



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Diplomarbeit

„Ratschläge zum subjektiven Wohlbefinden als Indikator für Glück“

Verfasserin

Elisabeth Mayerweck

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2014

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: Mmag. Dr. Ivo Ponocny

***„Wer Freude genießen will, muß sie teilen.
Das Glück wurde als Zwilling geboren.“***

Lord George Gordon Noel Byron

Danksagung

Mein besonderer Dank gilt meinen geliebten Eltern, Hermine und Herbert, die mir während des gesamten Studiums mit Rat und Tat zur Seite standen, mir den Rücken freigehalten haben und mir dieses überhaupt erst ermöglicht haben.

Weiters danke ich meinen beiden lieben Schwestern, Isabella und Martina, welche stets aufbauende und motivierende Worte für mich hatten und immer zur Stelle waren, wenn ich Unterstützung gebraucht habe.

Großer Dank gebührt meinem Mann, Michael, der mich schon durch das gesamte Studium begleitet und nicht nur während der Diplomarbeitsphase motiviert und immer wieder angespornt hat.

Ein besonderes Dankeschön geht auch an meinen Diplomarbeitsbetreuer, Mmag. Dr. Ivo Ponocny, ihn als Betreuer gehabt zu haben war auf jeden Fall ein großes **Glück**.

Inhaltsverzeichnis

Abstract.....	11
I. Einleitung.....	13
II. Theorieteil	15
1. SUBJEKTIVES WOHLBEFINDEN.....	15
1.1 Definitionen	15
1.2 Methoden zur Messung des SWB.....	18
1.3 Schwierigkeiten bei der Erfassung des SWB.....	18
2. EINSTELLUNGEN.....	21
2.1 Was sind Einstellungen?.....	21
2.2 Funktionen von Einstellungen.....	22
2.3 Entstehung von Einstellungen.....	22
2.4 Messung von Einstellungen.....	23
3. EINSTELLUNGEN UND VERHALTEN.....	23
3.1 Festinger's Dissonanztheorie (1954).....	25
3.2 Brehm Reaktanz (1966).....	26
3.3 Gezielte Einflussnahme.....	27
3.4 Vorhersage des Verhaltens.....	28
3.5 Ajzens Theorie des geplanten Verhaltens.....	29
3.6 Korrespondenzprinzip nach Fishbein und Ajzen (1973)	31

4. PERSÖNLICHKEITSAKTOREN UND KONSISTENZ.....	32
4.1 Theorie der Selbstüberwachung (Self-Monitoring, Snyder, 1974)	32
4.2 Selbstwahrnehmung (Bem, 1972).....	33
4.4 Häufige Darbietung.....	33
4.5 Selbstschema.....	34
5. EINSTELLUNGSKONSISTENZ UND IHR ZUSAMMENHANG MIT DEM SWB.....	35
5.1 Gründe für einstellungswidriges Verhaltens, trotz negativer Konsequenzen für das SWB.....	35
5.2 Selbstrechtfertigung einstellungsdiskrepanten Verhaltens.....	36
5.3 Unangemessene Belohnung einstellungskonsistenten Verhaltens.....	37
6. SELBSTREFLEXION, KONSISTENZ UND SWB.....	38
7. RATSCHLÄGE ZUM GLÜCK UND SWB.....	40
8. FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN.....	42
III. Empirischer Teil	43
9. VORSTELLUNG DES GESAMTPROJEKTS.....	43
9.1 Messinstrumente und Stichproben	43
9.2 Datenerhebung.....	44
9.3 Interview Leitlinien.....	45
9.4 Kategorisierung der Interviews für das Gesamtprojekt.....	47

10. KATEGORISIERUNG DER INTERVIEWS FÜR DIE DIPLOMARBEIT.....	50
10.1 Grounded Theory.....	51
10.1.1 Die Methode des ständigen Vergleichens.....	52
10.1.2 Kodieren	52
10.1.3 Dimensionalisieren.....	53
10.1.4 Anwendung der Grounded Theory in der vorliegenden Arbeit.....	53
10.2 Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2008).....	54
10.2.1 Regeln für die zusammenfassenden Inhaltsanalysen (vgl. Mayring 2008).....	56
10.3 Fragestellung 1:.....	57
10.3.1 Vorläufiges Kategoriensystem der erteilten Ratschläge.....	57
10.4 Deskriptive Analyse der Gesamtstichprobe.....	58
10.4.1 Verteilung der Variable Zufriedenheit.....	58
10.4.2 Verteilung der Variable Glück.....	59
10.4.3 Verteilung der Variable Alter.....	60
10.4.4 Verteilung der Bildungsklassen.....	61
10.4.5 Verteilung der Variable Geschlecht.....	62
10.4.6 Auswertung1.....	63
10.5.1 Ankerbeispiele der gebildeten Kategorien.....	63
10.5.2 Vorläufiges Kategoriensystem.....	72
10.6 Fragestellung 2.....	
106.1 Gibt es eine Kategorie von Ratschlägen in welcher die Personen glücklicher/zufriedener sind, im Vergleich zu den Personen der übrigen Kategorien?.....	74
10.6.2 Auswertung 2.....	74
11. HAUPT- UND NEBENHYPOTHESEN.....	76
11.1 Beschreibung der Gruppen.....	77

11.2 Deskriptive Stichprobenbeschreibung.....	79
11.2.1 Verteilung der Variable Zufriedenheit in der Teilstichprobe.....	79
11.2.2 Verteilung der Variable Glück in der Teilstichprobe.....	80
11.2.3 Verteilung der Variable „Alter“ in der Teilstichprobe	81
11.2.4 Geschlechterverteilung in der Teilstichprobe	81
11.2.5 Verteilung der Bildungsklassen in der Teilstichprobe	82
11.2.6 Verteilung von Kongruenz.....	83
11.2.7 Verteilung der Reflexivität.....	83
11.2.8 Verteilung der Variablen Kongruenz x Reflexivität.....	84
11.3 Ankerbeispiele.....	85
11.3.1 Kongruent/ Reflektiert.....	85
11.3.2 Inkongruent/ Reflektiert.....	88
11.3.3 Kongruent/ Unreflektiert.....	92
11.3.4 Inkongruent/ Unreflektiert.....	94
11.4 Auswertung.....	105
11.4.1 Auswertung der Haupthypothese 1.....	105
11.4.2 Auswertung der Haupthypothese 2.....	106
11.5 Nebenhypothesen.....	111
IV. Interpretation und Diskussion der Ergebnisse.....	116
12. KRITIK UND AUSBLICK.....	124
V. Zusammenfassung.....	126
VI. Literaturverzeichnis	131
VII. Tabellenverzeichnis.....	136
VIII. Abbildungsverzeichnis.....	138
IX. Anhang.....	139

Abstract

The main goal of this thesis is the evaluation of the attitude–behaviour relationship of individuals and its effect on their subjective well-being.

In order to achieve this goal, the answers on the question „What would you recommend to your child or any other person close to you, how to become happy in life?“ of 498 semi-narrative interviews were categorised, using inductive qualitative content analysis by Mayring (2008), a procedure to derive categories from the data. Subsequently, the recommendations were compared to the actual empirical knowledge of the components of subjective well-being.

The perceived categories are as follows: 218 people asked for advice believe happiness is something too individual, so there cannot be given one special advice, this is even the most frequent view beyond this population. Further 148 interviewees share the opinion happiness is localised in social contacts (family, friends, partnership and love). 106 people gave the advice to „be satisfied with what you have“, in the sense of humbleness. 80 people think that happiness lies in the personal basic attitude. These findings reflect the actual common sense of researchers about the conditions of subjective well-being. Health, reaching goals and friends (measured separately) are, in opposite to the actual understanding of swb, components, only represented by a small number of individuals.

Based on the grounded theory of Glaser and Strauss (1967), only 60 of the 498 interviews were categorised, using qualitative content analysis by Mayring (2008) again, this time with deductive (previously formed) categories. These categories were on the one hand congruency of the advice with the self reported behaviour (regarded as attitude–behaviour consistency) and on the other hand reflection (consideration of the interviewees), so that the impact of these constructs on subjective well-being could be elicited. Swb was measured twofold, as happiness and as satisfaction, each on a 10 point scale.

Findings of this study show that the attitude-behaviour relationship, measured by recommendations people give in qualitative interviews, are good predictors of subjective well-being. The hypothesis that congruent people are happier and more satisfied than incongruent people could be confirmed by a t-test. So the interview question about advice for a happy life is appropriate for the discrimination of happy people from unhappy ones. An influence of reflection on subjective well-being could not be found in this study. Also no evidence was found that the education level or the age influence congruency or reflection. However, there was a significant relationship between both. Therefore, it can be assumed that reflection is accompanied by congruency and vice versa.

I. Einleitung

Die vorliegende Diplomarbeit entstand im Rahmen eines Pilotprojekts der MODUL Universität Wien, unter der Leitung von Mmag. Dr. Ivo Ponocny. Inhalt dieser Studie ist die Messung des subjektiven Wohlbefindens, kurz SWB, im Hinblick auf die individuellen Lebensumstände sowie die Auseinandersetzung mit den damit einhergehenden Messproblematiken. Ziel des Projekts war eine möglichst genaue und umfassende Erhebung der Lebensbedingungen, welche sich auf das subjektive Wohlbefinden der Bevölkerung auswirken. Dazu kamen Fragebögen, halboffene Interviews und Tagebücher zum Einsatz. Diese Studie wurde österreichweit durchgeführt, um auch regionale Einflüsse auf das SWB zu identifizieren. Des Weiteren sollten die so gewonnen Daten wiederum als Grundlage zur Erstellung eines umfassenden Fragebogens zur Erhebung des SWB dienen.

Die, in diesem Zusammenhang entstandene, Diplomarbeit beschäftigt sich intensiv mit den qualitativen Interviews und dem Aussagegehalt der Interviewfrage Nummer 14, „Welchen Ratschlag würden Sie Ihrem Kind bzw. einem guten Freund geben – wie und wo das Glück zu finden ist?“ Da in der Phase des deduktiven Kategorisierens (nach Mayring, 2008) für das Gesamtprojekt auffallend war, dass häufig Ratschläge erteilt wurden, welche von den Interviewteilnehmern selbst nicht befolgt wurden. Angesichts der Fülle an Studien und der unterschiedlichen sozialpsychologischen Theorien, welche postulieren, dass sich Einstellungen und Verhalten von Menschen häufig nicht decken und dies wiederum zu einem negativ erlebten Spannungszustand führen kann, wie der kognitiven Dissonanz, wurden für die vorliegende Diplomarbeit jene 60, für das übergeordnete Projekt, nach positiven und negativen Lebensumständen und Bewertungen, kategorisierten Interviews weiter hinsichtlich ihrer Kongruenz zwischen Ratschlag und selbstberichtetem Verhalten eingestuft. Die dahinterstehende Annahme war, dass der Ratschlag die jeweilige Einstellung widerspiegelt, woraus die gerichteten Hypothese, dass kongruente Personen glücklicher bzw. zufriedener sind, als inkongruente Personen resultierte. Glück und Zufriedenheit wurden dabei anhand des zugehörigen Fragebogens, welcher von jeder Person

ausgefüllt wurde, erhoben. Zusätzlich wurde untersucht, ob der Grad der Reflexivität einen Einfluss auf das SWB der Personen hat, wie es in der zweiten, ungerichteten Hypothese angenommen wird. Mit Reflexivität ist hier gemeint, ob die Interviewteilnehmer ihre Antwort überlegt und bewusst abgeben und sie authentisch wirkt, da sie z.B. durch Erklärungen gestützt wird oder in einer oberflächlichen, wenig elaborierten Art und Weise, welche eventuell unaufmerksam oder ungestützt wirkt. Zusätzlich wurde der Einfluss des Alters und des Bildungsgrades auf Reflexivität und Kongruenz ermittelt, da die Fachliteratur häufig von Effekten hinsichtlich dieser soziodemografischen Faktoren berichtet, wonach ältere und gebildete Personen gefestigter in ihren Einstellungen sind sowie konsistenter in ihrer Einstellungs-Verhaltensbeziehung, ebenso gehen häufig höheres Alter und Bildungsniveau auch mit höherer Reflexivität einher. Vorab wurden sämtliche Ratschläge aus den zur Verfügung stehenden 498 Interviews des Gesamtprojekts induktiv kategorisiert (vgl. Mayring, 2008), um eine Übersicht des Antwortverhaltens zu erhalten. Die Ratschläge zum Glück, welche die Interviewteilnehmer erteilten, wurden anschließend mit den aktuellen Forschungsergebnissen zum subjektiven Wohlbefinden verglichen.

Die Untersuchungen der vorliegenden Diplomarbeit geben darüber hinaus auch Auskunft über die Nützlichkeit der Interviewfrage 14, indem sie zeigen, ob sich die Frage auf irgendeine Art und Weise zur Diskrimination zwischen den geforderten Komponenten des Wohlbefindens eignet und ob diese Frage quasi einen messtheoretischen Wert für das Interview besitzt oder auch Eingang in einen Fragebogen finden sollte.

Aus Gründen der Lesefreundlichkeit wurde in der vorliegenden Diplomarbeit das generische Maskulinum, bei geschlechtsabhängigen Begriffen, verwendet.

II. Theorieteil

1. SUBJEKTIVES WOHLBEFINDEN

1.1 Definitionen

In der Psychologie herrscht eine große Definitionsvielfalt, was Konstrukte im Zusammenhang mit dem subjektiven Wohlbefinden betrifft. Eine sehr gängige Unterteilung betrifft dabei die Begriffe Glück und Zufriedenheit. So wird Glück als die emotionale Komponente des Wohlbefindens umfasst, während Zufriedenheit eher dessen kognitive Komponente beschreibt (Tversky & Griffin, 1991). Diese Unterscheidung ähnelt auch einer häufig verwendeten Laiendefinition. Nach Argyle und Martin (1991) beschreiben demnach die meisten Personen Glück entweder als Zustand der Freude bzw. Euphorie oder als einen Zustand der inneren Zufriedenheit. Begriffe wie subjektives Wohlbefinden und Lebensqualität werden in der dazugehörigen Literatur häufig auch synonym verwendet.

Wilson (1967) integrierte die Faktoren, die seiner Ansicht nach Einfluss auf das Wohlbefinden haben in einer fiktiven, der „glücklichen Person“, welche demnach eine junge, gesunde, gebildete, gut bezahlte, intelligente, extravertierte, optimistische, sorgenfreie, religiöse, verheiratete Person mit hohem Selbstbewusstsein, hoher Arbeitsmoral und angepasster Erwartungshaltung ist.

Nach Campbell, Converse und Rogers (1976) tragen jedoch soziodemografische Daten, wie sie zum Teil bei Wilson (1967) beschrieben werden, zur Lebenszufriedenheit nur etwa 20% bei.

Aktuellere Forschung weist darauf hin, dass einer der stärksten und konsistentesten Prädiktoren von subjektivem Wohlbefinden der ebenfalls genannte Faktor Persönlichkeit ist (Diener et. al., 1999). So korreliert nach Argyle und Martin (1991) speziell Extraversion sehr hoch mit dem SWB. Gründe hierfür werden von Headey und Wearing (1991) darin gesehen, dass Extraversion vor allem junge Menschen dazu

bewegt positive Lebenserfahrungen, vorwiegend in den Bereichen Freundschaft und Arbeit, zu sammeln. Veenhoven (1991) gab jedoch zu bedenken, dass eine Gesellschaft, die davon ausgeht, dass es sich bei der Lebenszufriedenheit ihrer Bürger um eine unveränderliche Disposition, wie es auf Persönlichkeit zutrifft, handelt, gleichzeitig annehmen müsste, dass sämtliche Anstrengungen, die dazu führen sollten die Lebensbedingungen zu verbessern sich in keiner höheren Zufriedenheit der Bevölkerung niederschlagen könnten. Außerdem würde eine stabile Disposition auch ein stabiles Level an Wohlbefinden erzeugen, es konnte jedoch gezeigt werden, dass die unterschiedlichen Levels an subjektivem Wohlbefinden, welches eine Person empfindet über die Zeit zwar miteinander korrelieren, aber viele Individuen trotzdem von teilweise erheblichen Schwankungen im SWB berichten (Headey & Wearing, 1991).

Diener et. al. (1999) gehen deshalb davon aus, dass der geringe Einfluss der äußeren Lebensbedingungen auf das subjektive Wohlbefinden eventuell in Persönlichkeitsstrukturen begründet liegt, welche wiederum bestimmen, wie die äußeren Lebensumstände wahrgenommen werden, weshalb zukünftige Untersuchungen eine Person x Situation Interaktion berücksichtigen sollten.

In diesem Sinne unterteilen Constanza et. al. (2007) den übergeordneten Begriff Lebenszufriedenheit eben danach wie gut einerseits individuelle Bedürfnisse der Bevölkerung, wie Einkommen, Sicherheit, Unterkunft, Zuneigung, Freiheit, Kreativität, Fortpflanzung, Verständnis, Freizeit Partizipation, Spiritualität und Individualität, gedeckt sind, aber auch andererseits danach in welchem Ausmaß eine Person Zufriedenheit oder Unzufriedenheit in unterschiedlichen Lebensbereichen wahrnimmt.

Ein dauerhaft anhaltender Zustand von Glück ist nach Brandtstädter (2011) jedoch nicht realisierbar, einerseits aufgrund der Tatsache, dass der Einfluss des Individuums auf die Bedingungen des Glücks begrenzt und vom Zufall abhängig ist und andererseits, da aufgrund von Gewöhnungseffekten selbst sehr positive, glückbringende Ereignisse irgendwann normalisiert werden, jedenfalls bis zu dem

Zeitpunkt an dem ein Verlust dieses Glücks droht, häufig wird erst dann dessen persönlicher Wert wieder bewusst. Deshalb definiert Brandtstädter (2011) eine gelingende Lebensführung nicht über einen dauerhaften Glückszustand, seiner Meinung nach gehört hierzu auch die Fähigkeit eventuelle Widrigkeiten zu überwinden oder falls dies nicht möglich ist, diese annehmen zu können, um sein Leben mit einem positiven Sinn zu füllen, genauso wie die Fähigkeit konkurrierende Ziele, wie Altruismus und Gerechtigkeit gegenüber dem reinen hedonistischen Selbstwert vorzuziehen, wobei er paradoxerweise genau darin die besten Gründe sieht, um mit seinem Leben zufrieden zu sein. Allgemein sind Bedingungen, die im Moment Wohlbefinden erzeugen, wie etwa Drogenkonsum sowie die permanente Befriedigung von Bedürfnissen oder das fortwährende Durchsetzen eigener Überzeugungen nicht notwendigerweise jene, die zu einem glücklichen Leben führen (Brandtstädter, 2011).

Nach Diener (1984) wird SWB als Vorhandensein positiver und Absenz negativer Emotionen sowie einer insgesamt positiven kognitiven Bewertung des eigenen Lebens definiert, dies ist nach Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2012) auch die Arbeitsdefinition des Gesamtprojekts.

In der vorliegenden Diplomarbeit werden die Begriffe Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden bzw. SWB ebenfalls synonym verwendet. Glück und Zufriedenheit werden jedoch als quantitativ unterschiedliche Konstrukte gesehen, sprich Zufriedenheit wird als mildere Form des Glücks verstanden.

Einen der Gründe für die Vielfalt an Definitionen zum subjektiven Wohlbefinden vermutet Veenhoven (1991) darin, dass der Begriff Glück auch als Synonym für „das Gute“ verwendet wird, weshalb eine Definition auch gewissermaßen eine bestimmte Ideologie propagiert, was es wiederum auch so schwierig machen könnte darüber zu einem Konsensus zu kommen.

1.2 Methoden zur Messung des SWB

Es gibt zwei grundsätzliche Herangehensweisen bei der Messung des subjektiven Wohlbefindens. Auf der einen Seite über sogenannte „objektive“ sprich quantifizierbare, sozioökonomische Indikatoren, die erkennen lassen in welchem Ausmaß die Bedürfnisse der Bevölkerung gedeckt sind, wie der UN Human Development Index (UN - HDI) oder, für medizinische Interessen, die Health Related Quality of Life (HRQOL) und auf der anderen Seite über „subjektive“, selbstberichtete Angaben zu Glück, Freude und Erfüllung, welche häufig über qualitative Interviews und Umfragen erfasst werden (Constanza et. al., 2007), aber auch mittels spezieller Tagebuchverfahren, wie der „Experience Sampling Method“ oder der „Day Reconstruction Method“ (Kahnemann, 2006).

Darüber hinaus existieren nach Ponocny et al. (2012) viele breit angelegte, internationale Datensätze zum SWB, die öffentlich und frei verfügbar sind und von jedermann heruntergeladen und analysiert werden können, wichtige Informationsquellen sind dabei die Eurofund European Quality of Life Survey die World Value Survey sowie die European Social Survey . Auch Österreich schloss sich diesem Vorbild an und veröffentlichte „Wie geht's Österreich“, unter:

http://www.statistik.at/web_de/statistiken/wie_gehts_oesterreich/index.html.

Zwei weitere offizielle Messverfahren, welche ebenfalls einfache Fragen zum SWB beinhalten sind nach Ponocny et al. (2012) die EU – SILC (European Survey of Living Conditions) und der EQLS (European Quality of Life Questionnaire).

1.3 Schwierigkeiten bei der Erfassung des SWB

Eine der Schwierigkeiten bei der Erfassung des SWB vermuten Kahnemann und Krueger (2006) darin, dass es sich bei Lebenszufriedenheit um ein „globales retrospektives Urteil handelt, das überhaupt erst dann gebildet wird, wenn die Frage danach auftaucht und das darüber hinaus von der momentanen Stimmung, der Erinnerung und dem unmittelbaren Kontext beeinflusst wird“. Doch auch wenn eine

solch umfassende Evaluation in einem so relativ kurzen Zeitraum, wie einer Befragung oder Testung überhaupt möglich wäre, sind nach Brandstätter (1991) die meisten Menschen trotzdem dazu verleitet bei der Beantwortung eher sozialen Normen zu folgen, als ihre wahren Gefühle zu offenbaren.

Die individuellen Antworten werden außerdem vom genauen Wortlaut der Frage, dem Antwortformat, der Reihenfolge der Fragen und dem Kontext in welchem ein Interview stattfindet beeinflusst (Strack & Martin, 1987; zitiert nach Veenhoven, 1991). Gründe hierfür liegen sicherlich darin, dass für manche Menschen keine Antwortalternative in einem Fragebogen wirklich passend erscheinen mag, weshalb eine der verfügbaren Antworten ausgewählt werden muss, wobei dieser Auswahlvorgang dann wiederum von situationellen Faktoren beeinflusst sein kann. Auf der anderen Seite gibt es aber auch viele Personen, die über eine ziemlich präzise Eigendefinitionen der Begriffe Glück und Zufriedenheit verfügen, welche sich jedoch nicht anhand einer 10 – Stufen – Skala abbilden lassen (Veenhoven, 1991).

Weitere Einflussfaktoren auf das aktuell empfundene Wohlbefinden haben Brandtstädter (2011) zufolge auch Vergleiche mit früheren sowie Erwartungen an zukünftige Lebensumstände, wobei ein Rückblick auf vergangene Ereignisse, je nachdem, Gefühle von Stolz, Zufriedenheit und Dankbarkeit oder aber Gefühle von Scham, Reue und Ärger auslösen kann. Dementsprechend können Erwartungen an zukünftige Ereignisse Gefühle von Hoffnung und Vorfreude oder aber Gefühle von Sorge und Verzweiflung auslösen (Brandtstädter, 2011). Derartige auf die persönliche Entwicklung bezogene Urteile über das eigene Leben bestimmen sowohl die pauschale Einschätzung der eigenen Lebenszufriedenheit, als auch das momentan empfundene subjektive Wohlbefinden, wobei bei Erwartungen an zukünftige Geschehnisse individuelle Kontrollüberzeugungen, also das empfundene Ausmaß an Einfluss, den man auf die Entwicklung nehmen kann eine wesentliche Rolle spielen (Brandtstädter, 2011). Wie groß die Auswirkung der antizipierten Ereignisse auf das SWB ist, ist ebenso vom Zeitfaktor abhängig, je näher in der Zukunft das erwartete Ereignis liegt, umso stärker ist sein Einfluss auf das SWB (Brandtstädter, 2011).

Einige Untersuchungen zum SWB konnten auch zeigen, dass qualitative Erhebungsmethoden hierfür eine erschreckend niedrige Test-Retest Reliabilität aufwiesen, die ungefähr bei .40 lag, aber auch dann .60 nicht überstieg, wenn ein und dieselbe Frage innerhalb nur einer Stunde, derselben Person ein zweites Mal gestellt wurde (Schwarz & Strack, 1991). Dies bedeutet nichts anderes als, dass die beiden Antworten auf dieselbe Frage bei zweimaliger Fragestellung häufig nicht gleich ausfielen, womit ein Hauptgütekriterium für Testverfahren, nämlich das der Messgenauigkeit oder Zuverlässigkeit (Reliabilität) verletzt wird (Kubinger, 2006), weshalb zweifelhaft ist ob das geforderte Konstrukt überhaupt erfasst wird.

Nach Brandtstädter (2011) ist die Selbstzuschreibung von Zufriedenheit auch von gesellschaftlichen geteilten Normen darüber, welche Erwartungen und Wünsche an das eigene Leben überhaupt realistisch und vernünftig sind sowie darüber, inwieweit sich diese Vorstellungen dann auch mit den eigenen Lebensumständen decken, abhängig. Er bezeichnet es als „methodische Mindestforderung“ etwaige Verzerrungen von Selbstberichten aufzudecken.

Obwohl es sich bei dem Konstrukt Lebenszufriedenheit um keinen direkt beobachtbaren Wert oder ein überprüfbares Maß, wie etwa der Körpergröße oder der Adresse eines Menschen handelt, gibt es aber doch relativ zuverlässige Wege sie indirekt zu erschließen, zum Beispiel über Variablen, welche in hohem Maße mit ihr in Zusammenhang stehen (Kahnemann & Krueger, 2006). So konnte beispielsweise gezeigt werden, dass das subjektive Wohlbefinden positiv mit einer Reihe von medizinischen und physiologischen Faktoren, wie etwa der Heilungsrate bei Verletzungen oder Infektionen korreliert (Kahnemann & Krueger, 2006), dies lässt einen Rückschluss auf das SWB bzw. eine Validierung der Angaben zu diesem zu. Weitere Korrelate hoher Lebenszufriedenheit sind nach Diener und Suh, 1999; Layard, 2005 und Frey und Stutzer (2002, zitiert nach Kahnemann & Krueger, 2006) außerdem die Häufigkeit des Lächelns, die „Echtheit des Lächelns“ (mit den Augen), die Frequenz verbaler Äußerungen von positiven Emotionen, die Schlafqualität, die Lebenszufriedenheit naher Verwandter sowie ein hohes Einkommen, um nur einige zu nennen.

2. EINSTELLUNGEN

2.1 Was sind Einstellungen?

Einstellungen sind nach Hartung (2010) relativ überdauernde positive oder negative Bewertungen eines Einstellungsobjektes, hierbei kann es sich um Personen, Gruppen, Situationen, Normen, Ideen, Gegenstände oder Produkte handeln. Nach Stürmer (2009) lassen sich Einstellungen anhand ihrer Valenz, im Sinne von positiv oder negativ und anhand ihrer Stärke charakterisieren, wobei über den Begriff der Einstellungsstärke unterschiedliche Definitionen herrschen, die folgenden Ansichten darüber werden Stürmer (2009) zufolge jedoch weitestgehend geteilt: Stärkere Einstellungen sind zeitlich stabiler, schwerer durch Überzeugungsversuche zu verändern und wirken sich eher auf die Informationsverarbeitung sowie das Verhalten einer Person aus. Einstellungen bestehen des Weiteren aus 3 Komponenten, nämlich einer affektiven, einer kognitiven und einer verhaltensbezogenen (behaviouralen). Die kognitive Komponente beinhaltet Überzeugungen über das Einstellungsobjekt und Wissensbestände darüber, wie dessen positive oder negative Eigenschaften, während die affektive Komponente Gefühle beinhaltet, die mit dem Einstellungsobjekt stark verbunden sind, die verhaltensbezogene Komponente hingegen betrifft das gezeigte oder auch ein beabsichtigtes Verhalten dem einem Einstellungsobjekt gegenüber, welche dieser Komponenten jedoch die Einstellung in welchem Ausmaß bestimmt ist für jede Person unterschiedlich und auch von der jeweiligen Einstellung abhängig (Stürmer, 2009). Im Gegensatz zu Meinungen, welche sich immer auf eigene Überzeugungen und Gedanken beziehen, wie etwa „Windenergie ist umweltfreundlich“, beinhalten Einstellungen immer eine Bewertung, z.B. „Windenergie ist gut“ (Werth & Mayer, 2008). Je nachdem um welches Einstellungsobjekt es sich handelt werden Einstellungen auch mit unterschiedlichen Begriffen bezeichnet. So ist die Einstellung gegenüber der eigenen Person auch als Selbstwertgefühl bekannt, jene gegenüber anderen Personen wird auch als Vorurteil bezeichnet, Einstellungen gegenüber abstrakten Sachverhalten werden auch Wertvorstellungen genannt (Werth & Mayer, 2008).

2.2 Funktionen von Einstellungen

Einstellungen üben für Menschen eine wichtige Orientierungsfunktion aus, indem sie ihnen helfen sich in einer relativ komplexen Umwelt zurechtzufinden (Hartung, 2010). Dies geschieht nach Werth und Mayer (2008) über zwei wichtige Funktionen, auf der einen Seite unterstützt und erleichtert die kognitive Funktion die Informationsverarbeitung, indem sie eine praktische Zusammenfassung von Überzeugungen gegenüber dem Einstellungsobjekt liefert und auf der anderen Seite beinhaltet die motivationale Funktion die Valenz eines Einstellungsobjektes und bestimmt somit das Annäherungs- und Vermeidungsverhalten ihm gegenüber. Nach Witte (1989) kommt Einstellungen auch eine soziale Einbettungsfunktion zu, indem sie das zentrale Verbindungsstück zwischen „Anpassung“ an die Gesellschaft und „Selbstverwirklichung“ darstellen. Weitere Funktionen von Einstellungen sind die utilitaristische Funktion, sie hilft dem Individuum dabei Belohnungen zu maximieren und Kosten zu minimieren, die soziale Anpassungsfunktion, welche dabei hilft sich mit sympathischen Personen zu identifizieren, die Ich-Verteidigungsfunktion, wobei Einstellungen dazu dienen das Selbstwertgefühl zu schützen, die Wertausdrucksfunktion, wenn sie dazu beitragen Wertvorstellungen auszudrücken sowie die Einschätzfunktion, diese dient zur Einschätzung von Objekten als eine Art „energiesparendes Hilfsmittel“ (Jonas et. al., 2014).

2.3 Entstehung von Einstellungen

Einstellungen entstehen auf unterschiedliche Art und Weise. Sie können im Verlauf der Lerngeschichte über Prozesse des klassischen Konditionierens sowie des operanten Konditionierens oder auch des Modell- Lernens erworben werden (Hartung, 2010).

1. *Klassisches Konditionieren:* bei z.B. negativen Erfahrungen mit dem Einstellungsobjekt Sport genügt eventuell bereits der bloße Geruch einer Sporthalle, um ein negatives Gefühl auszulösen (Werth & Mayer, 2008),

2. *Operantes Konditionieren*: Durch Belohnung oder Bestrafung einer Einstellung gegenüber eines Einstellungsobjektes (Stürmer, 2009),
3. *Modell-Lernen*: Manchmal genügt es schon, wenn positive oder negative Erfahrungen beobachtet werden oder auch nur Einstellungen darüber berichtet werden (Hartung, 2010).

Darüber hinaus sind aber auch kognitive Prozesse, wie Informationsaufnahme und –verarbeitung an der Einstellungsbildung beteiligt (Hartung, 2010).

2.4 Messung von Einstellungen

Einstellungen sind nicht direkt beobachtbar und werden daher ebenfalls oft anhand von Indikatoren, von welchen angenommen wird, dass sie mit der Einstellung in direktem Zusammenhang stehen, erschlossen (Werth & Mayer, 2008). Laut Jonas et. al. (2014) wird dabei von impliziten Einstellungsmaßen gesprochen, wobei spontane, Assoziationen von Personen erfasst werden ohne, dass diese auf einer verbalen Äußerung von ihr beruhen. Häufig werden sie aber auch über direkte Befragungen oder Fragebögen erfasst, man erhält dadurch sogenannte explizite Einstellungsmaße, wobei nach Werth und Mayer (2008) aber immer die Gefahr besteht, dass die Probanden in einer sozial erwünschten Weise antworten und nicht ihre wahren Einstellungen erfasst werden.

3. EINSTELLUNGEN UND VERHALTEN

Viele Forschungsergebnisse zeigen, dass der Zusammenhang zwischen Einstellung und Verhalten nicht so groß ist, wie man auf den ersten Blick annehmen könnte. Tatsächlich konnten in vielen Studien sogar nur sehr geringe Korrelationen zwischen diesen beiden Konstrukten gefunden werden (Hartung, 2010; Stürmer, 2009). Das bedeutet, dass eine bestimmte Einstellung nicht unbedingt zu dem entsprechenden Verhalten führen muss. Beispielsweise haben die meisten Individuen eine positive Einstellung gegenüber dem Umweltschutz, jedoch verhalten sich viele Menschen

trotzdem häufig nicht in seinem Sinne, was etwa Mülltrennung, Energiesparen, oder Autofahren betrifft (Werth & Mayer, 2008). Alleine aufgrund des Verhaltens, dass jemand, um etwa sein Baby zum Einschlafen zu bringen mit dem Auto durch die Gegend fährt, auf die Tatsache zu schließen, dass es sich dabei um einen Menschen handelt, der Umweltverschmutzung für positiv befindet ist daher weit gegriffen. Viele Faktoren haben letztendlich Einfluss darauf welches Verhalten gezeigt wird, vielleicht ist der Person in diesem Moment gar nicht bewusst, dass sie ein wenig umweltfreundliches Verhalten zeigt, weil die Einstellung gerade nicht verfügbar ist oder die Einstellung konkurriert mit einer oder mehreren als wichtiger erachteten Einstellungen.

