32)

Beide berichten anschließend von den weiteren Auswirkungen, abseits der gesundheitlichen Folgen, die sie mit den negativen Life-Events in Verbindung bringen. So meinen sie, dass ihnen nun die Gesundheit viel wichtiger geworden sei und sich die Prioritäten dahingehend verschoben hätten, vor allem da sie nun am eigenen Leib erfahren hätten, wie es ist, wenn es diesbezüglich Einschränkungen gibt. Deutlich wird dies an den folgenden Textpassagen:

„Es ist vor allem die Gesundheit ist für mich wichtig, weil ich doch die andere Seite auch kenn“ (Interview 66, Z. 413-415)

„E: (..) (normal) Ja jetzt auf aufgrund des Unfalls, merke ich sicher das Gesundheit (.) sehr wichtig ist, habe ich vielleicht jetzt vorher nicht so ernst genommen, weil es sowieso immer da war, und es gepasst hat (.) aber wenn man dann wirklich einmal im

Rollstuhl sitzt, dann dann lernt man das gleich viel mehr schätzen. (.) Einfach, dass es einen wirklich, also (.) vollkommene Gesundheit (.) dass man wirklich körperlich machen kann, was man will. Weil derweil bin ich doch noch ein bisschen eingeschränkt (.) jetzt vom vom Sport her. (.) Also Gesundheit ist mir schon sehr wichtig.“ (Interview 212, Z. 59-66)

„E: (.....) So, wenn es um das Thema Gesundheit geht, hat das sicher (.) sehr viel Wert, sehr viel mehr an Wert jetzt genommen (.) durch eben durch den Unfall, wenn man weiß, wie schnell das geht, und (.) das habe ich vielleicht vorher nicht so ernst genommen. (.) Jetzt sehe ich erst (.) was mir, was mir abgeht. (.) Weil ich bin schon ein leidenschaftlicher Sportler gewesen, jetzt kann ich schon einige Sachen nicht mehr machen. (.) Und das (.) also da hat sich die Priorität sicher geändert. (.) Davon generell jetzt Gesundheitsbewusstsein.“ (Interview 212, Z. 110-116)

6.1.2.10 Arbeitslosigkeit

6.1.2.10.1 Arbeitslosigkeit/Selbst

Weiters wurde die eigene Arbeitslosigkeit als negatives Life-Event berichtet und wird als der tiefste Punkt im Leben der interviewten Person dargestellt, das zunächst Auswirkungen auf die Persönlichkeit mit sich bringt, die aufgrund der Beschreibung als der tiefste Punkt und dem Gefühl, entsorgt worden zu sein, als negativ gesehen werden können:

„Ja dann war ich 25 Jahre Kindergärtnerin in Ort3 und dann ist der Kindergarten privatisiert worden und ich bin rausgeschmissen worden. Ja und das war zum Thema tiefer Punkt, das war der tiefste Punkt. Das war, der hat einschneidend in mein Persönlichkeit, dass ich (.) völlig fertig war. (..) Also das war was, womit ich nichts anfangen habe können. Dass man nach 25 Jahre zu alt oder weiß ich nicht (..) ja entsorgt wird. Was mit Mitte 40 nicht so schön ist.“ (Interview 132, Z. 63-69)

Doch schon im nächsten Absatz unterstreicht die Person, dass sie nur nach ihrem Fall „wieder aufstehen“, sich mit ihren Stärken auseinandersetzen und in Folge beruflich neu orientieren konnte und nun meint, ihr Beruf mache ihr „irrsinnig Spaß“ (Interview

132, Z. 192-193). Diese Aussage erscheint glaubwürdig, da die Person im Interview ausführlich über ihre neuerliche Berufswahl und ihre Gründe dafür berichtet.

Dies ist auch den folgenden Abschnitten zu entnehmen:

„Aber gut, es hat alles was Gutes. Ich bin damals in ein tiefes Loch gefallen, auch seelisch, auch psychisch, alles, tiefes Tal. Nur so kann man wieder aufstehen. Da bin ich dagestanden, was tust du jetzt.“ (Interview 132, Z. 69-71)

„Und dann habe ich mich einmal in der Nacht hingesetzt, habe mir überlegt, was mache ich gern, was kann ich gut, was liegt mir. Dann habe mir gedacht, ich kann gut mit Leute, ich kann gut mit jungen Leuten und ich bin kommunikativ.“ (Interview 132, Z. 74-77)

6.1.2.11 Weggegeben

6.1.2.11.1 Weggegeben/Selbst

Die letzte Kategorie beschreibt das negative Life-Event, als Säugling nicht gewollt zu werden und zu Pflegeeltern zu kommen:

„äh, meine Mutter war Landarbeiterin, ich bin ein uneheliches Kind. Ähm, mein Vater hat sie verlassen, ist dann nicht zu ihr gestanden. Und mit 3 Monaten ungefähr, ich- mit- ich war 3 Monate alt, hat sie mich an eine Pflegemutter im Nachbarort weitergegeben, weil der neue Mann, der in ihr Leben getreten ist, also mich nicht akzeptiert hat.“ (Interview 157, Z. 7-11)

Wie in folgendem Abschnitt ersichtlich, wirkte sich dieses negative Life-Event über viele Jahrzehnte negativ auf die Person und auf ihren Selbstwert aus, da diese meint, in ein tiefes Loch gefallen zu sein und es lange mit sich geschleppt zu haben. Wie sich diese Auswirkungen im Detail äußerten geht aus dem Interview nicht hervor.

„E: Ich hab das mit 6 Jahren erfahren, bin in ein tiefes Loch gefallen, weil ich hab das heimlich- ich hab gelauscht, die Fürsorgeperson war in unserem Haus, und ich hab das heimlich erfahren. Hab nichts gesagt und bin psychisch in ein derartiges Loch gefallen,

und hab mich wirklich bis 50, 60 Jahren äh nicht erfangen. Das hab ich mitgeschleppt, mitgeschleppt, mitgeschleppt.

I: Das war also so ein negatives Erlebnis, [dass-]

E: [(Ob-), das war] eine Bombe

I: Dass Sie sehr beeinflusst hat noch lange.

*E: Sehr, ja. Mein Selbstwert, ah, alles mögliche. Nur meine Moral nicht (lacht)“
(Interview 157, Z. 47-61)*

6.1.2.12 Analyse der Sonderfälle

Wie bereits erwähnt, führten in den folgenden fünf Interviews mehrere negative Life-Events, die verschiedenen Kategorien zugeordnet werden würden, zu einer gemeinsamen Auswirkung. Auf diese Sonderfälle soll nun näher eingegangen werden.

6.1.2.12.1 Interview 45

Glück: 2

Zufriedenheit: 3

Das Interview wurde mit einer 45 jährigen Frau durchgeführt, die von mehreren Fehlgeburten und dem Tod ihrer Zwillinge berichtet. Diese Verluste beschreibt sie als sehr traurig und das schlimmste Erlebnis: *„Habe natürlich 2 Kinder, wobei ich schon 5 Kinder leider verloren habe (..) was natürlich sehr, hinterher sehr traurig war“*
(Interview 45, Z. 11-12)

„natürlich die Trauer um die (..) von die Kinder ja das war eigentlich (..) eh am schlimmsten (..) weil da am Anfang wollte, wie wir geheiratet haben noch wollte gleich (..) was, gleich, ein paar Jahre später ein Kind und dann ist leider (..) Zwillinge auch noch dazu (..) weil meine Oma hat auch Zwillinge gehabt (..) und die sind gleich auch gestorben. (..) Also da war, das war gekriegt, da war noch schlimmer, (..) aber es hat

halt nicht sein sollen, es war halt (.) sehr so (.) denke ich heute noch gewisse (.) diese Monate nach, (.) wenn das passiert ist“ (Interview 45, Z. 61-67)

Dieses Erlebnis scheint sie seitdem zu begleiten, wie auch schon an obiger Textstelle ersichtlich, wobei der Todestag als besonders schlimm empfunden wird:

„I: (.....) Gibt es irgendeine Gefühle oder Gedanken die Sie schon ein Leben lang begleiten oder die was immer wieder kommen?

E: (.) Ja der Tod von die Zwillinge ja.

I: Das kommt heute auch noch öfter.

E: Das, ja, das ist immer auf den Todestag, das ist genau Valentinstag, (.) das so denke ich jedesmal ja es (.) so (-)(.) kommt alle Jahre zum Vorschein, ja. (...) Aber sonst dann eigentlich (..) gar nicht, gar nichts habe ich eigentlich gar nichts so Schlimmes (.) (heiter) Gott sei Dank. Ah (.) und so sind, die anderen kommen, so war dass es das erste gewesen, (-)die ersten Zwillinge, unter Anführungszeichen“. (Interview 45, Z. 146-158)

Auch meint sie, man müsse immer damit kämpfen:

„Das war sonst gibt es ab, (.) zwischendurch Trauer gewesen oder (.) man kämpft (..) man tat nur kämpft. (Interview 45, Z. 53-54)

Da die Teilnehmerin dieses Erlebnis nicht zur Gänze überwunden zu haben scheint, wie die letzte Bemerkung vermuten lässt, kann gesagt werden, dass dieses Life-Event negative langfristige Auswirkungen mit sich brachte, die sich in Form von wiederkehrender Trauer äußerten. Bestätigt wird diese Annahme durch die Tatsache, dass die Person im Verlauf des Interviews immer wieder auf ihren Verlust zu sprechen kommt.

6.1.2.12.2 Interview 48

Glück: 2

Zufriedenheit: 2

Das nächste Interview stammt von einer Frau (46 Jahre), die von mehreren Suiziden und einem Todesfall in ihrer Familie und Verwandtschaft berichtet und meint, diese wären eine ganz schwere Zeit gewesen und hätten sie am meisten beeinflusst:

„das sind (..) eigentlich die Todesfälle glaube in meiner Familie, ich muss dazu sagen, wir haben einige Selbstmorde gehabt, also meine Mutter hat sich das Leben genommen, obwohl- nach einer schweren Krankheit natürlich, weil sie das einfach nicht mehr geschafft hat und mein ältester Bruder eben auch, meine Tante auch und das war eine ganz eine schwere Zeit. Also das war (..) als die Kinder noch klein waren und das hat mich eigentlich zum ersten Mal richtig mit dem, eigentlich mit dem Tod konfrontiert. Mein Vater ist dann auch kurz danach gestorben und es war sicher das, was mich am meisten beeinflusst hat, ja, also.“ (Interview 48, Z. 130-138)

Wie sich im folgenden Ausschnitt erkennen lässt, hatten diese Ereignisse die Erkenntnis, was das Leben ausmacht und die Wertschätzung der kleinen Dinge zur Folge. Diese können als positive Auswirkungen gewertet werden, da mit dieser Veränderung der Prioritäten jene Lebensbereiche an Bedeutung gewinnen, die für das subjektive Wohlbefinden wichtig sind.

„und damit aber wieder ein schon ein großes ganzes, wie es mir ergreif- erfahrbar gemacht ja, mit Tod und das, was das Leben eigentlich ausmacht, aber das- auch das mit so den ganzen kleinen Dingen, dass, das nicht so wichtig ist oder so, nicht so bedeutend ist. Schon so diese Lebenserfahrungen, die man dann gemacht hat“ (Interview 48, Z. 379-383)

6.1.2.12.3 Interview 72

Glück: 2

Zufriedenheit: 3

Das dritte Interview wurde mit einem Mann (53 Jahre) durchgeführt. Dieser erlitt mehrere negative Life-Events in Form von zwei Herzinfarkten, einem Hüftkopftumor, einem Darmverschluss, Probleme und Operation der Lendenwirbelsäule und verlor

danach seinen Arbeitsplatz. Zunächst wird das Erleben der zahlreichen Erkrankungen und der Kündigung in den folgenden Ausschnitten beschrieben, gefolgt von einer Darstellung der berichteten Auswirkungen.

„ich mit 38 auch einen Hinterwandinfarkt gehabt, einen schweren, bin dann 3, oder fast 3 Monate im AKH Wien gelegen. Unmittelbar vor dem 39. Geburtstag, dann der zweite Infarkt, Seitenwandinfarkt. Und dann natürlich keine Arbeit mehr, nicht.“ (Interview 72, Z. 299-302)

„habe dann allerdings mit der Lendenwirbelsäule (...) mehr wie zu tun gehabt, bin dann operiert worden später, habe einen, Hüftkopftumor, der noch nicht operiert ist, das waren eben dann die Gründe, dass ich mit 48 Jahren die Pension gekriegt habe und wie gesagt, arbeiten wäre heute nicht mehr möglich.“ (Interview 72, Z. 306-310)

„E: [Es war am Anfang lebensbedrohlich] ich habe während dem Liegen nach dem ersten Infarkt einen Darmverschluss dazu gekriegt, nicht operierbar.“ (Interview 72, Z. 352-353)

„E: Das ist natürlich, heute ist es möglich, früher einmal war das nicht so leicht möglich, aber heute ist das Gang und Gebe, die Firma hat mich (..) 2 Monate oder 6 Wochen nach dem Infarkt ähm, per Telefon gekündigt, eh am Boden zerstört und dann [das noch dazu.]“ (Interview 72, Z. 394-397)

In der obigen wie auch in der folgenden Textstelle wird vor allem der Verlust des Arbeitsplatzes als sehr negativ beschrieben. Der Teilnehmer beschreibt sich als am Boden zerstört und die Kündigung als herben Rückschlag, wobei hier auch die finanzielle Belastung aufgrund des Jobverlustes eine Rolle zu spielen scheint. Allerdings erwähnt er auch, dass seine Familie bisher zu kurz gekommen sei.

„Ja, ich habe ein Haus, ich habe einen Grund, ich habe eine Familie (...) die sicher auch dort und da zu kurz gekommen ist. Aber das ist einfach, auf der einen Seite ist halt die Existenz, die will man sich absichern, das war natürlich dann ein herber Rückschlag, mit

dem dass ich die Arbeit verloren habe nach meinen zwei Infarkten. Mittlerweile bin ich 8 Mal am Herzen operiert, habe 7 Implantate. (...) Und, ja, die Rückzahlungen sind trotzdem da gewesen. Das war dann, wie gesagt, mehr wie ein herber Rückschlag“ (Interview 72, Z. 323-329)

Diese Life-Events scheinen zunächst eine sehr negative Auswirkung gehabt zu haben, da der Interviewte im folgenden Ausschnitt suizidale Gedanken andeutet, die er nur durch psychologische Betreuung überwinden konnte:

„E: [Psychologische Betreuung] Das war es, glaube ich heute noch nach wie vor Um und Auf. (Klappern im Hintergrund kurz) Wenn das nicht gewesen wäre, ja, weiß ich nicht, wäre ich [vielleicht heute auch nicht mehr da.]“ (Interview 72, Z. 413-415)

Später werden jedoch auch positive Auswirkungen berichtet. So meint er, nun keinen Druck mehr zu verspüren und frei entscheiden zu können, was er mache, und dadurch seine Lebensfreude wiedergefunden habe:

„E: Ja, weil einfach der Druck nicht da ist, mehr nicht.“ (Interview 72, Z. 459)

„E: Ich kann, grob gesagt, frei entscheiden, wann ich was wie mache, (...) Ich führe normal den Haushalt selber, meine Frau arbeitet, und ich kann, wenn ich sage, ok, ich mache dies oder jenes, ob ich das jetzt mache oder morgen mache ist das auch.

