



universität
wien

DIPLOMARBEIT / DIPLOMA THESIS

Titel der Diplomarbeit / Title of the Diploma Thesis

Messung subjektiven Wohlbefindens mittels Auswahlkarten

verfasst von / submitted by

Sabrina Schinagl

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2016 / Vienna, 2016

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 298

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Psychologie

Betreuer / Supervisor:

Dr. Ivo Ponocny

Abstract (Deutsch)

Lebenszufriedenheit und Glück stellen ein viel beforschtes Feld dar. Obwohl sich keine eindeutigen Definitionen der Begriffe finden lassen, bezeichnen sie doch Ähnliches. Im Mittelpunkt des Forschungsinteresses stehen besonders die Messung von Wohlbefinden und die damit verbundene Frage nach geeigneten Instrumenten. In den letzten Jahren kam man immer mehr zu der Übereinstimmung, dass die subjektive Komponente im Rahmen der Wohlbefindensforschung einen wesentlichen Einflussfaktor darstellt.

In Anlehnung an eine Untersuchung von Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2015a), die mittels einer Kombination verschiedener Methoden vielversprechende Erkenntnisse hinsichtlich Lebenszufriedenheit gewinnen konnte, soll ein neuer Ansatz zur Erhebung erprobt werden. Ponocny et al. definieren 11 Typen subjektiven Wohlbefindens, auf Basis derer eine Q-Sort-ähnliche Erhebung geplant wird. Mittels 80 Auswahlkarten sollen 64 Probanden und Probandinnen Aussagen und Statements hinsichtlich ihres Zutreffens auf die eigene Person beurteilen. Die Sortierung der Kärtchen bildet ein subjektives Meinungsbild jeder einzelnen Person ab. Die Ergebnisse sollen Personengruppen identifizieren, die sich in den Q-Sortings bzgl. ihres Wohlbefindens ähnlich sind.

Die Analyse der Daten zeigt, dass sich die Typologie nur unscharf wiederfindet. Die Typen überlappen und kommen in der untersuchten Stichprobe nicht in reiner Form vor. Dennoch lassen sich starke Tendenzen hinsichtlich der passenden Zuordnung einer Person zu einem der Typen erkennen. Die Übereinstimmungswerte zwischen Typ und Person streuen rund um einen dominierenden Typ.

Trotz der unscharfen Abbildung der Typen in der Untersuchung zeigt der Einsatz von Auswahlkarten Vorteile gegenüber der Verwendung klassischer Ratingskalen zur Einschätzung der Zufriedenheit. Aussagen können in Beziehung gesetzt werden und in ihrer Gesamtheit bewertet werden. Der flexible Umgang mit den Kärtchen findet darüber hinaus hohen Anklang bei den Teilnehmern und Teilnehmerinnen. Zukünftige Untersuchungen können auf den gewonnenen Erkenntnissen aufbauen, da sich der Einsatz Q-Sort-ähnlicher Erhebungstechniken als ökonomische Alternative zu unpraktikablen Ratingskalen und zeitintensiven Interviews darstellt.

Abstract (Englisch)

Much research is carried out in the area of quality of life and happiness, terms that are similar but yet not clearly defined. The focus of interest concentrates on measuring well-being and measuring instruments. Recent research showed the influence of the subjective component of well-being.

Following a study by Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2015a) combining different measuring methods, the present work tests a new approach to measuring based on 11 types of subjective well-being defined by Ponocny et al. In a Q-sort-based survey 64 participants judge if statements presented on 80 cards match their personal feelings. The selection of the cards represents the person's subjective evaluation of well-being. The results shall identify groups of people sharing similar well-being levels in their Q-sortings.

The data analysis shows that the defined types cannot be found accurately in the data sample: they overlap and do not appear clearly separated in the sample. Nevertheless, strong tendency is found in assigning persons to types. The corresponding values of type and person vary around a dominating type.

Although types are not clearly reproduced in the survey, using a choice of cards to reflect about satisfaction shows advantages compared to classical rating scales. Statements are rated by comparing each other and therefore judged as a whole. Moreover, respondents like the flexible handling of the cards. Future research may profit from the provided results, as using Q-sort related measurement methods are an economical alternative to impracticable rating scales and time-consuming interviews.

INHALTSVERZEICHNIS

Abstract (Deutsch).....	3
Abstract (Englisch).....	5
I. EINLEITUNG.....	11
II. THEORETISCHER TEIL.....	13
1 Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden	13
1.1 Positive Psychologie und deren Bedeutung.....	13
1.2 Definitionen von Wohlbefinden.....	17
1.3 Theorien zu Wohlbefinden.....	23
1.4 Messung von Wohlbefinden und damit verbundene Probleme.....	25
1.4.1 Selbsteinschätzungsverfahren	27
1.4.2 Fremdbeurteilung und andere Alternativen.....	28
1.4.3 Fehler und Probleme bei der Messung von Glück und Wohlbefinden	29
1.4.4 Erlebnisstichproben- und Tagesrekonstruktionsmethoden	30
2 Globale Messungen und Gesamterfassungen von Lebenszufriedenheit	31
2.1 Lebenszufriedenheit und wirtschaftlich-materielle Situation eines Landes.....	31
2.2 Nationale und internationale Initiativen und Untersuchungen.....	36
2.3 Eine multimethodale Studie zur Erfassung subjektiven Wohlbefindens	38
2.3.1 Methodischer Zugang	39
2.3.2 Auswahl der Erhebungsgebiete	41
2.3.3 Umsetzung der Studie.....	42
2.3.4 Schlussfolgerungen	44
2.4 Entwicklung einer Gesamteinstufung – Typen subjektiven Wohlbefindens	45
2.4.1 Der Fehler bei klassischen Ratingskalen zu Zufriedenheit und Glück ...	46
2.4.2 Typen subjektiven Wohlbefindens	48
3 Methodische Alternativen	51
3.1 Qualitative und quantitative Methoden	51
3.2 Die Q-Methode.....	53

3.2.1 Die Idee der Q-Methode	53
3.2.2 Die Verortung von Q auf dem Kontinuum zwischen Quantitativ und Qualitativ	55
3.2.3 Was bezeichnen die Begriffe „R“- und „Q“-Technik?	57
3.2.4 Begriffe der Q-Methode oder Q-Sort-Technik.....	58
3.2.5 Das Q-Sample oder Q-Set – Auswahl und Generierung der Statements und Aussagen.....	59
3.2.6 Ordnungsverfahren bzw. Sortier-Instruktion	60
3.2.7 Stichprobenumfang.....	61
3.2.8 Itemanzahl.....	62
3.2.9. Vorteile und Nachteile des Q-Sort Verfahrens	62
3.2.10 Variationen in der Anwendung.....	64
4 Q-Methodik in der Wohlbefindensforschung	66
 III. EMPIRISCHER TEIL	 69
5 Methode.....	69
5.1 Forschungsinteresse und Forschungsfrage	69
5.2 Beschreibung und Entwicklung des Messinstruments.....	71
5.2.1 Entwicklung der Aussagen und Statements	72
5.2.3 Entscheidungen bzgl. Instruktion und Durchführung.....	78
5.3 Unterschiede und Gemeinsamkeiten bzgl. klassischer Q-Sort-Technik.....	81
6 Beschreibung der Stichprobe.....	83
6.1 Soziodemographische Merkmale der Stichprobe	84
6.2 Ergebnisse zu Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden.....	91
7 Beschreibung und Analyse der Aussagen	93
7.1 Vergleich der Anzahl gewählter Kärtchen	93
7.1.1 Nutzung der Sortierkategorien „voll“ und „teilweise“	94
7.1.2 Zusammenhänge Kärtchenanzahl – Alter / Geschlecht.....	95
7.2 Vergleich von Häufigkeiten und Vorkommen einzelner Aussagen.....	97
8 Auswertung der Q-Sortings	100
8.1 Typenvergleich	100
8.1.1 Zuordnung der Typen.....	102

8.1.2 Verteilung und Vorkommen der Typen in der Stichprobe	107
8.1.3 Vergleich der Typenzuordnung mit den Selbst-Ratings	108
8.1.4 Personen eines Typs.....	109
8.1.5 Korrelative Betrachtung der Typen.....	112
8.2 Verteilung der Typen im Vergleich – die Studie von Ponocny et al.	115
8.3 Explorative Analyse mittels Hauptkomponentenanalyse	119
8.3.1 Vergleich Typen – faktorenanalytische Ergebnisse	122
IV. INTERPRETATION, DISKUSSION, AUSBLICK.....	125
9 Interpretation und Beantwortung der Fragestellung	125
10 Diskussion, Kritik und Ausblick.....	128
10.1 Eindeutigkeit der Typenbestimmung	128
10.2 Die Definition der 11 Typen	129
10.3 Anpassung – Veränderte Instruktion und Kärtchen.....	131
10.4 Die Problematik negativer Typen – Existieren diese nicht in der Bevölkerung?	132
VERZEICHNISSE	137
Literaturverzeichnis.....	137
Abbildungsverzeichnis.....	143
Tabellenverzeichnis.....	144
ANHANG	147
Instruktion	147
Fragebogen	148
Aussagen mit Typenzugehörigkeit	150
Lebenslauf	153

I. EINLEITUNG

Subjektives Wohlbefinden, empfundenes Glück im Leben und Zufriedenheit mit den Möglichkeiten der persönlichen Situation stellt für nahezu alle Menschen eines ihrer angestrebten Ziele dar. Wie sonst könnte ein Leben lebenswert sein, wenn es nicht zumindest im Großen und Ganzen zu subjektivem Wohlbefinden führt und zufrieden stellt?

Doch wer bestimmt, was für die einzelne Person lebenswert ist? Welche Bedingungen im Leben sind wirklich zufriedenstellend? Vielmehr muss zur Betrachtung des Wohlbefindens einer Person deren subjektive Sicht der Dinge verstanden werden. Denn keine objektive Größe kann das subjektiv empfundene Wohlbefinden, wie es tatsächlich ist, abbilden.

Die Erforschung und Messung subjektiven Wohlbefindens beschäftigt seit Jahrzehnten die Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen verschiedenster Länder, was auch die immense Menge an Literatur, Studien und wissenschaftlichen Artikeln zum Thema deutlich macht. Immer wieder werden Anstrengungen unternommen, Wohlbefinden und Zufriedenheit adäquat abzubilden und mittels geeigneter Instrumente zu erfassen. Vor allem die Erhebung der subjektiven Komponente des Wohlbefindens stellt ein wichtiges Thema dar.

Viele angewendete Messinstrumente führen jedoch nur zu unzureichenden Erkenntnissen, deswegen verfolgen die Autoren einer im Folgenden dargestellten Untersuchung einen „mixed-method“-Ansatz und setzen damit in ihrer Erhebung verschiedene Methoden kombiniert ein. Die Ergebnisse erscheinen inhaltlich sehr vielversprechend. Darauf aufbauend soll nun die Umsetzbarkeit neuer Ansätze untersucht werden. In explorativer Weise wird in der vorliegenden Arbeit die Anwendbarkeit einer Q-Sort-ähnlichen Erhebung mittels Auswahlkarten durchgeführt. Dabei soll Wohlbefinden in seiner Gesamtheit erfasst werden. Die Bildung und Überprüfungen von Typen subjektiven Wohlbefindens stellt eines der Hauptanliegen dar.

In der vorliegenden Arbeit werden daher zunächst verschiedene Definitionen und Konzepte von Wohlbefinden vorgestellt sowie auf Probleme bei der Messung verwiesen. Im Anschluss an die Beschreibung der Studie von Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2015a) werden die Q-Methodik und deren Anwendungsmöglichkeiten beschrieben. Im empirischen Teil der Arbeit folgen die Beschreibung, wie die Erhebung subjektiven Wohlbefindens mittels Auswahlkarten durchgeführt wurde, und deren Auswertung. Danach wird auf die Erkenntnisse aus den gewonnenen Daten hinsichtlich einer möglichen Kategorisierung von Typen bezüglich subjektiven Wohlbefindens eingegangen.

II. THEORETISCHER TEIL

1 Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden

Die Themenbereiche Glück und Zufriedenheit (engl. „happiness“ und „satisfaction“) des Menschen, deren Zustandekommen und Manifestation beschäftigen viele verschiedene Disziplinen. So findet sich diese Thematik unter anderem in Literatur, Religion, politischen Ideologien, Gesellschaftsüberlegungen, Ökonomie und Sozialwissenschaft. In der Psychologie, die sich in der Vergangenheit primär mit den Determinanten der Unzufriedenheit auseinandersetzte, stellt das Themenfeld des subjektiven Wohlbefindens (engl. „subjective well-being“) und der Lebensqualität (engl. „quality of life“) mittlerweile ein vielbeforschtes Feld dar. So wurden kognitive wie affektive Mechanismen intensiv untersucht und die psychologische Relevanz von Glück – im Sinne von „glücklich sein“ – für die unterschiedlichen Aspekte des Lebens erkannt. Auch innerhalb der Psychologie befassen sich verschiedene Disziplinen und Anwendungsgebiete mit der Thematik. So beschäftigt sich sowohl die klinische Psychologie mit Determinanten und Einflussfaktoren von Glück und Zufriedenheit als auch die interkulturelle Forschung, die soziale, Organisations-, Wirtschafts- und Persönlichkeitspsychologie. Damit zeigt die vorliegende Thematik einen klar interdisziplinären Charakter (Strack, Argyle & Schwarz, 1991).

1.1 Positive Psychologie und deren Bedeutung

Die Erforschung von Zufriedenheit und Glück und die damit einhergehenden Bestrebungen, das Leben lebenswert zu gestalten bzw. das Wohlbefinden des Einzelnen zu erhöhen, können mit ihrer zugrundeliegenden Zielsetzung dem Bereich der positiven Psychologie zugehörig beschrieben werden.

Vor dem 2. Weltkrieg verfolgte die wissenschaftliche Psychologie drei thematische Schwerpunkte: (1) das Heilen psychischer Erkrankungen, (2) das Leben aller Menschen produktiv, erfüllend und lebenswert zu gestalten, sowie (3) das Erkennen und Fördern

von Talenten und Begabungen (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Dagegen zeigte sich nach dem Krieg eine Konzentration auf den Krankheitsbereich und das Heilen mentaler Probleme. Es folgte die Gründung diverser Institutionen (wie das National Institute of Mental Health, USA, gegründet 1947), die sich der Behandlung psychischer Krankheiten bzw. der wissenschaftlichen Erforschung der pathologischen Aspekte verschrieben, motiviert durch die steigende Nachfrage und die Tatsache, dass in diesem Feld eine Menge Geld gemacht werden konnte. Das Verständnis für Erkrankungen und deren Behandlungsmöglichkeiten brachte weitreichende Fortschritte im Bereich der störungsorientierten Psychologie. Andererseits entwickelte sich damit nur einer der ursprünglichen thematischen Bereiche der Psychologie weiter, die anderen stagnierten und traten in den Hintergrund. Der Fokus lag weitgehend darin, bestehende Probleme und Leid zu beseitigen und damit ausschließlich reaktiv tätig zu sein. Der präventive Gedanke und die Förderung und Stärkung von Personen, bevor es zu akuten Problemen kommt, war vorerst kein Thema der Psychologie mehr.

Seligman und Csikszentmihalyi (2000) beschreiben das Feld der positiven Psychologie auf drei Ebenen, der subjektiven, individuellen und auf Gruppenebene:

„The field of positive psychology at the subjective level is about valued subjective experiences: well-being, contentment, and satisfaction (in the past); hope and optimism (for the future); and flow and happiness (in the present). At the individual level, it is about positive individual traits: the capacity for love and vocation, courage, interpersonal skills, aesthetic sensibility, perseverance, forgiveness, originality, future mindedness, spirituality, high talent, and wisdom. At the group level, it is about the civic virtues and the institutions that move individuals toward better citizenship: responsibility, nurturance, altruism, civility, moderation, tolerance, and work ethic.“ (S. 5)

Die in den 1960er Jahren aufkommende Humanistische Psychologie eröffnete eine neue Sichtweise innerhalb der wissenschaftlichen Psychologie, die den klinischen und behavioristischen Ansätzen entgegenwirkte. „[...] it emphasized the self and encouraged a self-centeredness that played down concerns for collective well-being“ (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000, S. 7). Mit ihrer ressourcenorientierten Sicht, der Betonung der positiven Aspekte und Gefühle sowie dem präventiven Charakter baut die positive Psychologie auf den Ideen der humanistischen Psychologie auf.