Sozialpsychologische Untersuchungen beschäftigen sich daher eingehend mit der Frage wie Einstellungen das Verhalten einleiten und steuern können, aber auch umgekehrt das Verhalten Einstellungen verändern oder bestärken kann (Hartung, 2010). Nach Stürmer (2009) wird das Verhalten nicht nur von der individuellen Einstellung, sondern auch von unterschiedlichen Persönlichkeits- und Situationsfaktoren beeinflusst.

Aber auch wenn der Zusammenhang nicht so groß, wie erwartet ausfiel, übt der Grad der Übereinstimmung, sprich der Konsistenz zwischen Einstellungen und deren Komponenten, wie etwa dem Verhalten, Einfluss auf Einstellungen aus (Werth & Mayer, 2008). Menschen sind trotz allem eher bestrebt einen spannungs- und konfliktfreien Zustand zwischen ihren Einstellungen und auch zwischen ihren Einstellungen und ihrem Verhalten herzustellen (Werth & Mayer, 2008). Dies kann, aufbauend auf unterschiedlichen Theorien, über vielfältige Weise stattfinden.

Die vorliegende Diplomarbeit widmet sich genau diesem Phänomen von Konsistenz und Diskrepanz zwischen Einstellungen und Verhalten sowie dem damit einhergehenden subjektiven Wohlbefinden, auf den folgenden Seiten werden daher einige sehr einflussreiche Theorien dazu beschrieben.

3.1 Festinger's Dissonanztheorie (1954)

Auch in Festingers Theorie der kognitiven Dissonanz (1954) wird nach Werth & Mayer (2008) davon ausgegangen, dass Individuen einen unangenehmen Spannungszustand erleben, wenn sich ihre Einstellungen und ihr Verhalten oder auch ihre Einstellungen untereinander im Widerspruch zueinander befinden, es wird hier von der sogenannte kognitive Dissonanz gesprochen, welche anhand des Rauchens erläutert werden soll:

Die meisten Raucher wissen, dass ihr Verhalten negative, gesundheitliche Folgen haben kann, weshalb ihr Verhalten, also das Rauchen, in sogenannter dissonanter Beziehung zu der Einstellung „Rauchen ist gesundheitsschädlich“ steht (Werth & Mayer, 2008). Dieser als sehr negativ empfundene Gefühlszustand löst wiederum das Bestreben nach Dissonanzreduktion aus, einem Vorgang bei dem versucht wird diesen Zustand mittels unterschiedlicher, teils kognitiver Maßnahmen zu verringern (Werth & Mayer, 2008). Es kann eine Änderung der Einstellung, als auch des Verhaltens erfolgen (Bierbrauer, 1996), welche erneut am Beispiel des Rauchens illustriert wird:

Dissonanzreduktion nach Festinger, 1957 (zitiert nach Werth & Mayer 2008) über:

Änderung eines, oder mehrerer Elemente dissonanter Beziehungen:

- Änderung des Verhaltens:
Rauchen reduzieren oder aufgeben
- Änderung der Wahrnehmung:
Der Raucher sagt sich „Gesundheit ist nicht alles“ und erlebt das Rauchen als weniger problematisch.
- Änderung der Wahrnehmung des eigenen Verhaltens:
Anstatt wahrzunehmen, dass er täglich 2 Schachteln raucht, könnte er sich damit beruhigen seine Wahrnehmung darauf zu lenken, dass er im Moment z.B. die erste Zigarette der Woche raucht.

Hinzufügen konsonanter Elemente:

- Hinzufügen von konsonanten Kognitionen:
Um eine Art Gegengewicht einzubringen, „Rauchen entspannt“
- Rationalisierung:
Rechtfertigung für das dissonante Verhalten, die nachträglich erfolgt, um ihm einen Sinn zu verleihen, „Ich rauche nur um mein Gewicht zu halten“.

Verminderung der Bedeutung der Inkonsistenz:

- Subtraktion dissonanter Kognitionen:
Durch Abmilderung „Andere rauchen viel mehr als ich“.
- Minimierung der Wichtigkeit des Konflikts:
„Es macht mir nichts aus, wenn ich früher sterbe.“
- Reduzierung der wahrgenommene Wahlfreiheit:
„Es wäre unhöflich gewesen die Zigarette abzulehnen.“

3.2 Reaktanz (Brehm, 1966)

Nach Hartung (2010) handelt es sich bei der psychologischen Reaktanz um einen Widerstand eines Individuums gegen massive Beeinflussung durch Andere, welcher immer dann entsteht, wenn Individuen sich in ihrem Freiheitsspielraum bedroht oder eingeengt fühlen, da Menschen allgemein danach streben ihre persönlichen Freiheiten aufrecht zu erhalten, wozu auch die Handlungs- und Entscheidungsfreiheit sowie das Recht auf eigene Einstellungen und Überzeugungen zählen. Wird sich eine Person also dessen bewusst, dass eine andere sie beeinflussen will, so wird dies als Einschränkung der persönlichen bzw. der Entscheidungsfreiheit erlebt, um sich gegen diese Einschränkung zu wehren „trotzt“ sie infolgedessen dem Gegenüber, dies kann auch dann geschehen, wenn sie ursprünglich vielleicht eine gar nicht unähnliche Einstellung hatte (Werth & Mayer, 2008). Nach Hartung (2010) wird durch dieses reaktante Verhalten versucht die bedrohte Freiheit wiederherzustellen. Reaktanz

kann also dazu führen, dass der Versuch der Beeinflussung den gegenteiligen Effekt hat, aber sie kann auch einkalkuliert werden, um eben genau dieses gegenteilige Verhalten zu erzielen (Werth & Mayer, 2008).

Einflussgrößen auf das Ausmaß der Reaktanz, nach Hartung (2010):

- 1.) Je größer die erlebte Freiheitseinschränkung
- 2.) und je ungerechtfertigter die Freiheitseinschränkung empfunden wird und
- 3.) je bedeutsamer die betroffenen Freiheitsräume dabei für das Individuum sind, umso stärker ist die Reaktanz.

Eine der „simpelsten Implikationen“ dieser Theorie betrifft nach Miron und Brehm (2006) die Wahl zwischen zwei oder mehreren gleich attraktiven Alternativen. Steht eine Person demnach vor einer solchen Entscheidung wird sie, sobald sie sich für die vermeintlich attraktivere entschieden hat, Reaktanz erfahren, da eine Entscheidung auch gleichzeitig bedeutet, dass die andere(n) Alternative(n) aufgegeben werden musste(n), das Resultat nach der getroffenen Wahl ist die Aufwertung der nicht mehr verfügbaren Alternative(n) (Miron & Brehm, 2006).

Auch wenn die Mehrheit der Menschen berichten bei einer Wahlentscheidung gerne über eine große Anzahl an Alternativen zu verfügen, so bedeutet dies jedoch auch im Falle, dass nur eine Alternative gewählt werden kann, dass viele Alternativen aufgegeben werden müssen und damit einhergehend auch viele Freiheiten, was solche Entscheidungen dann aufgrund der mitunter sehr großen Reaktanz ziemlich schwierig werden lässt (Miron & Brehm, 2006).

3.3 Gezielte Einflussnahme

Eine weitere Methode der Einstellungsänderung durch Andere ist die Persuasion, d.h. durch gezielte Überredung und Argumentation. Um einen erfolgreichen Einstellungsübernahme zu erzielen müssen einige Faktoren berücksichtigt werden (Hartung, 2010):

Einflussfördernde Merkmale der Informationsquelle:

Wirkung der Persuasion wird erhöht, wenn der Kommunikator kompetent, glaubwürdig und mächtig und oder attraktiv wirkt (Hartung, 2010).

Einflussfördernde Merkmale der Informationsdarbietung:

Anschauliche, beispielhafte sowie Botschaften, die einen Alltagsbezug für die Zielperson haben, weisen eine affektive Komponente auf und sind somit wirkungsvoller (Hartung, 2010).

Einflussfördernde Merkmale der Zielperson:

Diese hängen stark von der Person, ihren Voreinstellungen, Vorkenntnissen sowie ihrer Aufnahme und Reflexionsbereitschaft ab (Hartung, 2010). In einer Studie von Rhode und Wood (1992) konnte gezeigt werden wie wichtig die Rolle der Zielperson bei der Einstellungsänderung ist, sie kam zu dem Ergebnis, dass Personen mit hohem Selbstbewusstsein und hoher Intelligenz, bzw. Bildungsgrad, weniger beeinflussbar sind. Eine weitere Studie von Krosnick und Alwin (1989) kam zu dem Ergebnis, dass besonders späte Adoleszente, sowie junge Erwachsene weniger stabil in ihren Einstellungen sind, dies muss jedoch den Autoren zufolge nicht notwendigerweise aufgrund leichter Beeinflussbarkeit der Fall sein, möglicherweise ist dies deshalb so, weil Menschen in diesem Alter viel stärker mit unterschiedlichen Einstellungen konfrontiert werden. Kontraproduktiv ist allerdings, wenn der Überredungsversuch zu aufdringlich und manipulativ empfunden wird, dies kann dann wiederum zum gegenteiligen Effekt führen, der zuvor beschriebenen Reaktanz (Hartung, 2010).

3.4 Vorhersage des Verhaltens

Wann ist es aber doch wahrscheinlich, dass sich Personen entsprechend ihrer Einstellungen verhalten bzw. ist es trotzdem möglich, dass man das Verhalten einer Person aufgrund ihrer Einstellung vorhersagen kann? Nach Hartung (2010) sind Einstellungen dann besonders verhaltenswirksam, wenn:

- sie mit dem bisher gezeigtem Verhalten übereinstimmen
- sie aufgrund einer selbst gemachten Erfahrung entstanden sind
- sie fast automatisch aktiviert werden, weil sie mit dem Einstellungsobjekt assoziativ sehr fest verbunden sind
- sie subjektiv wichtig sind
- ihnen gegenüber eine moralische Verpflichtung empfunden wird
- sie in ein Netz von Bedeutungen und Wertungen eingebunden sind
- sie eine starke affektive Komponente, als auch eine differenzierte argumentative Elaboriertheit
- sie spezifisch auf ein bestimmtes Verhalten bezogen sind
- ihre Erhebung frei von sozialen und situativen Zwängen erfolgt (z.B. anonym)

3.5 Ajzens Theorie des geplanten Verhaltens

Die Theorie des überlegten Verhaltens und ihre Weiterentwicklung zur Theorie des geplanten Verhaltens stellen zwei der am meisten untersuchten Theorien zur Vorhersage des Verhaltens durch Einstellungen dar (Stürmer, 2009).

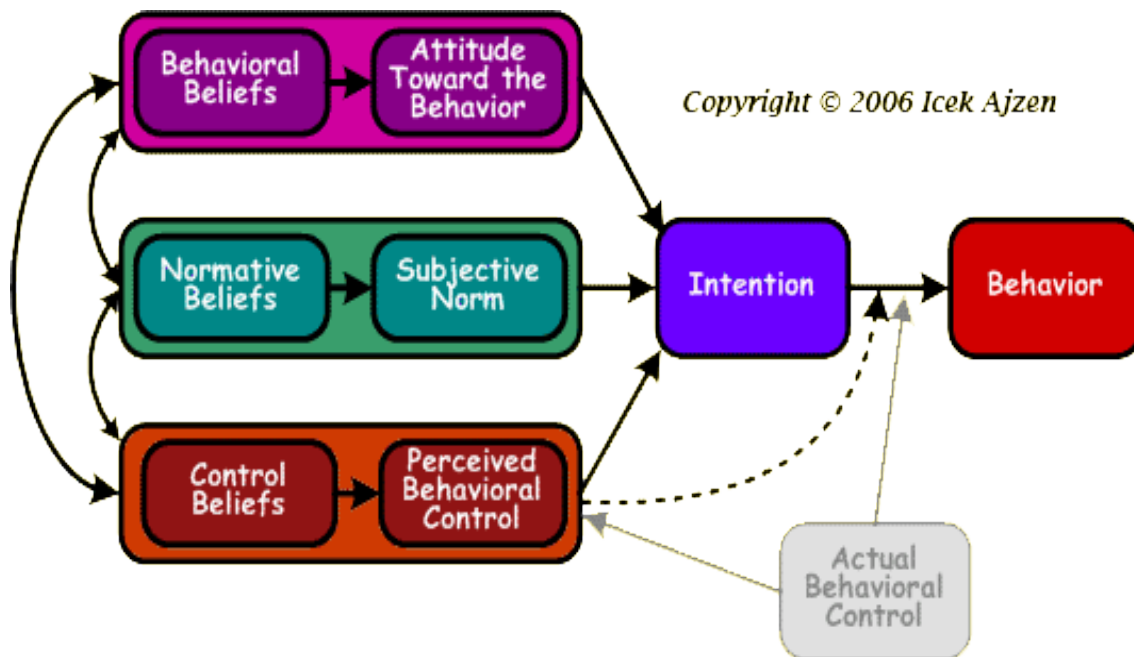


Abbildung 1: Darstellung der theory of planned behaviour, nach Ajzen Icek, 2006 (Boston University School of Public Health (2013))

Anliegen der von Fishbein und Ajzen (1975) elaborierten Theorie des geplanten Verhaltens ist die Aufschlüsselung der Beziehung zwischen Einstellungen und Verhalten (Fredericks & Dossett 1983). Dieser Theorie zufolge wird die Ausübung oder Unterlassung eines bestimmten Verhaltens durch die Intention, also die Absicht dieses Verhalten auszuüben, determiniert, woraus folgt, dass die Vorhersage des Verhaltens durch die zugrundeliegende Einstellung nur dann funktionieren kann, wenn diese Einstellung eben auch Einfluss auf die Intention dieses Verhalten auszuüben hat (Fredericks & Dossett, 1983).

Verhalten lässt sich nach Fishbein und Ajzen (1975) also gut vorhersagen, wenn die Verhaltensabsichten- bzw. intentionen bekannt sind (Werth & Mayer, 2008), diese werden wiederum direkt beeinflusst von:

- den Einstellungen gegenüber dem Verhalten (siehe Abb. 1, Attitude toward the Behaviour), dies beinhaltet Bewertungen des Verhaltens und der damit einhergehenden Konsequenzen
- den subjektiven Normen (Abb. 1 Subjective Norm), also die Überzeugungen darüber, wie wichtig Andere dieses Verhalten nehmen sowie
- der wahrgenommenen Handlungskontrolle (Abb. 1 Perceived Behavioural Control), sprich Überzeugungen über die Fähigkeiten zu verfügen dieses Verhalten auszuüben (Werth & Mayer, 2008).

3.6 Korrespondenzprinzip nach Fishbein und Ajzen (1973)

Eine weitere Theorie von Fishbein und Ajzen (1973) besagt, dass es nur dann einen hohen Grad an Konsistenz zwischen Verhalten und Einstellung gibt, wenn beide im Spezifikationsgrad übereinstimmen (Werth & Mayer, 2008).

Eine sehr anschauliche Studie dazu stammt von Davidson und Jaccard, (1979). Sie konnten mittels Punkt-biserialen Korrelationen zeigen, dass die Einstellung von verheirateten Frauen zur Geburtenkontrolle mittels Verhütungspille umso eher mit ihrem Verhalten übereinstimmte, je spezifischer die Einstellung formuliert wurde. Wurden die Frauen dieser Studie gebeten auf die allgemeine, sehr global formulierte Frage wie sie zur Antibabypille eingestellt seien zu antworten, korrelierte ihr Verhalten, also die Tatsache, ob sie sie selbst einnahmen oder nicht, mit ihrer Einstellung gegenüber der Antibabypille nur sehr gering, bei einem Wert von .083. Deutlich höher, also im mittleren Bereich, war die Korrelation zwischen Einstellung und Verhalten, wenn sie die sehr spezielle Frage wie sie es finden würden sie in den nächsten zwei Jahren einzunehmen beantworten sollten, hier lag die Korrelation bei .572, wie man anhand der untenstehenden Tabelle 1 erkennt.

Tabelle 1: *Korrelationen, r , zwischen Einstellungen gegenüber der Einnahme der Antibabypille in den nächsten zwei Jahren im Zusammenhang mit dem Grad der Spezifikation der Einstellung (adaptiert nach Davidson und Jaccard, 1979):*

Einstellung	r
zur Geburtenkontrolle	.083
gegenüber Geburtenkontrolle durch Antibabypille	.323
gegenüber der Verwendung der Antibabypille zur Geburtenkontrolle	.525
gegenüber der Verwendung der Antibabypille zur Geburtenkontrolle innerhalb der nächsten zwei Jahre	.572

4. PERSÖNLICHKEITSAKTOREN UND KONSISTENZ

4.1 Theorie der Selbstüberwachung (Self – Monitoring, Snyder, 1974)

Selbstüberwachung ist laut Stürmer (2009) eines der am meisten untersuchten Persönlichkeitskonstrukte im Zusammenhang mit der Konsistenz von Einstellungen und Verhalten. Menschen mit hoher Selbstüberwachung orientieren sich eher an den antizipierten Erwartungen Anderer, sie haben ein höheres Gespür für Kontextfaktoren und Schwierigkeiten dabei Einstellungen aus dem Gedächtnis abzurufen (Werth & Mayer, 2008). Personen deren Selbstüberwachung gering ausgeprägt ist, orientieren sich wiederum mehr an ihren persönlichen Standards und Einstellungen, als an den vermuteten Meinungen Anderer, demnach ist der Zusammenhang zwischen Verhalten und Einstellung bei geringen Selbstüberwachern höher, als bei Personen mit hoher Selbstüberwachung (Stürmer, 2009). Laut Hartung (2010) kann das Verhalten von Personen mit hoher Selbstüberwachung jedoch auch konsistent sein, wenn sie genau diesen Eindruck erwecken wollen. Nach Snyder (1974) müssen Personen, die sich stark selbst überwachen und somit an Anderen orientieren sehr sensibel gegenüber den Selbstpräsentationen und Expressionen Anderer sein, um sich in ihrer eigenen Art sich selbst zu präsentieren und in ihrem Verhalten den Anderen anzupassen, im Gegensatz zu niedrigen Selbstüberwachern, welche keinen großen Nutzen daraus ziehen auf die Verhaltensweisen und Selbstdarstellungen anderer Personen zu achten, da sie sich stark an ihren inneren Überzeugungen orientieren. Snyder (1974) entwickelte dazu ein Selbstbeurteilungsverfahren, die sogenannte „Self – Monitoring Scale“, welche zur Erfassung der individuellen Selbstüberwachungstendenz dient. Validierungsstudien hierzu ergaben, dass hohe Selbstüberwacher gut darin sind zu lernen, was in neuen Situationen angebracht ist, über eine gute Kontrolle ihrer Gefühlsexpressionen verfügen und diese Eigenschaften auch gut dazu nützen können, um den Eindruck zu erwecken, den sie zu erwecken beabsichtigen. Er fand heraus, dass Theater-Schauspieler höhere Selbstüberwachungswerte hatten sowie stationäre Psychatriepatienten niedrigere „Self- Monitoring“ – Werte aufwiesen, als Studenten. Auch Moos kam in seiner 1968 durchgeführten Studie zu dem Ergebnis, dass für manche Personen das Verhalten eher durch die Situation vorhersagbar ist, während

es für andere Personen eher den Anschein macht, dass es durch deren Persönlichkeitseigenschaften erklärt wird.

4.2 Selbstwahrnehmung (Bem, 1972)

Die 1972 von Bem entwickelte Theorie der Selbstwahrnehmung besagt, dass Personen häufig, auch im Zuge eigener Konsistenzannahmen, aufgrund ihres eigenen Verhaltens auf ihre Einstellungen schließen (Werth & Mayer, 2008). Sie verhalten sich dabei sich selbst gegenüber, wie ein außenstehende Beobachter, der versucht über das gezeigte Verhalten von jemandem auf dessen Einstellungen zu schließen (Hartung, 2010). Erklärungen hierfür bieten nach Jonas (2014) attributions-theoretische Ansätze. Diese besagen, dass Personen ihr eigenes Handeln auch rückblickend zu erklären versuchen und Ursachen hierfür eher in sich selbst, als in äußeren Faktoren vermuten. So wurden in einer Studie von Chaiken und Baldwin (1981) Einstellungen der Teilnehmer zu ihrem Umweltbewusstsein erfasst. Es konnten zwei Gruppen daraus gebildet werden, Personen mit schlecht definierten und Personen mit präzise definierten Einstellungen darüber. Anschließend wurden zwei Zufalls-Gruppen aus sämtlichen Teilnehmern gebildet, jeweils eine erhielt entweder einen Fragebogen zur Erfassung des vergangenen pro- umweltbewussten oder des vergangenen anti – umweltbewussten Verhaltens. Danach wurde die Einstellung zum Umweltbewusstsein erneut gemessen. Es konnte gezeigt werden, dass Personen mit vorab schlecht definierten Einstellungen diese, nach Ausfüllen des Fragebogens, durch eben diesen definierten, im Sinne der Selbstwahrnehmung, sodass die abschließende zweite Messung der Einstellung konsistent mit dem Fragebogen war. Personen, mit vorab gut definierten Einstellungen orientierten sich kaum am Fragebogen, also schlossen dementsprechend nicht aus ihrem Verhalten auf ihre Einstellung zu ihrem Umweltbewusstsein.

4.4 Häufige Darbietung

Eine weitere Form der Beeinflussung von Einstellungen bietet der Mere-Exposure Effekt, danach ändert sich die Meinung einer Person über eine Sache allein dadurch

wie oft sie mit ihr in Kontakt tritt (Stürmer, 2009), z.B. gefällt ein Gemälde bei mehrmaliger Betrachtung besser, als auf den ersten Blick, da aus der Vertrautheit gegenüber dem Objekt, im Sinne der Selbstwahrnehmung von Bem (1972), geschlossen wird, dass man ihm positiv gegenübersteht, da man es sonst gemieden hätte (Stürmer, 2009).

4.5 Selbstschema

Auch das Selbstschema spielt in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle. Hiernach ist es wahrscheinlicher, dass eine Person ein Verhalten zeigt, dass zu ihrem persönlichen Selbstschema passt, als eines, dass für das eigene Schema irrelevant ist, beispielsweise wird jemand der die Einstellung zu dem Verhalten Sport als integralen Bestandteil seines Selbstschemas „Ich bin ein sportlicher, aktiver Mensch“ hat, wahrscheinlicher ein sportliches, also schema- bzw. einstellungskonsistentes Verhalten zeigen, als jemand sich mit diesem Schema nicht identifiziert (Stürmer, 2009).

So konnten Orbell und Sheeran (2000) in einer Studie zur Theorie des geplanten Verhaltens im Zusammenhang mit dem Selbstschema zeigen, dass das Verfügen über ein Selbstschema in einem bestimmten Bereich die Beziehung zwischen Intentionen und Verhaltensausübung in eben diesem Bereich moderierten. Wenn also die Teilnehmer an der Studie berichteten keine Intentionen zu haben, ein bestimmtes Verhalten auszuüben, wurde die Verhaltensausübung auch nicht dadurch wahrscheinlicher, dass sie ein Selbstschema darüber besaßen. Wenn jedoch die Teilnehmer angaben ein bestimmtes Verhalten ausüben zu wollen, stieg die Wahrscheinlichkeit dessen Ausübung an, wenn sie dazu auch ein Selbstschema besaßen.

5. EINSTELLUNGSKONSISTENZ UND IHR ZUSAMMENHANG MIT DEM SWB

5.1 Gründe für einstellungsdiskrepantes Verhaltens, trotz negativer Konsequenzen für das SWB

Menschen neigen häufig auch dazu inkonsistente Entscheidungen zu treffen, wenn es um ihr eigenes Glück geht. Sie stellen aus diversen Gründen nicht ihren eigenen Vorteil oder Nutzen in den Vordergrund, sondern handeln nach irrationalen, persönlichen Überzeugungen, indem sie ihr eigenes Glück davon abhängig machen, wie sich etwa ihre Situation im Vergleich zu Anderen darstellt oder aber indem sie in Berufen arbeiten, von denen sie angeben, dass diese sie nicht erfüllen, ohne jedoch etwas dagegen zu unternehmen (Kahnemann & Krueger, 2006). Ihr Verhalten reflektiert also nicht notwendigerweise ihre „wahren“ Vorlieben, weshalb Untersuchungen zum SWB, die sich rein auf die Entscheidungen, die Menschen treffen stützten wenig Anreiz bieten (Kahnemann & Krueger, 2006).

In einer Studie von Tversky & Griffin (1991) wurden zwei Gruppen von Studenten gebildet, eine Gruppe wurde gefragt „Welchen Beruf würden sie gerne ausüben?“ und die zweite Gruppe gefragt „In welchem Beruf, denken sie würden sie glücklicher sein?“ Die erste Gruppe wurde nach einem konkreten Verhalten, die zweite nach einer Vorliebe, die die Einstellungen zu den beiden Berufen wieder spiegelt, gefragt. In der ersten Gruppe entschieden sich die Studenten für den Beruf, der zwar ein höheres Einkommen bringt, aber weniger zufriedenstellend war, anstatt für den Beruf, der zwar ein geringeres Einkommen einbrächte, jedoch mit mehr Lebenszufriedenheit einherginge. Umgekehrt fiel die Entscheidung der zweiten Studentengruppe aus, sie bevorzugten den zufriedenstellenderen, schlechter bezahlten Beruf. Wurde also nach einer Entscheidung gefragt, einem Verhalten, orientierten sich die Studenten also eher an der Bezahlung, wurde jedoch nach einer Einstellung, also dem Urteil welcher Beruf besser ist, gefragt, orientierten sich die Studenten eher an den Meinungen anderer Studenten. Es lässt also auch diese Studie deutlich werden, welche Bezugsnormen und situationelle Einflussfaktoren bei der Wahl von Einstellungen und Verhalten zu tragen kommen und darüber hinaus veranschaulicht, wie sich Personen

bewusst gegen mehr Zufriedenheit, zumindest im Beruf entscheiden, wenn andere Faktoren zum Tragen kommen.

5.2 Selbstrechtfertigung einstellungsdiskrepanten Verhaltens

Wie im vorigen Kapitel ausführlich beschrieben streben Individuen nach Konsistenz zwischen ihren Einstellungen und deren Komponenten, da fehlende Übereinstimmung aus diversen Gründen zu einem, mehrfach beschriebenen, Spannungszustand führen kann, wie der kognitiven Dissonanz. Es wäre also nur logisch davon auszugehen, dass Personen, welche ein einstellungsdiskrepantes Verhalten ausüben, das unter Umständen auch noch negative Folgen für die Betreffenden nach sich zieht zu einem verringerten subjektiven Wohlbefinden führt, erstaunlicherweise konnte jedoch mehrfach auch gezeigt werden, dass das Gegenteil der Fall sein kann und zwar dann, wenn das einstellungsdiskrepante Verhalten freiwillig ausgeführt wurde (Hartung, 2010).

Eine Fülle von Studien konnte zeigen, wenn Personen mittels unterschiedlicher Anreize, wie etwa Geld, oder auch durch Überredungsversuche sowie Überrumpelungen dazu gebracht werden konnten sich einstellungsdiskrepant zu Verhalten, dies jedoch nicht als Zwang empfanden und dieses Verhalten zusätzlich negative Konsequenzen für die Betroffenen hatte, dies häufig zu einer nachträglichen Änderung der Einstellung führte (Hartung, 2010). Die Gründe hierfür liegen nach Hartung (2010) abermals in der, bereits beschriebenen, Dissonanztheorie, wenn Individuen also durch das diskrepante Verhalten einen Spannungszustand empfinden und das gezeigte Verhalten oder dessen Konsequenzen nachträglich nicht mehr ausgebessert werden können, besteht auch die Möglichkeit die Einstellung entsprechend des gezeigten Verhaltens zu ändern, um die Spannung zu reduzieren.

Eine bekannte Studie dazu stammt von Festinger und Carlsmith (1959), dabei sollten Studenten an zwei langweiligen Aufgaben teilnehmen, danach wurde einer Gruppe von ihnen 1 Dollar und der anderen Gruppe 20 Dollar geboten, wenn sie anschließend jemandem gegenüber berichteten, dass die Aufgaben interessant und amüsant

gewesen seien. Anschließend wurden die Einstellungen der Studenten zu den Aufgaben erfasst. Die Autoren stellten fest, dass entsprechend ihrer Theorie, jene Studenten, welche den höheren Geldbetrag erhielten ihre Einstellung nicht in dem Ausmaß änderten, wie jene Studenten in der 1 Dollar Bedingung. Der Effekt, die Einstellungsänderung, war also umso schwächer, je stärker die Belohnung über das notwendige Maß, um das Verhalten einzuleiten hinaus ging, denn wird das einstellungsdiskrepante Verhalten allzu sehr belohnt rechtfertigt dies das Verhalten bereits hinreichend.

5.3 Unangemessene Belohnung einstellungskonsistenten Verhaltens

Zu hohe Belohnungen kann einer wahren Einstellungsänderung also im Wege stehen, wird jedoch ein einstellungskonsistentes Verhalten ebenfalls zu ausgiebig belohnt, kann dies die ursprüngliche Einstellung ebenfalls destabilisieren bzw. abschwächen (Hartung, 2010), da im Sinne der Selbst-wahrnehmungstheorie von Bem (1972), wobei der Handelnde eine Erklärung seines Verhaltens sucht, dann aufgrund der Tatsache, dass er für etwas belohnt wird darauf schließt, dass er es wohl deshalb tut und nicht weil es Spass macht (Hartung, 2010).

6. SELBSTREFLEXION, KONSISTENZ UND SWB

Nach Stein und Grant (2014) ist ein zentrales Konzept in der positiven Psychologie das der Selbstreflexion, diese sollte demnach zu erhöhter Einsicht sich selbst und seinen Problemen gegenüber führen und dadurch wiederum zu gesteigertem subjektiven Wohlbefinden.

Selbstreflexion allein führte jedoch in bisherigen Studien weder zu gesteigertem SWB, noch zu einer erhöhten Selbsterkenntnis (Stein und Grant, 2014). Die Erklärung dieses Phänomens könnte nach Ansichten der Autoren in der ruminativen (negativen, grüblerischen) Selbstreflexion liegen, da diese die eigentliche Selbstreflexion konfundiere.

Aufgrund dieser Möglichkeit wurden in einer Studie von Stein und Grant (2014) zwei Arten der Selbstreflexion unterschieden, die erste wurde anhand dysfunktionaler Einstellungen charakterisiert und die zweite anhand von positiven Selbstevaluationen. In der ersten Gruppe fanden sich Personen, welche in sehr negativer Art und Weise über sich und ihr Leben eingestellt waren und entsprechend über sich selbst reflektierten, in der zweiten Gruppe fanden sich Personen, welche ein positives Gesamtbild von sich und ihrem Leben hatten und dementsprechend positive Reflexionen über sich berichteten. Insgesamt wurden 227 Personen hinsichtlich der Art ihrer Reflexionen (also dysfunktionale Einstellungen versus positive Selbstevaluation) und hinsichtlich ihres subjektiven Wohlbefindens, anhand von 3 verschiedenen Skalen untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass die dysfunktionalen Einstellungen die Beziehung zwischen Selbstreflexion und Selbsterkenntnis unterdrücken und zweitens, dass die positiven Selbstevaluationen die Beziehung zwischen Selbsterkenntnis und SWB mediiieren. Diese Ergebnisse legen nahe, dass Selbstreflexion über den Weg der Selbsterkenntnis sowie der positiven Selbstevaluationen zum SWB führt (Stein & Grant, 2014).

Auch Brandtstädter (2011) zufolge können Reflexionen zu zweierlei Ergebnissen führen und sind nicht per se wohlbefindensfördernd.

„Die Dramaturgie von Lebensgeschichten ergibt sich wesentlich aus dem spannungsvollen Kontrast zwischen möglichen Lebensverläufen und dem, was wir – im Rahmen gegebener Möglichkeiten – „aus unserem Leben gemacht“ haben. (...) Fällt der Vergleich zugunsten des faktischen Ereignisablaufes aus, entstehen positive Gefühle; die Annahme, durch eigenes Tun die Wahrscheinlichkeit einer glücklichen und erfolgreichen Entwicklung befördert zu haben, verbindet sich mit Gefühlen von Freude, Genugtuung oder Stolz. Dagegen erzeugt der kontrafaktische „Aufwärtsvergleich“ mit möglichen günstigeren Verläufen negative Affekte wie z. B. Enttäuschung, Ärger oder Reue.“

Das Resultat von Reflexion kann also Reue sein, dabei handelt es sich um Erinnerungen an ein früheres Handeln, im Hinblick auf die negativen Konsequenzen, die nun getragen werden müssen, was aufgrund der impliziten Handlungsfreiheit dann nicht nur zu Selbstvorwürfen gegenüber der Handlung, sondern auch gegenüber der eigenen Person führen kann (Brandtstädter, 2011).