I: Ist egal, das [heißt so, das was früher] eben in der Arbeit so der große Druck [war,] oder dann auch zwischenzeitlich zu sagen ich muss [das] jetzt irgendwie weiterbringen, das ist [momentan weg und] damit haben Sie einfach auch, wieder mehr Zutrauen [gewinnen können,] oder. Für sich -

E: [Nicht wurscht, es ist] [das ist] [das ist] [Das ist komplett weg, ja] [Ähm. ja, ja] Es ist einfach, ja, wie soll man das sagen, (...) Mit dem ist, ist eben eine Lebensfreude auch wieder zurückgekommen, nicht. Es war dort sicher (Ticken, 3 Sekunden lang) mal eine Zeit wo ich mir selber gesagt habe, für mich geht es nicht mehr weiter, nicht, ich schalte ab, nicht. Aber nur, da, ich sage ja, das Ort 4 war sicher (..) eine rettende Station.“ (Interview 72, Z. 463-478)

Weiters meint er, die Wertigkeiten hätten sich dahingehend verschoben, dass seine Familie und Freizeit im Vergleich zur Zeit vor seinen negativen Life-Events an Bedeutung gewonnen hätten und er würde seine Zeit nun so angenehm wie möglich gestalten wollen:

„E: Früher war eben (..) Arbeit >Geschirrkloppen< und Verdienst sicher um ein wesentliches wichtiger wie heute, heute ist meine Freizeit, Familie, wo es eben große Sachen sind und das hat sich sicher, würde ich sagen, enorm verschoben.

I: Also das hat sich extrem verschoben.

E: Das hat sich extrem verschoben, ja. Früher habe ich für das Hobby wenig Zeit gehabt aufgrund der Arbeit, weil mir die einfach wichtiger war, auf der anderen Seite war es auch so, wir haben gewusst wir wollen bauen, war eigentlich normal, es, und heute ist es so, das werden einmal die Kinder übernehmen müssen, und, die Zeit die ich noch habe möchte ich so angenehm für mich wie nur möglich gestalten und und durchmachen“ (Interview 72, Z. 574-586)

In diesem Interview unterscheiden sich somit die kurzfristigen Auswirkungen, wie die suizidalen Gedanken, sehr stark von den langfristigen Folgender negativen Life-Events, wie das Verschieben der Werte.

Später kommen die Krankheiten des Interviewten erneut zu Sprache, was vermuten lässt, dass diese weiterhin eine Belastung darstellen. Auch lassen sich die berichteten Folgen unter diesem Aspekt nicht mehr eindeutig als Auswirkungen klassifizieren, da sie auch als Rationalisierung verstanden werden könnten, die der Teilnehmer als positiven Aspekt sehen will, um mit seinen Erlebnissen umgehen zu können.

6.1.2.12.4 Interview 128

Glück: 2

Zufriedenheit: 2

Das nächste Interview stammt von einer 49-jährigen Frau, die von elf Todesfällen in ihrer Familie (Familie und Verwandtschaft) innerhalb einer kurzen Zeitspanne berichtet, die sie als sehr furchtbar beschreibt:

„Also zwischendurch haben wir eine harte Zeit gehabt, weil unser Kind gestorben ist und Großeltern. Es sind elf Leute innerhalb kürzester Zeit, sein Bruder, seine Großeltern, sein Cousin. Das war furchtbar. Aber das ist alles irgendwie.“ (Interview 128, Z. 203-206)

Auch sie legt nahe, sich in einem solchen Fall Hilfe zu suchen, um über diese furchtbaren Erlebnisse hinwegzukommen:

„Da ist das Gute wenn man in der Stadt ist, weil man muss sich einfach bisschen Hilfe nehmen. Man muss sich, man muss sich Unterstützung nehmen. Da ist man in der Stadt aufgeschlossener, dass man mit einem Therapeuten redet, der einem hilft darüber zu kommen. Und die Zeit. Es sind einfach furchtbare Sachen. Das sitzt so in die Knochen, das kriegt man nicht raus. (lacht)“ (Interview 128, Z. 341-346)

Weiters nennt sie fünf Jahre als Dauer der Beeinflussung dieser Life-Events, wobei sie meint, es sei dann nicht mehr so traurig wie zu Beginn und sie sehe das Schöne nun mehr. In folgendem Abschnitt kann man erkennen, welche Auswirkung die Kumulation von negativen Life-Events haben kann, da die Person meint, irgendwann könne man nicht mehr:

„E: Na jetzt ist es nicht mehr so. Ich glaube wenn man das gut-. Klar es begleitet einem mindestens fünf Jahre. Das sitzt so tief in den Knochen. Da sagt einen keiner vorher, es geht allen gleich. Aber, aber jetzt ist es schon traurig, aber nicht mehr so traurig. Es ist, es ist, man kann sagen, es war total super dass es die Name22 gegeben hat. Man sieht eben das Schöne viel mehr. Es ist nicht mehr so überall. Es ist halt so. Aber wenn so viel

hintereinander kommt, irgendwann einmal, weiß ich nicht, kann man nicht mehr. Dann kriegt man das nicht mehr mit so. Wie dann der Stiefvater noch gestorben ist, man kann das gar nicht mehr zulassen. Ich glaube-.

I: Also man schaltet es weg?

E: Ja, ich glaube er kommt jeden Moment bei der Türe rein. So irgendwie schützt man sich dann irgendwann. Das ist traurig und alles, aber da denke ich mir da kommt jemand, da kommt er wieder rein. Irgendwann kann man nicht mehr. Wenn man eh schon so-. (Interview 128, Z. 350-365)

Später weist sie jedoch darauf hin, dass man so wisse was wichtig und wesentlich im Leben sei:

„Das Wichtigste ist die Beziehung, dass man da zusammenhält. Das weiß man auch, man weiß dann schon was wichtig im Leben ist. Man vergisst es wieder manchmal. Aber so das ganz Wesentliche vergisst man nicht.“ (Interview 128, Z. 372-375)

6.1.2.12.5 Interview 145

Glück: 1

Zufriedenheit: 1

Das letzte Interview stammt von einer 43-jährigen Frau, die zwei Todesfälle in ihrer Familie bzw. in ihrer Verwandtschaft als sehr einschneidend und prägend erlebt hat, da diese zeitlich sehr nahe an den Geburten ihrer Töchter lagen. Diese negativen Life-Events beschreibt sie sehr ausführlich und meint abschließend, dass diese manches relativieren würde. Was unter manches zu verstehen ist oder weitere Auswirkungen werden nicht erwähnt.

„E: Ja, was war noch einschneidend (..) also jetzt für mich persönlich, aber ich glaube das hat jetzt nicht mit Umwelt oder Wohlbefinden zu tu- ja Wohlbefinden schon natürlich, war natürlich sehr einschneidend das jedes Mal bei meiner Geburt also bei der ersten Tochter ist mein Bruder verunglückt, bei der zweiten Tochter ist mein

Schwiegervater plötzlich gestorben, das war halt für mich sehr einschneidende Erlebnisse, dass jedes Mal ein Kind gekommen ist und - also ich hätte da mir immer einmal gewünscht, dass ich - dass so wie's halt die klassische Geburt ist, dass man halt heimkommt und es wird gefeiert und nicht eigentlich immer einen Trauerfall zugleich hat, das war für mich - das hat mich eigentlich sehr geprägt (.) so jetzt persönlich, also jetzt ohne Umfeld, sozusagen einfach Dinge, die mich persönlich eben sehr (.) ja obwohl ich ans Schicksal auch ein bisschen glaube (dann)“ (Interview 145, Z. 190-201)

„E: Ja, dass man das vielleicht einfach auch mehr schätzt, dass man einfach ähm das spürt ähm ja, dass jetzt - dass es mehr gibt, also ich hab das einfach so intensiv gespürt, ein neues Leben kommt und ein Leben geht, das ist irgendwie so (.) eigentlich so eines (.) gewesen, weil wie gesagt mein Bruder ist äh verunglückt am Freitag in der Nacht und am (.) Sonntag in der Nacht ist dann die X (Name der Tochter) geboren und mein Bruder ist dann Montag beerdigt worden, wo ich mit der X dann im Krankenhaus war und eigentlich hab ich mir gedacht, ich hab jetzt diesen Neugeborenen und er hat's gar nicht mehr gesehen und gar nicht mehr gewusst und irgendwie (.) und beim Schwiegervater war das so, da ist die Y (Name der 2. Tochter) geboren, also die sind noch am Abend zusammen gesessen, ich bin ins Krankenhaus, weil die Geburt eigentlich zwei Tage früher war, ich hab mich eigentlich (.) Nachmittag noch nett beim Kaffee verabschiedet und dann kommst heim und er ist nicht mehr da, also eigentlich - (wir) haben gewusst, dass die Y geboren ist und ist dann über Nacht verstorben und auch total plötzlich und das waren irgendwie (.) ja (.) für mich persönlich jetzt einfach so einschneidende (-) Erlebnisse und die auch manche Sachen vielleicht relativieren (.) das vielleicht, gell?“ (Interview 145, Z. 210-227)

6.1.3 Zusammenfassung

In dem oben dargestellten Kategoriensystem werden 67 negative Life-Events beschrieben, wobei die negativen Life-Events Krankheit und Tod am häufigsten erwähnt wurden. Die negativen Life-Events der Sonderfälle sollen in der folgenden Zusammenfassung außer Acht gelassen werden.

Die Kategorie ‚Krankheit/Selbst‘ umfasst zehn Interviews, die eine Erkrankung der interviewten Person beschreiben. Hierzu wurde einerseits berichtet, weiterhin mit der Krankheit zu hadern und Angst vor einem Rückfall zu haben. Andererseits führte dieses Erlebnis auch zu einer Veränderung des Blickwinkels auf das Leben, zu mehr Zeit, einer Verbesserung der Partnerschaft oder einem Gewinn an Lebensqualität.

Unter der Kategorie ‚Krankheit/Familie‘ wird die Erkrankung eines Familienmitglieds verstanden und umfasst drei Interviews. Die berichteten Auswirkungen beschreiben ein plötzliches Erwachsenwerden, das Vorhaben, das eigene Leben zu nutzen und ein verbessertes Familienverhältnis.

In der Kategorie ‚Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis‘ werden Erkrankungen dieser Personen aus zwei Interviews zusammengefasst, die mit einer Veränderung der Prioritäten und einem höheren Wert der Gesundheit in Verbindung gebracht werden.

In der Kategorie ‚Tod/Familie‘ werden 17 Todesfälle in der Familie der interviewten Person zusammengefasst. Häufig war der Vater verstorben, weitere Familienmitglieder waren die Mutter, der Bruder oder das eigene Kind. Die Auswirkungen reichten von plötzlichem Erwachsenwerden, langer Trauer, einer Verbesserung der Beziehung zur Mutter oder zur Familie, der Änderung der Wertigkeiten, Verdrängung und keiner Veränderung bis hin zu einer veränderten Sichtweise und einem bewussteren Lebensstil.

Unter der Kategorie ‚Tod/Verwandtschaft‘ wird ein Todesfall in der Verwandtschaft verstanden und umfasst fünf Interviews, die keine Veränderung, eine lange

Verarbeitungsdauer, die Trauer um die verpasste gemeinsame Zeit sowie den höheren Wert der Gesundheit als Auswirkungen des negativen Life-Events beschreiben.

Die Kategorie ‚Tod/Freundes- oder Bekanntenkreis‘ umfasst ein Interview und nennt die berufliche Umorientierung, den Wunsch nach mehr Zeit für sich und seinen Partner sowie das eigene Leben zu nutzen als Auswirkungen dieses Erlebnisses.

Als Auswirkungen des Interviews der Kategorie ‚Nahtoderlebnisse/Selbst‘ werden mehr Gelassenheit und eine maßgebliche Veränderung genannt.

Unter der Kategorie ‚Suizid/Familie‘ wird der Selbstmord eines Familienmitglieds verstanden, der in den Interviews dreimal erwähnt wurde. Dieser wurde verdrängt, erforderte langjährige Auseinandersetzung, führte zu einem Gefühl, sich im Stich gelassen zu fühlen sowie zu einer Verbesserung der Ehe.

Die Kategorie ‚Trennung/Selbst‘ umfasst zwei Interviews, in denen als Auswirkungen des Endes der Beziehung eine verbesserte Familienbeziehung, ein höherer Wert der Familie, das Arbeiten an sich selbst und die Erweiterung des eigenen Horizonts genannt werden.

In zwei Interviews wird von einem sexuellen Missbrauch berichtet, die in der Kategorie ‚Sexueller Missbrauch/Selbst‘ zusammengefasst werden. Als Folgen dieses Erlebnisses wurden suizidale Gedanken als kurzfristige Auswirkungen und ein positiver Blick in die Zukunft und das Suchen eines Sinns als langfristige Auswirkungen. Zudem würde ein derartiges Erlebnis stets erneute Verarbeitung bedürfen.

Die Kategorie ‚Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst‘ beschreibt das Erleben eines Krieges oder die Flucht vor einem Krieg, dieses negative Life-Event wurde dreimal berichtet. Hierzu reichen die Auswirkungen von einer anhaltenden Belastung, die zu Tränen führt hin zu dem Schätzen und dem Nutzen des eigenen Lebens.

Das Erleben einer kritischen Operation wird einmal erwähnt und in der Kategorie ‚Kritische Operation/Selbst‘ beschrieben. Dieses Erlebnis führte zu einer Veränderung des Blickwinkels und einem verstärkten Misstrauen gegenüber Krankenhäusern.

Unter der Kategorie ‚Unfall/Selbst‘ wird ein Unfall der interviewten Person zusammengefasst, der zweimal berichtet wurde und zu einer Verschiebung der Prioritäten zugunsten der eigenen Gesundheit führte.

Die Kategorie ‚Arbeitslosigkeit/Selbst‘ umfasst ein Interview und beschreibt den Verlust des Arbeitsplatzes der interviewten Person. Dieses Erlebnis hatte zunächst das Gefühl, entsorgt zu werden zur Folge und führte längerfristig zu einer Auseinandersetzung mit sich selbst und einer beruflichen Neuorientierung.