Zu dieser Zeit definierte Wilson (1967) aufgrund seiner Forschungen eine typische glückliche Person folgendermaßen: „The happy person emerges as a young, healthy, well-educated, well-paid, extroverted, optimistic, worry-free, religious, married person with high self-esteem, high job morale, modest aspirations, of either sex and of a wide range of intelligence“ (S. 294). Entgegen seiner damaligen Einschätzung hat die Forschung darauffolgender Jahre andere Ergebnisse gebracht. Nicht alle von Wilson als wichtig erachteten Faktoren stellten sich als tatsächlich relevant für das Wohlbefinden des Einzelnen heraus. Trotzdem fokussierte Wilson damit als einer der ersten vermehrt auf positive Emotionen und deren psychologische Bedeutung.

Dass psychische und physische Erkrankungen und Probleme das Wohlbefinden beeinträchtigen, ist offensichtlich. Die Erkenntnis, dass nicht alle Personen gleich sind, verschieden auf schwierige Umstände reagieren und sich unterschiedlich schnell von einer Krise erholen, führte dazu, eine kollektive Betrachtung aller und die Idee einer „universellen Lösung“ psychischer Befindlichkeit zu hinterfragen. Darüber hinaus zeigt sich, dass auch dann, wenn keine Schwierigkeiten bestehen oder diese reduziert werden können, nicht alle Menschen gleichermaßen glücklich sind. „This merges well with the saying in positive psychology that absence of negative does not automatically create positive emotion“ (Ponocny, Weismayer, Dressler & Stross, 2015a, S. 41). Auch Bradburn (1969, zit. n. Bucher, 2009, S. XIII/24; Diener & Emmons, 1985) zeigte, dass positive und negative Emotionen nicht generell negativ korrelieren, sondern weitgehend unabhängig voneinander auftreten. Somit führt auch die Reduktion negativer Affekte nicht selbstverständlich zu Glück und Zufriedenheit, da es sich um zwei unterschiedliche Dimensionen handelt. „Some clinical problems might result from the absence of positive affect, whereas others may result from the presence of excessive negative affect“ (Diener & Emmons, 1985, S. 1106). Diese Tatsache stellt einen wesentlichen Faktor bei der Betrachtung von Lebenszufriedenheit und psychischem Wohlbefinden dar und betont weiters auch die Notwendigkeit der Förderung der individuellen Bedürfnisse nach Entfaltung und Selbstverwirklichung sowie der Erhöhung freudvoller, positiver Erlebnisse und positiver Emotionen. Daneben stellt die präventive Vermeidung möglicher (psychischer) Beeinträchtigungen einen wichtigen Aspekt dar.

Die positive Psychologie stellt eine Abwendung von der defizit- und krankheitsorientierten hin zu einer ressourcenorientierten Herangehensweise dar. Sheldon und King (2001) beschreiben die Notwendigkeit einer positiven Psychologie, um dem negativen Bias der traditionellen Psychologie zu begegnen und damit die wichtigen Prozesse des normalen Funktionierens und der menschlichen Stärke zu verstehen.

Das vermehrte Interesse an der positiven Psychologie und der Glücksforschung ergibt sich nach Bucher (2009) aus den steigenden Zahlen an mentalen Erkrankungen, insbesondere der Zunahme an Depressionen. Trotz des zunehmenden materiellen Wohlstands der vergangenen Jahrzehnte verschlechtert sich der Zustand psychischer Gesundheit oder stagniert. In der Bevölkerung steigen die Angaben zu Unwohlsein und Unzufriedenheit. So nahmen Depressionen in den letzten 50 Jahren in beträchtlicher Weise zu (Diener & Seligman, 2004). Psychische Beeinträchtigungen reduzieren das Wohlbefinden. Gleichmaßen können effektive psychotherapeutische Interventionen einerseits krankheitswertige Symptome reduzieren und darüber hinaus die Lebensqualität und das Wohlbefinden steigern, indem sie positive Impulse setzen. Im Zuge fortschreitender wissenschaftlicher Erkenntnisse stellt neben der Reduktion des Leidens auch die aktive Erweiterung und Förderung des Wohlbefindens einen essenziellen Teil in der psychologischen Intervention und deren Effektivität dar (Diener & Seligman, 2004). Ein hoher Grad an Wohlbefinden bzw. häufiges Glückserleben beugt psychischen Beeinträchtigungen, wie Depressionen, in schützender Weise vor (Bucher, 2009; Diener & Seligman, 2004).

Darüber hinaus zeigen sich auch andere positive Aspekte und Zusammenhänge, die mit erhöhtem subjektiven Glückserleben einhergehen. Bucher (2009, S. XV) fasst diese in einer Auflistung von Forschungsergebnissen verschiedener Autoren zusammen: Glückliche Personen zeigen stabile und häufigere Sozialkontakte, bessere Copingstrategien, ein stärkeres Immunsystem, längere Lebensdauer, weniger Verkehrsunfälle, sie arbeiten effizienter, sind beruflich erfolgreicher, sind aktiver, hilfsbereiter, altruistischer und kooperativer.

Im Zusammenhang mit positiver Psychologie sind auch die Begriffe „*Salutogenese*“ und „*Resilienz*“ von Bedeutung. Der von Aron Antonovsky geprägte Begriff der

„Salutogenese“ (*salus*, lat. Unverletztheit, Heil, Glück; *genesis*, griech. Entstehung) thematisiert die Fragen, warum Menschen trotz gesundheitswidriger Umstände gesund bleiben oder sich von schweren Erkrankungen und Belastungen erholen können und meint damit einen Begriff, der der Pathogenese (Krankheitsentstehung) entgegensteht. Diese Sichtweise orientiert sich daran, welche Bedingungen Gesundheit und Wohlbefinden fördern und erhalten können und nicht die Entstehung von Krankheiten begünstigen (Bengel, 2015).

Der Begriff der „Resilienz“ (*resiliere*, lat. abprallen, sich zusammenziehen) ist dem sehr ähnlich und bezeichnet die Widerstandsfähigkeit eines Menschen, sich trotz kritischer Lebensereignisse und ungünstiger (Entwicklungs-)Bedingungen gesund und erfolgreich zu entwickeln (z. B. bei Kindern) oder es zu bleiben. Resilienz kann dabei auch als Gegenteil zu Vulnerabilität gesehen werden, jedoch kann eine Person nur resilient sein, wenn auch ein Grund für Widerstand besteht, also stressreiche, traumatische Umstände (z. B. Armut, Gewalt, life events, psychosoziale Belastungen) eintreten (Warner, 2015). Bei Untersuchungen zeigten sich beispielsweise bei Kindern, die unter den gleichen Risikobedingungen aufwuchsen, einerseits psychische und physische Auffälligkeiten (weniger resilient), andererseits eine unauffällige Entwicklung (resilient). Verschiedene existierende Schutzfaktoren (familiäre, biologische, affektive, usw.) können in positiver Weise Einfluss nehmen (Warner, 2015).

1.2 Definitionen von Wohlbefinden

Die Begriffe Wohlbefinden, Zufriedenheit und Glück finden bei diversen Autoren teils unterschiedliche Anwendung und werden nicht immer einheitlich definiert. Obwohl teilweise etwas unterschiedliche Aspekte gemeint sind oder angesprochen werden, zielen diese dennoch weitgehend auf dieselbe grundsätzliche Thematik ab. Generell handelt es sich um einander ähnliche Konstrukte. Die Begriffe werden häufig synonym verwendet, teilweise aber auch gegeneinander abgegrenzt. Dabei sind die Beschreibungen oft unscharf, was eine einheitliche Definition nicht wirklich möglich macht.

Aufgrund der Vielzahl an Konzepten und Definitionen im Themenbereich Wohlbefinden, Zufriedenheit und Glück soll im Folgenden auf eine Auswahl an verschiedenen Begriffen näher eingegangen werden. In den nachfolgenden Kapiteln werden die Bezeichnungen dann synonym verwendet.

Der Begriff „*Wohlbefinden*“ wird im GEO Themenlexikon zur Psychologie (Gaede, 2007b) wie folgt definiert:

„Wohlbefinden, subjektiv erlebte positive Befindlichkeit einer Person. Wohlbefinden entsteht in der Regel, wenn die Grundbedürfnisse abgedeckt sind und im Übrigen die gegenwärtige Situation so ist, wie man sie sich wünscht. Die Voraussetzungen für das Wohlbefinden sind also individuell verschieden, ...“ (S. 820)

Die „*Lebenszufriedenheit*“ beschreibt das psychologische Lexikon (Gaede, 2007a) darüber hinaus als Begriff „in der Gesundheitspsychologie [der] die kognitive Einschätzung und Bewertung der eigenen Lebensumstände“ (S. 335) meint. Diese ist – wenn die Grundbedürfnisse erfüllt wurden – dann umso höher, je mehr Gestaltungsspielraum im persönlichen Lebensumfeld verfügbar ist.

Beim Begriff „Glück“ werden umgangssprachlich zwei Bedeutungsunterschiede differenziert: Glück als „Zufall“ und als „Befindlichkeit“ – im Englischen stehen dafür zwei verschiedene Wörter „luck“ und „happiness“ zur Verfügung (Bucher, 2009).

Im Themenlexikon der Psychologie definiert sich der Begriff „*Glück*“ als „Zustand höchsten Wohlfühls, der höchsten Befriedigung der Wünsche. Glückszustände rufen das Gefühl der Freude hervor“ (Gaede, 2007a, S. 228). In Bezug auf „Glück“ wird hier auch auf das „*Flow*“-Konzept von Mihaly Csikszentmihalyi hingewiesen.

„Glück ist demnach nicht ein Motiv oder Ziel, sondern ein Erleben, das bei ganz unterschiedlichen Tätigkeiten auftreten kann. Flow (engl. ‚Fließen‘) ist ein durchgängig positiv-ekstatisches Erleben bei der Durchführung verschiedener Aufgaben. [...] Voraussetzung ist, dass die Anforderungen der Situation und die Fähigkeiten der Person optimal zueinander passen. Sonst treten Gefühle von Angst (bei Überforderung) oder Langeweile (bei Unterforderung) ein.“ (Gaede, 2007a, S. 228)

In einer umfangreichen Studie führte das Institut für Demoskopie Allensbach (2003) Untersuchungen zu Glücksdefinitionen und -erfahrungen durch, indem qualitativ und

quantitativ Daten gesammelt wurden. Dabei wurden die Menschen danach gefragt, was Glück für sie darstellt und bedingt. Darüber hinaus sollten die Befragten die Bedeutung und den Zusammenhang der Begriffe „Zufriedenheit“ und „Glück“ definieren. Dabei wurde ersichtlich, dass diese unterschiedlich empfunden werden. Auch eine klare Trennung der Begriffe ist nicht möglich, ist deren Bedeutung doch ähnlich. Einige Beispiele aus den Tiefeninterviews verdeutlichen die uneinheitliche Auffassung und Variabilität in der Bevölkerung:

„Glück und Zufriedenheit gehören für mich zusammen. Ohne Glück keine Zufriedenheit und ohne Zufriedenheit kann ich nicht glücklich sein.“

„Glück und Zufriedenheit hängen voneinander ab. Glück ist offensichtlich mehr als Zufriedenheit. Ein Mensch, der unzufrieden ist, kann nie glücklich sein.“

„Die Zufriedenheit gehört zum Glücklichsein oder ist eine Voraussetzung. Zufriedenheit kann auch ein länger dauernder Zustand sein, Glück ist das nicht.“

„Es gibt für mich keine Abgrenzung von Glück und Zufriedenheit. Andererseits, wenn ich so darüber nachdenke, so ist Glück ohne Zufriedenheit möglich, aber Zufriedenheit nicht ohne glücklich zu sein. Ich denke, Glück ist Voraussetzung für Zufriedenheit.“

„Glück darf überhaupt nicht dauerhaft sein, sonst empfinde ich es ja gar nicht mehr als Glück; das andere ist Zufriedenheit.“

(Institut für Demoskopie Allensbach, 2003, S. 27/28)

Einerseits werden Glück und Zufriedenheit als voneinander abhängig beschrieben, andererseits aber auch als Voraussetzung des jeweils anderen Zustandes. Wieder andere Personen unterscheiden zwischen Glück als kürzer andauernd und Zufriedenheit als überdauerndem Gefühl.

Seit Jahrhunderten haben viele Philosophen und Wissenschaftler versucht, Glück und Wohlbefinden zu definieren. Laut Diener (1984) können diese in drei Kategorien unterteilt werden:

(1) Definitionen durch externe Kriterien wie Tugendhaftigkeit oder Frömmigkeit, definiert dadurch, was erwünscht ist. Es handelt sich um normative Definitionen, nicht die subjektive Meinung der Person ist ausschlaggebend, sondern das Wertegerüst des Beobachters.

(2) Definitionen aus subjektiver Sicht: im Fokus steht die Frage, was Menschen dazu bringt, ihr Leben positiv zu bewerten. Shin und Johnson (1978, zit. n. Diener, 1984, S. 543) bezeichnen diese als „a global assessment of a person’s quality of life according to his own chosen criteria“.

(3) Diese Definition betont ein Übergewicht von positiven über negative Affekte („a pleasant emotional experience“, wie diese in Alltagsdefinitionen häufig vorkommt; Bradburn, 1969, zit. n. Diener, 1984, S. 543).

Diener und Ryan (2009) beschreiben „*Glück*“ als populäreren Begriff, der mit guten Stimmungen und Gefühlen in Verbindung gebracht wird (positiver Affekt), dieser kann aber auch auf mehr generelle Bewertungen wie Lebenszufriedenheit oder subjektives Wohlbefinden verweisen – und ist damit ein wenig präzise gefasster Begriff. „*Subjektives Wohlbefinden*“ dagegen ist ein Sammelbegriff, der das Ausmaß des Wohlbefindens von Personen auf Grund ihrer subjektiven Bewertung des Lebens beschreibt. Diese – positiven und negativen – Bewertungen inkludieren Beurteilungen von Lebenszufriedenheit, Interessen und Verpflichtungen, affektive Reaktionen wie Freude oder Traurigkeit bezüglich Ereignissen, Zufriedenheit mit Arbeit, Beziehungen, Gesundheit, Freizeit, Sinn und Zweck des Lebens und anderen wichtigen Bereichen. Es ist wichtig festzuhalten, dass Wohlbefinden zwar subjektiv ist, indem es von einer Person erlebt und erfahren wird, es aber in seiner Manifestation objektiv gemessen werden kann, so etwa in verbalem und nonverbalem Verhalten, Taten, Aufmerksamkeit, Erinnerung und Berichten darüber (Diener & Ryan, 2009).

Die Begriffe Zufriedenheit und Glück werden von Diener (1984) in dem Konstrukt des „subjektiven Wohlbefindens“ verbunden, wobei die Subjektivität dabei eine wichtige Eigenschaft darstellt. Objektive Einflüsse haben Effekte, jedoch stellen sie keine notwendigen und hinreichenden Bedingungen für die Bestimmung des Wohlbefindens dar. Das subjektive Wohlbefinden setzt sich aus den folgenden drei Komponenten zusammen, die einen globalen Zufriedenheits-Faktor bilden (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Diener, Suh & Oishi, 1997, S. 27):

- „global satisfaction with life“ – globale, länger anhaltende Lebenszufriedenheit
- „pleasant affect“ – häufige positive Affekte (Freude, Begeisterung)

- „low levels of unpleasant affect“ – seltene negative Affekte (depressive Verstimmung, Stress, Angst)

Hohes Wohlbefinden resultiert aus hohen oder häufig positiven Affekt-Levels und gleichzeitig selten negativem Affekt, sowie einem hohen Grad an genereller Lebenszufriedenheit (Deci & Ryan, 2008; Diener et al., 1997).