Nach Grant (2001) ist jedoch Selbstreflexion frei von jeglichen emotionalen Bewertungen bzw. affektiven Valenzen (Stein & Grant, 2014), was derartige Unterteilungen wiederum fragwürdig macht. In der vorliegenden Diplomarbeit wird aufbauend auf diesen widersprüchlichen Erkenntnissen ebenfalls versucht die, im Grad der Kongruenz eingestuften Personen, weiters nach dem Grad ihrer Reflexivität zu unterscheiden. Es wird untersucht, ob ein Unterschied im Ausmaß des subjektiv empfundenen Wohlbefindens anhand der Reflexivität ausgemacht werden kann, da diese alleine bereits eine Steigerung dessen ausmacht oder aber nicht, sodass eine weitere Unterteilung der Art der Reflexivität angedacht werden muss.

7. RATSCHLÄGE ZUM GLÜCK UND SWB

Viele Studien befassen sich damit wie sich Ratschläge zum Glück oder zum SWB auf denjenigen auswirken, der sie erhält. Häufig werden dabei Ratschläge aus Selbsthilfebüchern herangezogen und deren Wirkungsweise auf den Rezipienten erforscht, aber auch Ratschläge von antiken Philosophen, wie Epikur, bis über jene des bekannten pessimistischen Philosophen des 19. Jahrhunderts, Arthur Schopenhauer sowie solche verschiedener chinesischer Schulen, wie Taoismus, Konfuzianismus und Buddhismus werden mit dem modernen Verständnis von SWB und dessen aktuell erforschten Bedingungen verglichen (Bergsma, 2008). Die dahinterstehende Frage ist, ob Personen, welche derartige Ratschläge beherzigen und danach leben auch eine Steigerung in ihrem Wohlbefinden erfahren, ein häufiges Problem bei der Erfassung liegt einmal mehr in den unterschiedlichen Definitionen von Glück sowie der Übertragbarkeit solcher Ratschläge auf andere Personen, vor allem jene antiker Philosophen auf heutige Lebensbedingungen und Werte (Bergsma, 2008).

In den für diese Studie verwendeten qualitativen Interviews wurden jedoch die Teilnehmer selbst gefragt welche Ratschläge sie an ihre Kinder bzw. andere ihnen nahestehende Personen erteilen würden, die vorliegende Diplomarbeit befasst sich daher eingehend damit, auf der einen Seite zu erfassen zu welchen Ratschlägen es kommt und wie diese sich mit dem aktuellen Wissen über die Bedingungen für subjektives Wohlbefinden vereinbaren lassen und andererseits damit, ob die Personen, die den Ratschlag erteilen auch selbst danach leben und folglich auch glücklicher sind, als Personen, welche ihre Ratschläge nicht beherzigen, da angenommen wird, dass die erteilten Ratschläge Rückschlüsse auf zugrunde liegende Einstellungen zum SWB der Rat erteilenden Person zulassen. Aus dem Interview lassen sich wiederum Informationen über das Verhalten der Befragten ableiten, darunter sowohl über Berufs- und Familienleben, als auch über ihre Freizeitgestaltung.

Wie im vorigen Kapitel ausführlich beschrieben, gibt es eine Fülle an Theorien und Untersuchungen, die zeigen konnten, dass sich Einstellungen und Verhalten von Individuen häufig nicht decken und dies wiederum negative Folgen für das SWB nach sich ziehen kann. Dass auch in den hier verwendeten qualitativen Interviews die Beobachtung gemacht wurde, dass die von den Teilnehmern geschilderten Verhaltensweisen sich häufig nicht als Antwort auf die Interviewfrage 14 wiederfanden, die Ratschläge zum Glück also häufig gar nicht von den Teilnehmern selbst befolgt wurden bzw. teilweise sogar das exakte Gegenteil gelebt wurde, gab Anlass zu der vorliegenden Arbeit und führte zu den auf der nächsten Seite beschriebenen Fragestellungen.

8. FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN

Fragestellungen

Fragestellung 1: Vorläufiges Kategoriensystem der erteilten Ratschläge

Fragestellung 2: Gibt es eine Kategorie von Ratschlägen in welcher die Personen glücklicher/ zufriedener sind im Vergleich zu den Personen der übrigen Kategorien?

Hauptthesen

H1: Kongruente Teilnehmer weisen allgemein höhere Werte in Glück und Zufriedenheit auf, als inkongruente Teilnehmer.

H2: Reflektierte Teilnehmer unterscheiden sich hinsichtlich Glück und Zufriedenheit von den unreflektierten Teilnehmern.

Nebenthesen

H1, 1: Alter hat einen Einfluss auf Kongruenz

H1, 2: Bildungsstand hat einen Einfluss auf Kongruenz

H1, 3: Alter hat einen Einfluss auf Reflexivität

H1, 4: Bildungsstand hat einen Einfluss auf Reflexivität

H1, 5: Kongruenz und Reflexivität weisen miteinander einen signifikanten Zusammenhang auf.

III. Empirischer Teil

9. VORSTELLUNG DES GESAMTPROJEKTS

Die vorliegende Arbeit entstand im Rahmen eines Projekts der MODUL Universität Wien, unter der Leitung von Mmag. Dr. Ivo Ponocny. Inhalt dieser Studie ist die Messung des subjektiven Wohlbefindens, im Hinblick auf die individuellen Lebensumstände sowie die Auseinandersetzung mit den damit einhergehenden Messproblematiken. Zwei Grundüberzeugungen des Projektleiters führten zu dieser Studie, erste ist die, dass eine Gesellschaft um das Wohlbefinden ihrer Bevölkerung bemüht sein sollte, weshalb sie in regelmäßigen Abständen ihre Lebenszufriedenheit erheben sollte und die zweite ist, dass die wenigen existierenden quantitative Methoden allein, wie Fragebögen, zu dessen Erfassung nicht ausreichend schienen.

Fragebögen erlauben nur das bloße Ankreuzen eines Kästchens, jeder Mensch misst jedoch dem Wort Glück oder Zufriedenheit eine andere Bedeutung bei, die sich häufig nicht mit wissenschaftlichen Definitionen decken, so besteht für viele Personen gar kein Unterschied zwischen Zufriedenheit und Glück, während andere Zufriedenheit lediglich als eine mildere Form des Glücks betrachten (Ponocny et al., 2012), dies kann die Interpretation und Auswertung der Daten sehr schwierig machen.

9.1 Messinstrumente und Stichproben

Um die Lebensbedingungen und das subjektive Wohlbefinden im Projekt von Ponocny et. al. (2012) möglichst genau und umfassend zu erheben kamen daher, zusätzlich zu den quantitativen Selbstbeurteilungsfragebögen, welche das SWB, zweifach, auf einer jeweils 10-stufigen Skala, einerseits als Glück („1 = *sehr glücklich*“ bis „10 = *sehr unglücklich*“) und andererseits als Zufriedenheit („1 = *sehr zufrieden*“ bis „10 = *sehr unzufrieden*“) messen, auch qualitative Interviews und Tagebücher zum Einsatz. Insgesamt sind im Moment 1432 Fragebögen, sowie 498 Interviews verfügbar, 75 Personen bearbeiteten alle drei Verfahren.

9.2 Datenerhebung

Die Interview-Teilnehmer stammen dabei allesamt aus zehn verschiedenen Orten in Österreich. Sie wurden zu ihren Lebensbedingungen und dem damit einhergehenden Wohlbefinden im Zeitraum von April bis August 2012, im Rahmen eines halboffenen Interviews, befragt. Das Interview dauerte zwischen 45 Minuten und einer Stunde, für die Teilnahme daran erhielten die Probanden, als kleinen Anreiz, jeweils € 50,-, sowie € 20,- für das optionale zusätzliche Ausfüllen des Tagebuchs (Ponocny et. al., 2012).

Nach Ponocny et. al. (2012) war ein ursprüngliches Ziel dieses Projekts die Konstruktion eines quantitativen Fragebogens zur Erfassung des SWB, welcher nicht auf unterschiedlichen Theorien, sondern auf den empirischen Daten aus den qualitativen Interviews aufgebaut ist. Zwei weitere methodologische Hauptziele der Studie waren, erstens die qualitative Analyse der Antworten aus dem Interview, hierbei erklären die Befragten nach der Beantwortung wie sie die Fragen interpretiert haben und wie ihre Antworten darauf zu verstehen sind (dieser Vorgang ist als kognitives Testen bekannt), dies soll dabei helfen das Itemmaterial sowie die Interpretation der gesammelten Daten zu den SWB- Fragen zu verbessern und zweitens die Konstruktion einer Methodologie zur Erfassung regionaler Lebensbedingungen, denn den Ansichten der Autoren nach sind die Rahmenbedingungen hierfür noch nicht ausreichend gegeben. Die Frage welche Mixtur aus qualitativen und quantitativen Methoden am besten geeignet ist, um solche regionalen Einflüsse möglichst genau zu erfassen, wird versucht zu beantworten (Ponocny et. al., 2012).

Auf der nächsten Seite befinden sich die Richtlinien für die Durchführung der halboffenen qualitativen Interviews. Frage 14 ist die, diese Diplomarbeit betreffende. Man beachte, dass sie gegen Ende des Interviews gestellt wird und welche Informationen vorab erhoben werden, dies kann bei der Interpretation der Ergebnisse von Bedeutung sein. Des Weiteren ist zu berücksichtigen, dass das Interview nicht auf die hier untersuchten Fragestellungen ausgerichtet war. Die Fragestellung ergab sich erst in Auseinandersetzung mit den bereits erhobenen empirischen Material.

9.3 Interview Leitlinien

Die halb-standardisierten Interviews orientierten sich an folgendem Interviewleitfaden (Ponocny et al., 2012):

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.

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?

9.4 Kategorisierung der Interviews für das Gesamtprojekt

Sämtliche Interviews wurden auf Tonband festgehalten, im nächsten Arbeitsschritt des Projekts wurden die Tonbanddateien von Studenten (Diplomanden) in Texte umgewandelt, dieser als Transkription bezeichnete Vorgang wurde, um einheitliche, sogenannte Transkripte zu erhalten, nach bestimmten Regeln durchgeführt. Danach wurden in einem weiteren Schritt, den dabei beteiligten Diplomanden, jeweils 60 Interviews zugeteilt, welche von ihnen mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008, im nächsten Abschnitt beschrieben) mit dem unten stehenden Kategoriensystem deduktiv kategorisiert wurden. Im Sinne des Projektleiters, Ponocny (persönliche Kommunikation, 2013), wurde jede Textstelle, welche einen positiven oder negativen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden des aktuellen Lebens nahelegt (nicht unbedingt zum aktuellen Interviewzeitpunkt, aber zum gegenwärtigen Leben gehörig, wobei der Einfluss sich nicht nur auf bereits zurückliegendes SWB beziehen sollte) kodiert. Dabei konnten die Versuchsperson selbst eine positive oder negative Bewertung vornehmen (durch entsprechend wertende Wörter wie gut, schlecht, angenehm, belastend oder durch einen Ausdruck von Unfreiwilligkeit wie „müssen“ etc.) oder es ist aus dem Zusammenhang sowie aufgrund der inhaltlichen Bedeutung ein Einfluss auf das SWB mit großer Sicherheit anzunehmen (z.B. Streit, Schlafstörung). Dementsprechend wurden hier 4 Codes in der Kategorie „Bewertungen“ vergeben. Die Interviews wurde mit Hilfe der Kodier-Software RQDA bearbeitet. Im folgenden werden alle Kategorien beschrieben:

Bewertungen

1. Positiver Einfluss auf SWB (explizit im Interview bewertet) „positiv bewertet“
2. Negativer Einfluss auf SWB (explizit im Interview bewertet) „negativ bewertet“
3. Positiver Umstand (lt. Bewertung durch CodiererIn) „positiver Umstand“
4. Negativer Umstand (lt. Bewertung durch CodiererIn) „negativer Umstand“

Eindeutigkeit der Bewertung

1. Verdacht
2. plausibel, aber nicht zwingend

3. anzunehmen
4. eindeutig

Grad der Auswirkung (sowie Grad der Auswirkung Ober- und Untergrenze)

1. marginal: schwach, nicht wiederkehrend, für die Gesamtstimmung mehr oder weniger vernachlässigbar
2. eingegrenzt: nicht vernachlässigbar, aber eher einen isolierten Lebensbereich betreffend, z.B. eine unangenehme einmalige Prüfung (es sei denn die SWB-Auswirkung der Prüfung geht darüber hinaus, etwa indem die Zeit von anderen Lebensbereichen abgezogen wird oder man sich über die unmittelbare Beschäftigung mit dieser Prüfung hinausgehend fürchtet)
3. öfter oder länger andauernd: mehrfaches Auftreten oder längeres Anhalten, etwa bei größerer Prüfung wie Diplomprüfung, andauernde Konflikte mit Geschwistern oder Eltern, chronische Beschwerden wie gelegentlich wiederkehrende Kopfschmerzen, Lernen mit Kindern für die Schule (wenn als lästig erlebt)
4. zentral: ein zentraler Lebensbereich ist merklich in Bezug auf SWB beeinträchtigt, insbesondere Partnerschaft, Kinder, Beruf, Gesundheit, Lebensgestaltung (Freizeitmangel, Unfreiheit, ...), Selbstbild (soziale Anerkennung, Minderwertigkeitsgefühle), Sozialleben (Einsamkeit), Wohlbefinden (depressive Verstimmungen, Frustration, existenzielle Ängste)
5. übergreifend: mehr als ein Lebensbereich ist betroffen bzw. der eine Lebensbereich überstrahlt die anderen
6. dominant: eine dominante Grundstimmung wird formuliert bzw. zieht sich durch das ganze Leben durch (immer unzufrieden, Depressionen)

Authentizität

1. authentisch: spontanes, konkretes ausführliches Erzählen mit nachvollziehbar geäußelter Emotionalität
2. ungestützt: keine konkreten Inhalte aber auch kein Verdachtszeichen auf eine unauthentische Aussage
3. fraglich: flache Emotionalität in der Erzählung oder emotionale Bewertung,

welche kaum oder nur durch triviale Äußerungen unterstützt wird

4. unauthentisch: widersprüchlich, oder starke Präsenz von Metaaffekt

Metaaffekt

bei Anzeichen einer Bewertung der affektiven Reaktion selbst (zB. Verdrängung, die Person beschränkt explizit die emotionale Bedeutung eines Umstandes.

Tabelle 2: Beschreibung der Arten des Metaaffekts

Herunterspielen Inkonsistenzen Verdrängung bzw. Dissonanzreduktion	Aussagen mit emotionaler Bedeutung passen nicht zusammen Sätze, welche angesichts drohender negativer Emotionalität ein positives Bild der Situation zeichnen unplausible "positive" Äußerungen
Rationalisierung expliziter oder abrupter	ein geäußelter Umstand wird spontan erklärt oder gerechtfertigt Abbruch eines Themas
Soziale Erwünschtheit	expliziter Verweis auf soziale Normen oder unauthentische Antwort, aber im Sinne sozialer Normen
Ausweichen Trivialantwort	"wir dürfen uns nicht beschweren"
Resignation	rein kognitives Herabsetzen einer Bewertungsschwelle, ohne tatsächlicher emotionaler Umbewertung
Hinweis auf "Normalität"	
Verschiebung	Verschiebung der Emotion ins Abstrakte oder in allgemeine (z.B. politische) Situation
Relativierungen	Gebrauch einschränkender Wörter wie "eigentlich"
Problem ins Vergangene verschoben	"jetzt ist es eh schon viel besser"

Formulierung

der Bewertung, relevante Textstelle markieren (z.B. „gefremdet“)

Themenfeld

Das, die Bewertung betreffende, Themenfeld wurde ebenfalls mit einem Kode versehen, zB. Freizeit, Wohnen, Arbeit, soziale Vergleiche etc.

Memos

Theoretische Memos, also persönliche Gedanken zum Text, konnten in RQDA unter dem Menüpunkt „Annotationen“ hinzugefügt werden.

Nach der Kategorisierung von insgesamt 60 Interviews wurde, von denselben Diplomanden, auch eine Gesamtbeurteilung der Interviews vorgenommen, wobei Ausmaß und Anzahl der positiven und negativen Umstände und Bewertungen gezählt wurden. Ebenso wurde eine Fremdbeurteilung der Zufriedenheit und des Glücks durch denselben Beurteiler vorgenommen und anschließend mit der Selbsteinschätzung von Glück und Zufriedenheit durch die Teilnehmer, welche anhand des Fragebogen abzulesen war, verglichen und hinsichtlich der Plausibilität des Selbsturteils sowie der Sicherheit bei der Fremdbeurteilung eingestuft.

10. KATEGORISIERUNG DER INTERVIEWS FÜR DIE DIPLOMARBEIT

Um die Fragestellungen der vorliegenden Diplomarbeit auszuwerten wurde ebenfalls hauptsächlich mit eben diesen 60 aus dem Gesamtdatenpool des Projekts stammenden, kategorisierten Interviews gearbeitet sowie für die zweite Fragestellung und deren Hypothesen zusätzlich mit den quantitativen Selbstbeurteilungs-Fragebögen. Zur Kategorisierung wurde ebenfalls mittels RQDA gearbeitet und für die statistischen Berechnungen wurde das Rechenprogramm SPSS verwendet. Die Theorie- und Hypothesenbildung bewegte sich in der von Glaser und Strauss, 1967 entwickelten, Grounded Theory, welche eher einen Forschungsstil, als eine Methodologie beschreibt (Strauss, 1996). Die Daten wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) kategorisiert. Auf den nächsten Seiten befinden sich Erläuterungen zu diesen beiden Verfahren.

10.1 Grounded Theory

Die Grounded Theory von Glaser und Strauss (1967) gilt heutzutage als eine der am weitesten verbreiteten Methoden „qualitativ-interpretativer Sozialforschung“, sie stellt eine Form des systematisch experimentellen Zugangs zur Realität dar, der die Lücke von subjektiv und objektiv zu schließen versucht (Strübing, 2013). Nach Strübing (2013) lässt sich Grounded Theory am besten mit „in empirischen Daten begründete Theorie“ übersetzen, womit ein Forschungsstil zur Erarbeitung von Theorien, welche anhand des empirischen Materials erst gegründet werden, gemeint ist. Grundlegendes Merkmal des Verfahrens ist, dass die Prozesse von Datenerhebung-, analyse und Theoriebildung zeitliche parallel stattfinden und in wechselseitiger, funktionaler Abhängigkeit zueinander stehen, es findet also ein ständiger Wechsel zwischen Reflexion und Handeln statt, wobei die Reflexionen wiederum auf, in vorangegangenen Schritten erarbeiteten, Ergebnissen beruhen (Strübing, 2013). Diese Schritte folgen keinem bestimmtem Schema oder einer vorgegebenen Reihenfolge, sie ergeben sich eher automatisch während des Forschungsprozesses, welcher jedoch nicht mit einer endgültigen Theorie abgeschlossen ist, vielmehr geht es darum Theorien ständig zu überprüfen und neu zu bilden (Strübing, 2013).

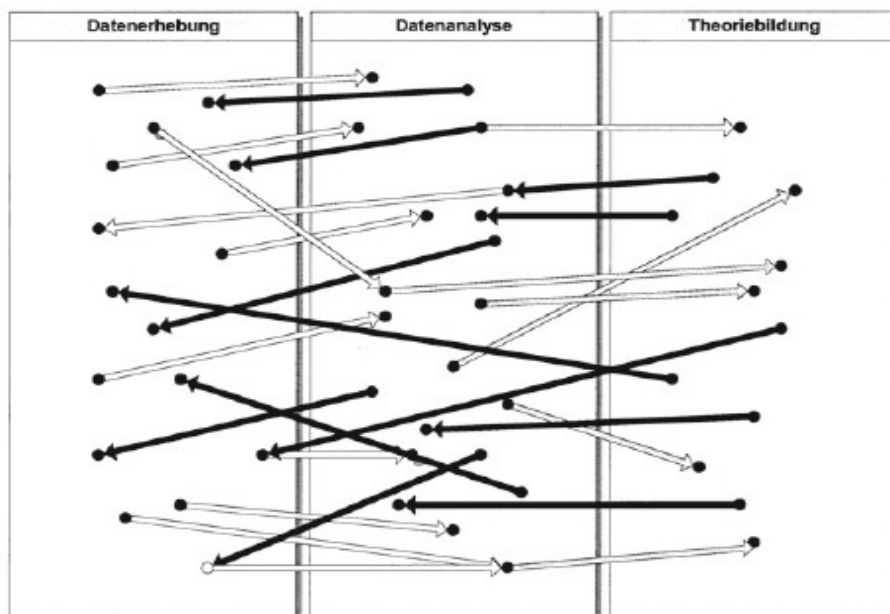


Abbildung 2: Parallelität der Arbeitsschritte aus Strübing (2008, S. 15)

Der Forscher selbst kann, Strübing (2013) zufolge, dabei niemals nur neutraler Beobachter sein, da die ihm Interpretation der Daten und Ergebnisse obliegen, weshalb die erarbeiteten Theorien zu einem gewissen Grad auch immer subjektiv gefärbt sind (Strübing, 2013). Das bedeutet jedoch nicht, dass Forschen im Sinne der Grounded Theory keinen Regeln folgt, gewisse wissenschaftlichen Anforderungen, zum Beispiel der Nachweis darüber, dass nach bestimmten Regeln einer jeweiligen Methode verfahren wurde und dass sich die eigene Vorgehensweise mit der Methode der Grounded Theory vereinbaren lässt, sind zu argumentieren (Strübing, 2013).

10.1.1 Die Methode des ständigen Vergleichens

Die Leitidee des Kodierprozesses ist die Methode des ständigen Vergleichens, welche nach Glaser und Strauss (1967) „die Quelle gegenstandsbezogener theoretischer Konzepte“ bilden, denn das ständige Vergleichen von Vorkommnissen, im qualitativen Datenmaterial führt sehr bald zur Bildung von theoretischen Eigenschaften einer Kategorie (Strübing, 2013), hierfür stehen mehrere Methoden zur Verfügung:

10.1.2 Kodieren

Versucht man ein theoretisches Rahmenkonzept aus den gesammelten qualitativen Daten zu gewinnen, ist es nicht möglich die Daten unter Bezugnahme einer Theorie abzuleiten, da für die Codes das theoretische Rahmenkonzept eben noch nicht existiert, in diesem Fall werden theoretische Konzepte in Auseinandersetzung mit dem empirischen Material erst entwickelt (Strübing, 2013). Das bedeutet jedoch keinesfalls den Verzicht auf das Kodieren, die Codes und Kategorien werden lediglich erst sukzessive, durch ständiges Vergleichen, aus dem Datenmaterial gewonnen und anhand der abgeleiteten Theorien wiederum überprüft (Strübing, 2013).

Dabei werden drei Vorgangsweisen unterschieden, beim offenen Kodieren werden Eigenschaften einzelner Phänomene analytisch erst herausgearbeitet, anders als beim axialen Kodieren, wobei ein phänomenbezogenes Zusammenhangsmodell entstehen soll, welches durch ständiges Vergleichen der Beziehungen zwischen, aus

den Daten gewonnenen, Konzepten überprüft werden soll (Strübing, 2013). Die gebildeten Theorien werden danach, beim selektiven Kodieren, in Bezug zu den gewonnen Kategorien gestellt, welche danach teilweise überarbeitet und erneuert werden müssen, der Zusammenhang zwischen den Kategorien und den theoretischen Konstrukten soll somit herausgearbeitet werden (Strübing, 2013).

10.1.3 Dimensionalisieren

Um die Daten aus dem offenen Kodieren zu ordnen können sie dimensionalisiert werden, dabei werden Kategorien weiter anhand von Dimensionen unterteilt (Strübing, 2013). Dieser grundlegende Vorgang des Dimensionalisierens dient nach dazu die Kategorien zu organisieren (Strauss, 1996).

10.1.4 Anwendung der Grounded Theory in der vorliegenden Arbeit

Die erste Haupthypothese, dass kongruente Personen glücklicher und zufriedener sind als inkongruente Personen, ergab sich im Zuge des Kategorisierens der Interviews für das Gesamtprojekt, im Sinne der Grounded Theory. Wobei, wie beschrieben, Theorien eben anhand der Daten erst gebildet und danach wiederum anhand dieser untersucht werden. Dabei fiel auf, dass die Ratschläge sich häufig nicht in den Erzählungen wiederfanden. Für die Haupthypothese wurde also in den Interviews, im Sinne des selektiven Kodierens der Grounded Theory, im Anschluss des Kategorisierens der Ratschläge nach Entsprechungen, die den Ratschlag bestätigen oder widerlegen im jeweiligen Interview gesucht. Die Ratschläge selbst wurden dabei offen kodiert (vgl. Strübing, 2013).

10.2 Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring (2008)

Die halboffenen Interviews wurden mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) ausgewertet, dabei können drei Grundtechniken unterschieden werden (vgl. Mayring, 2008):

1. Zusammenfassungen: Texte werden dabei auf ihre „wesentlichen Bestandteile“ reduziert, um Kernaussagen treffen zu können, dabei wird mittels induktiver Kategorienbildung vorgegangen (siehe Abb. 3).
2. Explikationen: Uneindeutige Textstellen werden, durch Zurückgreifen auf den Gesamtkontext des Textes, verständlich gemacht.
3. Strukturierungen: Dabei werden bestimmte Aspekte aus dem Text, mittels vorab, d.h. deduktiv gebildeten Kategorien, herausgegriffen, um das Material zu strukturieren (siehe Abb. 3).

Wurden auf diese Weise, unter Anwendung der Regeln, Kategorien dem Textmaterial zugeordnet, können auch die Kategorienhäufigkeiten selbst quantitativ weiterverarbeitet werden, weshalb die qualitative Inhaltsanalyse eine Zwischenstellung, zwischen quantitativen und qualitativen Methoden, einnimmt (Mayring, 2008). Für die Auswertung der Antworthäufigkeiten wurde mittels induktiver Kategorienbildung gearbeitet, sämtliche Ratschläge die auf Frage 14 (siehe Guidelines) erteilt wurden, wurden dafür vorerst als „Ratschlag“ kodiert, für jeden Ratschlag in jedem Interview, wurde ein Kode erstellt, welcher anfangs mit der Paraphrase des Ratschlags bezeichnet wurde. Kam es dann zu einem Ratschlag, der bereits in einem anderen Interview gegeben wurde, für den es also bereits einen Kode gab, wurde er mit derselben versehen und kein Weiterer erstellt. So kamen insgesamt 30 unterschiedliche Kodes/Ratschläge in 60 Interviews zustande. In einem zweiten Schritt wurden dann die gesammelten Kodes zu sinnvollen Einheiten zusammengefasst, so wurden sämtliche Sozialkontakte, wie Familie, Partnerschaft und Freunde zusammengezählt. Sämtliche Äußerungen, wie „dazu kann man keinen Ratschlag geben“ oder „das muss jeder selbst herausfinden“ oder „Glück kann man niemandem raten“, wurden ebenfalls zu einer Kategorie „Individuell“

zusammengefasst, Kategorien, die sehr selten auftraten wurden unter „Sonstige“ zusammengefasst, eine genaue Aufschlüsselung ist auf Seite 73, die deskriptive Verteilung der Ratschläge ist in Tabelle 4 dargestellt.

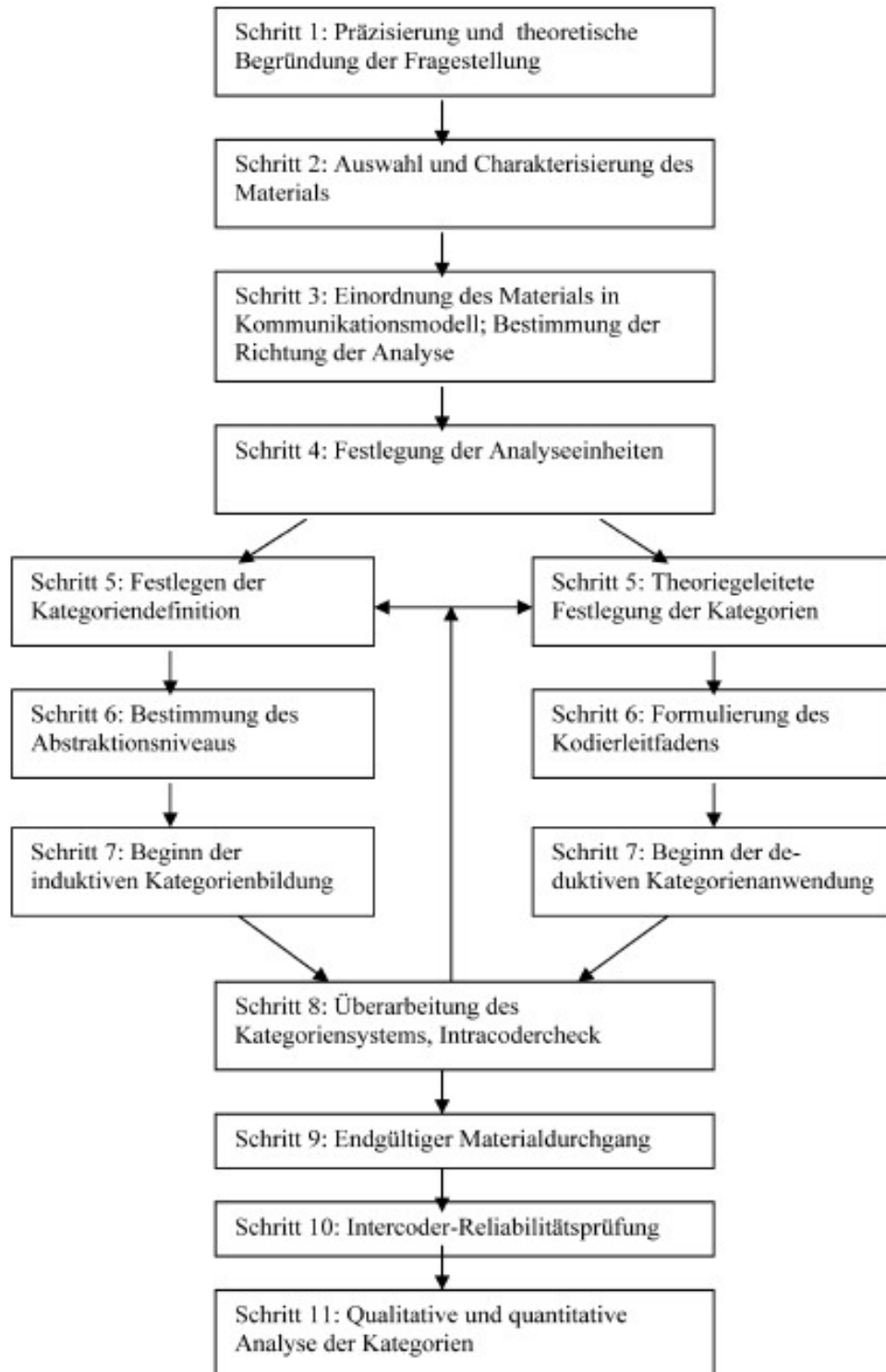


Abbildung 3: Ablaufmodell induktiven und deduktiven Kategorisierens (Mayring & Brunner, 2006, nach Mayring, 2008)

10.2.1 Regeln für die zusammenfassenden Inhaltsanalysen (vgl. Mayring 2008)

1. **Paraphrasierung** (alle nicht bzw. wenig inhaltstragenden Textbestandteile wie Ausschmückungen und Wiederholungen werden gestrichen/ inhaltstragende Textstellen werden auf eine einheitliche Sprachebene gebracht/ und zu einer grammatikalischen Kurzform umgewandelt)
2. **Generalisierung auf das Abstraktionsniveau** (Generalisierung der Gegenstände der Paraphrasen auf die definierte Abstraktionsebene, sodass die alten Gegenstände in den neu formulierten impliziert sind/ Generalisierung der Satzaussagen (Prädikate) auf die gleiche Art/ Paraphrasen belassen, die über dem angestrebten Abstraktionsniveau liegen/theoretische Vorannahmen bei Zweifelsfällen zu Hilfe nehmen).
3. **Erste Reduktion** (bedeutungsgleiche Paraphrasen innerhalb der Auswertungseinheiten werden gestrichen/Paraphrasen, die auf dem neuen Abstraktionsniveau nicht als wesentlich inhaltstragend erachtet werden gestrichen/ jene, die weiterhin als zentral inhaltstragend erachtet werden werden übernommen/ theoretische Vorannahmen bei Zweifelsfällen zu Hilfe nehmen)
4. **Zweite Reduktion** (Paraphrasen mit gleichem, oder ähnlichem Gegenstand und ähnlicher Aussage werden zu einer Paraphrase zusammengefasst (Bündelung) Paraphrasen mit mehreren Aussagen werden zu einem Gegenstand zusammengefasst (Konstruktion/Integration)/ Paraphrasen mit gleichem (ähnlichem) Gegenstand und verschiedener Aussage werden zu einer Paraphrase zusammengefasst (Konstruktion/Integration) theoretische Vorannahmen bei Zweifelsfällen zu Hilfe nehmen)

Diese Regeln dienen der Vergleichbarkeit und Nachvollziehbarkeit.

10.3 Fragestellung 1:

10.3.1 Vorläufiges Kategoriensystem der erteilten Ratschläge

Um die Häufigkeiten der diversen Antworten auszuzählen und das Antwortverhalten darzustellen, wurde die Gesamtstichprobe, von $N = 498$ Interviews herangezogen, $n = 460$ Interviews konnten dabei verwendet werden, die restlichen Interviews enthielten keine oder keine verwertbaren Antworten bzw. Ratschläge, da die Frage Nr. 14 nicht gestellt wurde bzw., nicht beantwortet. Da Mehrfachantworten möglich und erwünscht waren, kamen so insgesamt 900 Ratschläge und 30 unterschiedliche Kodes, in 12 Kategorien zusammen (siehe Tabelle 4 und 5).