Das Erlebnis, als Kind zu Pflegeeltern gegeben zu werden, wird einmal berichtet und in der Kategorie Weggegeben/Selbst beschrieben und wird mit einer langfristigen Belastung und Beeinflussung des Selbstwerts in Verbindung gebracht.

6.1.4 Induktives Kategoriensystem der Auswirkungen von negativen Life-Events

Die oben beschriebenen vielfältigen Auswirkungen negativer Life-Events werden nun in Kategorien zusammengefasst. Hierbei wurde die Stichprobe B auf ein negatives Life-Event pro Person beschränkt. Weiters flossen jeweils die aktuellsten Auswirkungen in diese Zusammenfassung mit ein, die anschließend kurz dargestellt und mit einer oder mehreren Textstellen exemplarisch verdeutlicht werden.

Kategorie ‚Erwachsen werden‘

Diese Kategorie beschreibt die Auswirkung, nach einem negativen Life-Event schlagartig erwachsen zu werden bzw. erwachsen werden zu müssen, wie es an folgender Textstelle ersichtlich ist:

„Und, ich glaube man wird durch so eine Sache auch plötzlich erwachsen. Also, muss man dann einfach werden.“ (Interview 12, Z. 142-142)

Kategorie ‚Familie wichtiger, Beziehungen besser‘

Unter dieser Auswirkung werden eine Besserung der Beziehungen innerhalb der Familie und eine Erhöhung der Bedeutung der Familie für die interviewte Person verstanden. Ein Beispiel hierfür stellt Interview dar:

„meine Familie halt vor allem durch das was für Familienverhältnis hat sich jetzt recht gut durch den Unfall vom Papa eben und durch das alles zusammengeschweißt und das so Familie ist voll wichtig für mich“ (Interview 108, Z. 122-125)

Kategorie ‚Gesundheit wichtiger‘

In dieser Kategorie wird der höhere Wert der Gesundheit als Folge eines negativen Life-Events beschrieben, wie im anschließenden Ausschnitt berichtet.

„So, wenn es um das Thema Gesundheit geht, hat das sicher (.) sehr viel Wert-, sehr viel mehr an Wert jetzt genommen (.) dur- eben durch den Unfall, wenn man weiß, wie schnell das geht, und (.) das habe ich vielleicht vorher nicht so ernst genommen.“ (Interview 212, Z. 110-113)

Kategorie ‚Gelassener und zufriedener‘

Diese Kategorie beschreibt die Auswirkung, nach einem negativen Life-Event gelassener oder zufriedener zu sein, wie es in folgenden Textpassagen dargestellt wird:

„Ja, ich denke mir, man wird zufriedener, weil ich war ein halbes Jahr im Spital gewesen und von dem her ist man sicher zufriedener, wenn man-. Oder man kriegt einfach eine andere Einstellung zum Leben. Dann ist man zufriedener.“ (Interview 134, Z. 101-104)

„Seit dem sehe ich doch sehr viele Dinge nicht mehr ganz so schwierig, und weiß, nicht, aus einer Mücke wird nicht mehr so schnell ein Elefant, wie es einmal war.“ (Interview 202, Z. 278-280)

Kategorie ‚Lange nicht verkraftet‘

Unter dieser Kategorie wird die Auswirkung verstanden, das Erlebnis lange nicht verkraftet zu haben. Dies ist in folgenden Textstellen ersichtlich:

„die Oma, immer das, also das war, und das hab ich lang nicht verkraftet, extrem lang nicht verkraftet (...) dass die gestorben ist.“ (Interview 96, Z. 447-448)

„dann und dann noch schlimmer war der Tod meiner Mutter, das habe ich relativ lange daran genagt bis ich da wieder Tritt gefasst habe.“(Interview 221, Z. 65-66)

Kategorie ‚Leben schätzen, nutzen und genießen‘

Diese Kategorie umfasst jene Folgen negativer Erlebnisse, die dazu führten, das eigene Leben mehr zu schätzen, mehr zu nutzen oder mehr zu genießen, wie es in folgenden Abschnitten beschrieben wird.

„weil ich schon ein Workaholic war. Vorher, jetzt nicht mehr. Jetzt genieß ich das Leben mehr.“ (Interview 46, Z. 74-75)

„was du machen willst musst gleich machen sonst hast vielleicht die Chance gar nimmer“ (Interview 112, Z. 261-262)

„Und das habe ich gelernt zu schätzen, also jetzt also, ich weiß wie es war und ich habe auch gelernt, dieses Leben hier zu schätzen, ja.“ (Interview 169, Z. 138-139)

Kategorie ‚Nie vergessen, hadern, verdrängen‘

In dieser Kategorie werden die Auswirkungen, das negative Life-Event nie vergessen zu können, weiterhin damit zu hadern oder es verdrängen zu müssen, zusammengefasst. Dies ist an folgenden Abschnitten erkennbar.

„Ich habe es nur einfach verdrängen müssen, nicht. Beim Arbeiten oder beim Sport oder was, ja einfach, (.) verdrängen habe ich es müssen. Hat nicht anders, ist nicht anders gegangen einfach.“ (Interview 75, Z. 668-671)

„so das ist immer das das lässt dich nicht mehr los nie mehr nie mehr“ (Interview 100, Z. 279-280)

Kategorie ‚Veränderung des Denkens, Selbsterkenntnis‘

Unter dieser Kategorie wird die Veränderung des Denkens oder die Selbsterkenntnis, die durch das negative Life-Event ausgelöst wurde, verstanden und an folgenden Ausschnitten dargestellt.

„Also, jo, solche Sachen verändern sicher des denken.“ (Interview 199, Z. 229)

“E: Ich hab gelernt positiv zu denken, auch wenn es noch so dick kommt.” (Interview 157, Z. 405)

„Und dann habe ich mich einmal in der Nacht hingesetzt, habe mir überlegt, was mache ich gern, was kann ich gut, was liegt mir.“ (Interview 132, Z. 74-76)

Kategorie ‚Keine oder kurzfristige Änderungen‘

Diese Kategorie umfasst jene Interviews, die von keinen oder kurzfristigen Änderungen aufgrund des negativen Life-Events berichten, die an den anschließenden Passagen ersichtlich ist.

„meine Oma gestorben ist Das war 2006 die ist an Krebs gestorben Aber das ich meine ich habe vollen Bezug schon zu ihr gehabt aber jetzt nicht so das ich sage für mich der Weltuntergang Das war halt das war schon schlimm ja aber das hat jetzt eigentlich nichts geändert“ (Interview 15, Z. 456-459)

„es war schon irgendwie eine Traurigkeit da aber es war nicht so, dass ich sage, boah ich bin da in der Vol-, das war eben 2. Klasse Volksschule oder was, nicht dass mich das so voll, (.) irgendwie aus den Socken gerissen hätte.“ (Interview 208, Z. 62-65)

Es zeigte sich, dass die Kategorien ‚Leben schätzen, nutzen und genießen‘ und ‚Nie vergessen, hadern, verdrängen‘ am häufigsten als eine Folge der negativen Life-Events berichtet wurden. Die weitere Verteilung ist in Tabelle 18 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Erwachsen werden	5	9,4
	Familie wichtiger, Beziehungen besser	6	11,3
	Gesundheit wichtiger	6	11,3
	gelassener und zufriedener	6	11,3
	lange nicht verkraftet	5	9,4
	Leben schätzen, nutzen und genießen	8	15,1
	nie vergessen, hadern, verdrängen	8	15,1
	Veränderung des Denkens, Selbsterkenntnis	5	9,4
	keine oder kurzfristige Änderungen	4	7,5
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 18: *Übersicht über die Auswirkungen negativer Life-Events*

6.2 Quantitative Auswertung

Nach dem tieferen Einblick der qualitativen Analyse soll die quantitative Analyse zur Vervollständigung des Gesamtbildes dienen und es soll überprüft werden, ob die Ergebnisse der qualitativen Analyse sich in der quantitativen widerspiegeln.

Zunächst sollen die erwähnten negativen Life-Events sowohl in Stichprobe A wie auch in Stichprobe B deskriptiv beschrieben werden. Anschließend werden die Bewertungen des Glücks und der Zufriedenheit in der Hauptstudie, in der Stichprobe A und in der Stichprobe B verglichen. Weiterführend soll untersucht werden, ob ein signifikanter Unterschied in der Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit zwischen den Arten negativer Life-Events in Stichprobe B besteht. Diese beiden Analysen dienen der Überprüfung der in Kapitel 2.3.2 ‚Adaptionsmodell‘ vorgestellten Theorien, ein Unterschied zwischen den Gruppen würde diesen widersprechen. Hierzu wurde die Stichprobe B bereinigt, so dass nur noch ein negatives Life-Event pro Interview gewertet wird und diese anschließend weiter zusammengefasst, um die Signifikanztestungen durchzuführen.

Anschließend soll untersucht werden, ob ein signifikanter Unterschied zwischen den negativen Life-Events in der Art der Auswirkungen besteht. Hier besteht die Annahme, dass sich die Auswirkungen innerhalb einer Gruppe von negativen Life-Events von den Auswirkungen anderer Life-Events unterscheiden, wie die Darstellung der Auswirkungen derartiger Lebensereignisse in Kapitel 6.1.2 ‚Induktives Kategoriensystem der negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen‘ vermuten lässt.

Weiters werden die Zusammenhänge zwischen Geschlecht, Ausbildung, Familienstand und dem Bericht von Auswirkungen in Stichprobe A mittels Signifikanztests analysiert, da bei diesen die Verteilung auf die Kategorien nicht gleichmäßig war und jeweils eine Kategorie überwog. Von 222 Personen der Stichprobe A waren 158 weiblich, 46 Probanden hatten eine berufsbildende Schule besucht und 110 Personen waren verheiratet. Die weitere Verteilung auf die übrigen Kategorien wird in den Kapiteln 6.2.2 ‚Geschlecht und der Bericht von Auswirkungen‘, 6.2.3 ‚Bildungsstand und der

Bericht von Auswirkungen' und 6.2.4 ,Familienstand und der Bericht von Auswirkungen' dargestellt.

6.2.1 Deskriptive Beschreibung der negativen Life-Events in Stichprobe B

Die negativen Life-Events, die in der Stichprobe B erwähnt wurden, werden nun zunächst nach ihrer Häufigkeit, der Betroffenheit und der vergangenen Zeit seit dem Life-Event beschrieben.

Das häufigste Erlebnis stellt ein Todesfall innerhalb der Familie dar (47), gefolgt von einer Erkrankung der interviewten Person (19) und einem Todesfall in der Verwandtschaft (18). Die weiteren erfassten Life-Events wurden seltener erwähnt (siehe Tabelle 19).

	Häufigkeit	Prozent
Gültig Arbeitslosigkeit/Selbst	3	2,3
Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst	5	3,9
Gewalttätigkeit des Vaters/Familie	1	,8
Krankheit/Familie	8	6,3
Krankheit/Freunde	2	1,6
Krankheit/Selbst	19	14,8
misslungene Operation/Selbst	1	,8
Nahtoderlebnis/Selbst	1	,8
sexueller Missbrauch/Selbst	2	1,6
Suizid/Familie	8	6,3
Suizid/Verwandtschaft	1	,8
Tod/Familie	47	36,7
Tod/Freunde	3	2,3
Tod/Verwandtschaft	18	14,1
Totgeburt/Selbst	2	1,6
Trennung/Selbst	2	1,6
Unfall/Selbst	4	3,1
Weggegeben/Selbst	1	,8
Gesamt	128	100,0

Tabelle 19: *Häufigkeiten von unterschiedlichen negativen Life-Events - Stichprobe B ohne Auswirkungen*

Bei 69 der berichteten Erlebnisse wurde angegeben, wie lange dieses in der Vergangenheit liegt, sie lagen zwischen keinem und 79 Jahren zurück. Die Dauer wird in Tabelle 20 in Zeitspannen zusammengefasst.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	In den letzten 5 Jahren	14	10,9
	Zwischen 5 und 10 Jahren her	10	7,8
	Zwischen 10 und 15 Jahren her	11	8,6
	Zwischen 15 und 20 Jahren her	3	2,3
	Zwischen 20 und 30 Jahren her	7	5,5
	Zwischen 30 und 40 Jahren her	12	9,4
	Zwischen 40 und 50 Jahren her	2	1,6
	Zwischen 50 und 60 Jahren her	3	2,3
	Zwischen 60 und 70 Jahren her	5	3,9
	Länger als 71 Jahre her	2	1,6
	Gesamt	69	53,9
Fehlend	System	59	46,1
Gesamt		128	100,0

Tabelle 20: *Anzahl der Jahre, die seit dem negativen Life-Event vergangen sind – Stichprobe B ohne Auswirkungen*

Am häufigsten war ein Mitglied der Familie (66) von dem berichteten negativen Life-Events betroffen. Auch die interviewte Person (39) war oft selbst betroffen, gefolgt von einer verwandten Person (18) und einer Person aus dem Freundes- oder Bekanntenkreises (5). Diese Verteilung ist in Tabelle 21 dargestellt.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Familie	66	51,6
	Freundes- oder Bekanntenkreis	5	3,9
	Selbst	39	30,5
	Verwandtschaft	18	14,1
	Gesamt	128	100,0

Tabelle 21: *Verteilung der Häufigkeiten der Betroffenheit vom negativen Life-Event – Stichprobe B ohne Auswirkungen*

6.2.2 Deskriptive Beschreibung der negativen Life-Events mit Auswirkungen in Stichprobe B

Auch bei jenen negativen Life-Events, bei denen eine Auswirkung berichtet wurde, stellt der Tod eines Familienmitglieds (24) das häufigste negative Life-Event dar, erneut von einer Erkrankung der interviewten Person (14) gefolgt. Die weitere Verteilung der negativen Life-Events ist in Tabelle 22 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Arbeitslosigkeit/Selbst	2	2,8
	Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst	3	4,2
	Krankheit/Familie	3	4,2
	Krankheit/Freunde	2	2,8
	Krankheit/Selbst	14	19,7
	misslungene Operation/Selbst	1	1,4
	Nahtoderlebnis/Selbst	1	1,4
	sexueller Missbrauch/Selbst	2	2,8
	Suizid/Familie	3	4,2
	Suizid/Verwandschaft	1	1,4
	Tod/Familie	24	33,8
	Tod/Freunde	1	1,4
	Tod/Verwandschaft	8	11,3
	Totgeburt/Selbst	1	1,4
	Trennung/Selbst	2	2,8
	Unfall/Selbst	2	2,8
	Weggegeben/Selbst	1	1,4
	Gesamt	71	100,0

Tabelle 22: Häufigkeiten von unterschiedlichen negativen Life-Events - Stichprobe B mit Auswirkungen

Erneut lagen die negativen Life-Events zwischen keinem und 79 Jahren zurück, die bei 36 Erlebnissen angegeben wurden. Die Anzahl der vergangenen Jahre wird in Tabelle 23 in Zeitspannen zusammengefasst.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	In den letzten 5 Jahren	7	9,9
	Zwischen 5 und 10 Jahren her	4	5,6
	Zwischen 10 und 15 Jahren her	6	8,5
	Zwischen 15 und 20 Jahren her	3	4,2
	Zwischen 20 und 30 Jahren her	6	8,5
	Zwischen 30 und 40 Jahren her	8	11,3
	Zwischen 40 und 50 Jahren her	1	1,4
	Zwischen 50 und 60 Jahren her	2	2,8
	Zwischen 60 und 70 Jahren her	1	1,4
	Länger als 71 Jahre her	2	2,8
	Gesamt	40	56,3
Fehlend	System	31	43,7
Gesamt		71	100,0

Tabelle 23: *Anzahl der Jahre, die seit dem negativen Life-Event vergangen sind – Stichprobe B mit Auswirkungen*

Ein Mitglied der Familie (30) und die interviewte Person selbst (29) waren am häufigsten betroffen, die weitere Verteilung ist in Tabelle 24 ersichtlich.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Familie	30	42,3
	Freundes- oder Bekanntenkreis	3	4,2
	Selbst	29	40,8
	Verwandtschaft	9	12,7
	Gesamt	71	100,0

Tabelle 24: *Verteilung der Häufigkeiten der Betroffenheit vom negativen Life-Event – Stichprobe B mit Auswirkungen*

6.2.3 Mittelwertsvergleiche Gesamt vs Stichprobe vs Auswahl

Nun sollen die drei Gruppen, die Stichprobe der Hauptstudie, Stichprobe A und Stichprobe B, näher betrachtet werden. Dabei wird der Frage nachgegangen, ob sich jene Personen, die von Auswirkungen negativer Life-Events berichten (Stichprobe B), und jene Personen, die negative Life-Events erwähnt haben (Stichprobe A), signifikant in ihrem berichteten Glück und Zufriedenheit von der Hauptstudie (qualitative Interviews) unterscheiden.