Diener et al. (1997) beschreiben weiters, dass die genannten drei Komponenten wiederum aufgesplittet werden können, um differenziertere Urteile zu bilden. Die insgesamt Zufriedenheit unterteilt sich in die Zufriedenheit in verschiedenen Domänen des Lebens, wie Freizeit, Liebe, Partnerschaft oder Freundschaft. Positiver Affekt kann in einzelne Emotionen gegliedert werden, wie beispielsweise Freude, Stolz und Zuneigung. So auch bei negativem Affekt, welcher sich durch die Stimmungen wie Scham, Schuld, Traurigkeit, Ärger oder Angst ausdrücken lässt. Darüber hinaus kann subjektives Wohlbefinden auf einen sehr globalen Level erhoben werden, oder aber auch thematisch auf einen sehr spezifischen Bereich abzielen. Dabei können sich Urteile verschiedener spezifischer Ebenen überschneiden, da generell die Tendenz besteht, dass Personen ähnliche Wohlbefindensgrade in unterschiedlichen Lebensbereichen empfinden, so ist es manchmal sinnvoll, einen umfassenderen Blick auf die Zufriedenheit einer Person zu werfen. Dagegen kann die detaillierte Betrachtung begrenzter Themenfelder zu einem tieferen Verständnis und reichhaltigeren Informationen führen. Die Herangehensweisen können, wie Diener et al. (1997) zeigen, somit als einander sinnvoll ergänzende Zugänge gesehen werden, die je nach Forschungsinteresse verschiedene Möglichkeiten eröffnen.

Beurteilungen des eigenen Lebens erfolgen zumeist in der Form von Kognitionen (evaluative Urteile über Aspekte des Lebens), können aber auch in Form von Affekten (Erleben positiver oder negativer Stimmungen oder Emotionen als Reaktion auf Ereignisse) erfolgen. Normalerweise können Personen kognitive Urteile zur Bewertung ihres Lebens oder eines Aspekts geben. Darüber hinaus nehmen Menschen permanent Emotionen wahr, eine hedonistische Komponente, die positive oder negative Reaktionen vermittelt. „Thus people have a level of subjective well-being even if they do not often consciously think about it, and the psychological system offers virtually a constant evaluation of what is happening to the person“ (Diener et al., 1997, S. 26).

In ihrem umfassenden Review „Subjective Well-Being: Three Decades of Progress“ betrachten Diener, Suh, Lucas und Smith (1999) die Forschungsergebnisse mehrerer Jahrzehnte. Die Autoren folgern bezogen auf die Definition von Wilson (1967), dass die Forschung in diesem Gebiet einen rasanten Fortschritt zu verzeichnen hat und diese Weiterentwicklung und damit die wissenschaftlichen Erkenntnisse auch in den folgenden Jahren Neuerungen hervorbringen werden. Diener et al. (1999) kommen zu dem Schluss, dass „... a happy person is blessed with a positive temperament, tends to look at the bright side of things and does not ruminate excessively about bad events, and is living in an economically developed society, has social confidants, and possesses adequate resources for making progress toward valued goals“ (S. 295).

Darüber hinaus finden sich verschiedene weitere Definitionen, die Wohlbefinden und Lebensqualität in verschiedener Weise differenzieren: So beschreibt Veenhoven (2000) vier Lebensqualitäten, die sich aus den beiden Dichotomien der „life chances“ und „life results“ sowie inneren und äußeren Qualitäten ergeben: „(1) livability of the environment, (2) life-ability of the individual, (3) external utility of life and (4) inner appreciation of life“ (S. 1).

Becker (1994) unterscheidet zwei Bereiche: Das „*aktuelle Wohlbefinden*“ bezeichnet die aktuelle Stimmung und Befindlichkeit einer Person, wobei Gefühle eher von kurzer Dauer sind und sich auf bestimmte Situationen oder Personen beziehen. Und weiters das „*habituelle Wohlbefinden*“, welches als relativ stabile Eigenschaft verstanden wird (auch das typische Wohlbefinden einer Person als aggregierte emotionale Erfahrungen). Darüber hinaus werden die beiden Bereiche nach psychischem und physischem Wohlbefinden unterteilt, wodurch sich vier Kombinationen als Struktur des Wohlbefindens ergeben (vgl. Becker, 1994, S. 14). In ähnlicher Weise beschreibt Mayring (1994) eine „*state-Komponente*“ als aktuelles, intensives, emotionales Erleben und eine „*trait-Komponente*“ als langfristiges, auf Erlebnissen aufbauendes Lebensglück.

Lyumbomirsky, Sheldon und Schkade (2005) definieren drei Hauptfaktoren, die das Ausmaß an Glück festlegen: (1) „a genetically determined set point for happiness“, (2) „happiness-relevant circumstantial factors“ und (3) „happiness-relevant activities and practices“ (S. 111). Dabei trägt die 3. Kategorie das größte Potential einer nachhaltigen Erhöhung des Glücks.

Dodge, Daly, Huyton und Sanders (2012) begegnen der Vielzahl an Definitionen mit einem neuen Ansatz. Wohlbefinden ist der Zustand eines Gleichgewichts, der Balance zwischen den Ressourcen eines Individuums und den Herausforderungen, den er/sie sich stellen muss. Sobald das System aus der Balance gerät, zeigt sich ein individuelles Streben, zu einem „set-point of well-being“ (einer Ausgeglichenheit) zurückzugelangen.

1.3 Theorien zu Wohlbefinden

Es gibt eine Reihe von Theorien, die sich mit dem Wohlbefinden befassen (Diener & Ryan, 2009; Diener et al., 1999). Einige davon sollen im Folgenden kurz vorgestellt werden:

Zieltheorien (Telic theories)

Diese besagen, dass Personen Glück erfahren, wenn ein bestimmtes Ziel erreicht oder ein Bedürfnis befriedigt wurde. Ziele und Motive variieren interindividuell und haben daher individuelles Gewicht (Diener et al., 1999). Im Zusammenhang mit diesen Theorien werden verschiedene Fragen diskutiert, z.B. ob es besser ist, einen schnell erfüllbaren Wunsch auf Kosten von langfristigen Konsequenzen zu befriedigen; was passiert, wenn die verschiedenen Wünsche einer Person einander entgegenstehen; oder ob es eventuell befriedigender ist, sich auf die Erfüllung eines Wunsches hinzubewegen als die Erreichung des erwünschten Zieles als solches (Diener & Ryan, 2009). Eine diesbezügliche Theorie stellt die „*Self-Determination Theory*“ von Ryan und Deci (2000) dar, welche drei angeborene psychologische Bedürfnisse definiert: „*competence*“, „*autonomy*“ und „*relatedness*“ (vgl. Kap. 2.1).

Top-down versus bottom-up Theorien

Bottom-up-Theorien beschreiben, dass externe Einflussfaktoren (Ereignisse, demografische Aspekte) auf das Wohlbefinden wirken. Positive und negative Elemente im Leben werden gegeneinander aufgerechnet und ergeben somit in Summe das subjektive Wohlbefinden einer Person. Je mehr positive Momente erlebt werden, desto

größer ist das Wohlbefinden. Dieser Ansatz sieht Wohlbefinden als „*state*“ (Zustand). Im Gegensatz dazu meinen *Top-down*-Theorien, dass die Veranlagungen einer Person ihre Wahrnehmung und Interaktion mit der Welt beeinflussen und damit auch wie Ereignisse empfunden werden. Die Disposition, Dinge aus einer eher positiven Perspektive zu betrachten, führt dazu, ein bestimmtes Ereignis „glücklicher“ zu interpretieren, als es eine Person tut, deren Einstellung negativ dominiert ist. Hier entsteht Wohlbefinden durch die Eigenschaft („*trait*“), positiv auf die Umwelt reagieren zu können (Diener & Ryan, 2009; Diener et al., 1999).

Kognitive Theorien

Diese sind den *Top-down*-Ansätzen ähnlich, indem sie auf die Wirkung der kognitiven Prozesse abzielen. Das AIM-Modell (*Attention, Interpretation, Memory*) besagt, dass Personen mit hohem subjektivem Wohlbefinden ihre Aufmerksamkeit vor allem auf positive Reize lenken und dazu tendieren, Ereignisse (auch neutrale oder mehrdeutige) positiv zu interpretieren bzw. diese in besserer Erinnerung zu behalten (Diener & Biswas-Diener, 2008, zit. n. Diener & Ryan, 2009, S. 394). Diese positiven Bewertungen wirken als protektiver Faktor, was das Wohlbefinden betrifft.

Evolutionäre Theorien

In den letzten Jahren tauchten im Zusammenhang mit der Forschung zu subjektivem Wohlbefinden Evolutionsmodelle auf, welche annehmen, dass Gefühle der Freude und des Wohlbefindens durch dieselben Faktoren ausgelöst werden, die Menschen auch beim Überleben helfen. Schon länger ist klar, dass negative Emotionen, wie z.B. Angst oder Zorn, die unsere Vorfahren beim Bewältigen von Bedrohungen unterstützten, einen evolutionären Wert haben. Seit einiger Zeit beginnt man sich auch für die Rolle der positiven Gefühle als treibende Kraft für adaptives Verhalten zu interessieren (Diener & Ryan, 2009). Die „*Broaden-and-build-Theorie*“ von Fredrickson (2004) beschreibt die Funktion von positiven Emotionen wie Freude, Interesse, Zufriedenheit und Liebe. Diese „erweitern“ („*broaden*“) die Verhaltensweisen von Personen (z.B. entfacht Interesse das Verlangen, etwas zu erforschen). Dadurch entstehen neue, kreative Aktionen, Ideen und Bindungen, die sich ihrerseits zu persönlichen Ressourcen eines Individuums entwickeln („*build*“), z.B. physische, intellektuelle, soziale und

psychologische Ressourcen. Dieser Prozess setzt eine Aufwärtsspirale in Gang, in der sich positive Emotionen und erweiterte Denkmuster gegenseitig beeinflussen und so einen Anstieg des Wohlbefindens bewirken. „People should cultivate positive emotions in their own lives [...], because it sets them on paths toward flourishing and healthy longevity“ (Fredrickson, 2004, S. 1375).

Vergleichs- oder Diskrepanztheorien (relative-standards-theories)

Diese Theorien besagen, dass Wohlbefinden von einem Vergleich mehrerer Standards resultiert, wie z. B. der Vergangenheit oder den Zielen einer Person, ihren Idealen oder dem Vergleich mit anderen Personen. Zufriedenheitsurteile basieren folglich auf der Diskrepanz zwischen der aktuellen Lage und den von der Person verfolgten Standards. Bei sozialen Vergleichstheorien werden andere Personen als Referenz genutzt, wobei Personen ein höheres Wohlbefinden zeigen, wenn es ihnen besser als anderen geht. (Diener et. al, 1999; Diener & Ryan, 2009). Der Zusammenhang von Einkommen und Zufriedenheit lässt sich auch bezüglich dieses Ansatzes diskutieren – vgl. dazu das nachfolgende Kapitel 2.1 (das „Easterlin-Paradoxon“ und die „conceptual-referent-theory“ von Rojas, 2007).

1.4 Messung von Wohlbefinden und damit verbundene Probleme

Im Folgenden sollen die Möglichkeiten der Messung subjektiven Wohlbefindens betrachtet werden, dabei wird eine Auswahl an gängigen Verfahren vorgestellt, auf Vor- und Nachteile verschiedener Ansätze und einige damit verbundene Probleme eingegangen.

Die Untersuchung und Messung subjektiven Wohlbefindens zeigt nach Diener, Suh und Oishi (1997) einige wesentliche Charakteristika. Erstens ist es wichtig zu betonen, dass innerhalb dieses Themenfelds auf das gesamte Spektrum des Wohlbefindens fokussiert wird. Dabei werden nicht lediglich die negativen Zustände (wie Depression, Hoffnungslosigkeit) betrachtet – wie es der klinisch-psychologische Zugang zu

Wohlbefinden macht – sondern vielmehr wird auch versucht, eine Differenzierung positiver Wohlbefindenszustände zu erzielen, um ein Verständnis zu erlangen, welche Einflüsse die Unterschiede zwischen *etwas* glücklichen, *ziemlich* glücklichen und *extrem* glücklichen Personen bedingen.

Darüber hinaus stellt die Messung subjektiven Wohlbefindens die Erfassung der individuellen Perspektive, der internen Repräsentation und des Erlebens einer Person dar. Dabei sind ein externer Bezugsrahmen oder festgelegte Außenkriterien nicht sinnvoll. So zeigt es sich häufig, dass Personen trotz äußerlich objektiv feststellbarer (z. B. klinisch-psychologischer) Probleme keine Einbußen ihres persönlichen Wohlbefindens wahrnehmen – was nicht bedeutet, dass sich eine diesbezügliche Einschätzung des Wohlbefindens mit einer klinischen Definition mentaler Gesundheit decken muss (Diener et al., 1997).

Ein weiter Aspekt ergibt sich nach Diener et al. (1997) in dem generellen Interesse der subjektiven Wohlbefindensforschung, „long-term states“ und nicht lediglich momentane Stimmungswerte (emotionale Einzelsituationen) festzustellen. Die Zufriedenheit über die Zeit hinweg hat einen anderen Wert und Bedeutung gegenüber der häufig schwankenden Stimmung von einem Moment zum andern.

Eid und Lischetzke (2005) beschreiben, dass aufgrund der hohen Bedeutung von Selbstberichten bei der Wohlbefindensmessung drei Aspekte beachtet werden müssen: „(1) momentanes SWB, (2) habituelles SWB, (3) messgelegenheitsspezifische Abweichungen des Zustands vom habituellen Niveau, die die „reinen“ situationalen und interaktionalen Einflüsse kennzeichnen“ (S. 414). Die Aspekte können direkt (durch die Person) oder indirekt erhoben werden.

Generell können bei der Messung von subjektivem Wohlbefinden einige Bestandteile unterschieden werden, welche bereits in den Kapiteln zu Definitionen und Theorien beschrieben wurden – zusammengefasst sind es: positiver Affekt (PA), negativer Affekt (NA), Gesamtzufriedenheit mit Leben (breite, kognitive Evaluation), (bereichs-)spezifische Zufriedenheit (einzelne Domänen) (Pavot, 2008; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Diener, Suh & Oishi, 1997).

Da sich subjektives Wohlbefinden aus dem individuellen Erleben und Empfinden einer Person ergibt, sind Selbsteinschätzungsverfahren die am häufigsten eingesetzten Verfahren. „Self-reports“ besitzen den Vorteil, dass sie ein direkter Bericht der Person sind und somit nicht auf Interpretationen, wie z. B. Experten-Ratings, angewiesen sind. Sie können als generell reliabel und valide Mittel der Informationsgenerierung gesehen werden, auch wenn Selbstberichte immer auch von Kontexteinflüssen, Biases und Antwortstilen abhängen und beeinflusst sein können (Pavot, 2008).