Sämtliche Interviews wurden hierfür mit Hilfe der Kodier-Software RQDA ausgewertet, darin können Texte, hier die Interviews, hochgeladen und mit Kodes versehen werden, indem die interessierenden Stellen mit dem jeweiligen Kode, hier induktiv aus den Ratschlägen abgeleitet, wie Sozialkontakte, Gesundheit usw. markiert werden.

10.4 Deskriptive Analyse der Gesamtstichprobe

10.4.1 Verteilung der Variable Zufriedenheit

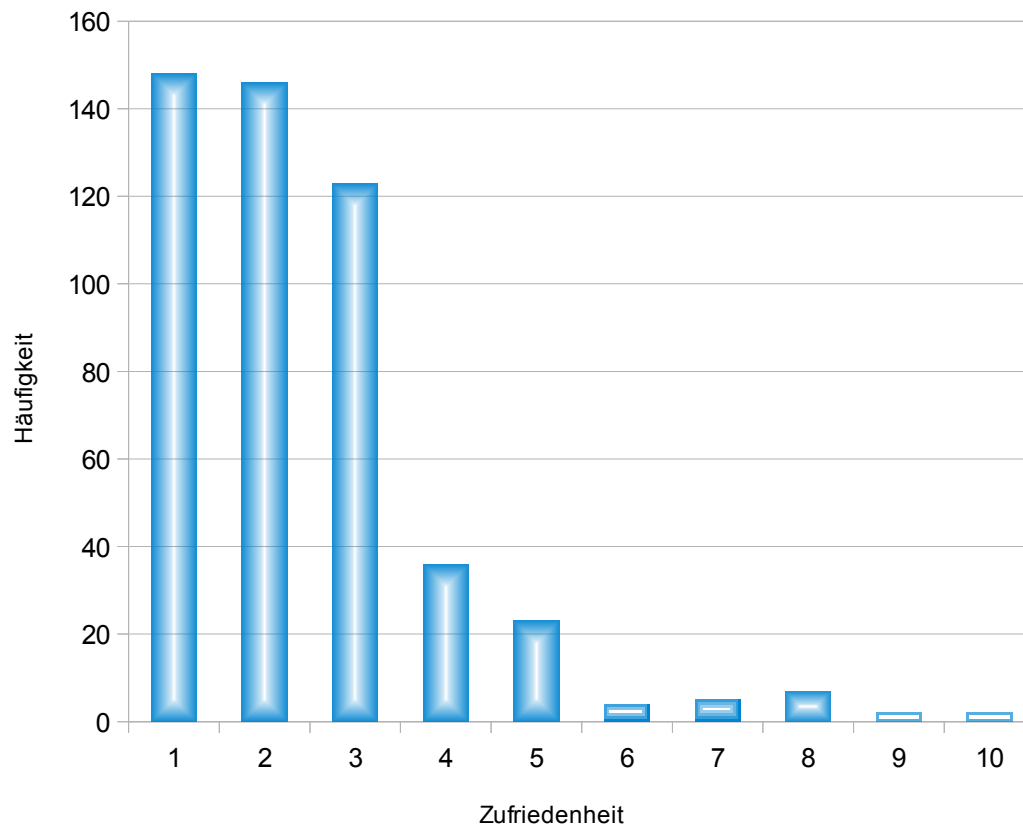


Abbildung 4: Verteilung der Variable „Zufriedenheit“ in der Gesamtstichprobe

Zufriedenheit konnte bei 496 Personen der Gesamtstichprobe erfasst werden, die Variable besitzt einen Mittelwert von 2.45 und eine Standardabweichung von 1.55, die meisten Personen sind im oberen Bereich der Skala angesiedelt (Abb. 4).

Wie man anhand der Abbildungen 4 und 5 erkennt sind beide Verteilungen, sowohl die von Glück (nächste Seite), als auch die von Zufriedenheit deutlich linkssteil und rechtsschief, was bedeutet, dass viele Menschen niedrige Glücks- und Zufriedenheitswerte angeben (wobei 1 für sehr glücklich/ zufrieden und 10 für sehr

unglücklich/ unzufrieden steht) und wenige sehr hohe in beiden Variablen, also die meisten Menschen geben eher an glücklich bzw. zufrieden zu sein. Diese Ausprägung ist bei Zufriedenheit etwas stärker, was auch zu der Arbeitsdefinition von Glück und Zufriedenheit der vorliegenden Diplomarbeit führte, nämlich, dass Zufriedenheit eine mildere Form von Glück darstellt, weshalb es leichter ist Zufriedenheit zu erlangen, als Glück und somit die Ausprägungen hinsichtlich Zufriedenheit noch etwas stärker sind.

10.4.2 Verteilung der Variable Glück

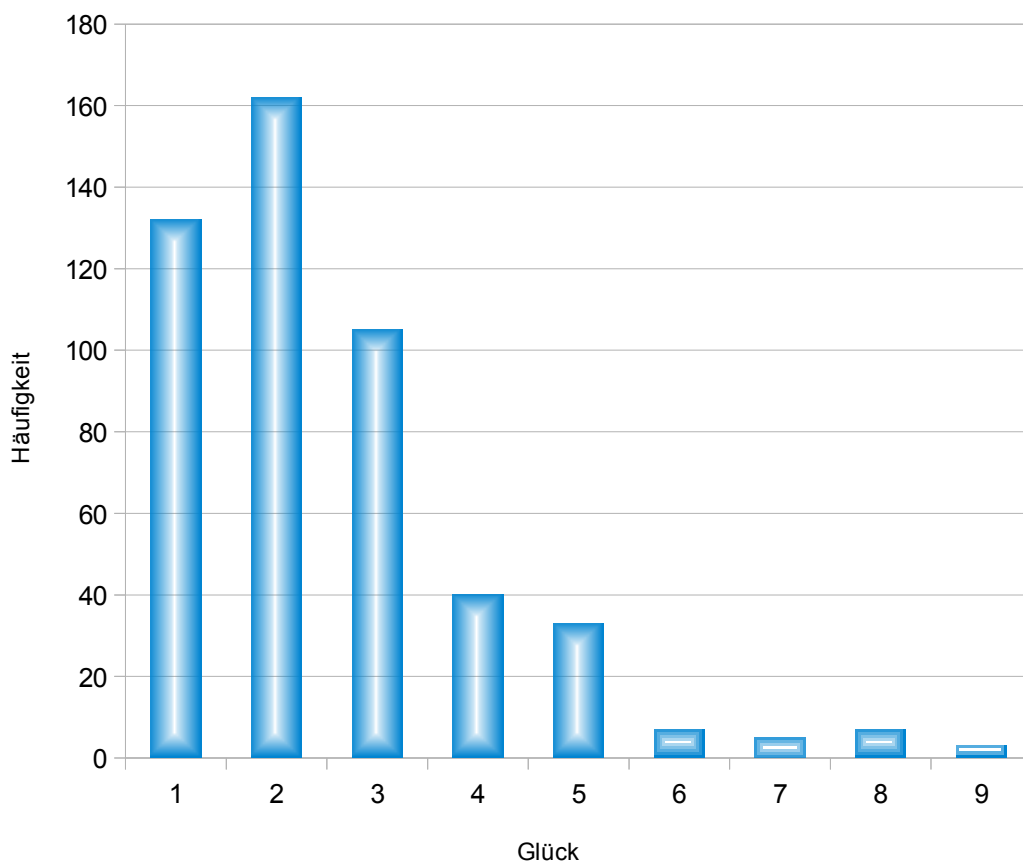


Abbildung 5: *Verteilung der Variable „Glück“ in der Gesamtstichprobe*

Insgesamt existieren von 494 Personen, die den Fragebogen bearbeitet haben, Angaben zu Glück, mit einem Mittelwert von 2,54 und einer Standardabweichung von 1,55, wie man an Abbildung 5 erkennt.

10.4.3 Verteilung der Variable Alter

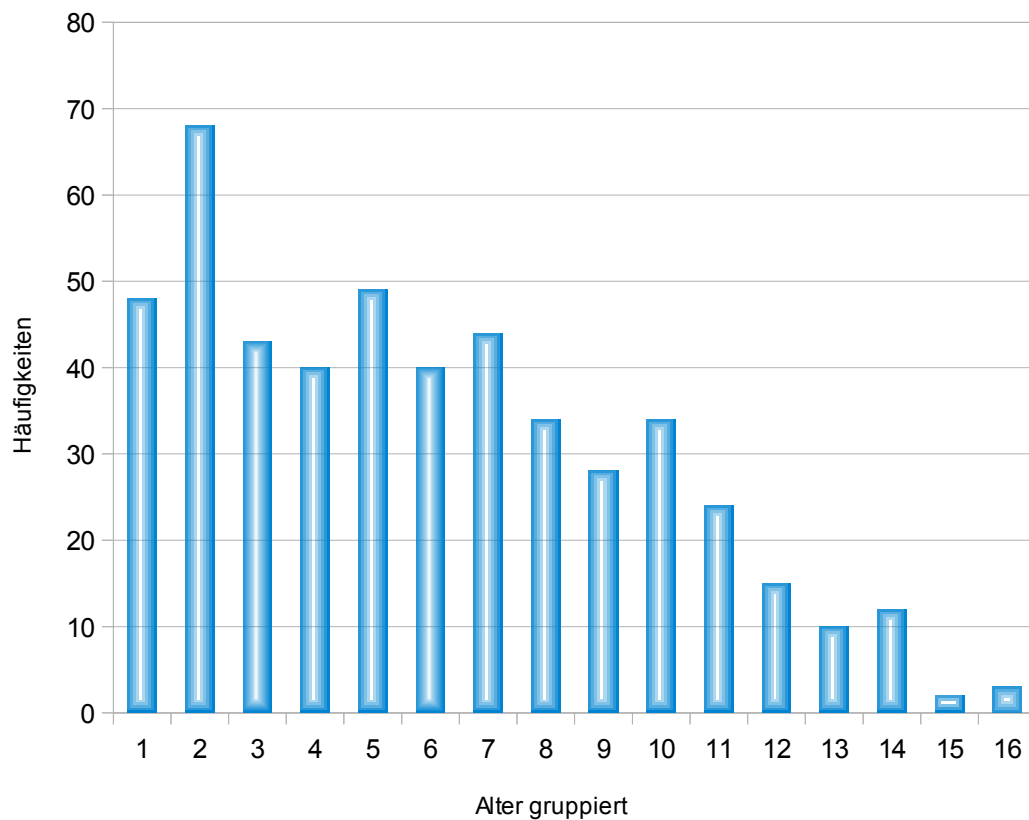


Abbildung 6: Verteilung der Variable „Alter“ in der Gesamtstichprobe

Das Alter der Gesamtstichprobe reichte von 14 bis 97 Jahre, bei einem Durchschnittsalter von 42.78 und einer Standardabweichung von 8.62 und ist relativ normalverteilt, d.h. die meisten Menschen befinden sich nahe am Durchschnitt und nur wenige sehr alte sowie sehr junge Menschen sind hier vertreten. In Abbildung 6 ist das Alter in fünf- Jahres Gruppen abgebildet, 1= 15- 20; 2= 21- 25;.... 15 =86- 90; 16= 91-97.

10.4.4 Verteilung der Bildungsklassen

Tabelle 3: *Verteilung der Bildungsklassen*

	<i>n</i>	%
keine	26	5,2
Pflichtschule	58	11,6
Berufsbildende Schule	94	18,9
Berufsbildende mittlere Schule	58	11,6
Berufsbildende höhere Schule	8	1,6
Meisterprüfung/ Werkmeister	77	15,5
Gymnasium/ Matura	24	4,8
Berufsreifeprüfung/ Studienberechtigungsprüfung	64	12,9
Magister	11	2,2
Bachelor	30	6,0
Master	19	3,8
Dr/ PHD	14	2,8
sonstige	15	3,0
Gesamt	498	100,0

Anmerkung: n steht für die Anzahl der Personen

Die Tabelle 3 zeigt die Anzahl von Personen in der jeweiligen höchst abgeschlossenen Ausbildungsstufe. Man erkennt, dass in jeder Bildungsgruppe Personen vertreten

sind. 18,9% der Personen der Gesamtstichprobe haben eine berufsbildende Schule als höchste abgeschlossene Ausbildung angegeben und sind damit am stärksten vertreten, gefolgt von Personen mit einer Meisterprüfung oder einem Werkmeister, mit 15,5% sowie von Personen die eine Studienberechtigungsprüfung oder eine Berufsreifeprüfung absolviert haben, welche mit 12,9 % vertreten sind. Unter berufsbildende Schulen wurden alle Personen eingestuft, bei welchen keine Angaben dazu vorliegen, ob es sich um eine höher oder mittlere berufsbildende Schule handelt. Zusammengezählt sind Personen mit einem Schulabschluss in einer berufsbildenden Schule am stärksten repräsentiert mit 32,1%, Akademiker sind zusammengefasst hingegen nur mit 14,8% vertreten.

10.4.5 Verteilung der Variable Geschlecht



Abbildung 7: Verteilung der Variable „Geschlecht; blau = männlich, lila = weiblich

Von 496 Personen existieren Angaben zum Geschlecht, davon sind 308 Personen weiblich (61,8%) und 108 Personen männlich (37,8%), Abbildung 7 zeigt die Verteilung.

10.5 Auswertung

Bei den induktiv gebildeten Kategorien konnte jedem Ratschlag ein oder mehrere Kodes zugewiesen werden, bis auf die Kodes „*Sonstige*“ und „*Weiss nicht*“ diese wurden nur dann vergeben, wenn kein anderer Kode zutreffend war.

Im Folgenden werden, zum besseren Verständnis, sämtliche aus dem Interview abgeleiteten Kodes anhand eines Ankerbeispiels erläutert. Es werden hier nur Kodes, welche in ihrer Reinform, ohne Mehrfachnennungen, vorkamen angeführt. Die unterstrichenen Kodes kamen in den 460 Interviews jedoch nie in Reinform, sondern nur unter der Nennung weiterer Kodes vor, hier wurden jedoch nur jene Aussagen aus den Ratschlägen extrahiert, die für den jeweilige Kode verantwortlich sind.

10.5.1 Ankerbeispiele der gebildeten Kategorien

Zur Kategorisierung der Ratschläge auf Interviewfrage Nr. 14: „Welchen Ratschlag würden Sie Ihrem Kind bzw. einem guten Freund geben – wie und wo das Glück zu finden ist?“

Antworten:

in sich selbst:

Interview A50

Wo ist das Glück zum finden? Im Zwerchfell. Glück ist in der eigenen Mitte.

Weiß nicht:

Ja (..) Glück. Ich könnte keinen Ratschlag geben, weil ich selber nicht weiß, wo das Glück ist. (..) Hätte ich das gewusst, hätte ich alles anders gemacht, aber ich hab ja nicht gewusst. (....)

erarbeiten:

Interview WG 25

Das Glück finden. Das Glück muss man sich erarbeiten. (.) Ah (...) ich denk einmal ah, ah wie, ah ein Grundstein ist die, die Kindheit, ja, und, und (.) alles andere muss man sich erarbeiten.

Ausbildung:

Interview R1

den Kindern hab ich halt immer den Ratschlag gegeben(halt auch)was was ich mitgekriegt hab (alles) eine Lehre zu mindestens zumachen

Gesundheit:

Interview M 50

Ich sage ich kann das Wichtigste ist was man heute sagen kann dass man an jedem ob jung oder alt die gute Gesundheit wünscht (.) die ist ja das Wichtigste alles andere ist doch irdisch und vergänglich und (mehr) #00:42:24-8# mit mit einem Löffel essen kann man auch nicht

Ehrlichkeit/ authentisch sein:

Interview WM 27

Man soll sich nie für wen anderen verstellen. (..) Man soll immer man selbst bleiben (heiter) auch wenn es manchmal ganz schön schwierig ist. (normal) Und wenn es nicht immer der einfachste Weg ist, aber, man sollte so bleiben wie man ist.

auf sich schauen:

Interview G30

Ja einfach zu schauen, wie (..) immer darauf zuschauen, dass es einen selber gut geht

Finanzen:

Interview G16

Dass du versuchst, so viel Geld zu verdienen, dass du damit leben kannst und nicht abhängig bist von anderen Menschen. (...)

nicht vergleichen:

Interview G24

Ähm das zu tun, was man selber für richtig hält, also wenig abhängig von den Entscheidungen anderer zu sein, was einem andere vorgeben.

individuell:

Interview WD20

Gar keinen. Nein, ich glaub da bin ich nicht dazu im Stande. Nein. Weil da müssen Sie wie gesagt Glück definieren. Für manche ist das- sind materielle Dinge das höchste Glück. Für den anderen wieder positive spirituelle Erfahrungen. Also das können Sie niemandem anderen geben.

Tun, was man gern tut:

Interview WD21

Ähm, mach das, was du- mach das, worauf du Lust hast, mach das was dir einfällt und das muss- und geh nicht davon oder geh nicht diesen Dingen nach, die offensichtlich Stellenwert in der Gesellschaft haben, sondern mach das was du willst.

Auf sein Herz hören:

Interview WM 33

normal) (...) Höre auf dein Herz, glaube ich, man man kann viel aus dem Bauchgefühl heraus machen und entscheiden

Kleine Dinge:

Interview WM 35

(heiter, dann normal) (...) Ja, ähm, Glück steckt auch in den einfachen Dingen des Lebens, also Glück steckt nicht nur darin, dass man Geld hat und sich irgendwas kaufen kann

Zufrieden sein:

Interview KS09

Das ist eine gute Frage ja. (heiter) Was soll man denn sagen, nicht. (...) (normal) na

weil halt die Leute, die Leute glaube ich unzufrieden sind, nicht. Mit allem, das ist, es ist, (...) es geht jetzt zu gut glaube ich fast, man sagt, es ist nicht mehr das, aber wenn man das anschaut, nicht, (..) bisschen bisschen ein zufriedener sollen sie sein, ein bisschen zufriedener.

Zufall:

Interview KS14

[Ja] (.) das das ist schwierige Frage, das haben mich eigentlich eh schon ein paar gefragt aber (.) ich kann ihnen keine Antwort darauf geben, (..) das, gibt sich einfach irgendwie so, (.) weil (..) das ist eh-, für mich ist das ein Zufallsfaktor weil (.) entweder es passt oder es passt nicht.

Kommt von selber/ nicht suchen:

InterviewF04

Ich sag immer, das Glück findet einen selber. Dass man nicht danach suchen sollte, weil dann dann wird man enttäuscht. Es kommt alles von selber. (..)

Familie:

Interview F07

(.....) Ja in der Familie (.) das ist das größte Glück, wenn das passt rundherum, dann ist das das größte Glück. (.....)

sonstiges:

Interview F10

Das ist schwer, Glück zu finden ist hm irgendwo wo sonnig ist, wo warm ist, wo Wasser ist (..) irgendwo auf einem Strand, das möchte ich gern auch so in meinem Wunsch(-) #00:08:27-3# einmal auf weißen Strand zu sein oder zu gehen

Sozialkontakte allgemein:

InterviewF17

Wo find ich mein Glück? (.....) Ich bin glücklich, wenns, wenn das Miteinanderleben hinhaut, wenns Respektvoll ist, (..) und wenns keine wilden Zwischenfälle gibt (lacht)

und keine Streitereien einfach. Bin ich eigentlich schon ganz glücklich.

Ziele erreichen:

Interview R8

(....) ja das man sich immer wieder Ziele steckt und nicht sich gehen lässt oder ähm mit der guten Einstellung immer zu neuen Zielen hin

Partner:

Interview WS13

Wie man am besten glücklich werden kann (.) mit Einverständnis, dann Vertrauen ist wichtig ja, die Beziehung. Man kann nur glücklich werden, einer alleine kann nicht glücklich sein.

Sich mögen wie man ist:

Interview R20

lacht) dass man sich selber mag finde das eigentlich schon wichtig ich mag mich auch nicht jeden Tag also halt man man sollte eigentlich schon schauen dass man sich selber akzeptiert

positiv denken:

Interview WS16

Und eben, da gibt es ein englisches Sprichwort, also ein einfaches: Take the best out of it. Also dass man, dass man überall auch positive Seiten sieht, wenn man das Gefühl hat, es fällt einem die Decke auf den Kopf, dass man sich nicht hineinfallen lässt. Ja und und und also den Tag nützen irgendwo. So in dem schauen, dass man gute Seiten auch gewinnt. (..)

Glaube:

Interview A37

Wie und wo das Glück zu finden ist. Ich habe meine Kinder auch biblisch erzogen. Ich habe versucht (..) (äh) zu sagen, was ich gelernt habe von der Bibel her, dass kein Mensch gut ist, einer. Und dass ich selber auch nicht gut bin, dass wir alle auch

Bedürfnisse haben, manchmal sehr übergreifend sind auf andere Menschen. Also Glück zu finden im christlichen Glauben für mich.

Liebe:

Interview WM 36

Hm (...) sie hat jetzt vor kurzem Konfirmation gehabt, vor einem Monat, und da habe ich ihr so (.) den Spruch vermitteln wollen, (heiter) den ich auch meinen Kindergartenkindern in die Stammbücher alleweil eini 00:54:44-3 geschrieben habe, wie lautet der jetzt, ich wünsche dir ein Leben, ich wünsche dir, dass du dein Leben in der Gewissheit leben kannst bedingungslos geliebt zu sein. (.) Das ist mein Spruch.

Tabelle 4 : Anzahl und Art der Ratschläge

Ratschlag	Glück ist...	Ankerbeispiele	n
Individuell	Zu individuell um einen konkreten Rat zu erteilen	„Dafür gibt es kein Patentrezept, das ist für jeden etwas anderes, muss jeder selber herausfinden“	143
Zufrieden sein	Selbstzufriedenheit/ Bescheidenheit“ Erreichtes genießen/ Nicht immer mehr wollen/ Keine Maßlosigkeit	„Mit sich selbst, mit dem was man hat, oder erreicht hat zufrieden sein“	95
Tun was man gern tut	Wissen, was einen glücklich macht/ erfüllt und dem nachgehen/ Spass im Leben haben	„Machen, was einem Spass macht, egal in welchem Lebensbereich“	75
In sich selbst	Persönlichkeit/ Grundhaltung/ positive Einstellung	„Das Glück ist nur in sich selbst zu finden, das kann einem keiner machen“	66
Andere Menschen	Respektvoller Umgang mit anderen Menschen. Leute um sich, die man mag und die einen mögen, Nachbarn, Bekannte, Familie, soziales Umfeld	„auf jeden Fall gehören andere Menschen zum Glück “	47
Arbeit	Freude am Beruf/ Erfüllung im Beruf	„einen Beruf finden der einem Spass macht, weil man damit auch viel Zeit seines Lebens verbringt“	45

Ehrlichkeit/ authentisch sein	Nach seinen eigenen Überzeugungen zu leben/ sich nicht verstellen (müssen)/ Andere nicht belügen, oder täuschen	„Zu sich und anderen ehrlich sein/ so sein wie man ist/ sich nicht verkaufen“	43
Familie	Harmonie und Zusammenhalt in der Familie/ Gründung einer eigenen Familie/ Einbettung in ein familiäres Gefüge	„Glück findet man in der Familie“	41
Sich mögen wie man ist	Zu seinem Aussehen, Überzeugungen und Einstellungen stehen/ Mit sich selbst im Reinen sein	„Sich selbst akzeptieren und mögen, wie man ist“	34
Auf sein Herz hören	Sich vom Bauchgefühl leiten lassen/ Liebe vor Vernunft/ von der „inneren Stimme“ weiß den Weg	„Nach seinen Vorstellungen leben, auch Schlusstriche ziehen/ in sich hineinhorchen“	32
Partner	Liebevolle Partnerschaft/ Partner der zu einem steht, mit dem man über alles reden kann, der einen durch Dick und Dünn begleitet	„Eine gute Partnerschaft gehört auf jeden Fall zum Glück“	30
Weiß nicht/ vorbei geantwortet	-	„das weiss ich nicht“	30
Ziele erreichen	Herausforderungen bewältigen, Ziele realistisch setzen und erreichen/ Wünsche und Träume erfüllen	„sich Ziele setzen und erreichen“	25
Freunde	Soziale Unterstützung/ soziales Gefüge/ Unternehmungen mit Freunden	„Freunde gehören zum glücklich sein“	23
Ausbildung	Erwerb von Kompetenzen/ Grundstein für berufliche Weiterentwicklung/ bessere Chancen, besserer Beruf	„Ausbildung ist ein wichtiger Grundstein, öffnet viele Türen“	18
Gesundheit	Gesundheit erhalten/ fit bleiben bis ins hohe Alter/ = Unabhängigkeit, Schmerzfreiheit	„Gesundheit ist ein wichtiger Faktor fürs Glück, ohne Gesundheit ist alles weniger wert“	18

Sonstiges	-	Pflichten erfüllen, Disziplin, Heimat, usw.	18
Erarbeiten	An den Bedingungen für Wohlbefinden arbeiten, z.B. Fleiß in der Arbeit/ Ausbildung	Das Glück muss man sich erarbeiten, oder da muss man dran arbeiten	17
Schmied	Jeder kann sich sein Glück selber schmieden, egal auf welche Weise/ Trivial	„Das Glück kann man sich selbst machen“	11
Kleine Dinge	Kleine Dinge des Alltags anerkennen und schätzen, nicht nur auf ein großes Glück warten/ viele kleine Momente sind genauso gut/ besser	„Mit offenen Augen durch die Welt gehen, das Glück ist schon, wenn man sich an den kleinen Dingen erfreuen kann, Sonnenaufgang, Vogelgezwitscher....	11
Positiv denken	Die Sichtweise der Dinge beeinflusst das Glück/ positiv denken, positive Grundstimmung haben	„Die schönen Dinge auf der Welt, im Leben sehen,“	11
Nicht vergleichen	Nicht mit anderen Menschen vergleichen, etwas wollten, oder tun, weil es Andere tun	„Keinen Neid auf andere haben, oder das tun, was anderen gefallen würde“	10
Auf sich schauen	Nein sagen können, sich selbst auch etwas zugestehen, wertschätzen, nicht unwichtiger nehmen als Andere	„auf sich selber schauen und dass es einem gut geht und nicht nur auf die anderen.“	10
Kommt von allein, nicht suchen	Kein Einfluss auf Bedingungen des Glücks/ Schicksalsangelegenheit/ entweder man ist begünstigt, oder nicht	„Das Glück kommt dann, wenn man es nicht erwartet, das kann man nicht suchen, es findet einen automatisch“	10
Finanzen	keine Sorgen, oder Einschränkungen durch Geldmangel/ sich leisten können, was man braucht/ will/ Finanzielle Unabhängigkeit	Finanzielle Unabhängigkeit	8
Zufall	Nicht beeinflussbar/ Nicht gerecht/ Nicht forciierbar	„Das kann man nicht beeinflussen, manche haben es, andere nicht“	8

Glaube	Hoffnung und Zuversicht, Anker in schweren Zeiten	„Im Glauben an Gott, in der Bibel usw.“	7
Liebe	Liebe allgemein Menschen gegenüber, als Empfänger, und auch als Sender	„Glück ist in der Liebe durch andere Menschen“	7
Nicht ängstlich sein	Leben nicht auf Angstentscheidungen begründen/ mutig sein	„Sich auch mal was trauen, nicht aus Angst Erfahrungen vermeiden“	4
Aus Fehlern lernen	Persönliche Entwicklung/ es schaffen aus seinen Fehlern etwas mitzunehmen, daran zu wachsen	„Aus Erfahrungen und seinen Fehlern lernen“	3
Gesamt		Ratschläge	900

Anmerkung: *n* steht für die Anzahl der Personen

Die Tabelle 4 zeigt die Häufigkeit der Ratschläge aus den 498 Interviews in absteigender Reihenfolge. Am öftesten, mit *n* =143 Nennungen, erfolgte die Aussage, dass das Glück etwas zu Individuelles sei, als dass man dazu einen konkreten Rat erteilen könnte. Zusammengefasst kamen Ratschläge zu „Sozialkontakten allgemein“, (wie auf der folgenden Seite beschrieben) bei 141 Nennungen am zweithäufigsten vor. Überraschend gering ist die Anzahl an Ratschlägen, die die Gesundheit oder Ausbildung betreffen, darauf wird nur in *n*= 18 Interviews verwiesen. Liebe und Glaube bilden mit 7 Nennungen beinahe das Schlusslicht. Nur der Rat „nicht ängstlich zu sein“ im Leben, kommt noch seltener, 4 mal, vor. Jener „aus seinen Fehlern zu lernen“ wird nur 3 mal genannt.

Es erschien sinnvoll diese Ratschläge bzw. Codes zu den, auf der nächste Seite beschriebenen, vorläufigen Kategorien (bzw. Dimensionen; vgl. Strübing, 2013) zusammenzufügen, da sie teilweise einander überschneidende oder ähnliche Inhalte besitzen, jedoch eine Forderung der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) ist, dass die gebildeten Kategorien einander ausschließen.

10.5.2 Vorläufiges Kategoriensystem

Tabelle 5: *Vorläufiges Kategoriensystem inklusive Kodes*

Kategorien	Glück ist...	Kodes	n
Individuell	Zu individuell um einen konkreten Rat zu erteilen, für jeden etwas Anderes, muss jeder selbst herausfinden/ Spass haben	tun was man gern tut, individuell	160
Sozialkontakte	Positive soziale Einbettung, egal welcher Art	Familie, andere Menschen, Freunde, Partnerschaft, Liebe	105
Ehrlichkeit/ Authentizität	Mit sich im Reinen sein, sich nicht verstellen, nach eigenen Vorstellungen, statt nach jenen Anderer leben/ kein Neid	Ehrlichkeit/ Authentizität, auf sein Herz hören, nicht vergleichen	95
Zufriedenheit	Selbstzufriedenheit/ Bescheidenheit“ Erreichtes genießen/ Nicht immer mehr wollen/ Keine Maßlosigkeit	kleine Dinge, zufrieden sein	94
Persönlichkeit	Die Persönlichkeit betreffend, Mut, positive Einstellungen zu sich und der Welt	in sich selbst, positiv denken, nicht ängstlich sein	74
Ausbildung/ Beruf	Erfüllung in Beruf und bzw. durch Ausbildung	Ausbildung, Arbeit	55
Daran arbeiten	Beeinflussbar durch Anstrengung und Fleiß	eigener Schmied, erarbeiten, Ziele erreichen, aus Fehlern lernen	52
Selbstliebe	Auch die eigenen Bedürfnisse erfüllen, Selbstakzeptanz, Selbstbewusstsein	sich mögen wie man ist, auf sich schauen	42
sonstiges	-	Sonstige, weiß nicht	29

Gesundheit	Gesundheit erhalten/ fit bleiben bis ins hohe Alter/ = Unabhängigkeit, Schmerzfreiheit	Gesundheit	18
Kein Einfluss	Nicht beeinflussbar, gerecht, oder forcierbar	Zufall, kommt von selber	16
Finanzen	keine Sorgen oder Einschränkungen durch Geldmangel/ sich leisten können, was man braucht/ will/ Finanzielle Unabhängigkeit	Finanzen	8
Glaube/ Spiritualität	Hoffnung und Zuversicht, Anker in schweren Zeiten, Gefühl von Sinnhaftigkeit	Glaube	7
Gesamt			755

Anmerkung, n steht für Anzahl

Wie Tabelle 5 deutlich zeigt, ist die Kategorie „Individuell“ immer noch am stärksten repräsentiert, an zweiter Stelle rangieren nun die Sozialkontakte und haben Zufriedenheit auf Platz 4 „verdrängt“. Ehrlichkeit/ Authentizität ist vor Persönlichkeit gerückt und die Kategorie „Ausbildung“ zusammengelegt mit „Beruf“ ist wie der Kode „Arbeit“ alleine auch auf Platz 6. Schlusslichter bilden die Kategorien Gesundheit, Finanzen und Glaube/ Spiritualität, welche auch nicht sinnvoll mit anderen Kategorien zusammengelegt werden konnten.

10.6 Fragestellung 2:

10.6.1 Gibt es eine Kategorie von Ratschlägen in welcher die Personen glücklicher/ zufriedener sind, im Vergleich zu den Personen der übrigen Kategorien?

Nachdem auf die beschriebene Art und Weise Kategorien identifiziert wurden, bestand Interesse darin, ob nun der Ratschlag an sich und nicht die bloße Kongruenz zwischen Ratschlag und Interview bzw. die Reflexivität der Probanden beim erteilen, Einfluss auf das selbstzugeschriebene subjektive Wohlbefinden haben. Daher wurde für jeden Ratschlag ein Vergleich gerechnet, um zu untersuchen, ob Personen jeweils einer Ratschlags-Kategorie glücklicher sind, als jene außerhalb dieser Kategorie.

10.6.2 Auswertung

Mittels U-Test von Mann-Whitney wurden die Personen, wie oben beschrieben, im Hinblick auf Glück und Zufriedenheit verglichen. Der mittlere Rang ist ähnlich dem Mittelwert bei intervallskalierten Variablen, nur für rangskalierte Variablen. Er dient hier der Veranschaulichung des Unterschiedes der beiden jeweils miteinander verglichenen Kategorien. Getestet wurde zweiseitig, d.h. ohne gerichtete Hypothese, darauf hin, ob es überhaupt einen Unterschied in den Ausprägungen des Wohlbefindens zwischen den Kategorien gibt. Signifikante Ergebnisse wurden fett geschrieben. Alle Ergebnisse finden sich in Tabelle 6 (nächste Seite) wieder.