		Mittelwert
Hauptstudie	Glück	2,52
	Zufriedenheit	2,42
Stichprobe A	Glück	2,54
	Zufriedenheit	2,46
Stichprobe B	Glück	2,43
	Zufriedenheit	2,58

Tabelle 25: *Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit in allen Stichproben*

Da keine Normalverteilung in den Stichproben gegeben ist (siehe Tabelle 26) und somit die Voraussetzungen für eine Varianzanalyse nicht gegeben sind, wird ein Kruskal-Wallis-Test angewandt (siehe Tabelle 27).

		Shapiro-Wilk
Hauptstudie	Glück	<0,001
	Zufriedenheit	<0,001
Stichprobe A	Glück	<0,001
	Zufriedenheit	<0,001
Stichprobe B	Glück	<0,001
	Zufriedenheit	<0,001

Tabelle 26: *Testung auf Normalverteilung in allen Stichproben*

	Stichprobe	N	Mittlerer Rang
Zufriedenheit	Hauptstudie	499	384,91
	Stichprobe B	53	404,37
	Stichprobe A	221	387,56
	Gesamt	773	
Glück	Hauptstudie	497	385,90
	Stichprobe B	53	374,06
	Stichprobe A	220	387,35
	Gesamt	770	

	Zufriedenheit	Glück
Chi-Quadrat	,392	,169
df	2	2
Asymptotische Signifikanz	,822	,919

Tabelle 27: *Kruskal-Wallis-Test zum Vergleich der Stichproben*

Die Ergebnisse des Kruskal-Wallis-Test sind nicht signifikant, somit bestehen keine Unterschiede zwischen den Gruppen, die Stichproben unterscheiden sich also nicht signifikant in ihrem Glück und in ihrer Zufriedenheit.

6.2.1 Negative Life-Events, Glück und Zufriedenheit

Weiters soll untersucht werden, ob ein signifikanter Unterschied im angegebenen Glück und in der Zufriedenheit zwischen den verschiedenen Arten von negativen Life-Events besteht. Hierzu wurde die Stichprobe B insofern bereinigt, als dass nun nur noch ein negatives Life-Event pro Interview gewertet wird (siehe Tabelle 28). Dabei wurde darauf geachtet, dass weiterhin jede Kategorie vertreten ist, die weiteren wurden per Zufall ausgewählt.

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Arbeitslosigkeit/Selbst	1	1,9
	Flucht oder Kriegserlebnisse/Selbst	3	5,7
	Krankheit/Familie	3	5,7
	Krankheit/Freunde	2	3,8
	Krankheit/Selbst	8	15,1
	misslungene Operation/Selbst	1	1,9
	Nahtoderlebnis/Selbst	1	1,9
	sexueller Missbrauch/Selbst	2	3,8
	Suizid/Familie	4	7,5
	Tod/Familie	17	32,1
	Tod/Freunde	1	1,9
	Tod/Verwandtschaft	4	7,5
	Totgeburt/Selbst	1	1,9
	Trennung/Selbst	2	3,8
	Unfall/Selbst	2	3,8
	Weggegeben/Selbst	1	1,9
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 28: *Bereinigte Stichprobe B*

Um die Anzahl der Fälle in den Kategorien zu erhöhen, wurde zusätzlich die Betroffenheit entfernt (Tabelle 29).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Unfall	2	3,8
	Arbeitslosigkeit	1	1,9
	Weggegeben	1	1,9
	Nahtoderlebnis	1	1,9
	Krankheit	13	24,5
	Tod	22	41,5
	Suizid	4	7,5
	Trennung	2	3,8
	Totgeburt	1	1,9
	sexueller Missbrauch	2	3,8
	Operationen	1	1,9
	Kriegserlebnisse	3	5,7
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 29: Art der negativen Life-Events ohne Betroffenheit - Stichprobe B

Im Folgenden werden die Kontingenztafeln des negativen Life-Events mit der Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit dargestellt (Tabelle 30 und Tabelle 31).

		Glück						Gesamt
		1	2	3	4	5	7	
Negative Life-Events	Unfall	0	2	0	0	0	0	2
	Arbeitslosigkeit	0	1	0	0	0	0	1
	Weggegeben	0	0	0	0	0	1	1
	Nahtoderlebnis	1	0	0	0	0	0	1
	Krankheit	3	4	2	0	4	0	13
	Tod	6	9	5	0	2	0	22
	Suizid	1	2	0	1	0	0	4
	Trennung	0	2	0	0	0	0	2
	Totgeburt	0	1	0	0	0	0	1
	sexueller Missbrauch	0	2	0	0	0	0	2
	Operationen	0	1	0	0	0	0	1
	Kriegserlebnisse	1	1	0	0	1	0	3
Gesamt		12	25	7	1	7	1	53

Tabelle 30: Kontingenztafel des Glücks und der negativen Life-Events

		Zufriedenheit						Gesamt
		1	2	3	4	5	10	
Negative Life-Events	Unfall	0	2	0	0	0	0	2
	Arbeitslosigkeit	1	0	0	0	0	0	1
	Weggegeben	0	0	0	0	1	0	1
	Nahtoderlebnis	1	0	0	0	0	0	1
	Krankheit	3	3	4	1	2	0	13
	Tod	5	9	5	1	2	0	22
	Suizid	2	1	0	0	1	0	4
	Trennung	1	1	0	0	0	0	2
	Totgeburt	0	0	1	0	0	0	1
	sexueller Missbrauch	0	1	1	0	0	0	2
	Operationen	0	0	0	0	0	1	1
	Kriegserlebnisse	1	0	0	2	0	0	3
	Gesamt	14	17	11	4	6	1	53

Tabelle 31: *Kontingenztafel der Zufriedenheit und der negativen Life-Events*

Um einen Signifikanztest durchführen zu können, wurden die Kategorien weiter zusammengefasst (siehe Tabelle 32).

		Häufigkeit	Prozent
Gültig	Tod, Suizid, Totgeburt	27	50,9
	Krankheit	13	24,5
	Krieg, sex. Missbrauch, Nahtoderlebnis	6	11,3
	Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation	7	13,2
	Gesamt	53	100,0

Tabelle 32: Zusammengefasste negative Life-Events

Nun werden zunächst die Kontingenztafeln der zusammengefassten Kategorien der negativen Life-Events und der Bewertungen des Glücks und der Zufriedenheit (siehe Tabelle 33 und Tabelle 34).

	Glück						Gesamt
	1	2	3	4	5	7	
Tod, Suizid, Totgeburt	7	12	5	1	2	0	27
Krankheit	3	4	2	0	4	0	13
Krieg, sexueller Missbrauch, Nahtoderlebnis	2	3	0	0	1	0	6
Arbeitslosigkeit, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation	0	6	0	0	0	1	7
Gesamt	12	25	7	1	7	1	53

Tabelle 33: *Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und des Glücks*

	Zufriedenheit						Gesamt
	1	2	3	4	5	10	
Tod, Suizid, Totgeburt	7	10	6	1	3	0	27
Krankheit	3	3	4	1	2	0	13
Krieg, sexueller Missbrauch, Nahtoderlebnis	2	1	1	2	0	0	6
Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation	2	3	0	0	1	1	7
Gesamt	14	17	11	4	6	1	53

Tabelle 34: *Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der Zufriedenheit*

Zudem werden die Angaben des Glücks und der Zufriedenheit zusammengefasst. Da dennoch mit einer geringen Anzahl an Fällen zu rechnen ist, wird für die Signifikanztestung der exakte Text nach Fisher herangezogen, da dieser für geringe Häufigkeiten geeignet ist. Zusätzlich wird die Effektstärke Cramer V angegeben (siehe Tabelle 35 und Tabelle 36).

	Glück zusammengefasst			Gesamt
	1-2	3-4	5-7	
Tod, Suizid, Totgeburt	19	6	2	27
Krankheit	7	2	4	13
Krieg, sexueller Missbrauch, Nahtoderlebnis	5	0	1	6
Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation	6	0	1	7
Gesamt	37	8	8	53
Exakter Test nach Fisher	,357			
Cramer-V	,256			

Tabelle 35: *Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und des zusammengefassten Glücks sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke*

	Zufriedenheit zusammengefasst			Gesamt
	1-2	3-4	5-10	
Tod, Suizid, Totgeburt	17	7	3	27
Krankheit	6	5	2	13
Krieg, sexueller Missbrauch, Nahtoderlebnis	3	3	0	6
Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, OP	5	0	2	7
Gesamt	31	15	7	53
Exakter Test nach Fisher	,352			
Cramer-V	,246			

Tabelle 36: *Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der zusammengefassten Zufriedenheit sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke*

Es zeigen sich keine signifikanten Ergebnisse bei der Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit zwischen den unterschiedlichen Arten negativer Life-Events.

6.2.2 Art des negativen Life-Events und Art der Auswirkungen

Nun soll analysiert werden, ob sich die unterschiedlichen negativen Life-Events in ihren berichteten Auswirkungen unterscheiden. Hierzu werden zunächst die Kategorien der negativen Life-Events ohne Angabe der Betroffenheit und die in 6.1.4 „Induktives

Kategoriensystem der Auswirkungen negativer Life-Events' angegebenen Auswirkungen in einer Kontingenztafel dargestellt (Tabelle 37).

	negative Life-Events												Gesamt
	Unfall	Arbeitslosigkeit	Weggegeben	Nahtoderlebnis	Krankheit	Tod	Suizid	Trennung	Totgeburt	Sexueller Missbrauch	Operationen	Kriegserlebnisse	
Erwachsen werden	0	0	0	0	1	4	0	0	0	0	0	0	5
Familie wichtiger, Beziehungen besser	0	0	0	0	3	2	1	0	0	0	0	0	6
Gesundheit wichtiger	2	0	0	0	3	1	0	0	0	0	0	0	6
gelassener und zufriedener	0	0	0	1	2	3	0	0	0	0	0	0	6
lange nicht verkraftet	0	0	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	5
Leben schätzen, nutzen und genießen	0	0	0	0	3	1	1	0	0	1	0	2	8
nie vergessen, hadern, verdrängen	0	0	0	0	1	2	2	0	1	1	0	1	8
Veränderung des Denkens, Selbsterkenntnis	0	1	0	0	0	1	0	2	0	0	1	0	5
keine oder kurzfristige Änderungen	0	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	4
Gesamt	2	1	1	1	13	22	4	2	1	2	1	3	53

Tabelle 37: Kontingenztafel der negativen Life-Events und der Art der Auswirkungen

Erneut werden die negativen Life-Events weiter zusammengefasst, um die Durchführung eines Signifikanztests zu ermöglichen. In Tabelle 38 ist die Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der Auswirkungen dieser sowie die Effektstärke Cramer V ersichtlich.

		Zusammengefasste negative Life-Events				Gesamt
		Tod, Suizid, Totgeburt	Krankheit	Krieg, sex. Missbrauch Nahtoderlebnis	Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation	
Auswirkungen	Erwachsen werden	4	1	0	0	5
	Familie wichtiger, Beziehungen besser	3	3	0	0	6
	Gesundheit wichtiger	1	3	0	2	6
	gelassener und zufriedener	3	2	1	0	6
	lange nicht verkraftet	4	0	0	1	5
	Leben schätzen, nutzen und genießen	2	3	3	0	8
	nie vergessen, hadern, verdrängen	5	1	2	0	8
	Veränderung des Denkens, Selbsterkenntnis	1	0	0	4	5
	keine oder kurzfristige Änderungen	4	0	0	0	4
	Gesamt	27	13	6	7	53
Exakter Test nach Fisher		,007				
Cramer-V		,553				

Tabelle 38: Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der Auswirkungen sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke

Dieses Ergebnis ist signifikant, somit unterscheiden sich die Arten negativer Life-Events signifikant in ihren Auswirkungen voneinander.

Auch in der Richtung der Auswirkungen lassen sich hier Unterschiede erkennen. Während bei negativen Life-Events der Kategorie ‚Tod, Suizid, Totgeburt‘ alle Arten von Auswirkungen berichtet werden, führt ein Erlebnis der Kategorie ‚Krankheit‘ zu Veränderungen in der Familie und dem Wert des Lebens und ein Ereignis der letzten Kategorie ‚Arbeitslos, Weggegeben, Trennung, Unfall, Operation‘ hatte vor allem auf die persönliche Sicht Einfluss.

6.2.3 Geschlecht und der Bericht von Auswirkungen

In der nachfolgenden Tabelle 39 werden die Häufigkeiten für Geschlecht und dem Bericht von Auswirkungen in Stichprobe A angegeben und mittels exaktem Signifikanztest nach Fisher überprüft. Weiters wird die Effektstärke Phi ermittelt. Es wurden keine signifikanten Ergebnisse festgestellt.