1.4.1 Selbsteinschätzungsverfahren

Ein häufig eingesetztes Selbsteinschätzungsverfahren zu *positivem und negativem Affekt* stellt die „*Affect Balance Scale*“ von Bradburn (1969, zit. n. Pavot, 2008 bzw. Bucher, 2009) dar. Das affektive Erleben wird mittels Zustimmung und Ablehnung zu fünf positiven (PA) und fünf negativen (NA) Items erfasst. Die beiden Subscores ergeben in Summe einen „affect balance score“. Wie Diener und Emmons (1985) beschreiben, besteht zwischen positivem und negativem Affekt keine (negative) Korrelation, vielmehr stellen sich beiden Dimensionen als weitgehend unabhängig voneinander dar. Trotz des vielfachen Einsatzes des Verfahrens verweisen Diener und Emmons (1985) auf diverse methodische Mängel, wie beispielsweise die hohe Spezifität der Items oder die Tatsache, dass eine Zustimmung zu einem Item nichts über die Intensität der erlebten Emotion aussagt. Ein weiteres verbreitetes Verfahren ist die „*Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)*“ (Watson, Clark & Tellegen, 1988, zit. n. Pavot, 2008 bzw. Diener et al., 1997), die je 10 affektive Adjektive zu positivem und negativem Affekt (Bsp. interested, enthusiastic, afraid, ...) vorgibt und eine Einschätzung dieser verlangt. Das Verfahren zeichnet sich durch gute psychometrische Qualitäten aus.

Lebenszufriedenheit kann in einem generellen Rahmen erhoben werden oder in multidimensionaler Form als Aggregat wichtiger Lebensbereiche. Weiters kann der Untersuchungsfokus auch beschränkt auf lediglich einen speziellen interessierenden Lebensaspekt liegen. Die „*Satisfaction with Life Scale (SWLS)*“ (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985, zit. n. Pavot, 2008 bzw. Bucher, 2009) stellt ein Selbsteinschätzungsverfahren zur Erfassung der globalen Lebenszufriedenheit dar. Fünf

Items werden auf sieben Beurteilungsstufen (starke Zustimmung bis starke Ablehnung) bearbeitet und bilden damit ein sehr einfach anzuwendendes Instrument mit hoher interner Konsistenz und temporaler Reliabilität (Test-Retest-Reliabilität). Eine Adaption dieser Skala ist die „*Temporal Satisfaction with Life Scale (TSWLS)*“ (Pavot, Diener & Suh, 1998, zit. n. Pavot, 2008), bei der vergangene, derzeitige und in der Zukunft verortete Zufriedenheitsurteile betrachtet und verglichen werden können.

Darüber hinaus existieren Instrumente, die eine breitere und umfassendere Erfassung ermöglichen, indem sie alle Komponenten des subjektiven Wohlbefindens auf einmal beinhalten – wie diese auch von Diener et al. (1997, 1999) definiert wurden. So werden beispielsweise beim „Oxford Happiness Inventory (OHI)“ (Argyle, Martin & Lu, 1995, zit. n. Pavot, 2008; Bucher, 2009) Aspekte wie Optimismus, wahrgenommene Kontrolle, Sozialinteresse, Kongruenz zwischen Zielen und Erreichtem usw. erhoben.

1.4.2 Fremdbeurteilung und andere Alternativen

Bucher (2009) schreibt sehr treffend „Menschen können glücklich sein, wo andere das nicht für möglich halten“ (S. 19). Er verweist damit nicht nur auf die glückliche Tatsache, dass Menschen auch unter objektiv schlechten Bedingungen in unvorstellbarer Weise Glück empfinden können, sondern auch auf einen problematischen Aspekt bei der Messung von Wohlbefinden, wenn dieses rein objektiv von außerhalb beurteilt wird. *Fremdbeurteilungen* ergänzen Selbstbeurteilungen durch externe Validierung, dabei werden Freunde, Verwandte, Kollegen usw. der betreffenden Person befragt. Studienergebnisse zeigen, dass trotz mancher Einwände Selbst- und Fremdeinschätzungen weitestgehend zu ähnlichen bzw. denselben Ergebnissen kommen (Sandvik, Diener & Seidlitz, 1993, zit. n. Bucher, 2009, S. 20). Die Kombination verschiedener Urteile (auch Experten-Ratings) kann ergänzend die Möglichkeit von fehlerhaften Effekten verringern.

Alternativ können auch offene Befragungen zum Einsatz kommen. Vorteile eines *offenen Interviews* zeigen sich darin, dass die Probanden ihre Gedanken frei entwickeln dürfen und die Möglichkeit besteht, diese wiederum durch Nachfragen zu ergänzen. Andererseits zeigen diese auch sehr gut die bestehende Heterogenität in der

Bevölkerung, Interviews sind von den Möglichkeiten und der erzählerischen Gewandtheit der Interviewten abhängig. Darüber hinaus beinhalten Interviews immer auch Interviewereffekte oder Probleme mit Offenheit und sozialer Erwünschtheit – denen gegenüber zeigt wiederum eine (anonymere) fragebogenähnliche Erhebung Vorteile (Mayring, 1991).

Eine weitere Gruppe an Messinstrumenten stellen *Kurzverfahren zur Zufriedenheitserfassung* dar. Ein viel genutztes Item ist die Frage „Alles zusammengenommen, wie würden Sie sagen, steht es in ihrem Leben dieser Tage? [...] sehr glücklich, etwas glücklich oder nicht glücklich“ (Bucher, 2009, S. 20). Dieses sehr reduzierte Item kann in vielerlei Hinsicht kritisiert werden. So erscheinen *Einzelitems* nicht besonders präzise, wenig valide und führen möglicherweise zu positiven Urteilen. Darüber hinaus begünstigen sie Antwortneigungen, sind zu offensichtlich und zeigen nur niedrige Test-Retest-Reliabilitäten (Argyle, 2001, zit. n. Bucher, 2009, S. 22).

Gesichterskalen bedienen sich der Psychologie des emotionalen Gesichtsausdrucks und der angeborenen Basisemotionen. Durch ihre Sprachfreiheit und den symbolischen Charakter können diese sowohl bei Kindern als auch in anderen Kulturen (z.B. Sprachbarrieren) praktische Anwendung finden (Bucher, 2009).

1.4.3 Fehler und Probleme bei der Messung von Glück und Wohlbefinden

Immer wieder zeigen sich unter anderem kritische Einwände bei der *retrospektiven* Glücksmessung. Es kommt zu Verzerrungen und vom damaligen emotionalen Erleben abweichende Erinnerungen. Auch schon die reine Durcharbeitung eines Zufriedenheitsfragebogens kann subjektive Urteile verändern. Wäre die Zufriedenheits-/Glücksfrage reliabel, müsste es egal sein, ob diese zu Beginn oder am Schluss einer Erhebung gestellt wird. Tatsächlich zeigt sich aber, dass vor allem die Abfrage des Zufriedenheitsurteils zum Schluss deutlich verändert (zumeist positiver) ausfällt (Mayring, 1991, S. 142). Gleichmaßen zeigt sich die Relevanz von Reihenfolgeeffekten auch, wenn mehrere Items in jeweils unterschiedlicher Anordnung vorgegeben werden (Kahneman, 2003).

Bucher (2009) fasst diesbezügliche Ergebnisse verschiedener Autoren zusammen: In ihrer Erinnerung über- oder unterschätzen Personen häufig die emotionale Intensität. Dabei werden Emotionen abhängig vom derzeitigen, aktuellen Gefühlszustand erinnert. Erinnerungsfehler treten auch dann auf, wenn relevante Kognitionen vorgegeben werden, wobei diese teilweise adaptive Funktionen erfüllen. Weiters zeigen Persönlichkeitseigenschaften Wirkungen auf die interpretierten Emotionen, beispielsweise zeigen Personen mit neurotischen Tendenzen retrospektiv überschätzt negative Gefühle. Bucher (2009) verweist weiters auf den Einfluss der *aktuellen Stimmung*. Diese Gefühle projizieren Menschen demnach sowohl in die Vergangenheit als auch in die Zukunft. Wenn Stimmungen von Probanden positiv beeinflusst werden, geben diese auch positivere Urteile ab. Unterschiede ergeben sich bezüglich der zeitlichen Perspektive: Ein Kontrasteffekt zeigt sich bzgl. länger zurückliegender Ereignisse, während bei nahen Erinnerungen ein Kongruenzeffekt auftritt.

1.4.4 Erlebnisstichproben- und Tagesrekonstruktionsmethoden

Die Einschätzungen des Wohlbefindens können vielfach von Kontexteffekten und momentanen Einflüssen verändert erscheinen. Was ein Urteil in einem speziellen Moment verändert, muss nicht mit der generellen Zufriedenheit übereinstimmen. In diesem Zusammenhang bietet die „*Experience Sampling Method (ESM)*“ (Bucher, 2009; Kahneman & Krueger, 2006, Pavot, 2006) eine alternative Herangehensweise, bei der Probanden automatisch mehrmals täglich dazu aufgefordert werden, (sofort) ein Set aus Fragen zu beantworten. Der Einsatz eines handlichen Computers oder anderer technischer Dokumentationshilfen ermöglicht die Sammlung einer Stichprobe an Emotionen und Kognitionen einer Person über einen gewissen Zeitraum. Dabei entfällt die Notwendigkeit retrospektiver Rückmeldungen und Einschätzungen – die ökologische Validität steigt. Somit werden auch Erinnerungsfehler und Verzerrungen verringert. Ein weiterer positiver Aspekt besteht darin, dass sich momentane Stimmungsschwankungen ausgleichen, da keine rein punktuelle Erfassung zu einem Zeitpunkt stattfindet – durchschnittliche Stimmung, aber auch der Verlauf der Emotionen wird sichtbar. Ein Nachteil entsteht aus der enormen Datenmenge, die pro Person entsteht und eine einfache Interpretation erschwert.

Eine Alternative dazu, die „*Day Reconstruction Method (DRM)*“ von Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone (2004, zit. n. Kahneman & Krueger, 2006 bzw. Pavot, 2006; Bucher, 2009) verlangt von den Probanden (anders als bei ESM) nur einmal täglich eine Rückmeldung. Dabei wird der individuell erlebte Tag systematisch mittels detaillierter Techniken rekonstruiert, wodurch sich Effekte eines Memory-Bias reduzieren lassen. Erfasst werden können der episodische Tagesverlauf, Aktivitäten, Zeitverwendung, Affekt und Intensität der Emotionen. Vorteilhaft erscheint, dass die Personen verglichen mit EMS somit kaum im Tagesverlauf unterbrochen werden, was die Akzeptanz des Verfahrens erhöhen könnte.

2 Globale Messungen und Gesamterfassungen von Lebenszufriedenheit

2.1 Lebenszufriedenheit und wirtschaftlich-materielle Situation eines Landes

Vielfach wird versucht, eine Gesamterfassung von Wohlbefinden oder Lebenszufriedenheit vorzunehmen. Die Kriterien und die Bezugnahme auf verschiedenste einflusshafte Aspekte erscheinen sehr unterschiedlich. Eine Gesamteinstufung hat beispielsweise das Ziel, die Lebenszufriedenheit eines Landes, also der Gesamtbevölkerung, zu messen, um daraus folglich Schlüsse zu ziehen und ein mögliches Veränderungspotenzial abzuleiten. Auch der Vergleich verschiedener Nationen wird betrieben, wie beispielsweise beim World Happiness Report (Helliwell, Layard & Sachs, 2015).

Häufig wird Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden als äquivalent mit dem materiellen Wohlstand eines Landes gesehen. Demzufolge geht dieser Ansatz davon aus, dass die Bevölkerung reicherer Länder automatisch auch jene mit dem höchsten Wohlbefinden und Glückserleben sind. Viele Studien lassen jedoch erkennen, dass Zufriedenheit durch materiellen Zugewinn nur von kurzer Dauer ist und bei den Menschen durch Anpassung

an die neue bessere Situation schnell ein Gewöhnungseffekt eintritt. Darüber hinaus geht das Modell der „hedonistischen Tretmühle“ davon aus, dass Veränderungen, positive wie negative, nach gewisser Zeit nicht mehr bewusst wahrgenommen werden, und durch Gewöhnung an die veränderten Zustände der Glückszustand alsbald derselbe wie zuvor ist (Kirchler, 2011). Es ist jedoch nicht ganz widerspruchsfrei, dass Wirtschaftsleistungen oder Veränderungen in sozialen und politischen Rahmenbedingungen keinen dauerhaften Einfluss und Effekt auf die Lebenszufriedenheit haben sollen.

Trotz eines Anstiegs an materiellem Wohlstand in einem Land bleibt das Lebensglück unverändert und steigt nicht gleichermaßen an. Dieses als *Easterlin-Paradoxon* bezeichnete Phänomen wurde vom gleichnamigen Autor 1974 (zit. n. Kirchler, 2011, S. 816) anhand der Beziehung zwischen dem Bruttonationalprodukt und dem subjektiven Wohlbefinden (mittels Cantril-Skala) im Ländervergleich untersucht (Abbildung 1). Es zeigt sich, dass diese beiden Aspekte nicht miteinander kovariieren. Wirtschaftliche Verbesserungen führen nicht zu höheren Wohlbefindensschätzungen. Diese beruhen auf sozialen Vergleichsprozessen der Personen untereinander, daher sind Bewertungen immer relativ, so eine der Deutungen. Durch eine Verbesserung der Situation aller kommt es nicht zu einem persönlich erlebten Kontrast – einem Zugewinn an Möglichkeiten – des Einzelnen gegenüber anderen, was damit auch zu keiner subjektiv empfundenen Änderung (Verbesserung) im Wohlbefinden führt (Kirchler, 2011; Veenhoven, 1991). Auch Diener (1984) beschreibt in seinem zusammenfassenden Artikel verschiedenster empirischer Studien zu subjektivem Wohlbefinden diese Relativität in der Bewertung. Die absolute Höhe des Einkommens hat keinen Einfluss, hingegen führt die relative Besserstellung des Einzelnen zu einer höheren Zufriedenheitsbewertung.

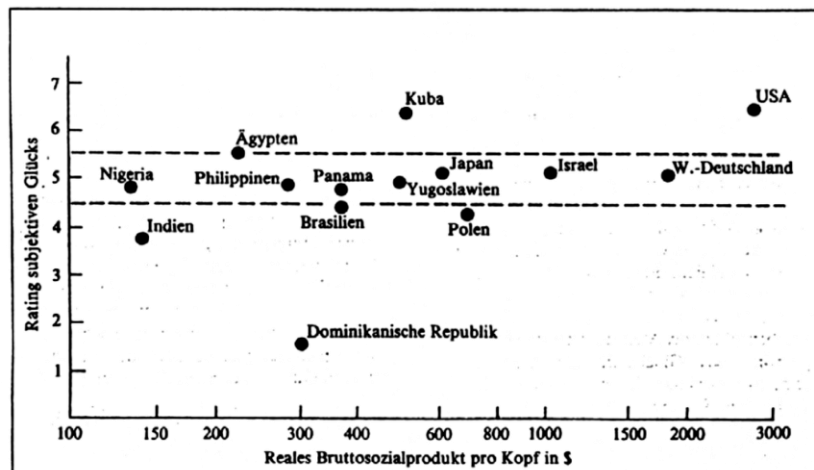


Abbildung 1. Zusammenhang von Glücksempfinden und materiellem Wohlstand (nach Easterlin, 1974, zit. n. Veenhoven, 1991, S. 11).

Veenhoven (1991) kritisiert diese Relativität in der Bewertung des Wohlbefindens. Unterschiede in der Zufriedenheit zwischen armen und reichen Ländern sind nicht immer nur vernachlässigbar, so wie Easterlin (1974, zit. n. Veenhoven, 1991, S. 3) es betont hat. Eine seiner Untersuchungen stützt sich auf Daten einer Gallup-Umfrage, wobei jedoch bei der grafischen Darstellung Easterlins die verwendeten Skalen nicht einheitlich waren. Wird dieser Fehler korrigiert, entsteht ein kurvilinearere Zusammenhang (Abbildung 2) und deutliche Differenzen zwischen den Nationen. Durch den wirtschaftlichen Aufschwung in den Nachkriegsjahren lässt sich in Europa ein Anstieg im Glücksempfinden beobachten. Jedoch stimmt Veenhoven (1991) den generellen Erkenntnissen, welche zeigen, dass es bei stetig wachsendem Einkommen zu immer geringeren Auswirkungen bei den Zufriedenheitsanstiegen kommt, trotzdem zu. Reiche Länder erreichen eine Grenze, die keinen zukünftigen markanten Anstieg im Wohlbefinden zulässt.