Tabelle 6: Mann-Whitney U-Test zum Vergleich der Ratschlags-Kategorien

Kategorien	Wohlbefinden	U-Wert	Signifikanz	Mittlerer Rang Ratschlag	Mittlerer Rang andere
Individuell	Zufriedenheit	24881	0,18	242,83	260,52
	Glück	26198	0,76	246,2	250,23
Sozialkontakte	Zufriedenheit	21141,5	0,55	241,22	250,43
	Glück	20989,5	0,57	240,68	249,32
Zufrieden sein	Zufriedenheit	22256,5	0,01	212,73	256,86
	Glück	21067,5	0,04	221,47	253,54
Authentizität	Zufriedenheit	18916	0,99	248,27	248,55
	Glück	18861,5	0,96	246,85	247,65
Persönlichkeit	Zufriedenheit	15198	0,83	251,81	247,93
	Glück	16276,5	0,4	235,03	249,66
Ausbildung/ Beruf	Zufriedenheit	13809	0,08	217,93	252,31
	Glück	13361,5	0,12	220,06	250,87
Daran arbeiten	Zufriedenheit	11758	0,64	239,92	249,48
	Glück	11905	0,52	235,57	248,87
Sonstige	Zufriedenheit	5585,5	0,1	289,4	245,96
	Glück	5256	0,04	298,76	244,3
Selbstliebe	Zufriedenheit	10706	0,17	220,6	251,08
	Glück	11094	0,61	209,36	251,04
Kein Einfluss	Zufriedenheit	3234,5	0,27	286,34	247,24
	Glück	3134	0,2	290,62	246,06
Gesundheit	Zufriedenheit	5199,5	0,12	198,64	250,38
	Glück	4162	0,83	254,28	247,24
Finanzen	Zufriedenheit	2915,5	0,01	128,06	250,47
	Glück	2561,5	0,11	170,31	248,77
Glaube/ Spiritualität	Zufriedenheit	1778,5	0,85	238,93	248,64
	Glück	1677,5	0,94	251,36	247,44

Tabelle 6 zeigt Unterschiede hinsichtlich Glück und Zufriedenheit zwischen Personen der Kategorie „Zufrieden sein“, gegenüber jenen außerhalb dieser Kategorie. Die mittleren Ränge sprechen dafür, dass Personen in der Kategorie über ein höheres Maß an selbstberichtetem Glück, bei einem $p = 0,04$ und Zufriedenheit mit $p = 0,01$ verfügen, als Personen, die diesen Ratschlag nicht erteilten. Ebenso haben Personen der Kategorie „Sonstige“ weniger selbstberichtetes Glück, $p = 0,04$, als Personen, die diesen Ratschlag nicht erteilten. Die Kategorie „Finanzen“ war ebenfalls signifikant, $p = 0,01$ und ihr mittlerer Rang deutet auf höhere Zufriedenheit der Personen in dieser Kategorie hin.

11. HAUPT- UND NEBENHYPOTHESEN

Für die Auswertung der beiden Haupthypothesen sowie der fünf Nebenhypothesen wurden aus dem Gesamtdatenpool, von $N = 498$ Interviews, 60 Interviews hinsichtlich ihrer „Deckungsgleichheit“ zwischen Ratschlag und berichtetem Verhalten, sprich nach Kongruenz sowie nach dem Grad der Reflexivität unterteilt. Woraus sich wiederum vier Subgruppen ableiten ließen (siehe Kreuztabelle 1).

58 der 60 Interviews konnten hinsichtlich dieser Konstrukte kategorisiert werden und auf ihre Auswirkung auf das SWB untersucht werden, da in zwei Interviews die Zufriedenheits- und Glücksangaben fehlten. Die verbliebenen Interviews wurden ebenfalls mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008), mit den vier deduktiven Kodes kongruent, inkongruent und reflektiert, unreflektiert versehen. Hierzu wurde genauso wieder die Kodier-Software RQDA verwendet.

11.1 Beschreibung der Gruppen:

Gruppe Kongruenz:

Als kongruent wurde ein Interview eingestuft, wenn sich Interviewberichte und Ratschlag der Person deckten.

Sinn dieser Unterteilung ist, wie eingangs erwähnt, zu erfassen, ob sich kongruente und inkongruente Probanden in ihrer Zufriedenheit und ihrem Glück unterscheiden bzw. ob der eventuell vorherrschende Spannungszustand, unter anderem Dissonanz (vgl. Festinger, 1954), der sich aus einer Diskrepanz zwischen Einstellung und Verhalten ergeben kann, Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden hat.

Gruppe Reflexivität:

Eine weitere Differenzierung nach dem Grad der Reflexivität der Antworten bzw. Ratschläge wurde zusätzlich vorgenommen, um die Ratschläge in ihrer Güte, also qualitativ zu unterscheiden. Als unreflektiert galten Antworten, welche einen eher oberflächlichen, wenig elaborierten und dadurch ungestützten Eindruck machten, wenn beispielsweise eine bloße Phrase, die nicht weiter erläutert wurde als Antwort gegeben wurde. Als reflektierte Antworten wurden hingegen bewusst durchdachte Antworten gewertet, das heißt, wenn also durch die Antwortweise im Zusammenhang mit dem restlichen Interview von einer überlegten Antwort ausgegangen werden konnte, was auch der Fall war, wenn die Probanden ihre Antworten selbst erklärten oder begründeten.

Sinn dieser Unterteilung war die Erfassung, ob Probanden, welchen ihre eventuelle Diskrepanz bzw. Konsistenz in Einstellung und Verhalten wirklich bewusst war, sich hinsichtlich ihres subjektiven Wohlbefindens von jenen unterschieden, welchen diese Diskrepanz (Konsistenz) nicht bewusst war bzw. bei welchen vermutet werden muss, dass möglicherweise gar keine Diskrepanz (Konsistenz) vorherrschte, sondern eventuell der Sinn der Frage nicht erfasst wurde und sich in allgemeine Phrasen

geflüchtet wurde, wie es die Annahme von Brandstätter (1996), der postulierte, dass Fragen nach dem subjektiven Wohlbefinden eine so umfassende Evaluation des eigenen Lebens, in so kurzer Zeit voraussetze, dass die Befragten sich häufig ins Allgemeine flüchten, vermuten lassen könnte.

Sowohl kongruente, als auch inkongruente Interviews konnten demnach reflektiert, als auch unreflektiert sein. Ab Seite 85 werden zum besseren Verständnis alle vier Kombinationen (kongruent/ reflektiert; kongruent/ unreflektiert; inkongruent/ reflektiert; inkongruent/ unreflektiert) anhand von 8 Interviews vorgestellt.

11.2 Deskriptive Stichprobenbeschreibung der Teilstichprobe

Anhand der folgenden Abbildungen lässt sich erkennen wie die Variablen Glück, Zufriedenheit, Kongruenz, Reflexivität sowie der Bildungsstand und das Alter in der Teilstichprobe verteilt sind. Da angenommen wird, dass ein Effekt des Alters und ein Effekt der Bildung auf die Variablen Kongruenz und Reflexivität bestehen könnte und um zu erkennen, wie die Verteilungen der verringerten Stichprobe, im Vergleich zur Gesamtstichprobe ist. Um die Ergebnisse angemessen interpretieren zu können, sollten in jeder Gruppe eine angemessene Anzahl an Personen repräsentiert sein.

11.2.1 Verteilung der Variable Zufriedenheit in der Teilstichprobe

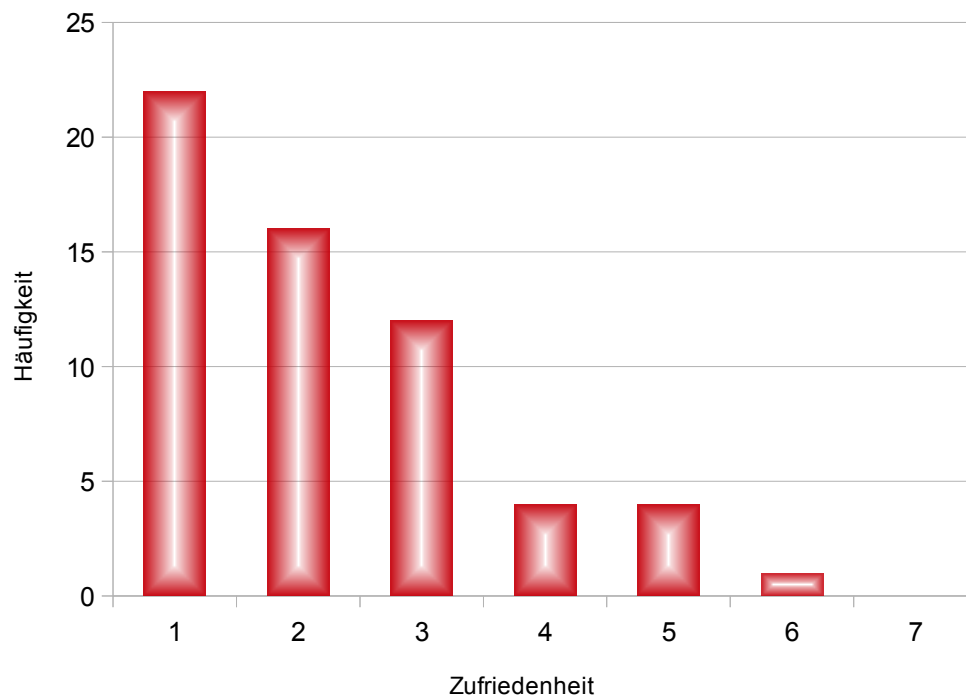


Abbildung 8: Verteilung der Variable „Zufriedenheit“ in der Teilstichprobe

Wie in Abbildung 8 zu erkennen ist, ist die Variable Zufriedenheit ähnlich linkssteil und rechtsschief verteilt, wie in der Gesamtstichprobe. Am häufigsten, mit 41,7 %, sind sehr zufriedene Personen mit dem Wert 1 vertreten; 25 % der Teilnehmer haben den Zufriedenheitswert 2 angegeben, 15 % der Teilnehmer haben eine Ausprägung von 3; 8,3% eine Ausprägung von 4 und 6,7% eine Ausprägung von 5 angegeben,

1,7% beurteilen ihre Zufriedenheit mit einer 6, höhere, „unzufriedenere“ Werte waren in dieser Stichprobe nicht repräsentiert, obwohl die Skala bis 10 = sehr unzufrieden reichte. Der Mittelwert beträgt 2,19 (Standardabweichung = 1,395).

11.2.2 Verteilung der Variable Glück in der Teilstichprobe

Die Verteilung des Glücks ist ebenfalls ähnlich der der Gesamtstichprobe und ähnlich der Zufriedenheitsverteilung, nämlich linkssteil und rechtsschief.

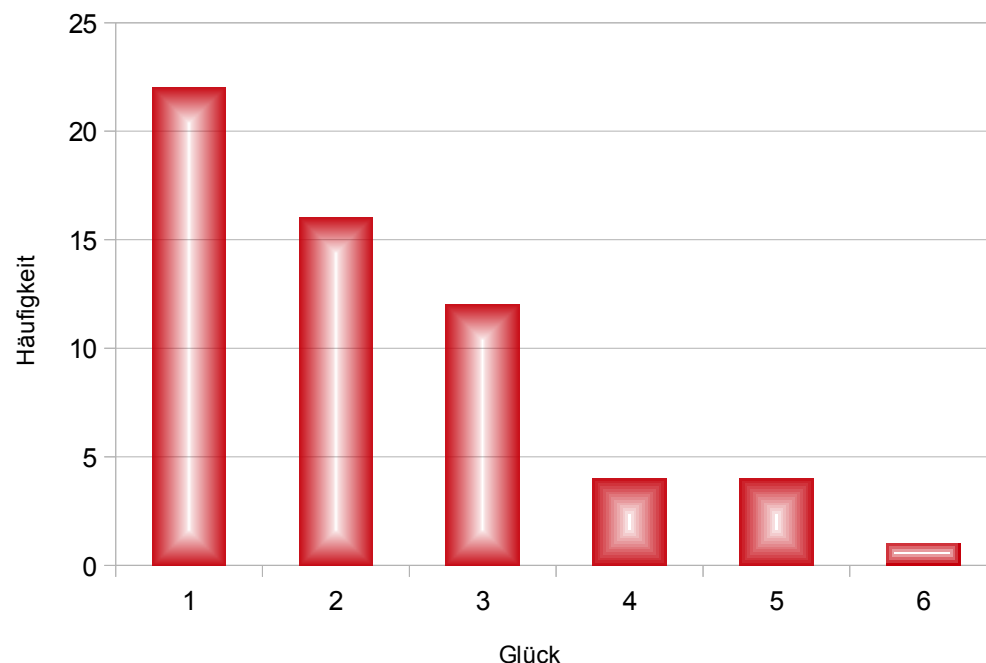


Abbildung 9: Verteilung der Variable „Glück“ in der Teilstichprobe

Auch in Abbildung 9 reichen die Werte bis maximal 6, bei einem Mittelwert von 2,24 (Standardabweichung = 1,304). 36,7% gaben dabei einen Wert von 1 an (sehr glücklich), 26,7% einen Wert von 2; 20% der Teilnehmer beschrieben ihr Glück mit einer 3; der Wert 4 und 5 wurde jeweils von 6,7% der Personen gewählt. 1,7 % bewerteten ihr Glück mit einer 6. Die Werte 7, 8, 9 und 10 sind in dieser Stichprobe, ähnlich der Zufriedenheit, nicht repräsentiert.

11.2.3 Verteilung der Variable „Alter“ in der Teilstichprobe

Das Alter der untersuchten Personen lag durchschnittlich bei 48,27 Jahren (Standardabweichung = 18,399). Der jüngste Teilnehmer war 15 und der älteste 87 Jahre alt. Abbildung 10 zeigt die Verteilung des Alters in 5- Jahres- Gruppen, 1= 15-20 Jahre; 2= 21- 25 ... 14=81-85; 15= 86- 90.

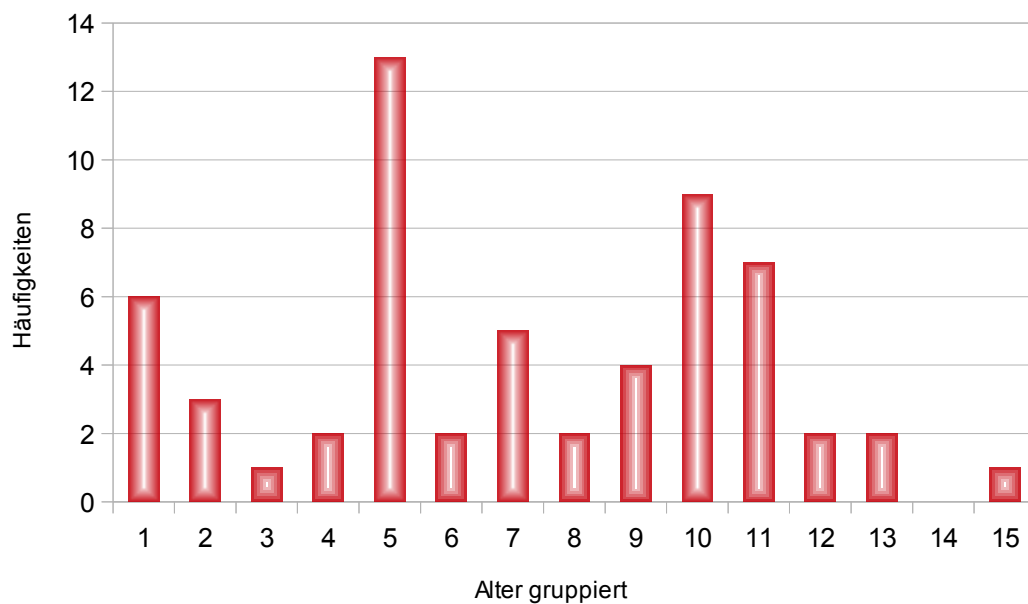


Abbildung 10: Verteilung der Variable „Alter“ in der Teilstichprobe

11.2.4 Geschlechterverteilung in der Teilstichprobe

Wie in der Gesamtstichprobe sind Männer hier mit 40% weniger stark vertreten, als die Frauen, mit 58,3%, bei 1,7% fehlen die Angaben zum Geschlecht (Abb. 11).



Abbildung 11: Verteilung der Variable „Geschlecht“ in der Teilstichprobe;
orange= weiblich, türkis=männlich

11.2.5 Verteilung der Bildungsklassen in der Teilstichprobe

Tabelle 7: Verteilung der Bildungsklassen in der Teilstichprobe

Ausbildung	<i>n</i>	%
Keine	4	6,7
Pflichtschule	14	23,3
Berufsbildende Schule	16	26,7
Berufsbildende mittlere Schule	9	15
Berufsbildende höhere Schule	1	1,7
Meisterprüfung/ Werkmeister	3	5
Gymnasium/ Matura	4	6,7
Berufsreifeprüfung/ Studienberechtigungsprüfung	5	8,3
Magister	1	1
Bachelor	1	1
Doktor/ PHD	1	1
Sonstige	1	1
Gesamt	60	100

Anmerkung: *n* steht für Anzahl

Tabelle 7 zeigt eine ähnliche Verteilung der Bildungsklassen, wie in der Gesamtstichprobe, mit einer Dominanz von berufsbildenden Schulen, welche 26,7% der Teilstichprobe ausmachen. 15% haben eine berufsbildende mittlere und 1,7% eine berufsbildende höhere Schule absolviert. An zweiter Stelle sind 23,3% der Personen, welche über einen Pflichtschulabschluss verfügen. Weitere 1% der Befragten konnten nicht zugeteilt werden und fielen unter „Sonstige“.

11.2.6 Verteilung der Kongruenz

Zur Berechnung der Kongruenz konnten von den $N = 60$ Interviews nur $n = 44$ herangezogen werden, da bei den restlichen 16 Interviews die Frage 14 fehlend war oder die Antworten nicht dahingehend interpretierbar waren. Wie man anhand von Abbildung 12 erkennt, waren von den verbliebenen 44 Interviews 68,2%, bzw. 30 Personen kongruent und 31,8%, bzw. 14 Personen inkongruent.



Abbildung 12: Verteilung der Variable Kongruenz; türkis= kongruent, violett = inkongruent

11.2.7 Verteilung der Reflexivität

Insgesamt konnten von den $N = 60$ Interviews, $n = 52$ anhand ihrer Reflexivität bewertet werden, bei den restlichen 8 Interviews fehlte der Ratschlag zum Glück. Davon wurden 69,2 Interviews als reflektiert eingestuft und 30,8% als unreflektiert, dies entspricht 36 reflektierten und 16 unreflektierten Antworten (siehe Abb. 13).



Abbildung 13: Verteilung der Variable Reflexivität; blau= reflektiert, rot = unreflektiert

11.2.8 Verteilung der Variablen Kongruenz X Reflexivität

Die unten stehende Kreuztabelle (Tabelle 8) gibt Aufschluss darüber, wieviele Interviews anhand beider Kriterien, also Kongruenz und Reflexivität ausgewertet werden konnten und wie die genaue Verteilung der Subgruppen war. Die Berechnungen auf Signifikanz der Verteilung befinden sich auf Seite 114.

Tabelle 8: Kreuztabelle zur Darstellung der sich aus den beiden Hauptgruppen, Reflexivität und Kongruenz, ergebenden Subgruppen.

	kongruent	inkongruent	gesamt
reflektiert	28	5	33
unreflektiert	2	9	11
gesamt	30	14	44

Tabelle 8 lässt erkennen, dass die meisten Personen, $n = 28$, kongruente und reflektierte Ratschläge erteilten, am zweithäufigsten waren inkongruente, unreflektierte Ratschläge, mit einer Anzahl von $n = 9$, vertreten. Inkongruente, reflektierte Ratschläge kamen $n = 5$ mal vor. Kongruente und dabei unreflektierte Ratschläge waren hingegen nur 2 mal vorhanden.

11.3 Ankerbeispiele

Die Äußerungen des Interviewers werden mit I bezeichnet und jene des Erzählers (des Probanden) mit E. Die Äußerungen werden, auch in Bezug auf Dialekt und Wortlaut, genauso wiedergegeben, wie die Personen sie gemacht haben. Bei der Bewertung der Ratschläge wurde auch auf Authentizität und Metaaffekte, wie im Kodierparadigma von Dr. Ponocny, für das Gesamtprojekt (Kapitel 9) geachtet. Lässt ein Teilnehmer also häufig anmerken, dass er Schwierigkeiten in einem bestimmten Lebensbereich hat, z.B. durch Aussagen wie: „ Die Arbeit schafft mich noch“, oder „Gestern kam ich wieder so spät aus dem Büro“... und relativiert dies aber auch einige Male, mit Aussagen wie etwa „Der Job ist schon mühsam und anstrengend, aber es passt eh...“ oder „eigentlich ist der Job eh in Ordnung“ war eben dieser Metaaffekt und die Authentizität ausschlaggebend für die Beurteilung, ob der Ratschlag als kongruent oder inkongruent eingestuft wurde.

11.3.1 Kongruent/ Reflektiert

1.) Interview A11

E: (lacht) Das weiß ich gar nicht. (normal) Könnte ich nicht sagen. (.....) Ich könnte es nicht sagen. (.....) Ich weiß eigentlich nicht (heiter) was ich sagen sollte. (...) (normal) Na ich denke mir halt einmal, soll jeder es wissen, wie er zufrieden ist, weil (.) manche haben sich ein Leben gewählt, mit dem sie vielleicht auch zufrieden sind, (.) wo aber ich vielleicht denke, mit dem kannst du nicht zufrieden sein, das wäre vielleicht für mich nichts. (..) Und ich kann auch nicht sagen, sie müssen so leben wie ich lebe, weil es vielleicht für sie gar nicht richtig ist, (.) für mich passt es eigentlich so.

Einstufung

Dieser Ratschlag ist kongruent, da er von der Person befolgt wurde, da sie ebenfalls ein Leben gewählt hat, welches nicht der sozialen Norm entspricht, speziell für die damalige Zeit und er gilt als reflektiert, da er schlüssig ist, erläutert wird und durch das Interview gestützt wird.

Entsprechungen aus dem Interview:

I: (..) Bewusste Entscheidung gewesen, dass keine Kinder kommen? 00:02:57-3

E: Hm, zuerst habe ich mir gedacht, der Beruf noch, einmal lernen was, dann einmal Geld verdienen, das ist auch wichtig gewesen, (.) und dann habe ich mir gedacht, na, (.) und dann war ich schon zu alt. (lacht, dann heiter) Dann ist auch (-) 00:03:10-0 schon gewesen dass (normal) du einfach älter bist, und dann kannst du nicht mehr. (.) (-) 00:03:14-7 aber, da wollte es dann einfach nicht mehr, dann gibst du das nicht mehr, so dein Lebensstil nicht mehr auf, na. (....) Man wird egoistisch schon, wenn du älter bist und dann magst du halt deine gewissen Sachen so haben und nicht anders. Und das ist gewesen so (.) ich bereue es aber nicht.

2.) Interview WD29:

E: [Sonst] wäre es ja nicht zu erklären, dass es viele Personen gibt, die rein objektiv betrachtet, eigentlich gar nicht die Grundvoraussetzungen haben, um glücklich zu sein. Wenn die Armen jetzt 100 Kinder haben unter Anführungsstrichen (lacht), nicht wissen wo sie morgen ihre notwendigen Dinge herkriegern und trotzdem ein zufriedenes und glückliches Leben führen. Und andererseits gibt es Menschen, die haben Geld im Überfluss, in Hülle und Fülle und könnten sich eigentlich alles leisten und sind kreuzunglücklich. Also daran kann es nicht liegen, nicht. Das ist schon eine Einstellungssache. Man muss auch die Bereitschaft mitbringen, glücklich zu sein und und mit den Dingen, aus den Dingen etwas zu machen, die man zur Verfügung hat. Wenn man das nicht kann, wenn man nicht erkennen kann, was schön in seiner Umgebung ist oder was man daraus machen kann, aus positiver Sicht, dann kann man wahrscheinlich auch, das (-) nicht wirklich.

Einstufung

Dieser Ratschlag ist reflektiert, da er schlüssig und nachvollziehbar ist und erläutert wird. Allgemein wirkt die Person sehr reflektiert und bodenständig. Ihre Angaben zu ihrem eigenen Wohlbefinden wirken sehr authentisch, da sie negative, wie positive Umstände ganz offen und realistisch anspricht und nicht den Eindruck macht, Negatives verschleiern und im Sinne sozialer Erwünschtheit ein geschöntes positives

Bild von sich und ihrem Leben zeichnen zu wollen. Kongruent ist der Rat ebenfalls, da auch die Person durch eine optimistische Sichtweise, selbst angesichts negativer Umstände, die sie bewusst wahrnimmt und nicht einfach verdrängt, den authentischen Eindruck vermittelt, Zufriedenheit und Zuversicht zu bewahren.

Entsprechungen aus dem Interview

I: [Gott sein Dank (lacht)]. (..) Und wie würden Sie Ihre Grundstimmung allgemein beschreiben? #00:21:26-7#

E: Also von der Basis her durchaus eher optimistisch. Ich habe natürlich durchaus mal meine pessimistischen Tage, also besonders wenn man dann eben in den Nachrichten oder in irgendwelchen Dokumentationen im Fernsehen eben sieht, was aus der Welt gemacht wird. Also das frustriert manchmal. Wenn man so genau weiß, man kann als einzelner im Grunde gar nichts dagegen tun

Der Frust ist natürlich auch, wenn man sich was vornimmt und dann merkt, dass man (mit den Temperaturen, da bin ich nicht sehr belastbar) #00:20:35-7#, man nimmt sich 10 Dinge vor und dann nach dem zweiten (-), man weiß und kann schon abschätzen, das ist unmöglich, man schafft das nicht, das ärgert, aber- (lacht). #00:20:44-2#

I: Und was beeinflusst die Stimmung dann eher ins Positive? #00:20:51-5#

E: Kontakt mit Freunden natürlich, das ist ganz klar. Ich habe einen Hund. Der ist sowieso immer da, also wenn es- wenn ich tatsächlich eher in einer negativen Stimmung bin, die spüren das natürlich. Also da kann man den Frust abladen (lacht). Dem Hund macht das nichts, der leidet nicht unter psychischen Belastung [(lacht)]

I: Ja, schön, schön. Und was ist für Sie der Sinn des Lebens?

E: Ich denke (..) ein Sinn in dem in der Auslegung, dass es also wirklich eine existenzielle Bedeutung hat, ob ich jetzt existiere oder nicht, glaube ich nicht. Das ist eben ein Zufallsgeschehen, wir sind eben auch einfach als Art da, als Gattung da. Man

muss halt das beste daraus machen. Aber jetzt- ich glaube nicht, dass ich mit meinem Dasein einen Sinn erfülle. Ich bin eben einfach da und ich sollte das Beste daraus machen, so.

I: Ja, ja, mhm. Und gibt es sonst noch irgendwas, was Ihr Wohlbefinden beeinflusst, was wir jetzt noch nicht angesprochen haben? #00:54:01-9#

E: Nö, eigentlich nicht, wie gesagt, ich bin eigentlich im Grunde genommen ein durchaus zufriedener Mensch (lacht).

11.3.2 Inkongruent/ Reflektiert

3.) Interview M 14

Ja das ist schwer, das Glück zu finden, ich weiß nicht was bei den Enkelkindern gefunden hat oder? Na wenn man den Beruf hernimmt ja, dass man sagt ja schau, stell dich auf die Füße, dassd was lernst, meine Meinung, Schulbildung ist irgendwo wichtig, hab ich vielleicht versäumt, vielleicht war ich auch nicht der gute Sch-, bin ich auch nicht gern Schule gegangen, muss ich dazu sagen, aber heute aus dem Alter weiß man es erst...

Einstufung

Dieser Ratschlag ist inkongruent, da, wie die Person auch selbst bemerkt, weshalb er auch reflektiert ist, sie nicht das gelebt hat, oder befolgt hatte, was sie als Ratschlag an ihre Kinder weitergibt.

Entsprechungen aus dem Interview:

I: (lacht) und was waren so die Ziele die Sie in Ihrem Leben schon erreicht haben?

E: Ja Ziele, ich mein, ja wenn ich ganz weit zurück geh, ich hab mit falsch angefangen mit der Lehre, das Konditorlehre war nicht ganz meins #00:18:26-6# Konditor, ich war auch kein guter Konditor, drum hab ich auch wahrscheinlich aufgehört es wär jeder technischer Beruf wär mir von der Hand gegangen, das weiß ich, ich hab als zehnjähriger Bursch jeden Schalter, Fahrrad alles zerlegt, oder zambaut oder mit dem

Auto zerlegt oder mitm Buam dem Bruder sein Auto hergerichtet oder was, das hab ich alles können obwohl ichs nicht gelernt hab, ist mir, drum sag ich das wär irgendein technischer Beruf wär vernünftiger gewesen #00:18:50-7#

I: Habens es bereut dass Konditor gelernt gehabt haben #00:18:53-6#

E: Jein, weil ich, aber das war auch meine eigene Entscheidung, die hab ich nicht von daheim, ich muss wirklich sagen, die Schuld muss ich bei mir selber suchen, ich hätt, mir ist vorgekommen, Konditorlehre ist leichter wie damals, vor 30, 40 Jahren ist nie unterm Auto gelegen, da hats owatropft und das nasse das war mir auch irgendwo suspekt, hab ich mir auch denkt, na lieber nicht, das war vielleicht mit der Grund auch, da hab ich mir denkt machst es leichter, naja war nicht der Sinn #00:19:19-4#

4.) Interview G49

Naja, er soll eben das zu verfolgen, was er gerne macht. Also es hat wenig Sinn zu sagen, ja, das so bringen. Aber ich würd ihm irgendwie auch versuchen zu raten, dass er sich nicht nur auf ein Ding äh fokussieren sollt. Weil wenn das dann nicht klappt, dann stehst wirklich irgendwie vor relativ wenig. Dass er irgendwie so, dass er sich zwar konzentrieren soll, aber trotzdem die Augen offen halten für so irgendwie einen Plan B oder C. Aber ich würd ihm jetzt nicht irgendwie so einen vorgegebenen Weg oder so empfehlen. Sondern sagen, probier einmal, wirst eh sehen wie es ist. Ja. Mein Rat zum Sonntag, Samstag.

Die Person, die das Interview gab, rät hier etwas, woran es ihr selbst mangelt und was ihr des Weiteren zum Verhängnis wurde, dieser Ratschlag ist demnach absolut reflektiert und inkongruent. Er selbst berichtet öfters im Verlauf des Interviews, sich in seinem Studium nicht wohl zu fühlen und es nur zu machen, da ein alternativer Plan fehlt, bzw. diese unrealistisch und nicht zu verwirklichen sind.

Entsprechungen aus dem Interview

I: (...) Ja, und jetzt studier ich Jus seit geraumer Zeit. Find das alles nicht so cool, aber ich wüsste jetzt auch nicht was ich sonst machen soll. Deswegen mach ich das noch

immer. War am Anfang schneller, in den letzten Jahren hab ich viele andere Beschäftigungen gefunden, die mich ein bisschen davon ablenken. Aber ich hab vor dass ich es fertig mach. (...)

I: Ähm, du hast jetzt gesagt, naja, Jus hast du eigentlich mehr aus Verlegenheit angefangen, wenn ich das richtig verstanden habe. #00:11:08-0#

E: Ja, komplett, naja, nicht aus Verlegenheit. Ich hab halt lange überlegt, so was wie. Weil eigentlich in der Schule hab ich mich gar nicht so schwer getan, hab ich immer alles recht gut können, aber ich bin wahnsinnig faul. Und das haben meine Eltern da schon gewusst. Deswegen haben sie mich Jus studieren lassen (lächelt), nein deswegen nicht. Aber ich hab halt überlegt ob ich so eine Sprache mache. Weil technisch bin ich komplett unbegabt, kann ich überhaupt nichts. Bin auch in Mathe relativ schlecht gewesen, also ich hab schon irgendwie die Matura geschafft, so tragisch war es nicht, aber ich war nie außergewöhnlich. Eigentlich war ich sogar dämlich. Und dann haben sie halt überlegt, bla bla, was macht der Sohn, lassen wir ihn irgendeine Sprache studieren, welche Sprache. Und das hat mich auch irgendwie nie so interessiert. Und dann ich wollt auch nicht so, keine Ahnung, so Soziologie, bla, hat mich auch nicht so. Eigentlich wollt ich gar nichts studieren, aber das war halt schwer zu vereinen, damit dass ich eigentlich auch nicht arbeiten wollte. Und es war schon irgendwie angenehm, dass ich mal Student werde. Und dann hab ich mir gedacht, studier ich mal Jus. Also das war so die Grundsatz, also das war, weil ich nicht gewusst habe, was ich sonst machen soll. Ja, das war die, die.

I: Und jetzt steckst du ein bisschen? #00:12:06-1#

E: Ja, ich sag immer es zipft mich an. Aber an sich hab ich es gar nicht so ungern. Das Problem ist einfach, dass ich viel zu wenig Zeit habe dafür. Das heißt, eigentlich die letzten Jahre, sonst bin ich eigentlich eh relativ in der Zeit gewesen. Also nicht direkt, aber relativ. Und jetzt, jetzt bin ich halt irgendwo so im Nirwana. Aber ich, früher oder später mach ich es eh fertig, wenn mich der Ernst des Lebens einholen wird. Und ich mit 50 meine Beats an deutsche Rapper verkaufen kann. Dann muss ich Jus fertig

studieren (lächelt). Aber ja, so ist die Idee.