		Bericht von Auswirkungen		Gesamt
		nein	ja	nein
Geschlecht	weiblich	117	41	158
	männlich	52	12	64
Gesamt		169	53	222
Exakter Test nach Fisher		,299		
Phi		-,076		

Tabelle 39: *Kontingenztafel des Geschlechts und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke*

6.2.4 Bildungsstand und der Bericht von Auswirkungen

Nun werden die Häufigkeiten des Ausbildungsstandes und des Berichts von Auswirkungen in Stichprobe A mittels exakten Signifikanztests von Fisher untersucht (siehe Tabelle 40). Weiters wird die Effektstärke angegeben.

		Bericht von Auswirkungen		Gesamt
		nein	ja	nein
Ausbildungsstand	keine	3	0	3
	Pflichtschule	28	4	32
	Lehrabschluss	36	10	46
	Berufsbildende Schule	45	18	63
	Meisterprüfung	8	4	12
	Matura/Studienberechtigungsprüfung	18	7	25
	Hochschulabschluss	21	9	30
	Sonstige	7	1	8
Gesamt		166	53	219
Exakter Test nach Fisher		,575		
Cramer-V		,166		

Tabelle 40: *Kontingenztafel des Ausbildungsstands und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke*

Auch hier konnten keine signifikanten Ergebnisse festgestellt werden.

6.2.5 Familienstand und der Bericht von Auswirkungen

Abschließend werden die Häufigkeiten des Familienstandes und des Berichts von Auswirkungen zur Untersuchung herangezogen. Hierzu wird der exakte Signifikanztest nach Fisher angewandt, zusätzlich wird die Effektstärke angegeben. Diese ist in Tabelle 41 ersichtlich.

		Bericht von Auswirkungen		Gesamt
		nein	ja	nein
Familienstand	ledig	39	13	52
	Lebensgemeinschaft	14	4	18
	verheiratet	78	32	110
	geschieden	17	1	18
	verwitwet	19	2	21
	sonstige	0	1	1
Gesamt		167	53	220
Exakter Test nach Fisher		,060		
Cramer-V		,219		

Tabelle 41: *Kontingenztafel des Familienstands und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke*

Erneut konnten keine signifikanten Ergebnisse erzielt werden.

7 Interpretation

Nun werden die Ergebnisse der qualitativen sowie der quantitativen Auswertung zunächst interpretiert, im Zusammenhang mit der zu Anfang vorgestellten Literatur betrachtet und im Anschluss zur Beantwortung der Forschungsfragen herangezogen. Abschließend sollen die Vor- und Nachteile der angewandten Erhebungs- und Auswertungsverfahren ausgearbeitet werden.

7.1 Interpretation der Ergebnisse

Die qualitative Inhaltsanalyse der Interviews verdeutlicht, wie vielfältig sich die Auswirkungen negativer Life-Events gestalten können, wodurch sich die tatsächliche Bandbreite der möglichen Auswirkungen erahnen lässt.

Die quantitativen Auswertungen sind zum Großteil nicht signifikant, bis auf die Untersuchung der Unterschiede in den Auswirkungen zwischen den einzelnen negativen Life-Events, bei der ein signifikantes Ergebnis festgestellt werden konnte.

Die qualitative Analyse ergab ein umfassendes Kategoriensystem der negativen Life-Events, die in den Interviews Erwähnung fanden. Viele dieser Erlebnisse sind Bestandteil der Liste negativer Life-Events, die in Kapitel 2.1 ‚Begriffsdefinition‘ aufgelistet wurde. Jedoch wurden auch welche berichtet, die nicht in dieser enthalten waren. Beispiele für letztere stellen das Nahtoderlebnis, das Erleben einer kritischen Situation während einer Operation, das Erlebnis, als Kind weggegeben worden zu sein, und die Erfahrung von Gewalt innerhalb der Familie dar. Diese konnten nur aufgrund der induktiven Vorgangsweise erfasst werden, bei einer Erhebung mittels Ereignislisten wären diese verlorengegangen.

Allerdings wurden auch einige negative Life-Events, die sich auf der Liste befinden, nicht erwähnt, obwohl sie statistisch in der Stichprobe enthalten sein müssten. Ein Beispiel dafür ist das Erleben von sexueller Gewalt, zu der Vergewaltigung gezählt wird. Das Österreichische Institut für Familienforschung an der Universität Wien (2011) berichtet von einer Prävalenz für ein derartiges Erlebnis von 29,5 % für Frauen und 8,8 % bei Männern.

Es kann nicht gesagt werden, ob dieses negative Life-Event tatsächlich von keinem Teilnehmer bzw. keiner Teilnehmerin erlebt wurde oder ob es von den betroffenen Personen aus diversen Gründen verschwiegen wurde.

Zudem ist auffällig, dass die negativen Erlebnisse der interviewten Personen häufig lediglich erwähnt wurden, ohne dass weiter darauf eingegangen worden wäre. Von 222 Personen, die ein negatives Life-Event zumindest erwähnten, berichteten nur 53 Personen von Auswirkungen bzw. lediglich zu 71 von 457 negativen Life-Events. Über mögliche Gründe hierfür kann nur spekuliert werden. So ist es denkbar, dass die interviewten Personen das negative Life-Event verarbeitet und somit hinter sich gelassen haben und es keine weitere Bedeutung für die Person hat. Eine andere Erklärung könnte darin liegen, dass die Teilnehmer und Teilnehmerinnen nicht über ihr Erlebnis sprechen und sich erneut damit auseinandersetzen wollten.

Ein Grund hierfür könnte darin liegen, dass ihnen dieses unangenehm oder schmerzlich wäre und sie es nicht für notwendig erachteten, sich dem erneuten Erleben der Gefühle oder der Erinnerung an das Erlebnis auszusetzen, da die interviewten Personen zu Beginn des Interviews darauf hingewiesen wurden, nichts erzählen zu müssen, was sie nicht wollten.

Jedenfalls kann von großen Unterschieden im Erleben negativer Life-Events bzw. ihrer Auswirkungen zwischen den Personen ausgegangen werden, wie auch (Bonanno, 2004) und (Lucas, 2007) postulierten. Aufgrund dieses Ergebnisses ist denkbar, dass nur wenige negative Life-Events Auswirkungen mit sich bringen und die meisten negativen Erlebnisse ohne Konsequenzen, die es wert wären, berichtet zu werden, vorübergehen. Allerdings ist es ebenso möglich, dass nur reflexive Personen sich mit ihrem Erlebnis und dessen Folgen bewusst auseinandersetzten und von Auswirkungen berichteten oder auch dass die meisten negativen Life-Events verdrängt und ihre Folgen dadurch unterdrückt wurden. Hierzu kann aufgrund der erhobenen Daten und der fehlenden Erhebung der Persönlichkeitscharakteristika keine Aussage getroffen werden.

Ein weiteres Ergebnis der qualitativen Inhaltsanalyse stellt die Erfassung und Kategorisierung der Auswirkungen negativer Life-Events dar, die in den Interviews berichtet wurden. Diese sind sehr vielfältig und reichen von Folgen wie suizidalen Gedanken (siehe Kapitel 6.1.2.6.1 ‚Sexueller Missbrauch/Selbst‘, Interview 46) über keine Veränderungen (siehe Kapitel 6.1.2.2.2 ‚Tod/Verwandtschaft‘, Interview 15) bis hin zu einer höheren Lebensqualität (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 10).

Die Auswirkungen konnten zu insgesamt neun Kategorien zusammengefasst werden, die in Kapitel 6.1.4 ‚Induktives Kategoriensystem der Auswirkungen negativer Life-Events‘ beschrieben wurden.

Mehrere Auswirkungen, wie der Bericht, das negative Life-Event verdrängen zu müssen (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 75), es nie vergessen zu können (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 100) oder auch suizidale Gedanken (siehe Kapitel 6.1.2.6.1 ‚Sexueller Missbrauch/Selbst‘, Interview 46) können als Überforderung der Person durch das negative Life-Event verstanden werden und unterstützen somit den stressorientierten Ansatz, der in Kapitel 2.3.1 ‚Zwei Perspektiven‘ beschrieben wurde (Filipp & Aymanns, 2010).

Doch auch für den in der entwicklungspsychologischen Perspektive postulierten Entwicklungssprung (Filipp & Aymanns, 2010) lassen sich Beispiele finden. So meinten manche interviewte Personen, aufgrund ihrer Life-Events schlagartig erwachsen zu werden oder erwachsen werden zu müssen (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 211), was als ein Entwicklungssprung verstanden werden kann.

Weiters konnten auch Auswirkungen der negativen Life-Events auf die Ziel- und Motivstrukturen (siehe Kapitel 2.5.1) beobachtet werden, die zu einer neuerlichen Reihung, Änderung oder Anpassung der Ziele führen (Filipp & Aymanns, 2010). Dazu zählen zunächst das Vorhaben, etwas aus dem eigenen Leben machen zu wollen (siehe Kapitel 6.1.2.7.1 ‚Flucht- oder Kriegserlebnisse/Selbst‘, Interview 55) sowie die eigenen Wünsche und Ziele nicht länger auf die Pension aufzuschieben (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 112). Diese können als Folge der erneuten Reihung der Ziele der Person gesehen werden, da die Ziele und Vorhaben der Teilnehmer und

Teilnehmerinnen, die für sie von Bedeutung sind, in den Vordergrund treten und umgehend in Angriff genommen werden anstatt weiterhin aufgeschoben zu werden.

Die Anpassung der Ziele ist in den Interviews 132 (siehe Kapitel 6.1.2.10.1 ‚Arbeitslosigkeit/Selbst‘) und 206 (siehe Kapitel 6.1.2.5.1 ‚Trennung/Selbst‘) erkennbar, im ersten Beispiel führte die Kündigung der Person dazu, dass die Person ihre beruflichen Ziele überdachte und änderte. Der zweite Ausschnitt beschreibt das Überdenken und die Änderungen des Lebenswegs aufgrund der Scheidung sowie die Erweiterung des Horizonts und damit die Möglichkeit, weitere neue Ziele zu erschließen.

Die Annahme, Verlusterfahrungen würden zu einem höheren Glauben an eine gerechte Welt führen, konnte in dieser Arbeit nicht bestätigt werden (Filipp & Aymanns, 2010). Keine der interviewten Personen, die den Tod eines Familienmitglieds, eines Verwandten oder eines Freundes erlebten, berichteten von derartigen Auswirkungen. Jedoch kann die Aussage, alles im Leben hätte einen Sinn, die in Folge eines sexuellen Missbrauchs getätigt wurde (siehe Kapitel 6.1.2.6.1 ‚Sexueller Missbrauch/Selbst, Interview 46), als Glauben an eine gerechte Welt interpretiert werden, da hier die gerechte Welt über die Schaffung eines Sinns im negativen Life-Event hergestellt würde.

Zudem kann eine Änderung der Wertorientierungen (siehe Kapitel 2.5.2 ‚Wertorientierungen und Überzeugungssysteme‘, Filipp & Aymanns, 2010) in der Erhöhung des Werts der Gesundheit gegenüber dem Wert des Geldes (siehe Kapitel 6.1.2.1.3 ‚Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis‘, Interview 199) oder der Wertschätzung der eigenen Gesundheit (siehe Kapitel 6.1.2.9.1 ‚Unfall/Selbst‘, Interview 212) gesehen werden.

Allerdings kann auch jenes Interview, in dem davon berichtet wird, das negative Life- auch nach Jahrzehnten noch mit sich zu schleppen, als Erschütterung der grundlegenden Überzeugungen zur eigenen Person (Filipp & Aymanns, 2010) gesehen werden, da bei diesen das Selbst der Person in Frage gestellt wurde und zu einer langfristigen Beeinflussung des Selbstwerts führte. In Interview 157 (siehe Kapitel 6.1.2.11.1 ‚Weggegeben/Selbst‘) stellt diese Erschütterung die Erkenntnis, dass die

Eltern, die einen bisher aufgezogen haben, nicht die leiblichen Eltern sind sondern diesen die Person als Säugling weggegeben haben, dar.

Viele der berichteten Auswirkungen entsprechen jenen, die als Beispiele für persönliches Wachstum verstanden werden können und somit als positive Folgen eines negativen Life-Events interpretiert werden können (siehe Kapitel 2.5.3 ‚Persönliches Wachstum‘, Filipp & Aymanns, 2010).

Ein Beispiel hierfür stellt die Erhöhung der Stärke der Person dar, die in den folgenden Textausschnitten vermittelt wird:

„was einem nicht umbringt macht einem nur noch stärker“ (Interview 55, Z. 162-163)

„Nur so kann man wieder aufstehen“ (Interview 132, Z. 70-71)

Auch wurde von größerer Intimität in Form einer verbesserten, zusammengeschweißten Partnerschaft (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 76) und einer Veränderung der Sicht auf das Leben in Form einer Änderung des Blickwinkels (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 52) oder einer Veränderung der Sichtweise (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie, Interview 112) aufgrund des negativen Life-Events berichtet.

Weiters wurde in einem Fall von einer spirituellen Auseinandersetzung (siehe 6.1.2.8.1 ‚Kritische Operation/Selbst‘, Interview 51) berichtet, was ebenfalls Teil des persönlichen Wachstums ist (Filipp & Aymanns, 2010).

Ein weiterer Teil der Auswirkungen negativer Life-Events bildet die Beeinflussung des subjektiven Wohlbefindens. Diese wurde in der vorliegenden Arbeit auch quantitativ mittels zwei Einzelitems (Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit) erhoben und die Ergebnisse der drei Stichprobengruppen (Stichprobe der Hauptstudie, Stichprobe A, Stichprobe B) miteinander verglichen, wobei hier kein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen festgestellt werden konnte.

Somit deutet die quantitative Analyse auf keine Auswirkungen der negativen Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden hin.

Ein anderes Bild ergibt die qualitative Inhaltsanalyse der Interviews, in denen beispielsweise von einer erhöhten Lebensqualität in Folge der eigenen Krankheit (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 10) berichtet wird. Wie in Kapitel 1.1.2 ‚Subjektives Wohlbefinden‘ beschrieben, stellt das subjektive Wohlbefinden einen Teilbereich der Lebensqualität dar und somit führt eine Verbesserung der Lebensqualität auch zu einer Verbesserung des subjektiven Wohlbefindens. Jedoch ist nicht bekannt, was die interviewte Person unter Lebensqualität versteht oder ob ihr dieser Zusammenhang zwischen Lebensqualität und subjektivem Wohlbefinden bewusst oder bekannt ist.