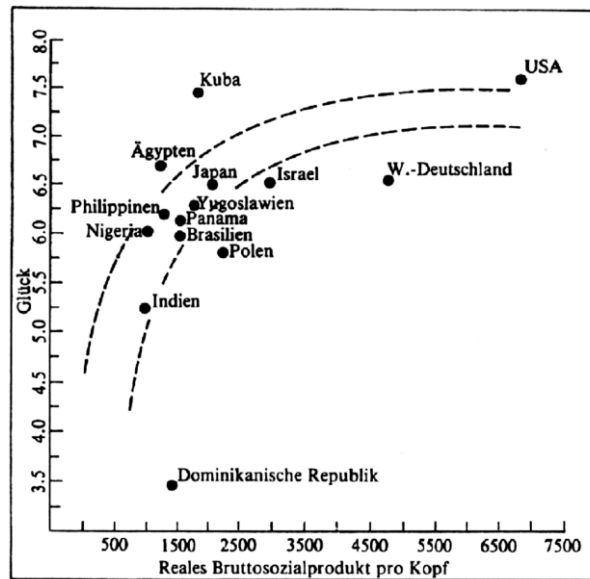


Abbildung 2. Kurvilinearer Zusammenhang von Glück und nationalem Einkommen, Neuskalierung der Daten Easterlins (Veenhoven, 1991, S. 12).

Bezogen auf Maslows Bedürfnispyramide beschreibt Kirchler (2011), dass durch wirtschaftlich-materielle Gegebenheiten lediglich den Defizitmotiven wie physiologischen Bedürfnissen, Sicherheits- und Affiliationsbedürfnissen (Zugehörigkeit und Anerkennung) und Geltungsbedürfnissen (Macht, Kompetenz) begegnet werden kann. Hingegen können Wachstumsbedürfnisse, wie Selbstverwirklichung und -aktualisierung, so nicht erfüllt werden. Diese drücken das Streben des Menschen nach eigener Persönlichkeits- und Potenzialentwicklung und subjektivem Wert der eigenen Person aus. Die unterschiedlichen Bedürfnisse bauen aufeinander auf und treten in den Hintergrund, wenn Basisbedürfnisse nicht erfüllt wurden, gleichermaßen können Wachstumsbedürfnisse erst hervorkommen, wenn Grundlegendes gedeckt ist (Maslow, 1943).

So kann angenommen werden, dass die Bevölkerung in einem Land, das von Armut und Kriminalität bedroht ist, nicht einfach – aufgrund interner sozialer Vergleichsprozesse und Gewöhnungseffekte – gleich glücklich und zufrieden ist, wie die Bevölkerung in einem Land, das von Sicherheit, Demokratie und Wohlstand geprägt ist. Wie auch Diener (1984) beschreibt, müssen eine gewisse Basis und die Erfüllung essenzieller Grundbedürfnisse gegeben sein, um Lebenszufriedenheit entwickeln zu können. In extremer Armut und am Existenzminimum lebend, wird kaum jemand überhaupt von

Wohlbefinden oder Lebensqualität sprechen. Davon abgesehen können jedoch auch Menschen in weniger reichen Ländern mit ihrer Situation zufrieden und glücklich sein.

In der *Selbstbestimmungstheorie* von Ryan und Deci (2000) werden ähnlich wie bei Maslow Bedürfnisse definiert, welche wenig Verbindung und Relevanz zu materiellen Aspekten und Wirtschaftsleistungen erkennen lassen. Die drei Bedürfnisse „competence“ (etwas bewirken und Kompetenz erleben), „relatedness“ (soziale Beziehungen, Zugehörigkeit, Verbundenheit und Akzeptanz) und „autonomy“ (Autonomie im eigenen Handeln erleben) werden als essenzielle, fundamentale psychologische Bedürfnisse identifiziert, die mentale Gesundheit, Selbstmotivation und -verwirklichung, konstruktive soziale Entwicklung und persönliches Wohlbefinden möglich machen. Diese Bedürfnisse müssen über die Lebensspanne hinweg in ausreichendem Maß befriedigt sein, um ein fortlaufendes Gefühl an Integrität und Wohlbefinden zu vermitteln. Die Bedürfnisse sind zwar als universell und beständig anzusehen, können jedoch in ihrer Auffassung und Gewichtung kulturell und intraindividuell über die Lebenszeit hinweg variieren und unterschiedlich zum Ausdruck kommen (Ryan & Deci, 2000).

Einerseits werden Zusammenhänge mit materiellen, wirtschaftlichen Faktoren als mögliche Einflüsse auf die Zufriedenheit genannt, andererseits aber auch psychologische und physiologische Bedürfnisse. Viele Untersuchungen beschäftigen sich mit möglichen Zusammenhängen zwischen ökonomischen Variablen und Glück bzw. Wohlbefinden. Rojas (2007) beschreibt in diesem Zusammenhang verschiedene Erklärungsansätze und fasst diese wie folgt zusammen: *Relative Erklärungsansätze* setzen auf sich verändernde Standards und soziale Vergleiche und haben damit wenig Effekt auf das subjektive Wohlbefinden. *Absolute Erklärungsansätze* beschreiben die Relevanz des Einflusses von Einkommen, solange dieses zur Befriedigung grundlegender Bedürfnisse dient, dabei existiert eine Schwelle, von wo an Einkommen seinen Einfluss verliert. Der *Adaptive Ansatz* erklärt, dass Einkommen wenig Einfluss auf das Glückserleben hat, da Menschen durch gute Adaptationsfähigkeiten eine schnelle, einfache Anpassung an veränderte Zustände erreichen. Der *Aspiration Ansatz* beschreibt den Grad an Zufriedenheit in Relation zum Grad der totalen Befriedigung vorhandener Wünsche – sind Wünsche zur

Gänze erfüllt, erscheinen Personen glücklicher. Mit dem Einkommen steigt allerdings auch das Verlangen (Wünsche) und so erhöht sich die Zufriedenheit nicht notwendigerweise.

Rojas (2007) beschreibt mit der „*conceptual-referent-theory of happiness*“ einen alternativen Erklärungsansatz, nämlich den, dass Menschen unterschiedliche Einstellungen bezüglich subjektiven Wohlbefindens aufweisen und jeder individuell unterschiedlich „a conceptual referent of happiness“ besitzt. Unterschieden wird zwischen innerem und äußerem Referenzrahmen. Für jene Personen, die an externen Faktoren orientiert sind, haben Einkommen und materielle Gegebenheiten einen hohen Stellenwert. Dagegen legen auf eine innere Orientierung ausgerichtete Personen mehr Wert auf Selbstakzeptanz bzw. Zugehörigkeit und assoziieren Geld nicht mit Zufriedenheit. Ein signifikanter Einfluss von materiellem Zugewinn auf das subjektive Wohlbefinden lässt sich daher nur bei Personen mit externer, also nach außen gerichteter, Orientierung feststellen.

Materieller Wohlstand als Erklärungsvariable bei der Erfassung von Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden kann somit nur in Relation zum „conceptual referent“ einer Person herangezogen und interpretiert werden (Rojas, 2007). Die Auswirkungen dieser Sichtweise auch bei anderen, möglicherweise einflussreichen Faktoren (Persönlichkeits-Traits, Bildung, Sozialsituation, u.a.), Kulturunabhängigkeit und Zeitstabilität sollen zukünftig untersucht werden.

Es besteht Heterogenität in den Konzepten verschiedener Personen dazu, „was Glück ist und ausmacht“, und damit Heterogenität in den Bewertungen des eigenen Lebens und der Umsetzung von Wohlbefinden. Bewertungen sind subjektiv, heterogen und nicht universell – was für einige Personen wichtig erscheint, kann für andere völlig irrelevant sein.

2.2 Nationale und internationale Initiativen und Untersuchungen

Die Unzufriedenheit bezüglich gängiger Wohlbefindensmessungen führt immer wieder zu Versuchen und Bemühungen, neue passendere Wege zu finden, die Lebensqualität

der Bevölkerung messbar zu machen und diese damit auch tatsächlich zu erfassen. Die häufig gewählte Gleichsetzung von Lebensqualität mit generellem (materiellen) Wohlstand eines Landes erscheint dabei unzureichend und mangelhaft, bzw. scheint dieser Zugang wesentliche subjektive Aspekte des Wohlbefindens zu übersehen.

Schritte in diese Richtung setzen der „Stiglitz-Report“ (Stiglitz, Sen & Fitoussi, 2009) oder Initiativen wie jene der European Commission „*Beyond GDP*“ (www.beyond-gdp.eu), welche auch umweltbezogene und soziale Aspekte aufzeigen will. Miteinbezogen werden Indikatoren, die das BIP (engl. GDP) ergänzen und erweitern, diese sollen somit einen Fortschritt bei der Erfassung und Beurteilung des sozialen Wohlergehens und der Lebensqualität bewirken. Ziel der Initiative war es, „die wachsende Kluft zwischen den klassischen Wirtschaftskennzahlen auf der einen Seite und der individuellen subjektiven Wahrnehmung von Fortschritt und Wohlbefinden auf der anderen zu verringern“ (Statistik Austria, 2015).

Die OECD (Organisation for Economic Cooperation and Development) veröffentlicht mit ihrem Bericht „*How's life*“ (OECD, 2015; 2011) detaillierte Beschreibungen und Einflussgrößen, um die Lebensqualität besser zu beschreiben und Nationen bezüglich ihres Wohlstands und Fortschritts zu vergleichen. Mit dem von der OECD entwickelten „*Better Life Index*“ (<http://www.oecdbetterlifeindex.org/de>) kann ein individueller Vergleich der Lebensqualität verschiedener Länder anhand von 11 als relevant identifizierten Themenfeldern erstellt werden. Dabei können diese interaktiv speziell gewichtet und so ein Vergleich der nationalen Situation auf spezifischen Ebenen angestellt werden.

Mit dem Bericht „Wie geht's Österreich 2015“ präsentiert auch die Statistik Austria (2015) einen Bericht zur Messung des Wohlbefindens und des nationalen Fortschritts im Bereich der Lebenszufriedenheit und teilt mit ihren diesbezüglichen Aktivitäten die Zielsetzungen der bereits erwähnten Initiativen. Dabei werden 30 Schlüsselindikatoren definiert, die unter anderem auf den Empfehlungen des Stiglitz-Sen-Fitoussi-Reports (Stiglitz et al., 2009) aufbauen.

Ein weiterer internationaler Bericht, der „World Happiness Report“ (Helliwell, Layard & Sachs, 2015), wird vom United Nations Sustainable Development Solutions Network (SDSN) herausgegeben und erschien erstmals 2012. Auf Basis dieser Daten versuchen

ationale und lokale Regierungen Strategien zu entwickeln, die das Wohlbefinden der Bevölkerung steigern und zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen.

Es besteht demnach ein wachsendes Bewusstsein, dass Wohlbefindensforschung neue Wege abseits der Messung des BIP und der Heranziehung ökonomischer Kennzahlen gehen muss, um Zufriedenheit und Wohlbefinden auf gesellschaftlicher Ebene zu messen. Regionale Vergleiche können also helfen abzuschätzen, welche Maßnahmen funktionieren und Anreize für Gemeinschaften und Gemeinden schaffen, auch in diese Richtung zu agieren, um das Wohlbefinden der eigenen Bevölkerung zu steigern (OECD/Better Life Index; Statistik Austria, 2015).

2.3 Eine multimethodale Studie zur Erfassung subjektiven Wohlbefindens

Die Vorbehalte gegenüber gängigen Wohlbefindensmessungen und deren hauptsächlich ökonomischer Ausrichtung teilen auch die Autoren der folgenden Untersuchung. In einer breit angelegten, sehr umfangreichen Studie mit dem Titel *„Living conditions, quality of life, and subjective well-being in regions: A methodological pilot study with explorative interviewing and quantitative measurement“* wollen Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2012, 2015a) diesem Problem begegnen. Dabei sollen alternative Lösungen aufgezeigt und damit zu einem besseren Verständnis von subjektivem Wohlbefinden beigetragen sowie Anstöße zur Erhöhung der Lebensqualität des Einzelnen geboten werden. Es sollen Aspekte bestimmt werden, die Einfluss auf das persönliche Wohlbefinden haben.

Ein Ziel der Studie ist es auch, Ergebnisse und darauf aufbauende Erkenntnisse an Behörden zu kommunizieren, weiterzuleiten und Informationen für die Richtung möglicher Veränderungen bereitzustellen. Dabei geht es abgesehen von der Chance, Interventionen einzuleiten, weitreichend zumindest um eine Erhöhung des Bewusstseins für Probleme.

Auf Forscherseite wird als Ziel die Entwicklung von Methoden und Instrumenten verfolgt, um das Wohlbefinden besser messen zu können. Dabei werden der aktuelle Stand der Wohlbefindensforschung sowie bekannte Kenngrößen und Erkenntnisse aus den eigens geführten Interviews miteinbezogen. Die Studie wählt einen über klassische Indikatoren hinausgehenden Zugang, um unter anderem in einem neu entwickelten Fragebogen aktuelle, weitläufige Daten zu sammeln. Der Ansatz geht dabei über jene lange Zeit dominierenden, rein wirtschaftlichen Einflussfaktoren – wie Bruttoinlandsprodukt – hinaus, so wie es auch derzeitige Entwicklungen und internationale Bewegungen in dieser Forschungsdisziplin zeigen.

2.3.1 Methodischer Zugang

Das subjektive Wohlbefinden ist ein komplexes, vielschichtiges Konstrukt. Ponocny et al. (2015a) wählten für ihr Forschungsvorhaben einen multimethodalen Zugang, in dem sie verschiedene methodische Ansätze kombinierten („mixed-methods“). Bei den sehr umfangreichen Datenerhebungen kamen folglich ein Fragebogen, Interviews, Tagebücher und Gruppendiskussionen zum Einsatz. Die Autoren sehen eine Weiterentwicklung in der subjektiven Wohlbefindensforschung nur durch die Integration explorativer, qualitativer Methoden in das angewendete Methodenrepertoire gewährleistet.

Häufig entscheiden sich Forschergruppen entweder für einen quantitativen oder qualitativen Zugang. Beide weisen Vor- und Nachteile auf. So macht eine reine Fragebogenerhebung, die eventuell auch online verbreitet und durchgeführt wird, den Zugang zu potenziellen Teilnehmern und Teilnehmerinnen leichter und die Erhebung einer Vielzahl an Daten ist in kurzer Zeit möglich. Qualitative Ansätze, wie Einzelinterviews oder Tagebuchverfahren, gestalten sich dementsprechend aufwändiger und zeitintensiver, wobei unter den möglichen Probanden und Probandinnen die Bereitschaft, an einer umfangreicheren Untersuchung teilzunehmen, auch nicht immer besteht. Erhöhte Ressourcen und ausreichende Personalkapazitäten müssen vorhanden sein, um eine weitreichende Interviewstudie durchführen zu können. Zumeist fällt die Stichprobengröße daher bei derartigen Untersuchungen eher gering aus. Die

Kombination aus einem qualitativen und einem quantitativen Erhebungsansatz kann dagegen gewinnbringende Ergebnisse erzielen, da die einzelnen Defizite der Verfahren durch den Einsatz oder die Ergänzung mit anderen Erhebungsmethoden den inhaltlichen Wert der Daten erhöhen. Aus untersuchungstechnischen Gründen und mangelnden Ressourcen muss jedoch häufig auf eine derartige, allumfassende Kombination verzichtet werden und eine Entscheidung für eine oder mehrere einzelne Methoden getroffen werden.