E: (...)Bei Plan B bleibt es ja immer, also das wär ja eine komplette Harikiri Aktion wenn ich sagen würde, ich schmeisse alles hin.

11.3.3 Kongruent/ Unreflektiert

5.) Interview M 13

„Ja vielleicht immer mit offenen Augen durchs Leben gehen, ein bissl schauen, horchen, und eben Familie und über alles sprechen, reden, (..) das kommt mir vor, dass man ihnen sowas mitgeben soll, und und eben schauen, dass man was erreicht, ein bissl lernt und schaut dass man weiterkommt, also das glaub ich ist wichtig im Leben.: Ja was alles so abläuft, und dass man sich ein Bild drüber macht, selber ein Bild, nicht irgendwie von anderen irgendwie was erzählen oder sagen lasst so auf die Art #00:26:00-1# “

Einstufung

Wirkt sehr trivial, bzw. oberflächlich, es wird nicht erläutert, was mit dem ersten Satz gemeint ist und es wird auch keine Entsprechung im Interview gefunden, es wird der Eindruck erweckt, dass hier auf Phrasen zurückgegriffen wird, aus Mangel an Ratschlägen, der Rat zur Familie ist zwar kongruent, jedoch wird im Interview viel näher darauf eingegangen und ebenso viel auf Freundschaften und Aktivitäten, weshalb der Ratschlag unvollständig wirkt. Des Weiteren hat die Person vor Jahren ein Kind verloren und berichtet 10 Jahre lang damit gekämpft zu haben, sowie darüber welche Strategien sie sich zurechtlegen musste, bzw. welche Dinge ihr geholfen haben, um dies durchzustehen, weshalb man hier eine tiefergreifendere, essentiellere Antwort erwarten könnte, bzw. man davon ausgehen kann, dass sich diese Person etwas mehr damit bereits auseinandergesetzt haben muss, als es die Antwort vermuten lässt.

Entsprechungen aus dem Interview:

E: und dann leider (...) haben wir unseren großen Sohn verloren, der hat sichs Leben

genommen leider. Der ist in Ort1 #00:01:23-4# in die HTL gegangen, ich erzähl das jetzt, weils eh egal ist, und-...

E: Ja furchtbar war das, also furchtbar, also 10 Jahre hab ich gekämpft

E: sehr schwierig. Ich muss sagen ich hab sehr gute Freundinnen und Freunde, ich hab zu jeder Zeit rearn können, jederzeit reden können, es war einfach, und die Familie sowieso, also die Familie ist in der Beziehung das wichtigste, ob das jetzt meine Schwägerin war wie die Name2 #00:04:31-6# wo sie dann morgen oder wann hinkommen, und einfach, auch die Schwiegermutter, einfach die Familie war wirklich das wichtigste, aber auch die Freundinnen, die waren so lieb...

E: Ja, ja, na muss ich sagen, ist wohl sehr wichtig, der Freundeskreis und dass man auch was unternimmt, oder ein bissl am Berg geht, was man halt bei uns so machen kann #00:07:54-5#

I: Und ist da die Natur auch so eine Kraftquelle? #00:08:02-5#

E: Ja schon, sicher, überhaupt bin ich eine die mit den Stecken geht oder so walken ein bissl, da geh ich sehr gern alleine, da kann man so den Gedanken nachhängen, und da gehts mir auch immer sehr gut da, man wird freier.

6.) Interview M10

E: Wie findet man das Glück? Ja wenn man das wissat, dann hätten wir nur mehr glückliche Menschen. Es ist so (..) dass Glück immer nur, es gibt ja nicht das Glück, es gibt ja nur kurze Augenblicke des Glücks, weil Glück kann man ja nicht konservieren. Und da muss man halt schauen dass man viel findet, dass man nicht nur einen und auf den hinsteuert, weil der ist ja nach einer Viertelstund, weil wennst einen Lottosechser machst, ist das am Abend auch vorbei, und dann hast schon wieder die Sorge, wie leg ichs überhaupt an. Glück ist ja immer nur kleine Augenblicke. Mah ist das klass und zack und eine Stunde später ist es ja schon wieder normal. Also kann man Glück nicht konservieren. jetzt hab ich die Erfahrung gemacht, schau dass man viel

Glücksmomente hat, und wenns Wetter schön ist, oder auch nicht schön, weil heute war ich mit dem Hund da drüben und es regnet, ist eigentlich auch ganz schön, und mei ist das schön und in der Nacht wenn ich heimgeh und der Sternenhimmel und der große Wagen steht da oben(...)

Einstufung

Dieser Ratschlag wurde als unreflektiert eingestuft, weil er sehr oberflächlich wirkt, es wird zwar viel dazu gesagt, aber das Meiste sind Vermutungen, jedoch keine Ratschläge, ähnlich einer Themenverfehlung, oder eines Vorbeiantwortens. Auch werden die Sätze weder zu Ende gesprochen, noch erläutert. Der Ratschlag lautet im Prinzip viele kleine Glücksmomente zu haben, jedoch die Frage hier lautet gerade wie? Es folgt auch nur eine bloße Aneinanderreihung von relativ gewöhnlichen Erlebnissen und wie schön die Person sie quasi beschließt zu erleben, in einer Weise, die den Verdacht eines Metaaffektes aufkommen lässt, wie eben Trivialantwort, oder sozialer Erwünschtheit. Kongruent ist der Ratschlag, da die Person, zwar in einer ähnlichen Art und Weise, aber trotzdem häufig von ihrem Wohlbefinden berichtet. Wirkt insgesamt etwas „geschönt“, was man auch an den Beispiele für Entsprechungen im Interview erkennen kann. Negative Umstände werden häufig spontan relativiert und es folgen, wie um eine Art Gegengewicht zu einzubringen, Aufzählungen von „tollen“ Umständen.

Entsprechungen aus dem Interview

I: Also vergleichst dich du dann nicht mit anderen? #00:42:11-0#

E: Na, eher mit die dies nicht so schön haben wie ich, dass ich sag mei, mir gehts gut.

E: Im Vergleich seh ich mich eher als Glückskind

E: Ja schon. Schon, natürlich. wenn die Infrastruktur passt im Ort, dass man doch gewisse Sachen machen kann, dass schöne Spazierwege gibt, dass man ein Bad da hat, dass man, mei es könnt immer mehr sein, das ist klar, das ist auch wieder, das hängt auch wieder mit der Zufriedenheit zusammen (...)

I:Also bist zufrieden? #00:43:36-2#

E: Ja total, Ich mein geschäftlich ist vielleicht wieder was anderes, meine Tochter wird dir vielleicht wieder was anders sagen, weil ich hab das geschäftliche jetzt ein bissl weg, weil ich bin jetzt nicht mehr geschäftlich. Und ich find wir haben die Berge da, wir haben die Seen in der Nähe, wir haben kulturell, Ort9 ist ja auch nicht weit weg, weißt eh. Und wir fahren jedes Jahr einmal St. Margarethen owe, schauen wir uns Theater an, ist ein Traum und eben Theater spielen tun wir, wir sind ein netter Freundeskreis, und es ist alles total super.

11.3.4 Inkongruent/ Unreflektiert

7.) Interview M 4

: Ja (...) wenn man eigentlich mit sich selber irgendwo im Reinen ist, und so wenn man halt, ja (-) #00:35:11-7# ich kann mir das schon selber schmieden #00:35:15-2#

I: Also so jeder ist [seines Glückes Schmied] #00:35:17-2#

E: Jeder. Das ist mein, mein Motto, also das ist schon so, es können schon andere Sachen auch dazu beitragen, aber im Grunde genommen macht man sich selber alles.

Wirkt unreflektiert, Sätze werden nicht beendet und nicht erläutert, es wird auf Floskeln zurückgegriffen und Sprichwörter, des Weiteren bleibt unverständlich um welche „Sachen“ es sich handelt, die ebenfalls zum Glück beitragen können. Außerdem steht diese Aussage im Gegensatz zu dem was tatsächlich laut Interview für ihr Glück/ Unglück verantwortlich ist. Inkongruent ist der Ratschlag zusätzlich, weil die Person nicht den Eindruck vermittelt mit sich im Reinen zu sein, sie berichtet über verpasste Chancen und leidet zudem an einer leichten Winterdepression.

Entsprechungen aus dem Interview:

I: Und gibts irgendwelche Gedanken oder Gefühle die Sie Ihr Leben lang begleiten oder immer wieder kommen vielleicht?

E: Ja schon. Doch schon. (.) schon schon. (.) Also das ist ja, das ist, eigentlich das möchte ich jetzt nicht so richtig erörtern, also das rührt von der Kindheit her.

I: Und wenn Sie heutzutage, was beeinflusst Sie derzeit, Ihre Stimmung?

E: Ja (lacht), wenn mein Mann ein bissl grantig ist (lacht). Na ich bin (.) ja ich bin zurzeit schon leicht ein bissl depressiv, ich hab so eine Winterdepression, weil ich den Winter hasse. Wir hätten einmal die Möglichkeit gehabt, wie die Kinder so bissl schon weg waren, nach Ort4 zu siedeln oder Richtung Ort5 hinaus, und das haben wir verabsäumt, irgendwo haben wir das verabsäumt. Ich weiß nicht aus was für einem Grund, es war halt einfach, aber, jetzt bereue ich es sehr, dass wir da nicht weggezogen sind

E: Ja der Sinn des Lebens ist halt, ja ich hätte schon ganz gern einen Beruf erlernt wie ich jung war, das wär schon also, das hätte ich schon ganz gern gehabt. (murmelt) also es ist einfach nicht (murmelt Ende) das hätte ich als Sinn angesehen, einen Beruf.

Tabelle / beinhaltet sämtliche Einstufungen nach Kongruenz und Reflexivität der Interviewteilnehmer. Fehlende Werte in diesen Bereichen bedeuten, dass die Antwort hinsichtlich dieser Variablen nicht einzustufen waren, da entweder die Antwort fehlte, oder nicht derart interpretierbar war.

8.) Interview WS1

E: der Glück kann man weder kaufen, noch noch von jemandem bekommen, das muss jede Person selbst errungen, ein Glück ist eine selbst erworbene Sache, entweder kann ich die Glück für mich beibringen mit unterschiedliche Sache, mit Lernen, mit Fleiß, mit also Beruf, mit Interesse für bestimmte Sache was mir als Kind an(.)gebunden ist, dann kann ich mich glücklich fühlen.

Einstufung

Dieser Ratschlag erwies sich durch das Interview als sehr inkongruent und damit einhergehend, auch als unreflektiert. Die Person ist und war, eigenen Angaben zufolge, nicht in der Lage ihr Glück selbst zu erringen, weder ist ihr die Ausübung

eines Berufs gewährt, da sie durch massive Schicksalsschläge (also von außen gesteuert, nicht in sich selbst gelegen) gesundheitlich beeinträchtigt ist und ihre Karriere beendet wurde, da sie abgeschoben worden sei und in Österreich keine Arbeit mehr fand. Ebenso würde sie gerne studieren, doch dies sei ihr aus finanziellen Gründen nicht möglich, außerdem sei sie schon zu alt hierfür. Die Person macht sehr widersprüchliche Angaben zu ihrem Glück, dennoch ist das Interview stark negativ gefärbt, positive Angaben werden hauptsächlich über ihren großen Wissenshunger und ihre Interessen an Bildung gemacht, diese wirken aber eher wie eine Kompensation von Selbstwertproblemen, aufgrund ihrer Arbeitslosigkeit, als authentisches Glück, es wird auch häufig eher negativ formuliert, wie „Unwissenheit ist eine große Schande“ und „je mehr ein Mensch weiß, desto mehr ist er wert“. Es wird jedoch auch häufig darauf verwiesen, wie wichtig Gesundheit ist und wie sehr sie die finanzielle Situation beeinträchtigt, was sich im Ratschlag nicht wieder findet, genauso wie sie im Interview spontan erwähnt, dass sie jedem nur Sport empfehlen könnte, dies tut sie jedoch nicht im Rahmen der Frage 14.

Entsprechungen aus dem Interview

E: dann passierte die schlimmste was in mein Leben konnte ich wurde mit einer harmlosen Ohrenoperation, was leider hier in Österreich war nicht bekannt diese Technik, was in Ungarn bekannt war beziehungsweise ist, den erfindender HNO Arzt war (--) #00:02:45-6# 1826 und diese Technik war in Österreich vollkommen unbekannt und dann ich wurde von einer vollkommen fremde Arzt operiert, er hat weder mich gesehen, noch untersucht, noch irgendetwas und die linke Ohr ist innen (--) #00:03:05-5# weiter habe ich halbseitig gelähmt oder taub bin nur mit elektronischen Implantat höre ich

E: und wurde in (-) #00:03:21-3# meine Karriere 1983 in einem Jahr, nachdem ich hier her gekommen ist, beendet und seither lebe ich (--) #00:04:07-0# Bereich aus der AKH und überall mit Verfolgung der (Ohr) #00:03:36-1# alle möglichen Ausweise aus dem AKH hab ich schriftliche Beweis (..) und darf ich nicht rein, niemand hat mich operiert 30 Jahre lang, habe nie einen Job bekommen

E: und ich lebe bis heute aus Sozialhilfe 4 Euro pro Tag, (holt tief Luft) #00:03:54-1#
ich bin schwer, schwer krank (.) mit 170 Operationen hinter mir

E: Ja und also praktisch vegetiere ich einen Tag auf den andere, (.) also positiv kann ich nichts sagen, (.) was in meinem Leben positiv abgelaufen ist, das kann noch ruhig sagen in meine Heimatland war. (.) Alle mit dem kommunistischen Regime Terror, trotzdem habe ich keine Schrammen in meinem Körper nie gehabt (..) und ich war pumperl gesund (.) und wurde mein Leben in einer Minute auf die anderer (.) vollständig zerstört, mehrfach (.) und ja, ich lebe, ich habe gesagt aus Sozialhilfe seit 30 Jahre keine Job, (.) hinvegetiere ich eine Tag auf andere (..) und ja (.) (hier) sind kann ich schon sagen Asylwerber aus dem Land 1 #00:04:59-2# und ehemalige Asylanten unerwünscht hier

E: so positiv habe ich wie gesagt gar nichts, Ausnahme meine Bilder, meine Kunst das ist die einzige aber (-) #00:06:10-2# ja (.) Freude macht

E: (..) nur in die ersten 2 Jahre war das wo ich positiv beurteilen konnte dieses Land, und nachher beginnt für mich der Horror

E: Also positiv kann ich nichts denken, nichts sagen, ich wurde von dem Magistrat (.) terrorisiert, schikaniert, also durch diese Mindestsicherungseinführung wurde uns als Sozialhilfeempfänger nicht mehr Sozialhilfe geleistet, sondern, haben wir jetzt die Mindestsicherung

I: Was was sind Dinge die Ihnen Kraft geben, (.) wenn es Ihnen nicht gut geht?
#00:23:16-6#

E: Also ich habe gelernt schon in Land 1 #00:23:18-6# dass es also darf man nicht immer aufgeben #00:23:23-0#

I: Mhm #00:23:23-0#

E: Also Leben geht immer weiter (.) und es ist so, dass man muss eine gewisse Masse (..) positiv (einstellen, nicht?) #00:23:37-6#

I: Mhm #00:23:37-6#

E: und egal wie schlecht ist nun die Leben, es ist doch irgendwie schön (.) so (.) bin ich unabhängig, also das machen was ich will, dorthin gehe wohin ich will es stört mir niemanden (.) habe ich freie Bewegung (.) also das ist doch schön und positiv oder?

E: und nicht geändert, weil ich habe immer, seit ich so klein war und ich lesen konnte (.) hatte mich immer interessiert alles, ja also ich war 5 Jahre alt, konnte ich schon lesen, meine Vater hat es beigebracht und konnte ich rechnen, ich habe in die erste Klasse schon so gegangen, dass ich flüssig lesen und äh und es mir war ordentlich fad dort zu sitzen, aber gut, ich musste in Schule gehen weil es Vorschrift war, aber ich hatte so gern in Schule gegangen, dass bis meine 33. Lebensjahr habe ich studiert, ich habe 4 erlernte Beruf

E: Ich liebte lernen. (.) Für mich die Schule war die Wichtigste in der Welt, die Wissen (.) ich hatte immer einen Wissenshunger

E: Ich lese, ich nehme, ich bin (versorgt) mit alle mögliche medizinische, wissenschaftliche Geschichte von aller Art Literatur (.) ich habe lese ich von alle mögliche ähm Zeitungen Kreuzworträtsel, ob das ist Deutsch oder Ungarisch, ist das egal, also die Einzige was kann ich nicht ganz, ganz 100% machen diese (depperter) #00:31:04-3# Laptop,

E: Ja (lacht) #00:31:35-4# aber ansonsten, jeden Tag kaufe ich die Zeitung, hole ich die Gratiszeitung auch, bei mir die Fernsehen geht die n-Tv, das ist die Historik ähmh äh Wissenschaft alles, daher bin ich bis auf den Pharaos, war auch heute Nachmittag, wie sie gelebt, wie das schon 100mal habe ich geschaut, aber kann ich 110 mal ebenso anschauen, das ist extrem interessante Sache (..) also ich habe immer also Kultur und Information Hunger habe

E: ich werde das benutzen, ich werde das genießen (.) je mehr ein Mensch weiß, desto mehr Wert ist

E: (.) Sport ist für mich bis heute (.) oberste Gebot, egal wo ist weh tun (.) und das könnte ich empfehlen für jede Mensch, jede Junge, jede mittleren Alters, jede Ältere, nimmt man einfach zwei Stöcke, Schuhe und (.) vorne, sehr kommt die Laune, (..) die Körper füllt sich voll Sauerstoff und wann heim kommt die Leute, wird schon alles rosig, (.) weil die Körper ist erholt er sich, ist frisch

E: Also enig-, einziges ein Ziel habe ich nicht erreicht in meine Leben, (-) #00:41:57-1# habe ich alles, alle meine Kinderträume erfüllt habe ich, einzige einfache konnte ich nicht erfüllen und das war meine (-) #00:42:06-6# (.) meine Traum Ärztin zu werden

E: Dafür habe ich, dafür habe ich eine sehr schöne Anerkennung habe ich bekommen von den ähähm (...) äh (..) na (..) Hofburg in der Silberkammer habe ich einmal Ausstellung gemacht und die (.) (Er ist ein Terrorist) #00:53:18-9# , er hat mir verweigert zum Operieren, AKH Wien #00:53:22-4# , also in der Silberkammer habe ich Ausstellung gemacht und habe ich dort von der Akademie eine Silbermedaillenauszeichnung als (.) anerkannte Künstlerin bekommen und wurde ich in der Palais Ferstl eingeladen, wer dort reinkommt, kann schon sagen: 'Ich bin irgendjemand' (.) aber ich bin doch nicht ganz damit zufrieden, wenn ich zufrieden wäre, dann wäre ich ein eingebildeter blöde Kuh

E: Also ich kann nur sagen, ich habe meine Leben ordentlich verpfuscht (lacht) #00:58:08-0# ja wenn äh diese Unglück nicht kommt, dass ich abgeschoben geworden wäre, (.) sicher heute wäre ich heute eine ganz andere Person in meine Heimatland, sicher wäre ich schon längst Arzt, Ärztin habe ich sicher schon ähm viel erreicht #00:58:33-0#

E: also (.) ich habe praktisch fast alles was ich brauche, Ausnahme wie habe ich gesagt Ausnahme ist die finanzielle Sache und die Gesundheit,

E: also mir fehlt natürlich die Geld alle Ecken und Nähte, (.) also ich brauche viele Sachen so, ich kann aber mir nicht leisten, ich kann nicht ein Urlaub leisten ich kann nicht ein Kater leisten, also ich kann nicht in ein Kaffeehaus gehen, weil das ist mir nicht vorhanden. (.) Ich muss 4 Euro pro Tag leben und das ist kann ich nicht mehr von 4 Euro machen

E: ich wollte auch in die Uni gehen aber leider ich kann nicht leisten die die ähm Studiengebühr, das wird eingeführt jetzt wieder. Das kann ich nicht und ich hätte so gerne noch weiter studieren. Ich bin doch nicht so alt (lacht) #01:22:18-5# weil ich ich ich lebe noch und wie lange ich lebe möchte ich noch lernen und das (--) #01:22:26-6# (.) Wissen ist die schönste Sache der Welt, aber Unwissen ist eine große Schande

Tabelle 9: Gesamteinstufung der Interviews nach Kongruenz und Reflexivität

Nr.	Paraphrase	Generalisierung des Interviews	K	R
A2	„glücklich ist man wenn man zufrieden ist“	betont wiederholt authentisch über Zufriedenheit mit dem Leben	K	R
A3	„Glück kann man nur raten, wenn wer konkret fragt, man kann in die Menschen nicht hineinschauen“	-	-	R
A4	„zufrieden sein mit dem was man hat, nicht immer mehr wollen“	Thematisiert häufig Unzufriedenheit mit Wohnung, obwohl nach eigenen Angaben groß genug, will sie ein größeres Haus...	IK	R
A5	„Kinder werden glücklich, wenn sie brav sind und nichts anstellen“	Trivial, wird nicht erläutert, wirkt überfordert mit der Frage, keine Entsprechungen im Interview	IK	UR
A7	„muss jeder selber herausfinden“	-	-	R

A8	„alles annehmen wie es kommt, nicht diskutieren, sich alles gefallen lassen, dann kann einem nichts böses passieren“	leidet jedoch unter vielen „unbeeinflussbaren“ Schicksalsschlägen, mehrfacher Krebs des Mannes, wird von dessen gesamter Verwandtschaft nicht akzeptiert	IK	UR
A9	„zum Glück gehören andere Menschen“	legt sehr viel Wert auf Freunde und Familie, thematisiert dies spontan und wiederholt während des gesamten Interviews	K	R
A11	„jeder muss es selbst finden, das Leben wählen, dass einen glücklich macht“	Betont sich bewusst für das Leben entschieden zu haben, mit Fokus auf Selbstverwirklichung, dafür keine Kinder	K	R
A17	„das Glück muss jeder selber finden, wenn man jammert, muss man es ändern“	Vermittelt trotz vieler Schicksalsschläge, authentisch optimistischen, Eindruck.	K	R
G 46	„sich und seine Fehler zu akzeptieren und nicht aus Frust zu essen“	Ist nach eigenen Angaben unglücklich, weil sie übergewichtig sei, berichtet aus Frust zu essen.	IK	R
G 48	„Familie und Partnerschaft“	Berichtet spontan ein sehr gutes Verhältnis zur Kernfamilie und wünsche sich auch für die Zukunft Familie.	K	R
G 49	„Einen Plan B im Leben zu haben, damit man nicht feststeckt“	Findet sein Studium „nicht gut“, weiß jedoch keine Alternative im Moment, Kreuzbandriss habe Fussballerkarriere beendet.	IK	R
G 50	„viel mit Freunden und der Familie machen, Studium nicht zu ernst nehmen“	Lege viel Wert auf Unternehmungen mit Freunden und Familie, sei glücklicher, seit sie das Studium weniger ernst nimmt.	K	R
M 1	„eine gute Grundstimmung, zufrieden sein, Glück kann man überall finden“	Berichtet trotz vieler Schicksalsschläge positive Grundstimmung	K	R
M 2	„kann man nicht raten“	-	-	R

M 3	„Familie Freunde, Selbstwertgefühl“	Unternimmt laut Interview viel mit Familie und Freunden, beschreibt sich ausdrücklich als selbstbewusst	K	R
M 4	„wenn man eigentlich mit sich selber irgendwo im Reinen ist, und so wenn man halt, ja ich kann mir das schon selber schmieden“	viele Dinge wirken sich sehr negativ auf sie aus, auf die sie keinen Einfluss hatte, wie Krebs des Mannes, keine Ausbildung...	IK	UR
M 5	„sich mehr Wünsche erfüllen“	Habe sich viele Wünsche nicht erfüllt, weil sie so erzogen worden sei, habe das Gefühl sie hätte mehr aus ihrem Leben machen können, konnte sich damals nicht durchsetzen	IK	UR
M 8	„Sozialkontakte, Gesundheit, Natur“	Rät, was sie nach eigenen vorab Angaben glücklich macht	K	R
M 10	„zufriedenheit“	Ist laut Interviewangaben positiv und zufrieden	K	UR
M 11	„sich den Weg nicht vorgeben lassen“	Grübelt über verpasste Chancen, weil sie in Tourismusschiene gekommen ist, bezeichnet sich als durch die Eltern vom Tourismus vorbelastet .	IK	R
M 13	„Familie und Ausbildung, jeder ist seines eigenen Glückes Schmied.“	Entspricht den Interviewangaben	K	UR
M 14	„Ausbildung und Beruf“	Bereue keine technische Ausbildung gemacht zu haben und von einer Firma weggegangen zu sein.	IK	R
M 15	„Familie, Arbeit und Zufriedenheit“	Auch im Interview Glücksquellen.	K	R
M 16	„Finanzielle Unabhängigkeit“	Ist stolz auf finanzielle Unabhängigkeit.	K	R
M 17	„muss jeder selbst herausfinden“	-	-	UR
M 18	„ein guter Beruf“	fühlt sich in seinem Beruf wohl.	K	R

M 19	„Zusammenhalt in der Familie“	Berichtet starken Familienzusammenhalt	K	R
M 20	„gute Partnerschaft“	seit 44 Jahren verheiratet berichtet von Harmonie in Partnerschaft	K	R
M 21	„zufrieden zu sein mit dem was man hat“	Mache sich häufig finanzielle Sorgen, möchte, nach Selbstbericht, dass alles „perfekt“ ist.	K	R
M 22	„ glückliche Partnerschaft“	Berichtet Partnerschaft ist am am wichtigsten.	K	R
M 23	„positiv durchs Leben gehen, offen sein“	Hat nach Eigenangabe ihr ganzes Leben genossen, ist sehr „auf Wohlbefinden aus“	K	R
M 24	„Kann mir nicht vorstellen, dass Arbeitslose glücklich sind“	Interview ist durchzogen von spontanen Äußerungen über Zufriedenheit mit Arbeit.	K	R
M 25	„das Glück ist bei dir selber zu finden“	Berichtet glücklich zu sein, wenn es Kindern und Mann gut geht, SWB ist sehr abhängig von äußeren Umständen.	IK	UR
M 26	„Ziele, die man sich setzt egal welcher Art, erreichen,	Habe seine Ziele alle erreicht.	K	R
M 27	„kommt wie es kommen muss, muss jeder selber finden“	-	-	UR
M 28	„Freunde, mit denen man reden kann“	Verstehe sich sehr gut Eltern und Schwester, könne mit dieser über alles reden, wenn er Sorgen hat, Freunde seien „extrem wichtig“	K	R
M 30	„zufrieden sein mit dem was man hat“	Versucht dies auch Sohn nahezubringen, gehe lieber geringfügig arbeiten und habe weniger Geld, dafür Zeit mit den Kindern, „das geht sich aus und passt“	K	R
M 31	„Sozialkontakte (Familie, Freunde...), gute Arbeit, Wohlbefinden mit Aussehen...“	Entspricht exakt dem Interview	K	R

M 32	„Glück ist in uns, wir entscheiden selbst über Glück“	Berichtet hingegen von sehr viel Unterstützung, auch in finanziellen Bereichen.	IK	UR
SD16	„muss jeder selber finden“	-	-	UR
W29	„Glück ist eine Persönlichkeitseigenschaft“	Beschreibt sich vorab spontan authentisch als Optimistin.	K	R
WD30	„Disziplin und Höflichkeit“	Verärgert über Gewicht, möchte jedoch nicht auf Genuß verzichten, habe Ausbildung in der Jugend „geschmissen“, sei jetzt zu alt dafür	IK	UR
WS 1	„muss jeder selber finden, kann man nicht kaufen, kann einem keiner geben“	Berichtet aufgrund unbeeinflussbarer massiver Schicksalsschläge, politische Verfolgung usw. unglücklich zu sein	IK	UR
WS 3	„Ziele erreichen“	Habe beinahe alle Ziele erreicht	K	R
WS 4	„auf sein Herz hören, wichtigen Dinge im Leben sind nicht käuflich, nicht materialistisch denken“	Berichtet größten Wert auf Familie, Freunde, Kinder, Freizeit zu legen.	K	R
WS 5	„selbstständig sein und nicht soviel Wert darauf legen, was andere von einem denken“	Viele Entsprechungen im Interview	K	R
WS 6	„darauf achten, dass Gespräche und Charakter beim Partner passen“	Habe viele Beziehungen hinter sich, in welchen genau dies nicht der Fall war, auch momentane Beziehung sei schwierig.	IK	R
WS 7	„Spas am leben, sich selbst mögen“	Mittlerweile tut sie dies angeblich, aufgrund vieler negativer Ereignisse, wirkt sehr spirituell	K	R
WS 8	„nicht ständig nach Höherem streben, sondern auch sagen ich hab das Beste gemacht“	Habe Prioritäten ins Privatleben verschoben, versuche zu „genießen“, „Gang runter zu schalten“.	K	R
WS 9	muss jeder selber finden	-	-	UR
WS 10	muss jeder selber finden.	-	-	UR

Anmerkung: R steht für reflektiert, UR für unreflektiert, K steht für kongruent und IK für inkongruent

11.4 Auswertung

11.4.1 Auswertung der Haupthypothese 1:

Um die Annahme, welche von einem Großteil der, in Kapitel 1 beschriebenen, Literatur gestützt wird, dass kongruente Personen zufriedener und glücklicher sind, als inkongruente, wurde der T-Test für unabhängige Stichproben gerechnet. Bei der abhängigen Variablen handelt es sich um Zufriedenheit und bei der unabhängigen Variable um Kongruenz. Der T-Test fiel mit einem Wert von $p < .001$ signifikant aus. Getestet wurde nicht unter der Annahme der Varianzhomogenität, da der Levene Test ebenfalls, mit einem Wert von $p = .01$, signifikant ausfiel (Field, 2013), wie aus Tab. 10 hervorgeht. Da die Hypothese gerichtet ist, ist das Ergebnis folgendermaßen zu interpretieren:

Kongruente Personen sind zufriedener als inkongruente.

Tabelle 10: *Ergebnisse des Levene Tests und des T -Tests für unabhängige Stichproben, für Zufriedenheit, bei einseitiger Testung*

Levene - Test	.01	Signifikant
T-Test für unabhängige Stichproben	<.001	Signifikant

Danach wurden dieselben Berechnungen zur Prüfung der Hypothese, „kongruente sind glücklicher als inkongruente Personen“ angestellt (Tabelle 11), hier war die Voraussetzung der Varianzhomogenität gegeben, da der Levene Test nicht signifikant ausfiel, mit einem Wert von $p = .11$. Der einseitige T-Test für unabhängige Stichproben ergab ein $p < .001$, womit er signifikant war und eindeutig gesagt werden kann:

Kongruente Personen sind glücklicher als inkongruente.

Tabelle 11: *Ergebnisse des Levene Tests und des T -Tests für unabhängige Stichproben, für Glück, bei einseitiger Testung*

Levene - Test	.11	Nicht signifikant
T -Test für unabhängige Stichproben	<.001	Signifikant

Tabelle 12: *Mittelwerte und Standardabweichungen von Glück und Zufriedenheit in der jeweiligen Kongruenzausprägung.*

		Mittelwert	Standardabweichung
Zufriedenheit	kongruent	1,53	0,82
	inkongruent	2,86	1,66
Glück	kongruent	1,73	0,91
	inkongruent	2,71	1,44

Tabelle 12 zeigt übersichtlich, dass kongruente Personen niedrigerer Mittelwerte in Glück und Zufriedenheit aufweisen, als inkongruente Personen.

11.4.2 Auswertung der Haupthypothese 2:

Eine Erweiterung der ersten Hypothese wurde anhand des Grades der Reflexivität getroffen, da angenommen werden muss, dass Personen, die unreflektiert antworten, bzw. in trivialer Art und Weise, keine wahre Einstellungs–Verhaltenskongruenzen wieder spiegeln.

Um Wechselwirkungen der beiden Variablen, Kongruenz und Reflexivität auf die Variablen Zufriedenheit und Glück zu erhalten wurde eine mehrfaktorielle ANOVA gerechnet, mit den Hauptfaktoren Kongruenz und Reflexivität, auch die Wechselwirkung zwischen Reflexivität x Kongruenz auf jeweils Glück und Zufriedenheit wurde erfasst. Die Voraussetzungen der Kovarianzmatritzen - homogenität wurden mittels Box-Test erfasst (Tab. 15) und kann bei einem Wert von

$p = .10$ als gegeben angesehen werden (Field, 2013). Während die Voraussetzungen für Varianzhomogenität der abhängigen Variable bei einem Levene-Test von $p = .01$ für Zufriedenheit nicht gegeben waren, jedoch für Glück, bei $p = .22$ (Tab.14). Die Voraussetzungen für die Kovarianzanalyse sind für Zufriedenheit daher nicht gegeben, somit können nur die Ergebnisse für Glück interpretiert werden. Diese sind in Tabelle 16 abzulesen. So hat Kongruenz einen signifikanten Einfluss auf Zufriedenheit, bei $p = .01$, wie bereits aus dem T-Test hervorging. Jedoch konnte weder ein Effekt von Reflexivität, oder eine Wechselwirkung zwischen Reflexivität und Kongruenz auf Glück nachgewiesen werden.