Des Weiteren ist eine indirekte Beeinflussung über die Faktoren, die auf das subjektive Wohlbefinden Einfluss nehmen, möglich. Beispiele für diese Faktoren sind soziale Beziehungen und die Ehe (siehe Kapitel 1.3 ‚Einflussfaktoren‘), wobei hier lediglich die partnerschaftlichen Beziehungen (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 76) oder Beziehungen innerhalb der Familie (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 108) als verbessert angegeben wurden. Die Veränderung freundschaftlicher Verhältnisse fand in den Interviews keine Erwähnung. Dies widerspricht der Annahme, dass mit einem negativen Life-Event auch vermehrte Konflikte innerhalb der Partnerschaft auftreten (Grob, 1995).

Die Auswirkungen negativer Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden sind also möglicherweise indirekter Natur.

Als eine weitere Auswirkung wurde genannt, nun mehr Zeit für sich zu haben (siehe Kapitel 6.1.2.1.1 ‚Krankheit/Selbst‘, Interview 10) oder sie für sich selbst und seine Partnerschaft zu nehmen (siehe Kapitel 6.1.2.2.3 ‚Tod/Freundes- oder Bekanntenkreis‘, Interview 116). Diese Folge fand jedoch bislang in der Literatur keine Beachtung und gilt nicht als Einflussfaktor des subjektiven Wohlbefindens.

Ein weiterer Aspekt der Auswirkungen negativer Life-Events stellt die Dauer dieser dar. Hierbei gehen die Ergebnisse in der herangezogenen Literatur weit auseinander. Nach Biswas-Diener et al. (2004) erholt sich das subjektive Wohlbefinden nach nur zwei Monaten von dem negativen Life-Event und Suh et al. (1996) gehen davon aus, dass Auswirkungen solcher Erlebnisse durchschnittlich nach drei bis sechs Monaten

verschwunden sind. Diese berichten also von kurzfristigen Auswirkungen der negativen Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden.

Auch das in Kapitel 2.3.3 ‚Dynamisches Gleichgewichtsmodell‘ vorgestellte Modell geht von kurzfristigen Auswirkungen aus (Headey & Wearing, 1989), jedoch erweitert die Revision (Gomez et al., 2009) diese Annahme dahingehend, dass Personen mit hohen Werten in Extraversion und Neurotizismus auch von dauerhaften Auswirkungen berichten. Inwiefern diese Annahme zutrifft, kann in dieser Arbeit nicht überprüft werden, da keine Persönlichkeitsmerkmale erhoben wurden.

Die in dieser Arbeit berichteten Auswirkungen wiesen eine unterschiedliche Dauer auf, die von einer sehr kurzen Zeitspanne bis hin zu einer jahrzehntelangen andauernden Auswirkung reichten. So beschreibt die Aussage, das negative Life-Event sei zwar traurig gewesen, hätte jedoch die Person jedoch nicht aus den Socken gerissen, eine kurzfristige Auswirkungen (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 208), während in Interview 157 berichtet wird, das Erlebnis über 60 Jahre lang mitgeschleppt zu haben (siehe Kapitel 6.1.2.11.1 ‚Weggegeben/Selbst‘) und die Folgen somit sehr langfristig sind.

Auch wird eine Zeitspanne von mindestens fünf Jahren für die Dauer der Belastung angegeben (siehe Kapitel 6.1.2.12.4 ‚Interview 128‘). Die Ergebnisse der Literatur konnten somit nicht bestätigt werden.

Einen anderen Ansatz vertritt Lucas (2007), hier wird zwischen den verschiedenen negativen Life-Events unterschieden.

Das negative Life-Event einer Scheidung wurde im Interview 206 (siehe Kapitel 6.1.2.5.1 ‚Trennung/Selbst‘) kurzfristig als sehr schlimm empfunden, führte jedoch längerfristig zu einer Erweiterung des Horizonts, was als Bestätigung für die Annahme von Luhmann et al. (2012) gesehen werden kann, die von einem vorübergehenden Absinken und anschließendem Ansteigen des subjektiven Wohlbefindens ausgeht. Ein vergleichbares Ergebnis bringt die Betrachtung des Erlebens von Arbeitslosigkeit. Auch hier wurde zunächst von einem Fall in ein tiefes Loch, also negativen Auswirkungen, berichtet, die jedoch nach einer gewissen Zeit zu positiven Folgen führten, da die interviewte Person sich nun ihrer Stärken bewusst ist und sehr froh über ihre

berufliche Umorientierung scheint (siehe Kapitel 6.1.2.10.1 ‚Arbeitslosigkeit/Selbst‘, Interview 132), was erneut mit den Ergebnissen von Luhmann et al. (2012) übereinstimmt.

Abschließend werden die Auswirkungen eines Todesfalls auf das subjektive Wohlbefinden näher betrachtet.

Während in den Interviews sehr unterschiedliche Angaben zu der Dauer der Auswirkungen gemacht wurden, die von keinen weiteren Auswirkungen (siehe Kapitel 6.1.2.2.2 ‚Tod/Verwandtschaft‘, Interview 15) bis hin zur langfristigen und andauernden Beeinflussung (siehe Kapitel 6.1.2.2.1 ‚Tod/Familie‘, Interview 100 oder Kapitel 6.1.2.2.2 ‚Tod/Verwandtschaft‘, Interview 96), wird in der Literatur von negativen Folgen ausgegangen, die sich über Jahre erstrecken können (Luhmann et al., 2012; Lucas, 2007).

Die unterschiedlichen Arten negativer Life-Events, die im Kategoriensystem beschrieben werden, differenzieren sich auch hinsichtlich ihrer weiteren Auswirkungen, abseits von jenen auf das subjektive Wohlbefinden.

So wird beispielsweise nur in den Kategorien ‚Tod‘ und ‚Krankheit‘ (siehe Kapitel 6.1.2.1 ‚Krankheit‘ und 6.1.2.2 ‚Tod‘) davon berichtet, schlagartig erwachsen werden zu müssen und die Folge, das negative Life-Event lange nicht verkraftet zu haben, wird nahezu ausschließlich im Zusammenhang mit einem Todesfall (siehe Kapitel 6.1.2.2 ‚Tod‘) berichtet. Diese Beobachtung kann durch die quantitative Auswertung bestätigt werden, in der ein signifikanter Unterschied zwischen den Arten negativer Life-Events in Bezug auf die berichteten Auswirkungen festgestellt wurde.

Somit scheint der Ansatz von Lucas (2007) vielversprechend zu sein.

Ein weiterer Aspekt stellt das Zusammenwirken von mehreren negativen Life-Events dar. Die Kumulation dieser kann zu größeren Auswirkungen (Gomez et al., 2009) und zu tieferen Wohlbefindenswerten führen (Grob, 1995). Die Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit anhand der Einzelitems in den Sonderfällen (siehe Kapitel 6.1.2.12 ‚Analyse der Sonderfälle‘) fällt mit Bewertungen von eins bis drei durchwegs positiv aus, es kann keine niedrige Bewertung des Wohlbefindens festgestellt werden.

Dennoch kann gesagt werden, dass die Häufung von negativen Life-Events zu verstärkten Auswirkungen führen kann. So wird in Kapitel 6.1.2.12.4 ‚Interview 128‘ davon berichtet, wie viele Todesfälle zusammenkamen und die Person irgendwann einmal nicht mehr könne und weitere Verluste nicht mehr zulassen konnte. Dennoch bewertet sie sowohl ihr Glück als auch ihre Zufriedenheit mit zwei.

Hier stellt sich jedoch die Frage, inwieweit die Bewertungen des Glücks und der Zufriedenheit der Person als tatsächlich angesehen werden können, da die Beschreibung der Auswirkungen (*„Aber wenn so viel hintereinander kommt, irgendwann einmal, weiß ich nicht, kann man nicht mehr“* (Interview 128, Z. 355-356)) sich nicht in der positiven Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit widerspiegelt. Die Frau meint weiters, nun das Schöne mehr zu sehen und zu wissen, was im Leben wichtig ist.

Es besteht die Möglichkeit, dass diese letztgenannten positiven Auswirkungen lediglich das Ergebnis einer Copingstrategie sind, die auf mögliche positive Aspekte fokussiert und zur Bewältigung dieser zahlreichen Verluste unbewusst angewandt wurde. Jedoch ist nicht auszuschließen, dass die Person ihre Situation tatsächlich so wahrnimmt, wie sie es im Interview wiedergegeben hat.

Lucas (2007) meint hierzu, dass jene Personen, die ein negatives Erlebnis hatten, dazu neigen, den Einfluss dieses Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden aus unterschiedlichen Gründen zu hoch oder zu niedrig einzuschätzen. Diese Gefahr bestand auch bei der vorliegenden Arbeit und so kann nicht ausgeschlossen werden, dass die Bewertungen des Glücks und der Zufriedenheit aufgrund der sozialen Anpassung bzw. der Meinung der Interviewten, ihr Erlebnis hätte die berichteten Auswirkungen haben sollen, verfälscht sind und daher kein Unterschied zwischen den Stichproben festgestellt werden konnte.

7.2 Beantwortung der Fragestellung

Die in den vorigen Kapiteln dargestellten quantitativen und qualitativen Ergebnisse werden nun zur Beantwortung der Forschungsfragen zusammenfassend herangezogen.

- Welche Arten negativer Life-Events werden berichtet?

Die qualitative Inhaltsanalyse ergab elf Kategorien negativer Life-Events, wobei bei zwei Kategorien mehrere unterschiedliche Betroffenheiten die Subkategorien bilden. Es wurden folgende negativen Life-Events berichtet:

- Krankheit (Betroffenheit Selbst, Familie und Freundes- oder Bekanntenkreis)
- Tod (Betroffenheit Familie, Verwandtschaft und Freundes- oder Bekanntenkreis)
- Nahtoderlebnis (Betroffenheit Selbst)
- Suizid (Betroffenheit Familie)
- Trennung (Betroffenheit Selbst)
- Sexueller Missbrauch (Betroffenheit Selbst)
- Flucht oder Kriegserlebnisse (Betroffenheit Selbst)
- Kritische Operation (Betroffenheit Selbst)
- Unfall (Betroffenheit Selbst)
- Arbeitslosigkeit (Betroffenheit Selbst)
- Weggegeben (Betroffenheit Selbst)

- Welche Auswirkungen negativer Life-Events werden berichtet?

Lediglich zu 71 der 457 negativen Life-Events, die in den Interviews Erwähnung fanden, wurden Auswirkungen berichtet. Diese erwiesen sich als sehr vielfältig und wurden in folgende neun Kategorien zusammengefasst:

- Erwachsen werden
- Familie wichtiger, Beziehungen besser
- Gesundheit wichtiger

- Gelassener und zufriedener
 - Lange nicht verkraftet
 - Leben schätzen, nutzen und genießen
 - Nie vergessen, hadern, verdrängen
 - Veränderung des Denkens, Selbsterkenntnis
 - Keine oder kurzfristige Änderungen
- Werden Auswirkungen negativer Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden berichtet?

Es wurde in einem Fall von konkret von einer verbesserten Lebensqualität gesprochen, zu der auch das subjektive Wohlbefinden zählt. Davon abgesehen scheinen die Auswirkungen der negativen Life-Events auf das subjektive Wohlbefinden eher indirekter Natur zu sein und über die Veränderung der Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens zu wirken.

- Bestehen Unterschiede in den Auswirkungen zwischen den verschiedenen Arten von negativen Life-Events?

Sowohl die qualitative wie auch die quantitative Auswertung ergaben (signifikante) Unterschiede zwischen den unterschiedlichen Kategorien negativer Life-Events in den berichteten Auswirkungen. Bestimmte negative Life-Events haben somit bestimmte Auswirkungen zur Folge und unterscheiden sich darin von anderen negativen Erlebnissen.

- Wie lange dauern die Auswirkungen negativer Life-Events an?

Die Dauer der Auswirkungen war sehr unterschiedlich und reichte von sehr kurzen bzw. keinen Auswirkungen bis hin zu einer jahrzehntelangen Belastung durch das negative Life-Event.

- Bestehen Unterschiede im angegebenen Glück und Zufriedenheit zwischen jenen Personen, die Auswirkungen negativer Life-Events berichten, jenen Personen, die negative Life-Events erwähnen und der Stichprobe der Hauptstudie?

Die quantitative Auswertung der Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit anhand der beiden Einzelitems konnte keinen signifikanten Unterschied zwischen der Stichprobe der Hauptstudie, der Stichprobe A (negatives Life-Event berichtet) und der Stichprobe B (Auswirkungen negativer Life-Events berichtet) feststellen.

- Sind die Ergebnisse der qualitativen und der quantitativen Analyse vergleichbar?

Die Ergebnisse der verschiedenen Auswertungsmethoden waren lediglich im Vergleich der negativen Life-Events in ihren Auswirkungen vergleichbar. In den weiteren quantitativen Auswertungen konnten keine signifikanten Ergebnisse erzielt werden, die qualitative Analyse zeichnet hier ein differenziertes Bild. So sind beispielsweise über die Bewertung des Glücks und der Zufriedenheit und die quantitative Auswertung dieser keine direkten Auswirkungen auf das subjektive Wohlbefinden beobachtbar. Hingegen ergab die qualitative Analyse, dass vielfältige Auswirkungen auf Bereiche berichtet werden, die als Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens gelten und auch eine Verbesserung der Lebensqualität wird angeführt.

- Besteht ein Geschlechtsunterschied im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?
- Besteht ein Bildungsunterschied im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?
- Besteht ein Unterschied im Familienstand im Berichten von Auswirkungen negativer Life-Events?

Die drei abschließenden Forschungsfragen werden gemeinsam beantwortet. Jene Personen, die von Auswirkungen ihrer negativen Life-Events berichteten unterscheiden sich hinsichtlich des Geschlechts, des Bildungsstandes oder des Familienstandes nicht von jenen Personen, die ein negatives Life-Event berichteten. Diese Personenvariablen haben also keinen Einfluss darauf, ob Auswirkungen zu negativen Life-Events berichtet werden.

7.3 Vor- und Nachteile der angewandten Methoden

Abschließend werden die Vor- und Nachteile, die sich durch die Erhebungsmethoden und die Auswertungsverfahren ergaben, zusammengefasst.

Ein Problem stellte das Design des Interviews dar. Aufgrund der narrativen Interviewkonstruktion und der Tatsache, dass den Personen freigestellt war, wie viel und was sie von sich und ihrem Leben erzählten, fanden die negativen Erlebnisse und die Auswirkungen nur selten Erwähnung. Zudem besteht die Gefahr der Verfälschung des Berichts durch die soziale Erwünschtheit oder durch die soziale Anpasstheit. In der Art des Interviewleitfadens könnte auch ein Grund dafür liegen, dass nur zu 71 von 457 negativen Life-Events eine Auswirkung berichtet wurde.

Allerdings besteht auch die Möglichkeit, dass durch den narrativen Charakter keine Antworten zu Auswirkungen suggeriert wurden und das qualitative Interview ermöglichte einen tiefen und unvoreingenommenen Einblick, auch wenn dieser nur von wenigen Personen gewährt wurde.