Wie bereits erwähnt, wollen Ponocny et al. (2015a) in ihrer Studie zu Lebensbedingungen und subjektivem Wohlbefinden jedoch genau diese – in vielen Studien häufig einseitig gebliebene – Datenerhebung gewinnbringender gestalten. Es soll nicht nur ein umfangreicher Fragebogen zum Einsatz kommen, sondern nach Möglichkeit auch dieselben Personen mittels persönlichen Interviews befragt werden. Nachdem die aus den Interviews gewonnenen Informationen zur Konstruktion des Fragebogens genutzt wurden, um gezielt inhaltlich relevante Aspekte, sowie angepasste Formulierungen zu wählen, war es nur bei einem Teil der Befragten möglich, diesen ergänzend zum Interview vorzugeben. Ein offenes Interview bietet die Möglichkeit, dass die Probanden und Probandinnen frei antworten und assoziieren, was ihnen in den Sinn kommt, ohne durch vorher bestimmte Fragen und durch strenge Lenkung der Themen durch die Forscher und Forscherinnen in den Antworten beschränkt zu sein. Bestimmte Details oder Eigenheiten der speziellen Situation des Teilnehmers/der Teilnehmerin haben so die Chance, ans Licht zu kommen. Diese Möglichkeit bietet ein standardisierter Fragebogen nicht, welcher jedoch auf der anderen Seite durch ein ökonomisches Beantworten speziell gestellter Fragen und Selbsteinschätzungen rasch und in kompakter Weise zu einer Fülle an Daten führt.

Wiederum verloren geht in diesen Ansätzen, trotz ihrer Reichhaltigkeit an Informationen, die Kontinuität und direkte, zeitnahe Erfassung von Emotionen, Befindlichkeiten und beeinflussender Ereignisse. Berichte über subjektive Eindrücke und Zufriedenheit mit der Lebenssituation können so nur retrospektiv erfasst werden und diese Einschätzungen sind logischerweise immer in irgendeiner Weise gefärbt von aktuellen Ereignissen, anderen Effekten und können nie wirklich objektiv oder fehlerfrei sein. Ponocny et al. (2015a) setzten in ihrer Untersuchung daher auch Tagebücher zur Dokumentation täglicher Aktivitäten und Befindlichkeiten der Probanden und

Probandinnen ein. Um die Daten abzurunden und weitere Erkenntnisse zu gewinnen, wurden ergänzend auch noch mehrere Gruppendiskussionen in den ausgewählten Erhebungsgebieten geführt.

Ein Ziel der Datenerhebung ist es, eine umfangreiche Datenbasis für anschließende Untersuchungen zu generieren. Dabei sollen möglichst viele kombinierte Daten gesammelt werden, weswegen es wichtig ist, Personen zu finden, die sich bereit erklären, an einer zeitaufwändigen Erhebung mittels verschiedener Methoden teilzunehmen. Folglich existieren im Idealfall von einem/er Teilnehmer/in die Daten aus dem offenen Interview, dem Fragebogen und den Aufzeichnungen aus dem Tagebuch, die sich gegenseitig ergänzen und so erst zu einem ganzheitlichen, umfassenden Bild der Person führen. Angaben in einem Fragebogen lassen oft Fragen offen, Details, die mit allgemein formulierten Items kaum erfasst werden können. Mit ihrer Vorgangsweise wollen Ponocny et al. (2015a) auch die Wichtigkeit der subjektiven Komponente bei der Erfassung des Wohlbefindens und der Lebenszufriedenheit hervorkehren.

Inhaltlich einbezogen werden soziale und emotionale Aspekte sowie lokale Umweltbedingungen. „Daily hassels“ und andere persönliche Aspekte, aber auch Bedürfnisse und Einstellungen zum subjektiven Leben sollen erfasst werden. In den Interviews werden die Personen sehr frei nach den Einflussfaktoren auf ihr Wohlbefinden befragt und wenig explizit mit einzelnen Thematiken konfrontiert.

2.3.2 Auswahl der Erhebungsgebiete

Ein weiteres Ziel der Studie bezüglich der Datenerhebung war der Einbezug verschiedenster Regionen und Bezirke und damit die Evaluierung unterschiedlicher, spezifisch regionaler Einflüsse. Wie wichtig ist es, wo jemand wohnt? Wie stark können umweltbezogene, wirtschaftliche und regionsspezifische Aspekte das persönliche Wohlbefinden positiv beeinflussen oder gegenteilig zu einer Beeinträchtigung führen? Ponocny et al. (2012, 2015a) wählten daher Regionen, die stark kontrastieren, um maximale Variabilität in den Daten zu erzeugen und Unterschiede verschiedener Einwohnergruppen zu erkennen. In die Analyse wurden 10 Standorte in Österreich

einbezogen, die Unterschiede bezüglich folgender Aspekte aufweisen: geografische Besonderheiten, Bevölkerungsdichte (Ballungsräume gegenüber ländlichen Regionen), Heterogenität bezüglich Herkunft (Minderheiten, Migranten), touristische Regionen, Bevölkerungsentwicklung im Gebiet (Geburtenrate, Wanderungsbilanz), Pendlerbewegungen, Altersverteilung (Erwerbstätigkeit), Wirtschaftlichkeit, Infrastruktur (Verkehr), Topographie (Höhenlage, Klima), usw.

2.3.3 Umsetzung der Studie

Bei der Studie von Ponocny et al. (2012, 2015a) kamen, wie bereits erwähnt, Fragebögen, Interviews, Tagebücher und Gruppendiskussionen zum Einsatz.

Die Vorerhebung startete im Herbst 2011 mit 9 Pre-Test Interviews, welche die Basis für die Konstruktion von Items und den umfangreichen Fragebogen darstellten. Es folgten 50 weitere explorative Interviews, die typische Antworten abbilden und Hinweise auf mögliche gezieltere Fragen geben sollten. Damit wurde die Formulierung eines für die Probanden und Probandinnen hinsichtlich Wortgebrauch und Alltagssprache verständlichen Fragebogens möglich. Damit einhergehend wurden auch die Interview-Guidelines für die „offenen Interviews“ entwickelt, welche keine thematisch speziell beschränkenden oder geschlossenen Fragen, wie diese in strukturierten Interviews vorkommen, enthalten sollten.

Bei der Konstruktion und Entwicklung von Fragebögen stellt sich immer auch die Frage, inwiefern Benennungen und Begrifflichkeiten überhaupt von der Bevölkerung oder im Speziellen den Probanden und Probandinnen der Studie in ihrer inhaltlichen Bedeutung gleich aufgefasst und interpretiert werden. Kognitive Interviews, d. h. im Allgemeinen freies Sprechen und Kommentieren einer Testsituation und Wiedergeben der aufkommenden Gedanken zum Testmaterial und den gestellten Fragen, können dabei zu hilfreichen Informationen führen und ein Verbessern der Testitems, in Sinne verständlicherer Formulierungen, ermöglichen.

Der Plan sah vor, dass in jedem der 10 ausgewählten Erhebungsgebiete Interviews mit je 50 zufällig ausgewählten Personen geführt werden. Die Personen wurden per Brief über die Studie informiert und um ihre Teilnahme an der Fragebogenerhebung und den

Interviews gebeten. Ergänzt wurden die Aufrufe durch Inserate in Lokalzeitungen und persönliche, telefonische Kontaktaufnahme. Auch mit Hilfe bereits interviewter Personen wurden Anfragen an Verwandte und Bekannte gestellt, da die Rücklaufquote und Bereitschaft teilzunehmen nicht in allen Gebieten ausreichend hoch war. Insgesamt ergibt sich damit eine Zahl von rund 500 qualitativen Interviews, die zeitlich im Frühjahr und Sommer 2012 durchgeführt wurden. Die Interviews dauerten im Schnitt zwischen 45 Minuten und einer Stunde, wobei dies vom Verlauf des jeweiligen Gesprächs abhing. An allen 10 Orten wurden je zwei Gruppendiskussionen mit jeweils vier bis elf Teilnehmern und Teilnehmerinnen geführt, welche in Summe Daten zu 20 Diskussionen ergeben.

Alle Personen füllten ergänzend den demografischen Kurzfragebogen inkl. Angaben zu ihrer Zufriedenheit und dem Glücksempfinden aus. Der längere Hauptfragebogen ist als online ausfüllbare Version auf der Homepage der MODUL Universität abrufbar. Der größere Teil der Stichprobe absolvierte den Langfragebogen jedoch in der Papierversion. Die Interviewteilnehmer und -teilnehmerinnen wurden im Anschluss gefragt, ob sie darüber hinaus auch an der Erhebung mittels Tagebuch oder einer Gruppendiskussion mitwirken würden. Die Tagebücher mussten über einen Zeitraum von einer Woche bearbeitet werden und forderten die regelmäßige Angabe von Aktivitäten, Aufenthaltsorten, anwesenden Personen und Stimmungen.

Bestandteile des Langfragebogens sind einerseits demografische Angaben und Rahmenbedingungen des Lebens (Einkommen, Ausbildung, ...), die sich mit den Fragen des Kurzfragebogens decken. Andererseits werden das Wohlbefinden betreffende Aspekte thematisiert. Dabei werden wohnortspezifische Aspekte (z. B. Verkehr, Kinderbetreuung, Lärm), Aussagen zum generellen Lebensgefühl (z. B. Ich bin vom Leben enttäuscht.), Flow- und Sinn-Gefühl, das Befinden beeinflussende Themen (z. B. Familienleben, Erschöpfung, Anerkennung), gesundheitliche Aspekte, Kraftquellen und Sorgen abgefragt. Darüber hinaus wurden Fragen zu Zufriedenheit und Glückserleben gestellt.

Die Interviews orientieren sich an einem groben Rahmen („interview guidelines“, vgl. Ponocny et al., 2015a), der eine Richtung vorgibt. Zuerst soll ganz allgemein ein biografischer Abriss der Lebenssituation mit Betonung der negativen und positiven

Stationen gegeben werden. Ergänzend werden subjektive Konsequenzen von Lebensumständen und die begleitenden, sowie überdauernden Emotionen betrachtet. Weiters wird u. a. auf soziale Vergleiche, Rückhalt bietende Ressourcen und Resilienz Aspekte, persönliche Konzepte zu Glück und Zufriedenheit, Zukunfts- und Veränderungsideen, sowie Verantwortung und Anerkennung eingegangen.

2.3.4 Schlussfolgerungen

Das Projekt (Ponocny et al., 2015a) stellt insgesamt eine enorme Menge und Vielfalt an Daten bereit. Zusätzlich zu den bereits erwähnten über 500 qualitativen Interviews liegen insgesamt noch Daten zu mehr als 1400 ausgefüllten Fragebögen und mehr als 300 Tagebüchern vor. Darüber hinaus beinhalten die Daten zu ca. 75 Personen die Informationen aus allen drei persönlichen Quellen (aus Fragebogen, Interview und Tagebuch). Weiters wurde von ca. 90 Teilnehmern und Teilnehmerinnen sowohl ein Tagebuch ausgefüllt, als auch der Fragebogen beantwortet.

Ponocny et al. (2015a) kamen zu dem Schluss, dass der von ihnen verfolgte „mixed-methods“-Ansatz einen vielversprechenden Zugang zur Erforschung subjektiven Wohlbefindens darstellt. Psychologisch orientierte Fragebogenitems können gut zwischen verschiedenen Lebensumfeldern unterscheiden, die Ergebnisse gewinnen jedoch an Wert, wenn diese durch beschreibende, offen gestaltete Rückmeldungen ergänzt werden. Beispielsweise verlieren gewisse routinemäßige Handlungen an Wert und werden häufig nicht erwähnt, wenn diese nicht wie z. B. anhand eines Tagebuchs festgehalten werden. Auch belastende Aspekte, die unter Umständen zur Gewohnheit geworden sind, werden oft nicht mehr bewusst wahrgenommen und damit nicht rückgemeldet, obwohl diese einen relevanten Einfluss auf den Grad an Wohlbefinden ausüben. Oder es werden Lebensumstände in Summe oder als Resümee der vergangenen Woche oder eines längeren Zeitraums viel weniger emotional belastend beschrieben. Die Aspekte eines punktuell sehr stressreichen Tages verlieren retrospektiv betrachtet an Bedeutung. Einzelne positive und negative Ereignisse können sich gegenseitig aufwiegen und so lediglich bei genauer Betrachtung und Nachfrage ans Licht kommen.

Inhaltlich zeigt sich in der Gegenüberstellung der Ratings zur Zufriedenheit und den Berichten der Probanden in den Interviews, dass ein Eindruck positiver Lebenszufriedenheit und Glück nicht notwendigerweise auf makellose Lebensumstände hindeutet. Vielfach resultieren auch aus objektiv betrachtet schlechten Lebensumständen nicht generell negative Bewertungen bzgl. Wohlbefinden.

Aktuelle Ergebnisse und Zusammenhänge verschiedener Variablen finden sich bei Ponocny et al. (2015a) und auf der Projekthomepage (MODUL University).

2.4 Entwicklung einer Gesamteinstufung – Typen subjektiven Wohlbefindens

Der Entwurf einer umfassenden Gesamteinstufung oder Kategorisierung von subjektivem Wohlbefinden ist eines der Ergebnisse aus den weiterführenden, detaillierten Untersuchungen zu den vorliegenden Daten von Ponocny et al. (2015a).

Studien zur Konstruktvalidität des subjektiven Wohlbefindens müssen sich mit der Thematik oder auch Problematik befassen, welche Informationen und Erkenntnisse wirklich aus „overall subjective self-ratings“ gezogen werden können (MODUL University). Individuelle Self-Ratings liefern subjektive, individuumsbezogene Informationen, beinhalten aber immer auch eine gewisse Beeinflussung durch die eigene, individuell unterschiedliche Auffassung der persönlichen Lebenssituation, die momentane Stimmung, sowie Adaptions- und Vergleichsprozesse bezogen auf unterschiedliche Bezugspunkte. Auch unterschiedliche begriffliche Auffassungen verschiedener Bezeichnungen können zwischen Personen bestehen. Trotz der gewissen Unschärfe und Verzerrung in den Selbsteinschätzungen betonen Ponocny et al. „[that] subjective ratings are the most immediate source of evidence since nobody can tell better about subjective well-being than the respondent himself or herself“ (2015a, S. 41).

2.4.1 Der Fehler bei klassischen Ratingskalen zu Zufriedenheit und Glück

Häufig in Studien genutzte Selbsteinschätzungen bezüglich Glück und Zufriedenheit auf beispielsweise einer Skala von 1 bis 10 können kaum als objektives Ergebnis gewertet werden. Es zeigt sich immer wieder, dass sich Personen generell eher auf der positiven Skalenseite verorten, folglich also eine schiefe Verteilung und weniger eine normalverteilungsähnliche Kurve daraus resultiert. Die starke Tendenz zu positiven Bewertungen kann durch verschiedene Effekte erklärt werden: Soziale Normen, soziale Erwünschtheit, die Unterdrückung negativer Emotionen, focusing bias, momentane Stimmung oder die Unterdrückung kognitiver Dissonanzzustände können einen Anhaltspunkt für die sehr hohen positiven Bewertungen geben (Ponocny et al., 2015a).

Gleichzeitig wird nicht die ganze Breite und Variabilität der Skala genutzt. Abgesehen davon fehlt generell ein Referenzpunkt, eine Verankerung der Skala. Wenn sich eine Person als „4“ auf der Zufriedenheitsskala einschätzt und eine andere Person für sich dieselbe subjektive Beurteilung abgibt, ist deswegen noch lange nicht klar, ob die beiden Personen dieselbe Zufriedenheit bei sich wahrnehmen. Ein Wert von „4“ kann für jeden etwas anderes bedeuten – das lässt sich schwer konkret festmachen. Darüber hinaus weisen Ponocny et al. (2015a) darauf hin, dass nicht nur die Probanden und Probandinnen selbst unterschiedliche Auffassungen eines numerischen Werts teilen, sondern auch die nachfolgende Interpretation der Ratings durch den Forscher/die Forscherin von der „tatsächlich“ beabsichtigten Bedeutung abweichenden kann.