Tabelle 13: *Mittelwerte und Standardabweichungen der Variablen
Kongruenz, Reflexivität und Kongruenz x Reflexivität.*

	K	R	m	sd	H
Zufriedenheit	1	1	1,57	,836	28
		2	1,00	,000	2
		Gesamt	1,53	,819	30
	2	1	3,00	2,345	5
		2	2,78	1,302	9
		Gesamt	2,86	1,657	14
	Gesamt	1	1,79	1,244	33
		2	2,45	1,368	11
		Gesamt	1,95	1,293	44
Glück	1	1	1,75	,928	28
		2	1,50	,707	2
		Gesamt	1,73	,907	30
	2	1	2,80	1,924	5
		2	2,67	1,225	9
		Gesamt	2,71	1,437	14
	Gesamt	1	1,91	1,156	33
		2	2,45	1,214	11
		Gesamt	2,05	1,180	44

Anmerkung: *m* bezeichnet den Mittelwert, *sd* die Standardabweichung und H die Häufigkeiten. K steht für Kongruenz, R für Reflexivität, der Wert 1 unter K bedeutet kongruent, 2= inkongruent, sowie unter R: 1= reflektiert, 2= unreflektiert.

Die Mittelwerte in Tabelle 13 zeigen die Unterschiede zwischen den getesteten Variablen, die deutlichsten sind zwischen kongruent eingestuften Personen jeder Reflexivitäts- Gruppe und den inkongruent eingestuften Personen.

Tabelle 14: *Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen*

Levene	F	df1	df2	Sig.
Zufriedenheit	4,144	3	40	0.01
Glück	1,544	3	40	0.22

Tabelle 15: *Box-Test auf Gleichheit der Kovarianzmatrizen*

Box' M	12,413
F	1,770
df1	6
df2	1174,638
Sig.	0.10

Tabelle 16: *Univariate Kovarianzanalyse – Test der Zwischensubjekteffekte, abhängige Variable: Glück*

Quelle	Typ III Quadrat summe	df	Quadratischer Mittelwert	F	Sig.
Korrigiertes Modell	9,359 ^a	3	3,120	2,469	.08
Konstanter Term	89,724	1	89,724	70,998	<.001
Reflexivität	,174	1	,174	,137	.72
Kongruenz	5,802	1	5,802	4,591	.04
Reflexivität * Kongruenz	,016	1	,016	,013	.90
Fehler	50,550	40	1,264		
Gesamtsumme	244,000	44			
Korrigierter Gesamtwert	59,909	4 3			

Anhand der unten angeführten, zu Tabelle 16 gehörigen, Abbildung 14 lässt sich wieder nur erkennen, dass kongruente Personen allgemein glücklicher sind als inkongruente, die Personen mit als unreflektiert eingestuften Ratschlägen daraus scheinen zwar ebenfalls glücklicher, als die reflektiert eingestuften der jeweiligen Kongruenzgruppe, jedoch ist dies nur eine Tendenz, die im zufälligen Bereich liegt, da dies kein signifikantes Ergebnis darstellt. Die Gruppe Zufriedenheit lässt sich aufgrund der gebrochenen Voraussetzungen nicht interpretieren. Die Haupteffekte von Kongruenz und Reflexivität, auf Zufriedenheit wurden daher mittels T-Test berechnet.

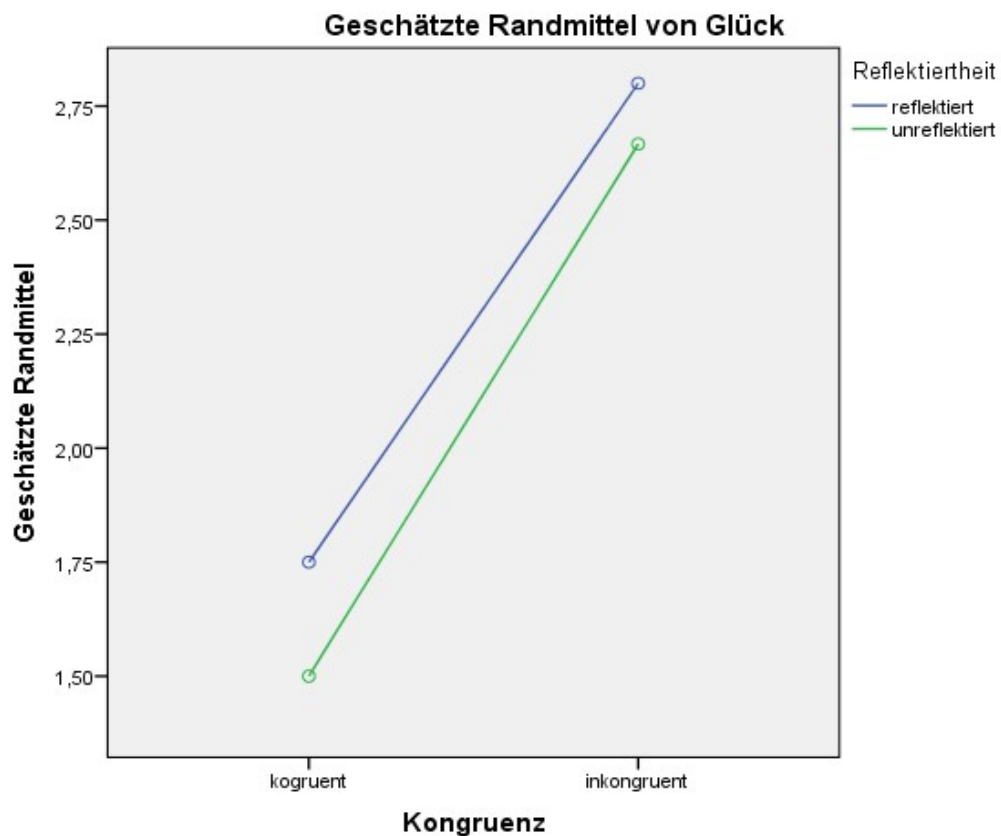


Abbildung 14: Verteilung der Reflexivität und Kongruenz hinsichtlich des Glücks

Da die Voraussetzung der Varianzhomogenität für die Varianzanalyse für Zufriedenheit nicht gegeben war, wurde ebenfalls mittels T-Test für unabhängige Stichproben (bei nicht angenommenen Voraussetzungen) zweiseitig getestet, ob sich Reflexivität auf Zufriedenheit auswirkt bzw. ob Personen die überlegt antworteten, also sich der Kongruenz bzw. Inkongruenz ihrer Antwort bewusst waren, sich in Glück und Zufriedenheit von jenen unterschieden, die das nicht waren. Tabelle 16 und 17 zeigen, dass der Grad der Reflexivität hier keinen Einfluss auf das Ausmaß des Glücks oder der Zufriedenheit hat, da beide Werte nicht signifikant waren, bei einem p -Wert von .13 für Zufriedenheit und einem p -Wert von .72 für Glück.

Tabelle 17: *Ergebnisse des Levene – Tests und des T – Tests für unabhängige Stichproben, für Zufriedenheit, bei zweiseitiger Testung*

Levene - Test	.25	Nicht signifikant
T – Test für unabhängige Stichproben	.13	Nicht signifikant

Reflexivität hat demnach auch keinen Einfluss auf die Zufriedenheit der Teilnehmer.

Tabelle 18: *Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Zufriedenheit in der jeweiligen Reflexivitätsausprägung*

		Mittelwert	Standardabweichung
Zufriedenheit	reflektiert	1,83	1,25
	unreflektiert	2,44	1,41

11.5 Nebenhypothesen

H1: Es gibt einen Alterseffekt hinsichtlich der Kongruenz.

Tabelle 19: *Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen*

F	df1	df2	Sig.
,012	1	42	.91

Tabelle 20: *Einfaktorielle Varianzanalyse, Altersunterschiede hinsichtlich Kongruenz*

	Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Sig.
Zwischen Gruppen	30,115	1	30,115	,092	.76
Innerhalb der Gruppen	13760,681	42	327,635		
Gesamtsumme	13790,795	43			

Es gibt keinen Altersunterschied hinsichtlich der Variable Kongruenz, da die einfaktorielle Varianzanalyse, bei gegebenen Voraussetzungen (Tab 19) nicht signifikant war (Tab. 20), mit einem Wert von $p = .76$. Es kann also demnach weder gesagt werden, dass ältere, oder jüngere mehr oder weniger kongruent wären.

Tabelle 21: *Mittelwert und Standardabweichungen der abhängigen Variable Alter in den jeweiligen Ausprägungen der Variable Kongruenz*

		Mittelwert	Standardabweichung
Alter	kongruent	46,87	18,15
	inkongruent	48,64	17,99

Tabelle 21 lässt eine ähnliche Verteilung der Variable Alter in den Gruppen kongruent und inkongruent erkennen.

H1: Es gibt einen Alterseffekt hinsichtlich der Reflexivität.

Tabelle 22: *Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen*

F	df1	df2	Sig.
,060	1	50	.81

Tabelle 23: *Einfaktorielle Varianzanalyse, Altersunterschiede hinsichtlich Reflexivität*

	Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Sig.
Zwischen Gruppen	685,731	1	685,731	1,952	.17
Innerhalb der Gruppen	17568,326	50	351,367		
Gesamtsumme	18254,058	51			

Es konnte auch kein Unterschied im Alter bezüglich der Reflexivität festgestellt werden (Tab. 20), da der p – Wert = .17, bei gegebenen Voraussetzungen (Tab. 19), nicht signifikant war, d.h. aufgrund des Ergebnisses lässt sich nicht behaupten, dass ältere oder jüngere Personen reflektierter oder das Gegenteil davon wären.

Tabelle 24: *Mittelwert und Standardabweichungen der abhängigen Variable Alter in den jeweiligen Ausprägungen der Variable Reflexivität*

		Mittelwert	Standardabweichung
Alter	reflektiert	45,94	18,54
	unreflektiert	53,81	19,21

Auch Tabelle 24 zeigt eine ähnliche Verteilung der Variable Alter, in den Gruppen reflektiert und unreflektiert.

H 3: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Bildung und Kongruenz.

Tabelle 25: Kreuztabelle zur Veranschaulichung der Verteilung Kongruenz x Bildung

	Bildungsklassen											Gesamt
	0	1	2	3	3,5	4	5	6	7	8	9	
kongruent	3	4	9	5	1	3	2	2	1	0	0	30
inkongruent	0	5	2	2	0	0	1	2	0	1	1	14
	3	9	11	7	1	3	3	4	1	1	1	44

Anmerkung: 1=keine, 2=Pflichtschule, 3=berufsbildende Schule, 3,5=berufsbildende mittlere Schule 4=berufsbildende höhere Schule, 5=Meisterprüfung/Werkmeister, 6=Matura/Gymnasium, 7=Berufsreifeprüfung/Studienberechtigungsprüfung, 8=Magister, 9=Bachelor.

Tabelle 25 zeigt übersichtlich, dass die Verteilung der Variable Kongruenz über alle Bildungsklassen hinweg in etwa gleich ist, d.h. in jeder Bildungsgruppe sind also kongruente Personen häufiger vertreten, als Personen deren Ratschlag inkongruent zu ihrem Interview ausfiel.

Tabelle 26: Mann-Whitney U-Test, Verteilung der Variable Bildung über die Gruppen von Kongruenz

	U-Wert	Signifikanz	Mittlerer Rang	
Bildung	227	0,66	kongruent	inkongruent
			21,93	23,71

Ein Zusammenhang zwischen dem Bildungsgrad und der Kongruenz, welcher mittels Mann-Whitney U-Test berechnet wurde (Tab. 26), konnte nicht festgestellt werden, $p = .66$, man kann also nicht behaupten, dass Personen aus einer höheren oder niedrigeren Bildungsschicht in irgendeiner Weise kongruenter oder inkongruenter wären.

H 4: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Bildung und Reflexivität.

Tabelle 27: Kreuztabelle zur Veranschaulichung der Verteilung Reflexivität x Bildung

	Bildungsklassen											Gesamt
	0	1	2	3	3,5	4	5	6	7	8	9	
reflektiert	2	5	11	7	1	3	2	4	1	0	0	30
unreflektiert	1	7	3	1	0	0	2	0	0	1	1	14
	3	12	14	8	1	3	4	4	1	1	1	44

Anmerkung: 1=keine, 2=Pflichtschule, 3=berufsbildende Schule, 3,5=berufsbildende mittlere Schule 4=berufsbildende höhere Schule, 5=Meisterprüfung/Werkmeister, 6=Matura/Gymnasium, 7=Berufsreifeprüfung/Studienberechtigungsprüfung, 8=Magister, 9=Bachelor.

Tabelle 27 lässt erkennen, dass die Verteilung der Variable Reflexivität über die einzelnen Bildungsklassen ungefähr gleich ist. In allen Bildungsklassen sind häufiger Personen vertreten deren Ratschlag als reflektiert eingestuft wurde. Genauso kann, aufgrund des nicht signifikanten Mann-Whitney U-Tests, bei einem $p = 1.93$, nicht gesagt werden, dass Reflexivität einen Zusammenhang mit Bildung aufweist, wie es auf den ersten Blick vielleicht zu erwarten wäre (Tabelle 28).

Tabelle 28: Mann-Whitney U-Test, Verteilung der Variable Bildung über die Gruppen von Reflexivität

	U-Wert	Signifikanz	Mittlerer Rang	
Bildung	223,5	1,93	reflektiert	unreflektiert
			28,29	22,47

H5: Es gibt einen Zusammenhang zwischen Kongruenz und Reflexivität.

Tabelle 29: Kreuztabelle der Verteilungen von Kongruenz Reflexivität.

		Reflexivität		Gesamtsumme
		1	2	
Kongruenz	1	28	2	30
	2	5	9	14
Gesamtsumme		33	11	44

Tabelle 30: zweiseitiger Chi-Quadrat Test und einseitiger exakter Test nach Fisher zur Prüfung des Zusammenhangs von Reflexivität x Kongruenz

	Wert	df	Asymp. Sig. (zweistg.)	Exakte Sig. (zweistg.)	Exakte Sig. (einstg.)
Pearson-Chi-Quadrat	16,902 ^a	1	<.001		
Kontinuitätskorrektur	13,968	1	<.001		
Exakter Test nach Fisher				<.001	<.001
Gesamt	44				

Es wurde eine Vierfeldertafel erstellt (Tabelle 29) und mittels Chi-Quadrat Test auf signifikante Zusammenhänge zwischen den Gruppen von Reflexivität und von Kongruenz getestet (Tabelle 30). Das Ergebnis fiel, mit einem Chi-Quadrat Wert von 16,902, bei einem Freiheitsgrad, mit einem $p < .001$, signifikant aus. Anhand der Vierfeldertafel lässt sich auch deutlich erkennen, wie die beiden Variablen miteinander korrelieren, kongruente Antworten sind deutlich öfter reflektiert, $n = 28$, inkongruente sind wesentlich öfter unreflektiert, $n = 9$, wohingegen nur sehr wenige Ratschläge als kongruent und dabei unreflektiert eingestuft wurden, $n = 5$ sowie inkongruent und reflektiert, $n = 2$ waren. Anhand der Korrelationen lässt sich jedoch nicht die Richtung des Zusammenhangs erkennen (Field, 2013), man könnte also nicht behaupten dass Kongruenz eine Auswirkung auf Reflexivität hat oder umgekehrt, nur dass die beiden Variablen miteinander einhergehen.

IV. Interpretation und Diskussion der Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die prägnantesten Forschungsergebnisse zu der eingangs vorgestellten Theorien in Bezug gesetzt und interpretiert.

Vorläufiges Kategoriensystem der erteilten Ratschläge

Die Kategorien, die sich aus der ersten Fragestellung ergeben haben, decken sich größtenteils mit den aktuellen Forschungsergebnissen über Komponenten des SWB. Da solche Annahmen über das SWB von großer Bedeutung sind, um Maßnahmen zur Verbesserung oder zur Erhaltung des SWB in der Bevölkerung zu erzielen, ist es wichtig, dass sich die vorherrschende Forschungsmeinung auch in Ansichten der Bevölkerung wieder spiegeln. Die Ratschläge aus den Interviews zur Erfassung dieser Komponenten heranzuziehen, könnte eine Möglichkeit darstellen globaler formulierte bzw. allgemeingültigere Laien-Annahmen über die Bedingungen des SWBs zu erhalten, als es ein direktes Fragen danach erlaubt.

Dass es sich bei Glück um etwas zu Individuelles handelt, als dass man darauf einen konkreten Ratschlag erteilen könne, ist die häufigste Antwort, sowohl als kodierter Ratschlag, als auch als Kategorie. Brandstädter (2011) stützt diese Ansicht indem er meint, dass jeder Mensch nach einem glücklichen Leben strebt, jedoch „je konkreter und verbindlicher Antworten auf diese Frage werden, umso weniger können sie allgemeine Geltung beanspruchen, dies nicht zuletzt, weil individuelles Glück zu einem Teil auch davon abhängt, was der Einzelne selbst darunter versteht“.

Der Ratschlag dass Glück „in sich selbst“ zu finden ist, was häufig mit „Glück ist in der Grundeinstellung“ bzw. „Glück ist in der Persönlichkeit“ paraphrasiert wurde, wurde am vierthäufigsten erteilt und spiegelt sich auch in neueren Erkenntnissen wieder, wonach die Persönlichkeit einer der stärksten Prädiktoren von Lebenszufriedenheit ist (Diener, 1999). Positives Denken, auf Platz 21, ist ebenfalls ein typischer Ratschlag populärpsychologischer New – Age Selbsthilfebücher, der zu Glück führen soll. Dieser Ratschlag wurde in einem weiterführenden Kategoriensystem mit dem Ratschlag „in

sich selbst“ und „nicht ängstlich sein“ zusammengefasst und als Persönlichkeit interpretiert, wobei diese Kategorie dann die fünfthäufigste wurde.

Arbeit, Freizeit, Familie, Partnerschaft, Kinder, Engagement für Ideale und Selbstentwicklung sind Brandstätter (2011) zufolge typische Lebensbereiche, die als Quellen von Sinnhaftigkeit berichtet werden, was im Umkehrschluss auch bedeutet, dass Einschränkungen in diesen Bereichen als besonders kritisch erlebt werden. In diesem Sinne fand sich auch „Arbeit“ an sechster Stelle, gefolgt von „Authentizität/Ehrlichkeit“ (äquivalent zu Selbstentwicklung) welche an an siebter Stelle als Kode und an dritter Stelle als Kategorie rangiert. Der Rat zu einem ehrlichen, authentischen Leben wird ebenfalls bei Berg (2008) gefunden. In seiner kritischen Auseinandersetzung mit modernen Philosophien zum Glück, liefert er eine Auflistung weitverbreiteter Annahmen über dessen Komponenten, einer der Punkte betrifft Authentizität, wonach es zur Erlangung von Glück wichtig ist die Lücke zwischen seinem wahren Selbst und seinem Verhalten zu schließen. Anders ausgedrückt Konsistenz zwischen Einstellungen und Verhalten.

Der Ratschlag zu „tun was man gern tut“ (worunter auch oft Freizeit subsummiert wurde) findet sich sogar an dritter Stelle, widersprüchlich zu Brandtstädters (2011) Annahme, dass die reine Erfüllung von Bedürfnissen nicht zu einem gelungenen glückvollen Leben führt. Im weiterführenden Kategoriensystem wurde er unter „Individuell“ gezählt, der häufigsten Kategorie

„Familie“, wozu auch Kinder gezählt wurden, steht nur an achter Stelle sowie „Partnerschaft“, welche lediglich an 11. Stelle, von 30 gegebenen Ratschlägen, platziert werden konnte. Hingegen wurde der Rat zu „Sozialkontakten“ (zusammengefasst aus den Kategorien „Andere Menschen“, „Partner“, „Familie“ und „Freunde“) sehr oft erteilt, er nimmt Platz zwei unter den Kategorien dieser Untersuchung ein und findet starken Widerhall in der aktuellen Forschung, wonach soziale Eingebundenheit ein zentraler Faktor ist, um Lebenszufriedenheit zu erlangen (Diener, et.al. 1999; Constanza et. al. 1999). Auch bei Weick (2013) wird das soziale Wohlbefinden als Teil des Gesamt-SWB gesehen, es wird einerseits durch

unterstützende Beziehungen zu Anderen definiert, die die Qualität der Beziehungen ausmachen sowie andererseits durch Zugehörigkeit, Vertrauen und das Gefühl respektiert zu werden.

Die Faktoren Gesundheit und Geld, welche nach Wilson (1967) hoch mit dem SWB korrelieren, werden hingegen nur sehr selten als Rat zum Glück erteilt.

Ebenso kam Wilson (1967) zu dem Ergebnis, dass Glaube bzw. Religion zu gesteigertem Wohlbefinden führt, Marx bezeichnete es deshalb auch als „Opium fürs Volk“ (Diener, et. al. 1999), trotzdem wird er in dieser Befragung nur sieben mal genannt. Bei Berg (2008) nimmt Spiritualität ebenfalls eine große Rolle für das SWB ein, es wird im Sinne von Bescheidenheit und Demut interpretiert. „Zufriedenheit“ als Kode in der vorliegenden Studie, ist mit 95 Nennungen, hingegen an zweiter Stelle platziert (sowie an vierter Stelle als mit „kleinen Dingen“ zusammengelegte Kategorie). Es wurde jedoch aufgrund der Formulierung der Ratschläge von einer Zusammenlegung mit dem Ratschlag „Glauben“ abgesehen.

Kategorie x Glück + Zufriedenheit

Personen, die den Ratschlag zur „Zufriedenheit“, im Sinne von Bescheidenheit, erteilten unterschieden sich auch in Glück und Zufriedenheit von jenen Teilnehmern, die den Ratschlag nicht erteilten. Die mittleren Ränge sprechen hier für ein höheres Maß an Wohlbefinden bei Personen innerhalb der Kategorie. Dieser Rat deckt sich sehr stark mit aktuellen Forschungsergebnissen, eine Fülle an Studien sprechen für weniger Zufriedenheit bei Menschen, die hauptsächlich materialistische Ziele verfolgen (Jonas, Maier & Frey, 2007). So konnte eine Meta-Analyse von Dittmar, Bond, Hurst, & Kasser (2014) zeigen, dass Materialismus signifikant negativ mit dem subjektiven Wohlbefinden korreliert. Vielleicht verfügen diese Personen aber auch über ein hohes Maß an Gelassenheit, welches ihnen erlaubt mit vielerlei Lebensumständen glücklich zu sein, indem sie nicht in einem permanenten Mangelbewusstsein verharren und wirklich das Erreichte auch genießen können.

Die mittleren Ränge sprechen auch dafür, dass Ratschläge der Kategorie „Finanzen“ mit höheren Zufriedenheitswerten, jedoch unauffälligen Glückswerten, im Vergleich zu Personen, welche den Rat nicht erteilten, einhergeht. Zu beachten ist, dass hier die Kategorie „Finanzen“ nicht mit materiellem Streben gleichzusetzen ist, wie Tabelle 4 und 5 zeigen, steht der Rat dafür keine Sorgen oder Einschränkungen durch Geldmangel zu erleben und sich „frei bewegen“ zu können, durch finanzielle Unabhängigkeit. So deckt sich dieses Ergebnis hervorragend mit der Definition von Tversky und Griffin (1991), in welcher Glück die emotionale Komponente des Wohlbefindens und Zufriedenheit eher dessen kognitive Komponente widerspiegelt. Bei Finanzen handelt es sich, nach Constanza et. al. (2007), auch um ein grundlegendes Bedürfnis und keinen emotionalen Aspekt, weshalb das Glück auch völlig unberührt von solcherlei Ratschlägen ist, während die Zufriedenheit eine Steigerung erfährt.

Natürlich wird vermutet, dass solche Personen dann auch häufiger kongruent zu ihrem selbstberichteten Verhalten sind, sodass sich die Finanzen, die Bescheidenheit usw. auch auf ihre eigenen Zufriedenheitswerte auswirken können.

Ebenso scheinen Personen der Kategorie „Sonstige“ unglücklicher als Personen außerhalb dieser Kategorie, wenn man die mittleren Ränge vergleicht. Dies liegt vermutlich daran, dass jene Kategorie häufig dann vergeben wurde, wenn die Personen mit „weiß nicht“ antworteten. Diese Antworten gingen häufig auch mit dem Metaaffekt „Abbruch“ einher, welcher darauf hindeutet, dass die Personen nicht gerne darüber sprechen, was genau daran liegen könnte, dass sie eben nicht glücklich sind. Oft wurde aber auch gleich offen begründet: „Wenn ich das wüsste, wäre ich selber glücklich“.

Einflussfaktoren auf das subjektive Wohlbefinden

Kongruenz

Die Ergebnisse dieser Studie zeigen deutlich, dass kongruente Personen, also all jene, die die Ratschläge, die sie an ihre Kinder oder sonstige nahestehende Personen

erteilen würden, auch selbst beherzigen und danach leben, glücklicher und zufriedener sind, als inkongruente Personen. Bezugnehmend auf einen Großteil der Literatur lässt sich dieses Ergebnis gut stützen, durch die Dissonanztheorie von Festinger (1954). Diese besagt, dass Menschen danach streben ihre Einstellungen untereinander sowie deren Komponenten in einem spannungsfreien Zustand zu halten. Angesichts eines solch umfassenden Aspektes, wie der Lebenszufriedenheit ist es auch zu erwarten, dass Einstellungen zu dieser, jene Personen welche sie auch beherzigen können glücklicher und zufriedener macht, als jene, denen dies nicht möglich ist.

Eine weitere Erklärung bietet aber auch die Selbstüberwachung von Snyder (1974), wonach auch die Möglichkeit besteht, dass Personen, die sich selbst und ihr Verhalten in hohem Maße überwachen, deshalb kongruenter antworten, weil sie sich stark an den von Anderen antizipierten Überzeugungen orientieren und diesen gegenüber einen möglichst konsistenten Eindruck vermitteln wollen. Demnach würde, da der Ratschlag erst gegen Ende des Interviews erfolgt, dieser dem Interview angepasst, da der umgekehrte Weg nun nicht mehr möglich ist. Man müsste dann davon ausgehen, dass es sich um keine tatsächliche Einstellung handelt, eine weitere Überlegung, die sich daraufhin auftut ist, ob dann auch die Angaben zu Glück und Zufriedenheit, welche die Personen im Fragebogen abgeben dementsprechend sozial erwünscht sind, also ob die Personen sich glücklicher und zufriedener einstufen, als sie tatsächlich sind. Dieser Möglichkeit wurde jedoch durch die Anonymisierung der Interviews, versucht weitestgehend vorzubeugen, was eher für den ersten Erklärungsansatz spricht, wahre Verhaltens – Einstellungskongruenz führt zu mehr Glück und Zufriedenheit.

Die „Unzufriedenheit“ bei inkongruenten Personen, lässt sich einleuchtend einerseits durch die entstandene Dissonanz erklären, aber auch durch die Reaktanz, die auftritt, wenn man sein Leben glaubt bereits entscheidend in eine andere, womöglich gegenteilige Richtung gelenkt zu haben (z.B. durch die falsche Ausbildung) und die nicht mehr verfügbaren „Lebenswege“ massiv aufwertet. Genauso durch das beschriebene Reuegefühl (Brandstädter, 2011), welches sich in Anbetracht der

verpassten Möglichkeiten einstellen könnte.

Reflexivität

Ein Einfluss der Reflexivität auf Zufriedenheit und Glück konnte hier nicht erfasst werden. Dieses Ergebnis spricht also für die Annahmen von Stein & Grant (2014), dass Reflexivität nicht per se mit gesteigertem Wohlbefinden einhergeht. Eine Unterteilung der Art und Weise der Reflexivität, wie sie die beiden Autoren trafen könnte andere Ergebnisse liefern.

Reflexivität x Kongruenz

Ein weiteres signifikantes Ergebnis war der Zusammenhang zwischen Kongruenz und Reflexivität, welcher besagt, dass Reflexivität mit Kongruenz einhergeht. Und umgekehrt.

Viele der beschriebenen Konsistenztheorien beruhen auf Reflexion. Egal, ob es sich um Dissonanzreduktion handelt, welche nahe legt, dass Personen welche reflektiert antworten, also deren Antwort auf bewussten Überlegungen beruhen, natürlich einen etwaigen Widerspruch zu ihrem Verhalten bemerken würden, wenn denn der Ratschlag widersprüchlich ausfallen sollte. Da Menschen sich dies ungern eingestehen, wegen des negativen Gefühls, wird der Ratschlag dem Verhalten angepasst, da der umgekehrte Weg nun, aufgrund der Reihenfolge der Frage im Interview nicht mehr möglich ist. Die Person relativiert infolgedessen den dissonanten Umstand oder wendet sonstige andere kognitive Methoden an, um ihn in Einklang mit den Erzählungen zu bringen und behauptet eventuell, hier nicht im Sinne einer sozialen Erwünschtheit, sondern eher in einer selbstschützenden Art und Weise das, was sie auch gelebt hat, indem sie sich etwa sagt „ohne die viele harte Arbeit wäre ich sicher nicht so stark“ und rät infolgedessen etwa, das Glück muss man sich hart erarbeiten und ist somit konsistent und kann dies auch reflektiert wiedergeben oder sogar begründen.

Dieses Ergebnis lässt sich ebenfalls gut durch die Theorie der Selbstüberwachung erklären, Selbstüberwachung bedarf ebenfalls der Reflexion, also des Nachdenkens

über sich selbst und auch die dazugehörige Literatur besagt, dass Selbstüberwacher dann kongruenter sind, in ihren Einstellungs-Verhaltens-Beziehungen, wenn sie eben diesen Eindruck erwecken wollen. Da aber Kongruenz mit höherem Wohlbefinden einhergeht, wird, wie weiter oben beschrieben, dieser Ansatz nicht angenommen.

Auch Personen mit hoher Selbstaufmerksamkeit und schlecht definierten Einstellungen über die Ursachen ihres Wohlbefindens könnten, da die Frage nach dem Ratschlag erst gegen Ende des Interviews gestellt wird, eventuell dazu verleitet sein, anhand der Informationen die sie im Interview gaben, auf ihre Einstellung zum Glücklicherweise zu schließen, d.h. wenn sich Personen als glücklich einstufen und dann das Interview zu ihren Lebensumständen abgeben, sie anhand dessen darauf schließen, „wenn ich auf diese Weise gelebt habe und glücklich bin, wird das wohl der Weg zum Glück sein“, und deshalb den Ratschlag erteilen, der dementsprechend kongruent zu ihrem Leben ist, ähnlich Snyders (1974) Untersuchung zum Self-monitoring, wobei die Probanden anhand des ausgefüllten Umweltfragebogens auf ihre Einstellung zum Umweltverhalten schlossen.

Gerade Personen die ein definiertes Selbstschema über die Einstellung, wie man Glück erlangt, besitzen, sollten, wie die Theorie es besagt, eine höhere Verhaltens – Einstellungskonsistenz aufweisen und sich auch bereits intensivere Gedanken dazu gemacht haben, als Personen, welche über kein Schema hierzu verfügen.

Alle diese Prozesse resultieren also auf bewussten Überlegungen, sprich Reflexion, weshalb, falls diese Theorien hier zutreffen, darin auch die Erklärung des Umstandes liegen könnte, dass Konsistenz mit Reflexivität einhergeht.

Kongruenz x Reflexivität x Glück

Es konnten keine Wechselwirkungen zwischen Kongruenz und Reflexivität auf die Variable Glück ermittelt werden, d.h. Kongruenz alleine erklärt hier bereits erschöpfend das gesteigerte Wohlbefinden der Teilnehmer, zwar geht sie häufig mit Reflexivität einher, diese trägt jedoch, in dieser Untersuchung, nichts zusätzlich dazu bei, auch kongruente, unreflektierte Personen sind glücklicher und zufriedener, als inkongruente Personen, egal wie reflektiert diese wiederum sind.

Bildung und Alter

Es konnte weder ein Einfluss des Bildungsgrades noch des Alters auf eine der beiden Konstrukte, Kongruenz zwischen Ratschlag und Interviewberichten, noch Reflexivität bei der Beantwortung der Frage Nr. 14, ermittelt werden. Kongruente und reflektierte Personen sind also in jeder Bildungs- und Altersstufe gleichermaßen vertreten.

Frage 14

Die Nützlichkeit der Interviewfrage 14 konnte bestätigt werden. In dieser Untersuchung konnte gezeigt werden, dass die Auswertung der Ratschläge hinsichtlich ihrer Kongruenz deutlich zwischen glücklicheren, zufriedeneren Menschen und jenen die das nicht sind unterscheidet, zumindest wenn die Frage am Ende des Interviews gestellt wurde. Zur Konstruktion eines Fragebogens wäre es sinnvoll und aufschlussreich sie abschließend als offene Frage zu integrieren. Genauso wäre es auch möglich die Frage geschlossen zu formulieren und die 12 entwickelten Kategorien als multiple-choice Antwort vorzugeben, da sich auch die Personen unterschiedlicher Ratschlags-Kategorien im SWB unterscheiden.

V. Kritik und Ausblick

Die beiden Hauptkritikpunkte betreffen wohl einerseits die geringe Stichprobengröße, welche hier einen Effekt verschleiern könnte, da sowohl Repräsentativität als auch das Nicht-signifikant-werden von Berechnungen darauf zurückzuführen sein könnten, weshalb zukünftige Untersuchungen dies berücksichtigen sollten, aber auch die Subjektivität der qualitativen Untersuchung an sich, denn letztlich obliegt, laut Strübing (2008), die Interpretation der Daten und der Ergebnisse dem Forscher selbst. Da es sich bei den kodierten Ratschlägen um ein vorläufiges Kategoriensystem handelt, ist es möglich, dass einige Kategorien redundant sind oder sich bei einer alternativen Zusammenlegung das Verhältnis verschiebt, wie am Beispiel der Zufriedenheit, welche sich, aufgrund unterschiedlicher Herangehensweisen und Theorien, eben auch mit Glaube zusammenlegen ließe.