Jedoch ist anzunehmen, dass viel an Information über das negative Life-Event und dessen Auswirkungen verloren ging, da die Interviewten häufig nicht näher auf ihr Erlebnis eingingen und sich aufgrund der fehlenden Nachfragen auch nicht dazu ermuntert oder gar gezwungen sahen. Um dieses Problem zu vermeiden wäre möglicherweise ein angepasster und standardisierter Interviewleitfaden, der konkrete Fragen zu der Beschaffenheit des negativen Life-Events und dessen Auswirkungen beinhaltet, eher geeignet gewesen.

Bei der Erhebung der negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen erwies sich die induktive Vorgehensweise als geeignet, da so auch jene Erlebnisse erfasst wurden, die aufgrund ihrer geringen Häufigkeit nicht in Ereignislisten aufscheinen und die Auswirkungen unvoreingenommen erfasst werden konnten. Die daraus gewonnenen Daten in Form des Kategoriensystems stellte nicht nur das Ergebnis der zusammenfassenden qualitativen Inhaltsanalyse dar sondern eignete sich auch zur

quantitativen Auswertung. Diese Erhebungs- und Auswertungsmethode gestaltet sich allerdings als langwierig und aufwändig.

Möglicherweise wäre eine zusätzliche Abfrage der Auswirkungen negativer Life-Events mittels eines Fragebogens hilfreich gewesen.

Bei der Erhebung des Glücks und der Zufriedenheit mittels Einzelitems sind die in Kapitel 1.4.1.2 ‚Single-Item-Verfahren‘ angeführten Kritikpunkte gültig und die Interpretation der Auswertungen dieser unterliegt somit den dort angeführten Einschränkungen.

Für zukünftige Studien wären ein angepasster Fragebogen zur Erhebung der negativen Life-Events und deren Auswirkungen mit einer offenen Antwortkategorie, um keine Erlebnisse oder Folgen auszuschließen, in Verbindung mit einem qualitativen Interview denkbar.

Auch wäre ein Vergleich des subjektiven Wohlbefindens vor und nach dem negativen Life-Event interessant. Da jedoch ein längsschnittliches Studiendesign nur sehr aufwändig umsetzbar ist, würde sich die Frage, wie das Glück und die Zufriedenheit vor dem Erlebnis und nach dem Erlebnis war bzw. ist, anbieten.

Zudem könnte man überlegen, durch eine Vorauswahl der Stichprobe mehr Personen zu finden, die ein seltenes negatives Life-Event berichten und damit die Auswirkungen dieser Erlebnisse weiter auszuführen.

Abschließend lässt sich sagen, dass die Kombination der qualitativen und quantitativen Erhebungs- und Auswertungsverfahren zur Erfassung der negativen Life-Events und ihrer Auswirkungen vielversprechend ist und für weitere Studien interessant.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: <i>Der Vier-Faktoren-Ansatz des subjektiven Wohlbefindens (Mayring, 1991, S. 74)</i>	18
Abbildung 2: <i>Allgemeines inhaltsanalytisches Ablaufmodell (Mayring, 2010, S. 60)</i>	58

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: <i>Gegenüberstellung quantitativer und qualitativer Forschung (Bortz & Döring, 2006, S. 299)</i>	44
Tabelle 2: <i>Geschlechterverteilung - Stichprobe A</i>	51
Tabelle 3: <i>Verteilung der Altersgruppen - Stichprobe A</i>	52
Tabelle 4: <i>Verteilung der Altersgruppen aufgeteilt nach Geschlecht - Stichprobe A</i>	52
Tabelle 5: <i>Verteilung des Familienstands - Stichprobe A</i>	52
Tabelle 6: <i>Höchste abgeschlossene Ausbildung - Stichprobe A</i>	53
Tabelle 7: <i>Verteilung Glück - Stichprobe A</i>	53
Tabelle 8: <i>Verteilung Zufriedenheit - Stichprobe A</i>	54
Tabelle 9: <i>Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit - Stichprobe A</i>	54
Tabelle 10: <i>Geschlechterverteilung - Stichprobe B</i>	55
Tabelle 11: <i>Verteilung der Altersgruppen - Stichprobe B</i>	55
Tabelle 12: <i>Verteilung der Altersgruppen aufgeteilt nach Geschlecht - Stichprobe B</i> ...	55
Tabelle 13: <i>Familienstand - Stichprobe B</i>	56
Tabelle 14: <i>Höchste abgeschlossene Ausbildung - Stichprobe B</i>	56
Tabelle 15: <i>Verteilung Glück - Stichprobe B</i>	56
Tabelle 16: <i>Verteilung Zufriedenheit - Stichprobe B</i>	57
Tabelle 17: <i>Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit - Stichprobe B</i>	57

Tabelle 18: Übersicht über die Auswirkungen negativer Life-Events	108
Tabelle 19: Häufigkeiten von unterschiedlichen negativen Life-Events - Stichprobe B ohne Auswirkungen	110
Tabelle 20: Anzahl der Jahre, die seit dem negativen Life-Event vergangen sind – Stichprobe B ohne Auswirkungen	111
Tabelle 21: Verteilung der Häufigkeiten der Betroffenheit vom negativen Life-Event - Stichprobe B ohne Auswirkungen	111
Tabelle 22: Häufigkeiten von unterschiedlichen negativen Life-Events - Stichprobe B mit Auswirkungen	112
Tabelle 23: Anzahl der Jahre, die seit dem negativen Life-Event vergangen sind – Stichprobe B mit Auswirkungen.....	113
Tabelle 24: Verteilung der Häufigkeiten der Betroffenheit vom negativen Life-Event - Stichprobe B mit Auswirkungen.....	113
Tabelle 25: Mittelwerte von Glück und Zufriedenheit in allen Stichproben	114
Tabelle 26: Testung auf Normalverteilung in allen Stichproben	114
Tabelle 27: Kruskal-Wallis-Test zum Vergleich der Stichproben	114
Tabelle 28: Bereinigte Stichprobe B.....	115
Tabelle 29: Art der negativen Life-Events ohne Betroffenheit - Stichprobe B	116
Tabelle 30: Kontingenztafel des Glücks und der negativen Life-Events	116
Tabelle 31: Kontingenztafel der Zufriedenheit und der negativen Life-Events	117
Tabelle 32: Zusammengefasste negative Life-Events	117
Tabelle 33: Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und des Glücks.....	118
Tabelle 34: Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der Zufriedenheit.....	118
Tabelle 35: Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und des zusammengefassten Glücks sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke .	119

Tabelle 36: <i>Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der zusammengefassten Zufriedenheit sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke.....</i>	119
Tabelle 37: <i>Kontingenztafel der negativen Life-Events und der Art der Auswirkungen</i>	120
Tabelle 38: <i>Kontingenztafel der zusammengefassten negativen Life-Events und der Auswirkungen sowie der Exakte Test nach Fisher und die Effektstärke.....</i>	121
Tabelle 39: <i>Kontingenztafel des Geschlechts und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke.....</i>	122
Tabelle 40: <i>Kontingenztafel des Ausbildungsstands und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke.....</i>	122
Tabelle 41: <i>Kontingenztafel des Familienstands und des Berichts von Auswirkungen sowie exakter Test nach Fisher und die Effektstärke.....</i>	123

Literaturverzeichnis

- Aldwin, C. M. & Revenson, T. A. (1987). Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (2), 337–348.
- Armstrong, A. R., Galligan, R. F. & Critchley, C. R. (2011). Emotional intelligence and psychological resilience to negative life events. *Personality and Individual Differences*, 51 (3), 331–336.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. & Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133 (2), 18–25.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, Trauma, and Human Resilience: Have We Underestimated the Human Capacity to Thrive After Extremely Aversive Events? *American Psychologist*, 59 (1), 20–28.
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation. Für Human- und Sozialwissenschaftler* (Springer-Lehrbuch Bachelor, Master4., überarb. Aufl.). Heidelberg: Springer-Medizin-Verl.
- Bouman, Y. H., Ruiter, C. de & Schene, A. H. (2009). Recent life events and subjective well-being of personality disordered forensic outpatients. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32 (6), 348–354.
- Brickman, P., Coates, D. & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery Winners and Accident Victims: Is Happiness Relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 (8), 917–927.
- Bucher, A. A. (2009). *Psychologie des Glücks*. Weinheim: Beltz.
- Chang, E. C., Sanna, L. J., Hirsch, J. K. & Jeglic, E. L. (2010). Loneliness and negative life events as predictors of hopelessness and suicidal behaviors in hispanics: evidence for a diathesis-stress model. *J. Clin. Psychol.*, 66 (12), 1242–1253.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction. *J Happiness Stud*, 9 (1), 1–11.

- Diener, E. & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39 (4), 391–406.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542–575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55 (1), 34–43.
- Diener, E., Lucas, R. E. & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill. Revising the Adaption Theory of Well-Being. *American Psychologist*, 61 (4), 305–314.
- Diener, E., Sapyta, J. J. & Suh, E. M. (1998). Subjective Well-Being Is Essentiell to Well-Being. *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 9 (1), 33–37.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276–302.
- Diener, E., Tay, L. & Oishi, S. (2013). Rising Income and the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104 (2), 267–276.
- Drake, K. E., Sheffield, D. & Shingler, D. (2011). The relationship between adult romantic attachment anxiety, negative life events, and compliance. *Personality and Individual Differences*, 50 (5), 742–746.
- Filipp, S.-H. & Aymanns, P. (2010). Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens. *Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen*.
- Filipp, S.-H. & Klauer, T. (1991). Subjective well-being in the face of critical life events: the case of successful copers. In F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz & M. M.-h. Wong (Hrsg.), *Subjective well-being. An interdisciplinary perspective* (International series in experimental social psychology, vol. 21, 1st ed, S. 213–234). Oxford, New York: Pergamon Press.
- Filipp, S.-H. (1981). *Kritische Lebensereignisse*. München [u.a.]: Urban & Schwarzenberg.

- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359 (1449), 1367–1377.
- Fröhlich, W. D. (2008). *Wörterbuch Psychologie* (26., überarb. und erw. Aufl). München: Dt. Taschenbuch-Verlag.
- Gomez, V., Krings, F., Bangerter, A. & Grob, A. (2009). The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *Journal of Research in Personality*, 43 (3), 345–354.
- Grob, A. (1995). Subjective Well-Being and Significant Life-Events across the Life Span. *Swiss Journal of Psychology*, 54 (1), 3–18.
- Headey, B. & Wearing, A. (1989). Personality, Life Events, and Subjective Well-Being: Toward a Dynamic Equilibrium Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (4), 731–739.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. & Ryff, C. D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007–1022.
- Kolarik, B. (2010). Die Bedeutung der Erziehung und kritischer Lebensereignisse für den Sinn des Lebens. *Research on Steiner Education*, 1 (2), 117–138.
- Leist, A. K., Ferring, D. & Filipp, S.-H. (2010). Remembering Positive and Negative Life Events. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 23 (3), 137–147.
- Lucas, R. E. (2007). Adaptation and the Set-Point Model of Subjective Well-Being: Does Happiness Change After Major Life Events? *Current Directions in Psychol Sci*, 16 (2), 75–79.
- Luhmann, M. & Eid, M. (2009). Does it really feel the same? Changes in life satisfaction following repeated life events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97 (2), 363–381.

- Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M. & Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102 (3), 592–615.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. S. (1999). A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. *Social Indicators Research*, 46, 137–155.
- Lyubomirsky, S., King, L. & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803–855.
- Mayring, P. (1991). *Psychologie des Glücks*. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Mayring, P. (2002). *Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (Beltz Studium5., neu ausgestattete Aufl). Weinheim: Beltz.
- Mayring, P. (2010). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (11., aktual., überarb. Aufl). Weinheim: Beltz.
- Österreichisches Institut für Familienforschung an der Universität Wien (Hrsg.). (2011). *Gewalt in der Familie und im nahen sozialen Umfeld. Österreichische Prävalenzstudie zur Gewalt an Frauen und Männern*. Wien. Zugriff am 30.11.2013. Verfügbar unter http://www.bmwfj.gv.at/Familie/Gewalt/Documents/Gewaltpraevalenz_final.pdf
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S. & Stross, B. (2012a). *About validity of subjective survey responses: Description of a methodological pilot study*. Unveröffentlichte Studie, MODUL Private University Vienna.
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S. & Stross, B. (2012b). *Living conditions, quality of life, and subjective well-being in regions: A methodological pilot study with explorative interviewing and quantitative measurement*. Projektbericht, MODUL Private University Vienna.
- Raibley, J. R. (2012). Happiness is not Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 13, 1105–1129.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069–1081.

- Seidlitz, L. & Diener, E. (1993). Memory for Positive Versus Negative Life Events: Theories for the Differences Between Happy and Unhappy Persons. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (4), 654–664.
- Seligman, M. E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5–14.
- Specht, J., Egloff, B. & Schmukle, S. C. (2011). Stability and change of personality across the life course: The impact of age and major life events on mean-level and rank-order stability of the Big Five. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101 (4), 862–882.
- Suh, E., Diener, E. & Fujita, F. (1996). Events and Subjective Well-Being: Only Recent Events Matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (5), 1091–1102.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67 (4), 294–306.
- Wortman, C. B. & Silver, R. C. (1989). The Myths of Coping With Loss. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57 (3), 349–357.

Anhänge

Anhang A – Interviewleitfaden

Interview Guidelines

Thema der Befragung sind die Lebensbedingungen oder die Umstände, mit denen Sie leben, und inwiefern diese sich auf Ihre Befindlichkeit auswirken. Ich möchte Sie nochmals darauf hinweisen, dass Sie uns nichts erzählen müssen, was Sie nicht möchten. Es gibt auch keine richtigen oder falschen Antworten, wir sind daran interessiert, wie Sie persönlich die Dinge wahrnehmen. Alle Antworten werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Ich möchte Sie bitten, mir zu erzählen, wie Ihr Leben verlaufen ist. Am besten beginnen Sie, mit ihrer Kindheit, und erzählen dann nach und nach, was sich so zugetragen hat, bis heute. Sie können sich dafür ruhig Zeit nehmen, wobei ich Sie bitten würde, mir die guten und schlechten Zeiten in Ihrem Leben zu beschreiben.