Trotzdem werden diese generellen, sehr einfach umsetzbaren Self-Ratings häufig genutzt, und auch global interpretiert und als aussagekräftige Vergleichswerte eingesetzt. Berichtet wird beispielsweise, dass ein bestimmtes Land eine durchschnittliche Zufriedenheit von „4,5“ erreicht, während ein anderes mit „3,6“ deutlich höhere Zufriedenheitswerte verzeichnet. Was aber sagen all diese Werte tatsächlich aus? Kann die Zufriedenheit oder das Glücksempfinden anhand eines Werts ohne eine nähere Beschreibung fixiert werden? Es ist wohl kaum so, dass damit nicht ein tieferes Verständnis von subjektivem Wohlbefinden verloren geht.

Um die Rating-Skalen zur Zufriedenheit und zum Glück vergleichbarer und aussagekräftiger zu gestalten, nutzten Ponocny et al. (2015a) als „Anker“ zwei Situationsbeschreibungen fiktiver Personen (eine „perfekte Lebenssituation“ und eine „unbefriedigende Lebenssituation“), welche dann auf der Skala eingeschätzt werden mussten. Es zeigte sich, dass das Mittel der angegebenen Zufriedenheits- bzw. Glücksevaluationen sehr ähnlich ausfällt.

Menschen unterscheiden sich bezüglich Zufriedenheit, Glück und Lebensqualität. Folglich ziehen Ponocny et al. ihre Daten heran, um Typen subjektiven Wohlbefindens zu definieren, die ein breiteres Abbild der tatsächlichen Zufriedenheit innerhalb der Bevölkerung widerspiegeln. Ponocny et al. (2015a) zeigen, dass die selbst berichteten Einstufungen der Probanden und Probandinnen auf den Skalen zur Zufriedenheit und dem Glücksempfinden nicht unbedingt mit den Daten aus den Interviews übereinstimmen. Von vielen Personen liegen Daten aus mehreren Quellen vor, die somit zur näheren Untersuchung herangezogen werden können. In mehreren Schritten wurden die Interviews detailliert analysiert und beschrieben. Dabei wurden diverse Aspekte, relevante Ereignisse, interpersonelle Eigenschaften, Lebensbedingungen und Stimmungsbeschreibungen extrahiert und systematisch geordnet.

In mehreren Versuchen und durch laufende Überarbeitung wurde ein Gesamteinstufungsverfahren entwickelt, anhand dessen eine Klassifizierung oder Einteilung der interviewten Personen zu einem der verschiedenen Wohlbefindentypen möglich wurde. In mehreren Anpassungen wurden die Kategorien oder Typen für die Zuteilung immer weiter verfeinert und konkretisiert. Bei dem vorliegenden Kategorisierungsschema handelt es sich um die dritte Version.

Wie Ponocny, Weismayer, Stross und Dressler (2015b) zeigen, lassen die Typenzuordnungen der Interviews erkennen, dass diese nicht immer mit den von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen angegebenen Werten zu Glück und Zufriedenheit übereinstimmen. Oft zeigt sich in den Interviews ein ganz anderes Bild der Person, das aufgrund der Ratings auf den Skalen nicht zu erwarten gewesen wäre und somit wenig stimmig ausfällt. „The results show that many persons report substantial restrictions to their hedonic experience in spite of high or even very high ratings, and that the narrated

well-being evaluation is much more critical than the self-rating“ (Ponocny et al., 2015b, S. 1). Eine unüberlegte Beurteilung der hohen Selbsteinschätzungen als Indikatoren für Glück und Zufriedenheit ignoriert somit systematisch negative Aspekte des Lebens.

Warum diese Unterschiede entstehen, kann daran liegen, dass die Selbsteinschätzungen keinen Rahmen oder objektiven Bezugspunkt aufweisen. Auch kann ein tendenzielles „Sich-besser-Darzustellen“ bewusst, wie auch unbewusst einen Effekt auf die Höhe des angegebenen Werts haben. Darüber hinaus kann es Personen geben, die sich trotz deutlich negativer Lebenssituationen selbst wenig unzufrieden erleben oder aber auch ihre Unzufriedenheit nicht explizit bewusst machen und kein „wahres Urteil“ abgeben wollen. Jedenfalls wird deutlich, dass eine rein numerische Erfassung des Wohlbefindens als fehlerhaft und unzureichend angesehen und bestenfalls ergänzend eingesetzt werden sollte.

2.4.2 Typen subjektiven Wohlbefindens

Ponocny et al. (2015b) definieren 11 verschiedene Typen des subjektiven Wohlbefindens, die sich grob in drei Bereiche untergliedern lassen: Die *„eher positiv dominierten“*, die *„positiv und negativ eher ausgeglichenen“* und die *„eher negativ dominierten“* Typen oder Kategorien. Während im ersten und im dritten Bereich die Abfolge der aufgelisteten Typen einen Verlauf oder Übergang von positiv zu negativ darstellt, beschreibt der mittlere Bereich drei Typen, die eher als nebeneinander stehend gesehen werden können. Diese sind nicht unbedingt direkt auf dem Kontinuum zwischen positiven und negativen Typen einzuordnen, sondern unterscheiden sich in qualitativer Weise und sind nicht in sich abgestuft.

Die Autoren definieren Lebensbereiche, die in auffallender Weise mit Wohlbefinden in Zusammenhang stehen. Als die *„zentralen Bereiche“* werden in diesem Zusammenhang wichtige und einflussnehmende Bereiche im zwischenmenschlichen Leben bezeichnet. Diese wirken auf das subjektive Wohlbefinden beziehungsweise können dieses in relevanter Weise beeinflussen. Diesbezügliche Beispiele sind unter anderem die Familie, Sozialkontakte, Beruf/Ausbildung, Freizeit, Selbstverwirklichung, Zeitverwendung,

Selbstwert, Gesundheit, Geld, Religion, (soziale und örtliche) Umgebung, Wetter. Belastungen müssen aber nicht immer zentrale Bereiche betreffen, so können diese auch regelmäßig wiederkehren, aber weniger Wichtigkeit bezüglich Wohlbefinden mit sich bringen und auf den einzelnen Moment beschränkt bleiben.

Positive Umstände können authentisch positiv berichtet werden oder in den Interviews als (teilweise) ungestützt stehenbleiben. Positive Ressourcen und Rückhalt müssen nicht notwendigerweise aus den zentralen Bereichen stammen.

Im Folgenden sollen die Kategorien oder Typen subjektiven Wohlbefindens nach Ponocny et al. (2015b) angeführt und näher beschrieben werden:

Eher positiv dominiert:

- **(1) unbeschwertes Glück:** die Person genießt ihr Leben, lebt in Einklang mit sich selbst, vermittelt authentische Freude; marginale Belastungen (wenn überhaupt vorhanden) und authentisches, nachvollziehbares Coping
- **(2) authentisches Glück mit Einschränkungen:** wie 1, aber mit wiederkehrender negativer Emotion (Ärger, Verstimmung, Sorgen, usw.) in nicht zentralem Bereich, Negatives bleibt auf den Moment beschränkt; heitere oder glückliche Grundstimmung
- **(3) resilientes Glück:** wie 2, aber mit Einschränkung in zentralem Bereich (begrenzt durch Coping bzw. andere Ressourcen), selbstbewusste Problembegegnung
- **(4) authentisches Glück mit Einschränkung in zentralem Bereich:** wie 3, aber mit stärkeren negativen Auswirkungen

Positiv und negativ eher ausgeglichen:

- **(5) intensiv, ambivalent:** starke positive, aber auch stärker negative Emotionen („himmelhoch jauchzend – betrübt“)

- **(6) balanciert, etwas resignativ, „so lala“:** gedämpfte, positive und negative Emotionen, Stimmung wird als „neutral/normal“, „nicht gut – nicht schlecht“ bezeichnet, (resignativ) mit dem Leben abgefunden, Emotionsabwehr (Normalisierungen)
- **(7) flach, indifferent, verschlossen:** weder positive, noch negative Emotionen werden offen geäußert

Eher negativ dominiert:

- **(8) haltlos, unauthentisch, unerfüllt:** gewisse Unzufriedenheit (die evtl. nicht bewusst ist), Belastungen werden heruntergespielt, Emotionsabwehr, (Rechtfertigen, Normalisieren, Richten der negativen Emotionen nach außen), perspektivenlos, unerfüllt, Fehlen von Alternativen, Langeweile, kein explizites Leiden (Leben „nicht schlimm, aber nervend, anöndend“)
- **(9) disharmonisch, getrübt, belastet oder gehetzt, aber mit Rückhalt:** Probleme (auch in zentralem Bereich) mit Auswirkung auf (gesamte) Stimmung; Unzufriedenheit, Belastung, Zeitmangel, Stress, Überforderung Schlafstörungen, Gereiztheit; regelmäßig negative Emotionen (Verstimmung, Angst, unerfüllte Bedürfnisse, Streit, Einsamkeit, mangelndes Selbstwertgefühl, usw.); evtl. einer Veränderung hinterherlaufend; Problemzentriertheit; Leben hat aber auch positive Seiten (Ressourcen vorhanden)
- **(10) wie 9, aber ohne Rückhalt durch authentische positive Ressourcen:** noch nicht eindeutig depressive Grundstimmung, resignativ, zynisch, Leben erscheint als Belastung, wenig Zukunftsfreude
- **(11) depressiv, überschattet, dominant belastet:** negative Grundstimmung, depressive Symptome, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit, Unzufriedenheit, Fehlen positiver Erwartungen

Inhaltlich entstammen die Typen den Interviews der von Ponocny et al. (2015a) durchgeführten Studie. Durch deren Systematisierung ist das beschriebene Kategoriensystem entstanden. Damit basiert die Typologie auf empirischen Daten und hat einen hohen Grad an inhaltlicher Validität.

3 Methodische Alternativen

Der Forschungszugang von Ponocny et al. (2015a) erscheint aufgrund der Methodenvielfalt und der somit inhaltlich wertvollen, umfassenden Daten sehr vielversprechend und erkenntnisreich. Trotz der Möglichkeit eines tiefen Verständnisses für das Erleben einzelner Personen durch (unter anderem) explorative Interviews, erscheint das Vorgehen doch auch sehr zeitintensiv und unökonomisch. Eine regelmäßige nationale Erfassung subjektiven Wohlbefindens auf solch umfangreiche Art war jedoch auch in keiner Weise intendiert, denn es handelt sich um eine wissenschaftliche Studie zur Gewinnung und Analyse umfangreicher Daten.

Für die Anwendung in einer breit angelegten Erhebung von zum Beispiel nationalen Zufriedenheitswerten und Typisierungen bedarf es ökonomischerer Instrumente. Nachfolgend sollen die Möglichkeiten eines alternativen Untersuchungsansatzes betrachtet werden.

3.1 Qualitative und quantitative Methoden

Bei sozialwissenschaftlich-psychologischen Forschungsmethoden wird generell zwischen zwei gegensätzlichen Forschungszugängen unterschieden. Häufig bezeichnen sich Forscher und Forscherinnen als einer der beiden Disziplinen zugehörig und wenden dementsprechend das dort jeweils vorhandene Methodenrepertoire an. Eine Gegenüberstellung qualitativer und quantitativer Forschung geben Bortz und Döring (2006): Unterschiede liegen nicht nur im verwendeten Datenmaterial, das sich auf qualitativer Ebene eher verbal, auf quantitativer numerisch darstellt, sondern auch

in den Methoden, im Gegenstand und Wissenschaftsverständnis. Die beiden Forschungszugänge weisen jeweils Vorteile, aber auch Nachteile in der Anwendung und dem gewonnenen inhaltlichen Nutzen auf.

Während in der quantitativen Forschung Messungen und statistische Kennwerte dominieren, zeichnet sich der qualitative Zugang durch Verbalisierungen und deren interpretative Auswertung aus. Streng standardisierte, kontrollierte Erhebungen stehen somit offeneren, breiter angelegten Untersuchungen gegenüber, welche bei z. B. offenen Befragungen große Datenmengen an detailreichen, aber auch sehr individuellen Informationen liefern. Diese wiederum sind in der Durchführung wesentlich aufwändiger, beanspruchen teilweise mehr Zeit der Versuchsperson und erfordern personelle Ressourcen. Weiters sind Fragebogenerhebungen anonymer, was manchen Untersuchungsteilnehmern entgegen kommt.

Quantitative Verfahren weisen zumeist eine psychometrische Fundierung auf und können bezüglich der klassischen Gütekriterien überprüft werden. Sie sind objektiver, erfassen und messen Merkmale zum Zweck der Vergleichbarkeit mit einer Normgruppe. Das wiederum reduziert die Individuumsbezogenheit bei der Erhebung, welcher bei der qualitativen Forschung durch das klare Ziel der Vielfalt und Offenheit im Herangehen und im Prozess der Datengewinnung vermehrt Aufmerksamkeit geschenkt wird.

Häufig werden diese beiden Forschungszugänge als sehr gegensätzlich beschrieben, Tabelle 1 beschreibt die Gegensatzpaare der Extrempositionen auf dem Kontinuum zwischen quantitativ und qualitativ. Bortz und Döring (2006) betonen, diese nicht als dichotome Merkmale zu behandeln, sondern als kontinuierliche Dimensionen aufzufassen. Immer wieder wird auch der Einsatz einer Kombination der Ansätze versucht, um die Vorteile beider Verfahren zu nutzen, oder auf der anderen Seite die jeweils bestehenden Defizite oder Nachteile zu umgehen.

Tabelle 1. Extrempositionen in der Gegenüberstellung quantitativer und qualitativer Methoden (Bortz & Döring, 2006, S. 299).

Quantitativ	Qualitativ
nomothetisch	idiographisch
naturwissenschaftlich	geisteswissenschaftlich
Labor	Feld
deduktiv	induktiv
partikulär	holistisch
explanativ	explorativ
ahistorisch	historisch
erklären	verstehen
„harte“ Methoden	„weiche“ Methoden
messen	beschreiben
Stichprobe	Einzelfall
Verhalten	Erleben

3.2 Die Q-Methode

Die Q-Methodik stellt eine mögliche alternative Herangehensweise in der Erforschung von Lebenszufriedenheit und subjektivem Wohlbefinden dar. Sie bietet neue Möglichkeiten und einen teilweise anderen Blickwinkel auf die Erhebung subjektiver Daten. Standardisierter als in der qualitativen Forschung, wo mittels Interviews erhoben wird, aber weniger reduzierend als reine Ratingverfahren zum Zufriedenheitserleben, stellt sich das Q-Sort-Verfahren dar. Im Folgenden soll näher auf diese Methode eingegangen sowie Möglichkeiten und Anwendungen näher erläutert werden.

3.2.1 Die Idee der Q-Methode

Ein Ziel der Q-Methodik ist es, Probanden die Möglichkeit zu eröffnen, ihre Meinungen zu einem Thema kundzutun, ohne dass dieses durch Hypothesen vorgeformt und zerpflückt wurde (Dziopa & Ahern, 2011). Menschen sind grundsätzlich fähig, über ihre Gefühle und inneren Zustände zu reflektieren und diese Dinge selbst zu berichten. Es besteht keine Notwendigkeit für Forscher und Forscherinnen, immer schon Vorannahmen, a priori normative Standards über Theorien und Forschungsbereiche festzulegen, um diese durch Erhebungen lediglich zu bestätigen, anstatt offen zu sein für all das, was von den Untersuchungsobjekten, also den eigentlich im Mittelpunkt des

Forschungsinteresses stehenden Individuen selbst kommt (Wolf, 2013). Es sollte nicht darauf verzichtet werden, was diese an ungeahnter Vielfalt zur Erkenntnis beitragen können, so wie das beispielsweise auch bei offenen Interviews gewinnbringend genutzt wird (vgl. Studie zu Lebensqualität und subjektivem Wohlbefinden, Ponocny, Weismayer, Dressler & Stross, 2012).