Für zukünftige Studien könnte es sinnvoll sein alternative Kategorien zu bilden oder das Verhältnis zu untersuchen, wenn jede Kategorie nur einmal vergeben wird, ohne Mehrfachnennungen.

Ebenso könnte in weiterführenden Untersuchungen auch die Erhebung der Einstellungsstärke, welche anhand der Zeitspanne, die zwischen Interviewfrage und Antwort vergeht, berücksichtigt werden. Denn je schneller die Antwort erfolgt, desto stärker ist nach Stürmer (2009) auch die zugrunde liegende Einstellung, weshalb hieraus dann auch stärkere Effekte im SWB resultieren könnten und derartige Einstellungen besonders Aussagekräftig sein könnten.

Im Zuge dieser Diplomarbeit war es auch nicht möglich Unterscheidungen hinsichtlich der Art der Reflexion zu treffen, wie Stein und Grant (2014) es unternahmen, indem sie positive Selbstevaluationen dysfunktionalen Einstellungen gegenüberstellten. Eventuell käme es nach solch einer Unterscheidung zu einem signifikanten Ergebnis.

VI. Zusammenfassung

Hauptziel dieser Arbeit ist die Erfassung der Beziehung zwischen Einstellungen und Verhalten von Personen sowie dessen Auswirkung auf deren subjektives Wohlbefinden.

Dazu wurden vorab von 498 qualitativen Interviews sämtliche Ratschläge, die die Interviewteilnehmer auf die Frage, was man seinem Kind oder einer nahestehenden Person raten würde, wie man glücklich wird, mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008) induktiv kategorisiert, wobei die Kategorien aus den Ratschlägen abgeleitet werden. Danach wurden die Ratschläge mit dem aktuellen Wissen über die Komponenten des SWB verglichen. Anschließend wurden, in Anlehnung an die Grounded Theory nach Glaser und Strauss (1967), nur mehr 60 der halbnarrativen Interviews, ebenfalls mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring (2008), diesmal deduktiv, d.h. mittels vorhandenem Kategorienschema, hinsichtlich ihrer Einstellungs-Verhaltens Konsistenz, also der Kongruenz zwischen erteiltem Ratschlag und selbstberichtetem Verhalten sowie weiters anhand des Grades der Reflexivität der Interviewteilnehmer, sprich deren Bewusstheit oder Elaboriertheit bei Erteilung des Ratschlags, kategorisiert, um auch dessen Einfluss auf das SWB zu erheben. Das SWB wurde wiederum anhand eines Selbstbeurteilungs-Fragebogens zweifach, auf jeweils einer Skala von 1 bis 10, als Glück und Zufriedenheit erfasst.

Die Kategorisierung der Ratschläge bietet folgendes Ergebnis: 218 Personen sind der Ansicht, dass man hierzu keinerlei Ratschläge erteilen könne, da es zu individuell sei, dies war auch die häufigste Antwort, 148 Personen meinten das Glück liegt in den Sozialkontakten (Freunde, Familie, Partnerschaft). 106 Personen raten dazu zufrieden zu sein mit dem was man hat und 80 Personen meinen es liegt in einer Art persönlichen Grundhaltung. Diese sehr häufigen Ergebnisse spiegeln auch heutige Kenntnisse über Komponenten des SWB wieder. Gesundheit, Ausbildung, das Erreichen von Zielen, sowie Freunde (separat gezählt), kommen entgegen den Erkenntnissen der Fachliteratur, nur in geringer Anzahl vor.

Die Einstellungs-Verhaltens Beziehungen erweisen sich als guter Prädiktor für das SWB, mittels T-Test konnte die Haupthypothese, dass kongruente Personen signifikant glücklicher und zufriedener sind, als inkongruente bestätigt werden. Somit eignet sich die Interviewfrage nach einem Ratschlag zum Glück für nahestehende Personen gut zur Diskrimination zwischen Personen mit hohem und niedrigem SWB, weshalb sie in einem Fragebogen auch integriert werden sollte, dies ist sowohl offen, als auch im multiple-choice Format möglich, wenn die gebildeten Kategorien als Antworten fungieren, diese können dann weiters anhand der Kongruenz ausgewertet werden, wobei auch die Kategorien an sich bereits mit unterschiedlichen Werten im SWB einhergehen.

Ein Einfluss der Reflexivität auf das SWB konnte jedoch nicht ermittelt werden. Ebenso konnte kein Einfluss des Bildungsgrades oder des Alters auf Kongruenz oder Reflexivität festgestellt werden. Kongruenz und Reflexivität weisen jedoch miteinander einen signifikanten Zusammenhang auf. Somit sind kongruente Personen eher reflektiert und umgekehrt.

***„Unser ganzes Leben ist eine Antwort auf die Frage: Wie kann ich
Glück erlangen?“***

(Dalai Lama)

VII. Literaturverzeichnis

- Argyle M & Martin, M. (1991). The psychological causes of Happiness. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well – being an interdisciplinary perspective* (S. 77 - 100). Pergamon Press.
- Berg, M. C. (2008). New age advice: ticket to happiness? *J Happiness Stud* 9: 361–377.
- Bergsma, A. (2008). The Advice of the Wise. Introduction to the special issue on advice for a happy life. *Journal of Happiness Studies*, this issue. DOI 10.1007/s10902-006-9040-3.
- Bergsma, A. (2008). The Advice of the Wise. Afterthoughts about reality checking. *Journal of Happiness Studies*, this issue. DOI 10.1007/s10902-006-9035-0.
- Bierbrauer, G. (1996). *Sozialpsychologie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Boston University School of Public Health (2013)
<http://sphweb.bumc.bu.edu/otlt/MPH-Modules/SB/SB721-Models/SB721-Models3.html> Zugriff am 29.09.2014
- Brandstätter, H., (1991). Subjective well – being an interdisciplinary perspective. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well – being an interdisciplinary perspective* (S. 173 - 192). Pergamon Press.
- Brandtstädter, J. (2011). *Positive Entwicklung. Zur Psychologie gelingender Lebensführung*. Heidelberg: Spektrum.
- Campbell, A., Converse, P. e., & Rogers, W. L. (1976). *The Quality of american Life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Chaiken, S. & Baldwin, W. M. (1981). Affective – Cognitive Consistency and the Effect of Salient Behavioural Information on the Self - Perception of Attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 41, No. 1. 1-12.

- Constanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, R. B., Danigelis, N. L., Dickinson, J., Elliott, C., Farley, J., Gayer, D. E., Glenn, L. M., Hudspeth, T., Mahoney, D., McCahill, L., McIntosh, B., Reed, B., Rizvi, S. A. T., Rizzo, D. M., Simpatico, T., Snapp, R. (2007). Quality of Life: An approach integrating opportunities, human needs and subjective well – being. *Ecological Economics*, 61. 267 – 276.
- Davidson, A. R. & Jaccard, J. J. (1979). Variables that Moderate The Attitude – Behaviour – Relation: Results of a longitudinal Survey. *Journal of Personality and Sozial Psychology*. Vol. 37, Nr. 8, 1364 – 1376.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542–575.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). subjective Well- Being: Three decades of Progress. *Psychological Bulletin*, vol. 125, s. 276 –302.
- Dittmar, H., Bond, R., Hurst, M. & Kasser, T. (2014). The Relationship Between Materialism and Personal Well-Being: A Meta-Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 107, No. 5, 879–924.
<http://dx.doi.org/10.1037/a0037409>
- Festinger, L. & Carlsmith, J., M.(1959). Cognitive Consequences of forced Compliance. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 58, 203–210.
- Field, A. (2013). Discovering Statistics using IBM SPSS. London: Sage.
- Fredericks, A. J. & Dossett, D. L. (1983). Attitude – Behaviour Relations: A Comparison if the Fishbein – Ajzen and the Bentler - Speckhard Models. *Journal of Personality an Sozial Psychologie*, vol. 45., No 3., 501 – 512.
- Hartung, J. (2010) Sozialpsychologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Headey, B. & Wearing, A. (1991). Subjective well – being: a stocks and flows framework. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well – being an interdisciplinary perspective* (S. 49 - 69). Pergamon Press.

- Jonas, E., Maier, G.W., Frey, D. (2007) Psychologie des Geldes. In Frey, D, v.Rosenstiel, L., Bierbaumer, N., Kuhl, J., Schnieder, W., Schwarzer, R. (2007). Enzyklopädie der Psychologie. Wirtschaftspsychologie. Wirtschafts- Organisations- und Arbeitspsychologie 6. Göttingen: Hogrefe.
- Jonas, K., Stroebe, W., Hewstone, M. (Hrsg) (2014). *Sozialpsychologie*. Berlin: Springer.
- Kahnemann, D. & Krueger, A. (2006). Developements in the Measurement of Subjective Well- Being. *Journal of Economic Perspectives*, vol. 20. s. 3 – 24.
- Krosnick, J. A. & Alwin, D. F. (1989). Aging and Susceptibility to Attitude Change. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, No. 3, 416—425.
- Kubinger, K. D. (2006). *Psychologische Diagnostik: Theorie und Praxis psychologischer Diagnostizierens*. Göttingen: Hogrefe.
- Mayring, Philipp & Glaser-Zikuda, Michaela (Hrsg.) (2008). *Die Praxis der Qualitativen Inhaltsanalyse* (2. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Miron, A. M. & Brehm, J. W. (2006). Reactance Theory – 40 Years Later. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 37 vol., 1. 9 – 18.
- Moos, R. H. (1968) Situational analysis of a therapeutic community milieu. *Journal of Abnormal Psychology*, vol. 73, 49-61.
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S. & Stross, B. (2012). *About validity of subjective survey responses: Description of a methodological pilot study*. Department for Applied Statistics and Economics, MODUL Private University Vienna.
- R Core Team (2013). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL <http://www.Rproject.org/>.

- Rhode, N. & Wood, W. (1992). Self- Esteem and Intelligence Affect Influenceability: The Mediating Role of Message Reception. *Psychological Bulletin*, vol. 111, No1, 156 – 171.
- Schwarz, N. & Strack, F. (1991). Evaluating one's life: a judgement model of subjective well – being. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well – being an interdisciplinary perspective* (S. 27 - 47). Pergamon Press.
- Sheeran, P. & Orbell, s. (2000). Self-schemas and the theory of planned behaviour. *European Journal of Social Psychology. Eur. Soc. Psychol.* 30, 533-550.
- Snyder, M. (1974). Self Monitoring of Expressive Behaviour. *Journal of Personality and Social Psychology* , Vol. 30, No. 4, 526-537.
- Stein, D., Grant, A. M. (2014). Disentangling the Relationships Among Self-Reflection, Insight, and Subjective Well-Being: The Role of Dysfunctional Attitudes and Core Self-Evaluations. *The Journal of Psychologie.* 148 (5). 505 – 502.
- Stürmer, S. (2009). *Sozialpsychologie*. München: Ernst Reinhard Verlag.
- Strauss, A. (1916 – 1996). *Grundlagen qualitativer Sozialforschung*. UTB Für Wissenschaft.
- Strübing, J. (2008). *Grounded Theory. Zur Sozialtheoretischen und epistemologischen Fundierung des Verfahrens der empirisch begründeten Theoriebildung*. Wiesbaden: GWV Fachverlage.
- Tversky, A. & Griffin, D. (1991). Endowment and contrasts in judgement of subjective well-being. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well-being an interdisciplinary perspective* (S. 101 - 139). Pergamon Press.

- Veenhoven, R. (1991). Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots. In Stark, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (Eds.). *Subjektive well-being an interdisciplinary perspective* (S. 7 – 26). Pergamon Press.
- Weick, S. (2013). Soziales Wohlbefinden in Deutschland nur schwach ausgeprägt: Untersuchungen zum subjektiven Wohlbefinden mittels eines aggregierten Indexes. In: *Informationsdienst Soziale Indikatoren*, 49, 12-15.
URN: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-343476>
- Werth, L. & Mayer, J. (2009). *Sozialpsychologie*. Berlin: Springer.
- Wilson, W. (1967) Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, vol. 67. 294 – 306.
- Witte, E. H. (1989). *Sozialpsychologie*. München: Psychologie – Verl. - Union.

VIII. Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: <i>Korrelationen (r) zwischen Einstellungen gegenüber der Einnahme der Antibabypille innerhalb der nächsten zwei Jahre im Zusammenhang mit dem Grad der Spezifikation der Einstellung</i>	31
Tabelle 2: <i>Beschreibung der Arten des Metaaffekts.....</i>	49
Tabelle 3: <i>Verteilung der Bildungsklassen.....</i>	61
Tabelle 4 : <i>Anzahl und Art der Ratschläge.....</i>	68
Tabelle 5: <i>Vorläufiges Kategoriensystem inklusive Codes</i>	72
Tabelle 6: <i>Mann-Whitney U-Test zum Vergleich der Ratschlags-Kategorien.....</i>	75
Tabelle 7: <i>Verteilung der Bildungsklassen in der Teilstichprobe.....</i>	82
Tabelle 8: <i>Kreuztabelle zur Darstellung der sich aus den beiden Hauptgruppen, Reflexivität und Kongruenz, ergebenden Subgruppen.....</i>	84
Tabelle 9: <i>Gesamteinstufung der Interviews nach Kongruenz und Reflexivität.....</i>	100
Tabelle 10: <i>Ergebnisse des Levene Tests und des T-Tests für unabhängige Stichproben, für Zufriedenheit, bei einseitiger Testung.....</i>	105
Tabelle 11: <i>Ergebnisse des Levene Tests und des T-Tests für unabhängige Stichproben, für Glück, bei einseitiger Testung.....</i>	106
Tabelle 12: <i>Mittelwerte und Standardabweichungen von Glück und Zufriedenheit in der jeweiligen Kongruenzausprägung.....</i>	106
Tabelle 13: <i>Mittelwerte und Standardabweichungen der Variablen Kongruenz, Reflexivität und Kongruenz x Reflexivität.....</i>	107
Tabelle 14: <i>Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen.....</i>	108
Tabelle 15: <i>Box-Test auf Gleichheit der Kovarianzmatrizen.....</i>	108
Tabelle 16: <i>Univariate Kovarianzanalyse – Tests der Zwischensubjekteffekte, abhängige Variable: Glück.....</i>	108
Tabelle 17: <i>Ergebnisse des Levene Tests und des T-Tests für unabhängige Stichproben, für Zufriedenheit, bei zweiseitiger Testung.....</i>	110
Tabelle 18: <i>Mittelwerte und Standardabweichungen der Variable Zufriedenheit in der jeweiligen Reflexivitätsausprägung.....</i>	110

Tabelle 19: <i>Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen</i>	111
Tabelle 20: <i>Einfaktorielle Varianzanalyse, Altersunterschiede hinsichtlich Kongruenz</i>	111
Tabelle 21: <i>Mittelwert und Standardabweichungen der abhängigen Variable Alter in den jeweiligen Ausprägungen der Variable Kongruenz</i>	111
Tabelle 22: <i>Levene Test auf Gleichheit der Fehlervarianzen</i>	112
Tabelle 23: <i>Einfaktorielle Varianzanalyse, Altersunterschiede hinsichtlich Reflexivität</i>	112
Tabelle 24: <i>Mittelwert und Standardabweichungen der abhängigen Variable Alter in den jeweiligen Ausprägungen der Variable Reflexivität</i>	112
Tabelle 25: <i>Kreuztabelle zur Veranschaulichung der Verteilung Kongruenz x Bildung</i>	113
Tabelle 26: <i>Mann-Whitney U-Test, Verteilung der Variable Bildung über die Gruppen von Kongruenz</i>	113
Tabelle 27: <i>Kreuztabelle zur Veranschaulichung der Verteilung Reflexivität x Bildung</i>	114
Tabelle 28: <i>Mann-Whitney U-Test, Verteilung der Variable Bildung über die Gruppen von Reflexivität</i>	114
Tabelle29: <i>Kreuztabelle der Verteilungen von Kongruenz x Reflexivität</i>	115
Tabelle 30: <i>zweiseitiger Chi – Quadrat – Test und einseitiger exakter Test nach Fisher für den Zusammenhang Reflexivität x Kongruenz</i>	115

IX. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Darstellung der theory of planned behaviour, nach Ajzen Icek, 2006.....	29
Abbildung 2: Parallelität der Arbeitsschritte aus Strübing (2008, S. 15).....	51
Abbildung3: Ablaufmodell induktiven und deduktiven Kategorisierens (Mayring & Brunner, 2006, nach Mayring, 2008).....	55
Abbildung 4: Verteilung der Variable „Zufriedenheit“ in der Gesamtstichprobe.....	58
Abbildung 5: Verteilung der Variable „Glück“ in der Gesamtstichprobe.....	60
Abbildung 6: Verteilung der Variable „Alter“ in der Gesamtstichprobe.....	58
Abbildung7:Verteilung der Variable „Geschlecht in der Gesamtstichprobe.....	62
Abbildung 8: Verteilung der Variable „Zufriedenheit“ in der Teilstichprobe.....	79
Abbildung 9: Verteilung der Variable „Glück“ in der Teilstichprobe.....	80
Abbildung 10: Verteilung der Variable „Alter“in der Teilstichprobe	81
Abbildung 11: Verteilung der Variable „Geschlecht“ in der Teilstichprobe	81
Abbildung 12: Verteilung der Variable Kongruenz; blau/1= kongruent, grün/2 = inkongruent.....	83
Abbildung 13: Verteilung der Reflexivität; blau/1 = reflektiert, grün/2 = unreflektiert.....	83
Abbildung 14: Verteilung der Reflexivität und Kongruenz hinsichtlich des Glücks.....	109

X. Anhang

auf den folgenden Seiten befindet sich der Originalfragebogen des Projekts von Mmag. Dr. Ponocny, er unterscheidet sich nicht vom Onlinefragebogen, welcher noch immer unter: <http://survey.modul.ac.at/lq/> verfügbar ist (Ponocny et. al., 2012).

Kontaktmöglichkeit für Benachrichtigung (nur wenn Teilnahme an der Verlosung erwünscht; z.B. Tel. Nr., E-mail oder Postadresse)

Teil 1: Allgemeine Informationen zu Ihrer Person

Heutiges Datum (TT.MM.JJJJ): ____/____/____		Derzeitige Uhrzeit: ca. ____:____	
Geschlecht: ☐ männlich ☐ weiblich		Alter: ____ Jahre	Postleitzahl: ____
Ich wohne in Österreich: ☐ immer schon ☐ seit (Jahreszahl): ____			
Zu Hause spreche ich normalerweise ☐ Deutsch ☐ ____			
Familienstand: ☐ ledig ☐ Lebensgemeinschaft ☐ Ehe ☐ geschieden ☐ verwitwet			
Wie viele Personen wohnen in Ihrem Haushalt? ____			
Haben Sie (leibliche, adoptierte bzw. Pflege-) Kinder? ☐ nein ☐ ja: ____ (Alter der Kinder)			
Welche der Kinder leben in Ihrem Haushalt? ☐ keine ☐ alle Anzahl: ____			
Pflegen Sie Angehörige oder Bekannte? ☐ nein ☐ ja, ca. ____ Stunden pro Woche			
Abgeschlossene Ausbildung(en): (Mehrfachnennungen möglich)			
☐ keine	☐ Meisterprüfung/WerkmeisterIn	☐ Doktor/PHD	
☐ Pflichtschule	☐ Matura	☐ Sonstiges: ____	
☐ Berufsbildende Schule	☐ Bachelor	Fachrichtung(en): ____	
☐ Lehre	☐ Magister/Master	____	
Berufliche Situation:			
☐ unselbständig	☐ arbeitssuchend	☐ SchülerIn	
☐ Vollzeit	☐ Präsenz-/Zivildienst	☐ StudentIn	
☐ Teilzeit	☐ Hausfrau/Hausmann	☐ Sonstiges: ____	
☐ selbständig	☐ karenziert	____	
☐ teils selbständig/teils unselbständig	☐ pensioniert	____	
Derzeitige/zuletzt ausgeübte Berufstätigkeit: ____			
Berufstätige: tatsächliche wöchentliche Arbeitszeit: ____ Stunden			
Monatliches Netto-Haushaltseinkommen: ☐ <500 ☐ 501-1000 ☐ 1001-1500 ☐ 1501-2000			
☐ 2001-2500 ☐ 2501-3000 ☐ 3001-3500 ☐ 3501-4000 ☐ 4001-4500 ☐ 4501-5000 ☐ >5000€			
☐ möchte ich nicht nennen			
Ihr Haushalt verfügt über (mit Anzahl):			
☐ Auto: ____	☐ Eigentumswohnung: ____	☐ Haus: ____	☐ Garten: ____
☐ sonstiges: ____		Auf wie vielen m ² wohnen Sie? ____ m ²	
Ich bin ☐ RaucherIn ☐ Nicht-RaucherIn		Wohnen Sie in einem Heim? ☐ Ja ☐ Nein	
Religionsbekenntnis:		☐ ausübend ☐ ohne Bekenntnis	
____		☐ nicht ausübend ☐ möchte ich nicht angeben	
Der beste Moment Ihrer letzten Woche:		Der schlechteste Moment Ihrer letzten Woche:	
____		____	

Teil 2: Kreuzen Sie bitte an, wie sich die folgenden Situationen in Ihrem Wohnort auf Ihr Befinden im letzten Monat ausgewirkt haben.

Die derzeitige Situation ist für das Befinden...	nachteilig	weder noch	förderlich
Länge der Verkehrswege	☐	☐	☐
Kinderbetreuung	☐	☐	☐
Altenpflege	☐	☐	☐
Medizinische Versorgung	☐	☐	☐
Die Menschen, die hier leben	☐	☐	☐
Ausbildungseinrichtungen	☐	☐	☐
Gemeindepolitik	☐	☐	☐
Freizeitmöglichkeiten	☐	☐	☐
Lebenskosten	☐	☐	☐
Landschaft	☐	☐	☐
Ortsbild	☐	☐	☐
Die Möglichkeiten auszugehen	☐	☐	☐
Persönliche Sicherheit	☐	☐	☐
Lärm	☐	☐	☐
Öffentliches Verkehrsangebot	☐	☐	☐
Kulturelles Angebot	☐	☐	☐
Sauberkeit	☐	☐	☐
Sonstiges: _____	☐	☐	☐

Bitte nutzen Sie hier die Gelegenheit zu einer persönlichen Anmerkung zum Leben an Ihrem Wohnort (auch Schlagwörter liefern bereits sehr wertvolle Zusatzinformationen):

Kreuzen Sie bitte im Folgenden jene Sätze an, die Sie unmittelbar ansprechen, um Ihr persönliches Lebensgefühl zu beschreiben: (Mehrfachantworten möglich) ☐ Ich fühle mich rundum wohl.

- | | |
|---|--|
| ☐ Ich lebe in Einklang mit mir selbst. | ☐ Ich bin oft gereizt. |
| ☐ Es ist schon alles sehr stressig. | ☐ Ich habe Angst vor dem Altern. |
| ☐ Ich musste lernen, mich mit meinem Leben abzufinden. | ☐ Ich bin vom Leben enttäuscht. |
| ☐ Ich kann oft nicht schlafen aufgrund von Problemen. | ☐ Derzeit genieße ich mein Leben. |
| ☐ Manchmal geht es mir gut, dann wieder schlecht. | ☐ Mir fehlt etwas in meinem Leben. |
| ☐ Eine gewisse Beeinträchtigung meiner Stimmung geht nie ganz weg. | ☐ Meine Probleme werfen einen Schatten auf mein ganzes Leben. |
| ☐ Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen. | ☐ Es ist halt immer derselbe Trott. |

Gibt es Tätigkeiten, die Sie so gerne ausüben, dass Sie ganz darin aufgehen und alles rundherum vergessen?

☐ nein ☐ ja und zwar... ☐ täglich ☐ wöchentlich ☐ monatlich ☐ seltener als monatlich

Welche? _____

Was von dem Folgenden verschafft Ihrem Leben derzeit Sinn? ☐ Gebraucht zu werden

- | | | | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--|---|
| ☐ Beruf | ☐ Freunde | ☐ Beziehung | ☐ Anderen zu helfen | ☐ Selbstverwirklichung |
| ☐ Kinder | ☐ Religion | ☐ Aufgaben | ☐ Erfolg | ☐ Sonstiges: _____ |

Teil 3: Kreuzen Sie bitte zu jedem Thema an, inwiefern dieses Ihr Befinden im letzten Monat beeinflusst hat.

- Benutzen Sie die Kategorie „nur selten und kurz“, wenn die genannten Dinge zwar gelegentlich auftreten, aber rasch wieder vorübergehen, ohne Ihr Befinden länger zu beeinflussen.
- „Öfter bzw. länger“ bedeutet, dass Dinge im letzten Monat wiederholt aufgetreten sind oder für längere Zeit für Ihr Befinden wesentlich, aber nicht die ganze Zeit wirksam waren.

Bitte wählen Sie **abschließend** die fünf für Ihr Befinden bedeutsamsten Bereiche aus und vergeben Sie in der Spalte ganz rechts die Plätze 1 (am wichtigsten) bis 5 (vergeben Sie jeden Platz ein einziges Mal).

	Beeinflusst mein Befinden				ist nicht aufgetreten	Platz
	nicht	nur selten und kurz	öfter bzw. länger	fast immer		
Momente der Freude	☐	☐	☐	☐	☐	
Stress	☐	☐	☐	☐	☐	
Treffen mit guten FreundInnen	☐	☐	☐	☐	☐	
Burnout (ausgebrannt sein)	☐	☐	☐	☐	☐	
Schmerzen	☐	☐	☐	☐	☐	
Probleme in der Arbeit	☐	☐	☐	☐	☐	
Gutes Familienleben	☐	☐	☐	☐	☐	
Angst	☐	☐	☐	☐	☐	
Krankheit	☐	☐	☐	☐	☐	
Gefühl, geliebt zu werden	☐	☐	☐	☐	☐	
Freude an der Arbeit	☐	☐	☐	☐	☐	
Einsamkeit	☐	☐	☐	☐	☐	
Erfolgserlebnisse	☐	☐	☐	☐	☐	
Erschöpfung	☐	☐	☐	☐	☐	
Sinn im Leben fühlen	☐	☐	☐	☐	☐	
Probleme im Familienleben	☐	☐	☐	☐	☐	
Glauben/Religiosität	☐	☐	☐	☐	☐	
Keine Entscheidungsfreiheit	☐	☐	☐	☐	☐	
Gefühl, ausgegrenzt zu werden	☐	☐	☐	☐	☐	
Sich unattraktiv fühlen	☐	☐	☐	☐	☐	
Lob oder Anerkennung	☐	☐	☐	☐	☐	
Depressive Stimmung	☐	☐	☐	☐	☐	
Sich fremd fühlen	☐	☐	☐	☐	☐	
Fehlende Anerkennung	☐	☐	☐	☐	☐	
Zu wenig Zeit für mich	☐	☐	☐	☐	☐	
Langeweile	☐	☐	☐	☐	☐	
Opfer von Gewalt	☐	☐	☐	☐	☐	
Unerfülltes Sexualleben	☐	☐	☐	☐	☐	
Sehnsucht nach Herkunftsort	☐	☐	☐	☐	☐	
Sprachliche Probleme	☐	☐	☐	☐	☐	
Ausgenutzt werden	☐	☐	☐	☐	☐	
Körperliche Einschränkungen	☐	☐	☐	☐	☐	
Ärger	☐	☐	☐	☐	☐	
Sonstiges: _____	☐	☐	☐	☐	☐	

Bitte nutzen Sie hier die Gelegenheit zu einer persönlichen Anmerkung zu Ihrem Befinden (auch Schlagwörter liefern uns wertvolle Zusatzinformationen):

Teil 4: Beantworten Sie nun bitte die folgenden Fragen zu Ihrem Leben.

Ich habe eine körperliche/gesundheitliche/psychische Einschränkung ☐ nein ☐ ja, welche:

Ich benötige Hilfe bei alltäglichen Tätigkeiten: ☐ nein ☐ ja, bei:

Kreuzen Sie nun bitte an, welche der folgenden Punkte Ihnen persönlich finanzielle Sorgen bereiten (Mehrfachnennungen möglich):

- ☐ Ausgehen ☐ Haushaltsgeräte ☐ Urlaub ☐ TV, PC, Handy ☐ Kind(er)
☐ Lebensmittel ☐ Aus- oder Weiterbildung ☐ Kleidung ☐ Wohnsituation ☐ Auto
☐ Reparaturen ☐ Anderes: _____

Immer wieder belastet mich Sorge um: (Mehrfachnennungen möglich)

- ☐ Gesundheit ☐ Kind(er) ☐ Eltern ☐ meine Zukunft ☐ Zukunft der Welt
☐ Arbeitsplatz ☐ Karriere ☐ Finanzen ☐ PartnerIn ☐ Sonstiges: _____

Ich beziehe Kraft, um mit den Schwierigkeiten des Lebens fertig zu werden, durch: (Mehrfachnennungen möglich)

- ☐ PartnerIn ☐ Kinder ☐ Beruf ☐ FreundInnen ☐ mich selbst
☐ Eltern ☐ Religion ☐ Spiritualität ☐ Freizeitaktivitäten ☐ _____

Mein derzeitiges Leben... ☐ verbessert sich ☐ verschlechtert sich ☐ bleibt gleich.

Mein derzeitiges Leben... ☐ ist schlechter als früher ☐ ist besser als früher ☐ ist gleich geblieben.

Teil 5: Und nun noch ein paar abschließende Fragen, dann ist es geschafft!

Wie **zufrieden** sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?

extrem unzufrieden ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem zufrieden**

Wie **glücklich** sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?

extrem unglücklich ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem glücklich**

Bitte denken Sie kurz an eine Person, die einen guten Freundeskreis besitzt, mit dem sie sich regelmäßig trifft. Sie lebt in einer ausreichend großen Wohnung und hat keine finanziellen Sorgen. Sie ist körperlich gesund und hat genügend Zeit für Hobbies. Das Leben dieser Person hat sowohl Höhen als auch Tiefen.

Wie **zufrieden** stufen Sie diese Person auf der folgenden Skala ein?

extrem unzufrieden ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem zufrieden**

Wie **glücklich** stufen Sie diese Person auf der folgenden Skala ein?

extrem unglücklich ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem glücklich**

Bitte denken Sie kurz an eine andere Person, die Freunde hat, die sie selten trifft. Sie lebt in einer kleinen Wohnung und ist finanziell eingeschränkt. Sie ist bis auf Kleinigkeiten körperlich gesund und hat wenig Zeit für ihre Hobbies. Das Leben dieser Person ist recht eintönig.

Wie **zufrieden** stufen Sie diese Person auf der folgenden Skala ein?

extrem unzufrieden ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem zufrieden**

Wie **glücklich** stufen Sie diese Person auf der folgenden Skala ein?

extrem unglücklich ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ **extrem glücklich**

Wir bedanken uns sehr herzlich für Ihre Mitwirkung!

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere hiermit, dass die Diplomarbeit selbstständig, ohne fremde Hilfe und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel, verfasst wurde. Alle Ausführungen der Arbeit, die wörtlich oder sinngemäß übernommen wurden, sind als solche gekennzeichnet.

Des Weiteren bestätige ich, dass die Arbeit in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt wurde.

Wien, am _____

Lebenslauf

Persönliche Daten

Name: Elisabeth Mayerweck

Geburtsdatum: 17.02.1984, Wien

Familienstand: verheiratet, zwei Kinder

Ausbildungsweg

- | | |
|-------------|--|
| • 2013-2014 | Studium Psychologie, Abschluss des zweiten Abschnittes |
| • 2011-2014 | Karenz (Kinderbetreuung) |
| • 2011 | freigestellt wegen Zwillingschwangerschaft |
| • 2008-2010 | Studium Psychologie, zweiter Abschnitt |
| • 2006-2008 | Studium Psychologie, erster Abschnitt |
| • 2004-2005 | Studium Medizin, |
| • 1998-2004 | Modeschule Hetzendorf (Matura 04.06.2004) |
| • 1994-1998 | Gymnasium Erlgasse |
| • 1990-1994 | Volksschule Johann-Hoffmann- Platz |

Berufliche Erfahrungen

- | | |
|---------------------|--|
| • 08.2013 - 10.2013 | Praktikum für das Psychologiestudium im Krankenhaus Hietzing mit Neurologischem Zentrum Rosenhügel, Abt.Neurologie, Neuropsychologische Ambulanz |
| • 2011 | AML Handel und Marketing GmbH (Verkäuferin/Kundenberaterin) |
| • 2010 | Fa. Klaubauf (Verkäuferin/Kundenberaterin) |
| • 2009 | Fa. Facts and Emotions (Promoterin) |

- | | |
|-------------|--|
| • 2007-2010 | Xcom Datensysteme GesmbH
(Datenerfassung) |
| • 2007-2010 | Fa. Rajtora (Verkauf/ Promotion) |
| • 2004-2007 | Kunsthistorisches Museum mit MVK und
ÖTM wissenschaftliche Anstalt
öffentlichen Rechts (Sicherheitsdienst) |
| • März 2004 | Berufsfelderkundung für Mediziner, im
Rahmen des Medizinstudiums, im
Geriatrizentrum am Wienerwald und im
Herz-Jesu Krankenhaus |
| • 2001 | Vernissage „Körper die begeistern“
(Galerie Provokation) |

Sprachliche Fähigkeiten

Deutsch	Muttersprache
Englisch	sehr gute Kenntnisse
Italienisch	Maturaniveau

PC- Kenntnisse

SPSS, RQDA, Office