Nachfragen

1. Beeinflussen Sie gewisse Erlebnisse noch immer?
2. Bitte erzählen Sie mir, was Ihnen besonders wichtig in Ihrem Leben in Bezug auf Ihr Wohlbefinden ist.
 - Woraus beziehen Sie Kraft?
3. Worauf legen Sie in Ihrem Leben keinen Wert mehr, was Ihnen früher wichtig war? Worauf legen Sie jetzt mehr Wert, was Ihnen früher unwichtig war?
4. Gibt es Gefühle oder Gedanken, die Sie schon Ihr Leben lang begleiten, bzw. immer wieder kommen? Können Sie diese bitte beschreiben?
5. Was beeinflusst derzeit Ihre Stimmung?
 - Gibt es dafür einen speziellen Auslöser, oder entspricht dies Ihrer Grundstimmung?
6. Welche Ziele haben Sie schon erreicht und welche Wünsche sind noch unerfüllt? Was tun Sie um diese zu erreichen?
7. Haben Sie das Gefühl, dass man Ihnen ausreichend Anerkennung entgegenbringt?
8. Was gibt Ihrem Leben einen Sinn? Was empfinden Sie als den Sinn Ihres Lebens?
9. Wie fühlen Sie sich wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen?
 - Mit wem vergleichen Sie sich und warum?

10. Mit welchen Belastungen und Herausforderungen werden Sie konfrontiert? Wie gehen Sie mit diesen um?
11. Gibt es Einschränkungen in Ihrem Leben?
12. Übernehmen Sie Verantwortung für andere Menschen? In welcher Form und wie wirkt sich das auf Sie aus?
13. Könnten Sie mir erzählen, inwieweit für Sie Zufriedenheit mit Geld und Besitz zusammenhängt?
14. Welchen Ratschlag würden Sie Ihrem Kind bzw. einem guten Freund geben – wie und wo das Glück zu finden ist?
15. Inwiefern hängt Ihr Wohlbefinden mit dem Ort zusammen in dem Sie leben?
16. Was müsste sich in Ihrer Umgebung oder Ihren Lebensbedingungen ändern, um sich wohler zu fühlen?
 - Wie könnte die Gemeinde und Politiker in Österreich darauf Einfluss nehmen?
17. Was können Sie Sinnvolles dazu beitragen um die Umgebung/Region zu verbessern?

Schlussfrage

18. Gibt es Dinge, die Ihr Wohlbefinden beeinflussen, die noch nicht angesprochen wurden?

Anhang B – Demographischer Fragebogen

Allgemeine Informationen zu Ihrer Person:	
Geschlecht: ☐ männlich ☐ weiblich	Alter: _____ Jahre
Wie zufrieden sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?	
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	sehr zufrieden sehr unzufrieden
Wie glücklich sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?	
☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐	sehr glücklich sehr unglücklich
Nationalität:	
☐ Österreich	☐ sonstige: _____
Hinweis: Bitte nur Personen mit anderer Nationalität beziehungsweise Migrationshintergrund:	
Wie lange wohnen Sie schon in Österreich? _____ Jahre	
Welche Sprache wird bei Ihnen Zuhause gesprochen? _____	
Familienstand:	
☐ ledig ☐ Lebensgemeinschaft ☐ verheiratet ☐ geschieden ☐ verwitwet	
☐ sonstiges: _____	
Wie viele Personen wohnen in Ihrem Haushalt? _____ Anzahl	
Haben Sie (leibliche oder adoptierte) Kinder?	☐ nein ☐ ja _____ Anzahl und Alter
Haben Sie Pflegekinder?	☐ nein ☐ ja _____ Anzahl und Alter
Leben Kinder in Ihrem Haushalt?	☐ nein ☐ ja _____ Anzahl und Alter
Abgeschlossene Ausbildungen:	
☐ keine ☐ Gymnasium (Matura)	
☐ Pflichtschule ☐ Berufsreifeprüfung/Studienberechtigungsprüfung	
☐ Lehrabschluss ☐ Mag.	
☐ Berufsbildende Schule (HAK, HBLA, HTL, etc.) ☐ BA	
☐ ☐ mittlere ☐ höhere ☐ MA	
☐ Meisterprüfung/WerkmeisterIn ☐ Dr./PhD	
☐ sonstige Ausbildung(en): _____	
Welche Fachrichtung(en) haben Ihre abgeschlossenen Ausbildung(en)? _____	
Religionsbekenntnis: _____ ☐ ausübend	
☐ ohne Bekenntnis	
☐ möchte ich nicht angeben	
Welchen Beruf üben Sie aus? _____	
Berufliche Situation:	
☐ unselbständig ☐ Präsenz-/ZivildienerrIn	
☐ selbständig ☐ Hausfrau/Hausmann, Betreuungsaufgaben	
☐ teils selbständig/teils unselbständig ☐ kareziert	
☐ SchülerIn ☐ pensioniert	
☐ StudentIn ☐ arbeitssuchend	
☐ sonstiges: _____	
Einkommen: € _____ (monatlich/Netto) ☐ möchte ich nicht angeben	
Bitte geben Sie an, welche Besitztümer Sie besitzen, und die Anzahl:	
☐ Auto _____ ☐ Eigentumswohnung _____ ☐ (leeres) Grundstück _____ ☐ Haus _____	
☐ sonstiges: _____	

Anhang C – Stichprobe A

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
1	männlich	79
2	weiblich	50
3	weiblich	69
4	weiblich	58
5	männlich	63
6	weiblich	53
7	weiblich	84
8	weiblich	48
9	weiblich	65
10	weiblich	47
11	männlich	26
12	weiblich	26
13	weiblich	32
14	männlich	69
15	weiblich	21
16	weiblich	70
17	weiblich	57
18	weiblich	21
19	weiblich	53
20	weiblich	28
21	weiblich	42
22	weiblich	21
23	weiblich	54
24	weiblich	43
25	weiblich	45
26	weiblich	50
27	weiblich	75
28	weiblich	31
29	weiblich	42
30	weiblich	49
31	männlich	82
32	weiblich	59
33	männlich	60
34	weiblich	60
35	männlich	35
36	weiblich	77
37	männlich	69
38	weiblich	84
39	weiblich	57
40	weiblich	24
41	männlich	25

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
42	männlich	21
43	weiblich	24
44	weiblich	59
45	weiblich	45
46	weiblich	36
47	weiblich	30
48	weiblich	46
49	weiblich	80
50	männlich	84
51	weiblich	28
52	weiblich	68
53	weiblich	25
54	weiblich	56
55	weiblich	24
56	weiblich	18
57	weiblich	21
58	männlich	71
59	männlich	20
60	weiblich	47
61	männlich	49
62	weiblich	83
63	weiblich	16
64	weiblich	44
65	weiblich	39
66	männlich	49
67	weiblich	78
68	männlich	83
69	weiblich	15
70	weiblich	43
71	weiblich	45
72	männlich	53
73	weiblich	29
74	männlich	21
75	männlich	65
76	weiblich	41
77	weiblich	40
78	weiblich	20
79	weiblich	76
80	weiblich	73
81	weiblich	62
82	männlich	57

Anhang C – Stichprobe A Fortsetzung

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
83	weiblich	40
84	weiblich	63
85	weiblich	40
86	weiblich	64
87	weiblich	64
88	männlich	68
89	weiblich	59
90	weiblich	65
91	weiblich	37
92	weiblich	39
93	männlich	33
94	weiblich	
95	weiblich	37
96	weiblich	38
97	weiblich	59
98	männlich	40
99	männlich	-
100	weiblich	60
101	männlich	62
102	weiblich	97
103	weiblich	51
104	weiblich	92
105	männlich	71
106	weiblich	16
107	weiblich	40
108	männlich	25
109	weiblich	25
110	weiblich	47
111	weiblich	54
112	weiblich	48
113	weiblich	35
114	weiblich	58
115	weiblich	55
116	männlich	27
117	weiblich	52
118	weiblich	38
119	weiblich	20
120	weiblich	20
121	weiblich	22
122	männlich	22
123	männlich	18

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
124	weiblich	55
125	weiblich	62
126	männlich	56
127	männlich	49
128	weiblich	49
129	weiblich	55
130	männlich	37
131	männlich	29
132	weiblich	55
133	weiblich	55
134	weiblich	46
135	männlich	53
136	weiblich	45
137	männlich	49
138	männlich	26
139	weiblich	58
140	männlich	69
141	weiblich	55
142	weiblich	38
143	männlich	55
144	weiblich	70
145	weiblich	43
146	weiblich	52
147	männlich	56
148	weiblich	38
149	männlich	77
150	weiblich	65
151	weiblich	82
152	weiblich	68
153	weiblich	82
154	weiblich	80
155	weiblich	69
156	weiblich	78
157	weiblich	64
158	weiblich	54
159	weiblich	68
160	weiblich	73
161	weiblich	37
162	weiblich	59
163	weiblich	68
164	weiblich	50
165	männlich	33

Anhang C – Stichprobe A Fortsetzung

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
166	weiblich	52
167	männlich	68
168	männlich	90
169	weiblich	35
170	männlich	42
171	weiblich	33
172	weiblich	71
173	weiblich	57
174	männlich	50
175	weiblich	49
176	männlich	25
177	weiblich	73
178	weiblich	51
179	männlich	53
180	weiblich	81
181	weiblich	35
182	männlich	37
183	weiblich	39
184	weiblich	28
185	weiblich	25
186	weiblich	26
187	weiblich	31
188	männlich	23
189	weiblich	34
190	weiblich	32
191	männlich	55
192	weiblich	32
193	weiblich	62
194	männlich	67

Interviewnummer	Geschlecht	Alter
195	männlich	65
196	weiblich	16
197	weiblich	17
198	weiblich	17
199	männlich	30
200	weiblich	68
201	männlich	82
202	weiblich	38
203	weiblich	28
204	männlich	30
205	männlich	45
206	weiblich	47
207	weiblich	46
208	weiblich	44
209	männlich	36
210	weiblich	43
211	weiblich	25
212	männlich	32
213	weiblich	65
214	weiblich	97
215	weiblich	61
216	männlich	36
217	männlich	45
218	männlich	48
219	weiblich	87
220	männlich	73
221	männlich	52
222	weiblich	73

Anhang D – Stichprobe B

Interviewnummer	Geschlecht	Alter	Art des negativen Life-Events
10	weiblich	47	Krankheit/Selbst
12	weiblich	26	Tod/Familie
14	männlich	69	Tod/Familie
15	weiblich	21	Tod/Verwandschaft
17	weiblich	57	Krankheit/Familie
18	weiblich	21	Trennung/Selbst
19	weiblich	53	Krankheit/Familie
30	weiblich	49	Sexueller Missbrauch/Selbst
32	weiblich	59	Krankheit/Selbst
			Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis
45	weiblich	45	Totgeburt/Selbst
			Tod/Kinder
46	weiblich	36	Sexueller Missbrauch/Selbst
			Krankheit/Selbst
48	weiblich	46	Suizid/Familie
			Suizid/Verwandschaft
			Suizid/Familie
			Tod/Familie
51	weiblich	28	Operation/Selbst
52	weiblich	68	Krankheit/Selbst
55	weiblich	24	Flucht- oder Kriegserlebnisse/Selbst
59	männlich	20	Krankheit/Selbst
60	weiblich	47	Krankheit/Familie
66	männlich	49	Unfall/Selbst
72	männlich	53	Krankheit/Selbst
			Krankheit/Selbst
			Krankheit/Selbst
			Arbeitslosigkeit/Selbst
75	männlich	65	Tod/Familie
76	weiblich	41	Krankheit/Selbst
78	weiblich	20	Suizid/Familie
82	männlich	57	Krankheit/Selbst
87	weiblich	64	Suizid/Familie
96	weiblich	38	Tod/Verwandschaft
100	weiblich	60	Tod/Familie
108	männlich	25	Tod/Familie
110	weiblich	47	Krankheit/Familie
112	weiblich	48	Tod/Familie
114	weiblich	58	Suizid/Familie
116	männlich	27	Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis

Anhang D – Stichprobe B Fortsetzung

Interviewnummer	Geschlecht	Alter	Art des negativen Life-Events
121	weiblich	22	Tod/Verwandschaft
124	weiblich	55	Tod/Familie
128	weiblich	49	Tod/Familie
			Tod/Verwandschaft
			Tod/Verwandschaft
132	weiblich	55	Arbeitslosigkeit/Selbst
134	weiblich	46	Krankheit/Selbst
142	weiblich	38	Tod/Familie
			Tod/Verwandschaft
144	weiblich	70	Tod/Familie
145	weiblich	43	Tod/Familie
			Tod/Verwandschaft
154	weiblich	80	Krankheit/Selbst
			Krankheit/Selbst
157	weiblich	64	Weggegeben/Selbst
			Tod/Familie
			Krankheit/Selbst
158	weiblich	54	Tod/Familie
169	weiblich	35	Flucht- oder Kriegserlebnisse/Selbst
171	weiblich	33	Flucht- oder Kriegserlebnisse/Selbst
199	männlich	30	Tod/Verwandschaft
			Krankheit/Freundes- oder Bekanntenkreis
202	weiblich	38	Nahtoderlebnis/Selbst
206	weiblich	47	Trennung/Selbst
208	weiblich	44	Tod/Familie
211	weiblich	25	Tod/Familie
212	männlich	32	Unfall/Selbst
217	männlich	45	Tod/Familie
219	weiblich	87	Tod/Familie
221	männlich	52	Tod/Familie
			Tod/Familie

Lebenslauf

Angaben zur Person

Name: Christine Stökl
Staatsangehörigkeit: Österreich

Ausbildung

1995 bis 1997: 2 Klassen Volksschule II Tulln
1997 bis 1999: 2 Klassen Volksschule Zeiselmauer
1999 bis 2007: 8 Klassen Bundesgymnasium Tulln
Juni 2007: Reifeprüfung mit ausgezeichnetem Erfolg am Bundesgymnasium Tulln, Fachbereichsarbeit im Unterrichtsfach Psychologie zum Thema „Psychosomatische Erkrankungen und die Behandlung durch Shiatsu“
Seit Herbst 2007: Diplomstudium der Psychologie an der Universität Wien
Seit Herbst 2011: Bachelorstudium Deutsche Philologie an der Universität Wien

Beruflicher Werdegang:

2008 – 2009: Servicemitarbeiterin bei der Gartenbaumesse Tulln
2008 – 2009: Servierkraft bei Manpower GmbH
2009, 2010: Wissenschaftliche Mitarbeiterin bei Archäologische Kulturpark Niederösterreich Betriebsgesellschaft m.b.H.
2012, 2013: Wissenschaftliche Mitarbeiterin bei der Gesellschaft der Freunde Carnuntums
Jänner bis April 2013: Praktikum an der Wiener Gesundheitsförderung – Hotline für Essstörungen

Persönliche Interessen und Sonstiges:

Seit 2003:	Ehrenamtliche Arbeit in der evangelischen Gemeinde Tulln
Seit 2005:	Mitglied der Pfadfinder und Pfadfinderinnen Österreichs
Seit 2007:	Ehrenamtliche Arbeit als Jugendleiter der Pfadfinder und Pfadfinderinnen Österreichs
Seit 2011:	Niederösterreichische Landesbeauftragte der Pfadfinder und Pfadfinderinnen Österreichs für die Altersstufe der Fünf- bis Siebenjährigen