Obwohl die Q-Methodik in verschiedensten Themenbereichen erfolgreich Anwendung findet, ist sie in der deutschsprachigen psychologisch-sozialwissenschaftlichen Forschung bislang wenig verbreitet. In einer der wenigen Einführungen, die deutschsprachig publiziert wurden, beschreiben Müller und Kals (2004) das Verfahren „als Forschungszugang an der Schnittstelle zwischen qualitativen und quantitativen Methoden“. Es wird speziell bei der Erhebung von Meinungsbildern, Einstellungen und Wertorientierungen aus subjektiver Sicht genutzt.

Das „Messen“ von Merkmalen und Variablen, insbesondere das Erfassen und Messbarmachen des Subjektiven, des persönlichen Meinungsbildes, ist das Ziel in der Q-Methodik. Die Betrachtung des Einzelnen und der Vielfalt individueller Meinungen und Anschauungen ist häufig Gegenstand des qualitativen Forschungsansatzes. Auf den ersten Blick erscheint die Messbarkeit des Subjektiven aus qualitativer Forschersicht, wo häufig auf Quantifizierbarkeit verzichtet wird, mit dieser nicht vereinbar (Müller & Kals, 2004).

Ein eigenes Journal (siehe <http://www.operantsubjectivity.org/>) beschäftigt sich theoretisch und praktisch mit Subjektivität und Q-basierter Forschung. „*Operant Subjectivity*“ ist das „International Journal of Q Methodology“ und damit das offizielle Journal der International Society for the Scientific Study of Subjectivity (ISSSS).

Die Idee eines neuen, andersartigen Verfahrens, das heute als „Q-Methode“ bezeichnet wird, wurde erstmals von Stephenson im Jahr 1935 in seinem Artikel „Correlating Persons instead of Tests“ erwähnt und beschrieben. Darin beschreibt er einen Ansatz, der im Gegensatz zu gängigen Forschungsmethoden steht. Nicht die vergleichende Betrachtung von Tests oder Merkmalen, sondern der Vergleich von Personen mit ihren

individuellen Konfiguration von Merkmalen oder Items (z. B. Meinungsbildern) soll im Fokus der Untersuchungen stehen (Stephenson, 1935).

Mit dem Ziel der Typenbildung werden in der Q-Methode Personen miteinander verglichen, wobei der Vergleich typischer Einstellungen im Vordergrund steht und es sich nicht um die repräsentative Erfassung von Typen handelt (Müller & Kals, 2004). Üblicherweise wird nicht von festen, vorher definierten Kategorien ausgegangen, stattdessen ergeben sich die Meinungsbilder durch die individuellen Angaben der Personen im Rahmen einer sehr offen gestalteten Erhebungssituation, die den Befragten die Freiheit lässt, ihre subjektive Sicht darzustellen. Der selbstreferenzielle Charakter spiegelt sich in den Q-Sortings der Probanden und Probandinnen wider (Stephenson, 1993).

Müller und Kals (2004) beschreiben den Unterschied dieses Zugangs im Gegensatz zur vorherrschenden, traditionellen R-Methodik anhand eines Beispiels zur politischen Einstellung: Bei der R-Methodik wird nicht angenommen, dass ein Konzept politischer Einstellung („links vs. rechts“) eine von vornherein bestehende externe Bedeutung unabhängig von der Selbsteinschätzung der Befragten hat. Ausgehend von dieser Bipolarität könnte man Personen auf einem Kontinuum einer (testtheoretisch entsprechenden) Skala sich selbst einschätzen lassen. Diese Einschätzungen würden jedoch nur einseitig auf Basis der vorhandenen Skala interpretiert werden und somit ein eingeschränktes und unvollständiges Bild ergeben. In der Q-Methodik ist das Ziel jedoch gerade jenes, dieses eigene, individuelle Meinungsbild sichtbar zu machen. Der Fokus liegt in der „Subjektivität“.

Es handelt sich um ein Verfahren zur explorativen Bildung von Personentypen, wobei der explorative Charakter bei der Untersuchung betont wird (Müller & Kals, 2004) und eine Prüfung von Hypothesen nicht intendiert ist (Watts & Stenner, 2005).

3.2.2 Die Verortung von Q auf dem Kontinuum zwischen Quantitativ und Qualitativ

Das Kontinuum zwischen verschiedenen Aspekten der qualitativen und quantitativen Forschung stellen Ramlo und Newman (2011) in Tabelle 2 dar und positionieren die Q-Methodologie als „mixed research methodology“ zwischen den beiden Polen. Einzig

auf der Ebene des Forschungsziels siedeln die Autoren die Methode weiter rechts, auf qualitativer Seite an, da diese darauf abzielt, Subjektivität zu messen.

Tabelle 2. Multidimensionales Kontinuum der Eigenschaften von Forschungsprojekten und die Positionierung der Q-Methodologie bzgl. dieser ausgewählten Aspekte (nach Ramlo & Newman, 2011, S.181/183).

Quantitative Extreme (Post-Positivist)	Mixed/Other	Qualitative Extreme (Constructivist)
		
objective purpose	Q	subjective purpose
explanatory	Q	exploratory
numeric data	Q	narrative data
structured/close-ended	Q	open-ended
statistical analysis	Q	thematical analysis
probability sample	Q (sample is items)	purposive sample
deductive inference	Q (uses abductive reasoning)	inductive inference
value neutral	Q	value rich

Die Q-Methode „is a technique incorporating the benefits of both qualitative and quantitative research“ (Dziopa & Ahern, 2011, S. 39). Stenner (2011) gebraucht in diesem Zusammenhang den Begriff „qualiquantology“. Damit seien die hybriden Qualitäten der Q-Methode angesprochen. Er betont weiters, dass lediglich qualitative Dimensionen zu quantitativen Studien hinzuzufügen und umgekehrt, dieser Bezeichnung nicht gerecht werden (Stenner & Stainton Rogers, 2004, zit. n. Stenner, 2011, S. 193). Quantitative Variablen variieren üblicherweise quantitativ (z. B. Temperatur) und erscheinen gleichzeitig qualitativ konstant. Ergebnisse weisen Artefakte auf, wenn es sich bei den Variablen tatsächlich aber auch um qualitative Variationen handelt. Während davon ausgegangen wird, dass (quantitative) Abstufungen eines Aspekts gemessen werden, werden eigentlich verschiedene Dinge oder unterschiedliche Aspekte erhoben. Viele psychologische Variablen sind jedoch nicht direkt beobachtbar und dementsprechend schwer messbar, weswegen faktorenanalytische Lösungen herangezogen werden. In der Idee von Stephenson's Q-Methode wird nun weniger versucht, qualitative Variationen in der Erhebung zu unterbinden, stattdessen liegt der Fokus in der Maximierung dieser und damit der Möglichkeit, subjektive Variationen zwischen den Individuen zu erheben. Die Probanden und Probandinnen agieren aktiv

und haben den Auftrag, explizit selbstreferenziell ihre Sichtweise darzustellen (Stenner, 2011).

3.2.3 Was bezeichnen die Begriffe „R“- und „Q“-Technik?

Das Q-Sort-Verfahren stellt als Erhebungsverfahren eine eigene Forschungsmethode dar, wobei diese auf Basis von Q-Korrelationen und deren faktorenanalytischer Betrachtung Interpretationen zulassen (Minsel & Heinz, 1983). Bei Faktorenanalysen werden nach dem Kovarianzschema Cattells (1966a, zit. n. Bortz & Schuster, 2010, S. 431) die „O-, P-, Q-, R-, S- bzw. T-Technik“ unterschieden, wobei nach der Art der Korrelationsmatrix unterteilt wird. Die Dimensionen bezeichnen die Variablen, Versuchspersonen und Zeitpunkte/Situationen, wodurch sich verschiedene Datenebenen ergeben (Häcker, 2015). Bei der zumeist in Lehrbüchern beschriebenen und hauptsächlich in der Anwendung vertretenen Faktorenanalyse handelt es sich um die R-Technik, wobei unter konstantem Zeitpunkt eine Anzahl an Merkmalen über die Versuchspersonen korreliert wird. Wenn hingegen eine gewisse Zahl an Versuchspersonen über die Tests oder Merkmale (bei Q-Sort: die Statements) korreliert wird, ist die Q-Technik gemeint. Die erstgenannte Faktorenanalyse ergibt Merkmals-Faktoren, letztere führt zur Interpretation von Personen(Typen)-Faktoren (Bortz & Schuster, 2010; Mikula, 2015). Eine Datenmatrix aus n Personen und N Merkmalen führt in der R-Technik zu einer $N \times N$ Korrelationsmatrix, während die transponierte Datenmatrix bei Q die Korrelation der n Personen ($n \times n$ Matrix), welche dann faktorisiert werden, ergibt (Brown, 1980). Nach Mikula (2015) sind R- und Q-Technik somit wechselseitig aufeinander bezogen.

Die „person-by-person correlation matrix“ zeigt den Grad der Zustimmung bzw. Ablehnung zwischen den Q-Sets zweier beliebiger Personen. Ein Faktor in der Q-Methodologie beschreibt eine Gruppe an Probanden, deren Gemeinsamkeit eine ähnliche Perspektive oder Ansicht zum besagten Thema ist (Watts & Stenner, 2012). Jeder daraus resultierende Faktor repräsentiert nach van Exel und de Graaf (2005) „a group of individual points of view that are highly correlated with each other and uncorrelated with others“ (S. 9). Darüber hinaus können theoretisch sogenannte „factor

arrays“ für jeden Faktor konstruiert werden, welche ein „best-fit Q-Sort“ einer theoretischen Person, die optimal zu diesem Faktor passt, darstellt.

3.2.4 Begriffe der Q-Methode oder Q-Sort-Technik

Die Q-Sort-Technik (oder *Q-Sort*) ist ein Kartensortierverfahren, bei dem den Probanden Kärtchen mit aufgedruckten Aussagen oder Statements – auch einzelne Wörter oder Bilder sind möglich – vorgelegt werden. Diese Items (die Kärtchen) sollen entlang einer Ordnungsskala mit vorgegebenen Kategorien verteilt werden. Diese geben an, wie sehr die Aussagen als persönlich passend beschrieben werden und bilden (zumeist) eine Skala von „überhaupt nicht zutreffend“ bis „sehr zutreffend“ (van Exel & de Graaf, 2005). Es handelt sich bei Q-Sort daher auch um ein Rangordnungsverfahren (Seiwald, 2003). Wesentlich ist, dass die Aussagen durch diese Vorgabe in Relation zueinander sortiert werden. Während der Bearbeitung können sich die Probanden und Probandinnen jederzeit „neu entscheiden“ und die Kärtchen wiederholt umsortieren, also ersetzen, durch andere ergänzen oder wieder entfernen. Eine zeitliche Beschränkung gibt es dabei nicht, denn die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sollen die Möglichkeit haben, sich intensiv mit dem Kartenset auseinanderzusetzen. Wie dies genau zu erfolgen hat, klärt die vorausgehende Instruktion zu Beginn des Verfahrens.

Als *Q-Sample* oder *Q-Set* werden alle den Probanden und Probandinnen zur Verfügung stehende Kärtchen bezeichnet. Das *P-Set* definiert die teilnehmenden Personen in der Q-Sort-Untersuchung. Wie Brown (1980) hervorhebt, tragen in der Q-Technik die Subjekte (die Personen) den Status der Variablen, das „sample“ bezieht sich auf das Set an Items (die Statements).

Die durch das Sortieren individuell entstehenden Itemkonfigurationen (*Q-Sorts*) bilden jeweils ein Gesamtbild oder Muster der einzelnen Personen. Diese Q-Sorts werden folglich zur Auffindung von ähnlichen, zusammengehörigen Typen verglichen und korreliert (Müller & Kals, 2004; Brown, 1980).

3.2.5 Das Q-Sample oder Q-Set – Auswahl und Generierung der Statements und Aussagen

Nach Minsel und Heinz (1983) werden die Items theoriegeleitet und für die individuelle Thematik entwickelt. Viel variabler und mit größerem Spielraum beschreiben andere Autoren die Möglichkeiten der Itemgewinnung. Je nach Erkenntnisstand der Forscher und Forscherinnen stellt sich die Entwicklung und Auswahl der Statements für das Q-Sample unterschiedlich dar. Q-Sets müssen nicht theoriegeleitet entstehen und können aus jeder möglichen Art von Quelle stammen, wobei z. B. populäre und akademische Literatur, formale oder informelle Interviews oder Studien einbezogen werden (Watts & Stenner, 2005). Generell können drei Arten der Itemgenerierung unterschieden werden (Müller & Kals, 2004):

- Bei *Naturalistic Q-Samples* basiert die Statementauswahl auf mündlichen und schriftlichen Quellen, die dem Alltagskontext entstammen. Interviews, Diskussionen, Tagebucheinträge oder gängige Alltagsmeinungen oder Beobachtungen können einbezogen werden (Brown, 1993, zit. n. Müller & Kals, 2004). Darüber hinaus können neben selbstreferenziellen auch sekundäre Quellen, wie Werbung, Fernsehen, etc. zum Einsatz kommen. Naturalistic Q-Samples eignen sich besonders für erste explorative Forschungsansätze in einem Themengebiet und haben den Vorteil einer hohen Alltagsrelevanz.
- *Ready-made Q-Samples* (oder auch „quasi-naturalistic Q-Samples“) stammen nicht direkt aus dem Befragungskontext der Zielgruppe, sondern basieren auf empirischen Untersuchungen und bereits bestehenden Konzepten, die dem Untersuchungsbereich entsprechen.
- Eine Kombination von naturalistic und ready-made Q-Samples kann als *hybrid-type* bezeichnet werden.
- Wenn *standardisierte Q-Samples* zum Einsatz kommen, werden standardisierte Verfahren, wie beispielsweise Persönlichkeitstests oder andere bereits vorhandene Skalen verwendet.

Bezüglich der grundsätzlich vordefinierten Struktur des Q-Samples kann zwischen zwei Designs unterschieden werden. Bei *unstrukturierten Q-Samples* werden Aussagen zu einem Untersuchungsbereich frei gewählt, ohne dass diese Auswahl einer speziellen

Systematik folgt und ohne Repräsentativität der gewonnenen Items für den Forschungsgegenstand zu fordern. Die Möglichkeit einer lediglich einseitigen Itemauswahl, die einen oder mehrere Aspekte des interessierenden Themas betont, ist damit gegeben. Um diesem Problem zu begegnen, können *strukturierte Q-Samples* gebildet werden, bei denen ein systematischeres Vorgehen zu einer breiteren Itemauswahl beitragen soll. Es können zum Beispiel alle theoretisch relevanten Kategorien, die eine Forschungsfrage betreffen, mit einer einheitlichen Anzahl an Aussagen und Statements belegt werden (Dziopa & Ahern, 2011; Müller & Kals, 2004). So entsteht ein breitgefächertes Bild des Forschungsthemas, das allen Probanden und Probandinnen die Möglichkeit bietet, sich mittels der Statements darzustellen. Unabhängig von der Forschungsfrage und der verwendeten Struktur „the Q-Set must always be broadly representative of the opinion domain at issue“ (Watts & Stenner, 2005, S. 75) und gleichermaßen entscheidend ist „to choose items widely different from one another“ (Brown, 1980, S. 189).

3.2.6 Ordnungsverfahren bzw. Sortier-Instruktion

Ein wesentlicher Grundgedanke der Q-Sort Technik ist, dass Items nicht unabhängig voneinander interpretiert werden und die Probanden die Aussagen in ihrer Gesamtheit und in Relation zu einander bearbeiten, indem sie diese den vorgegebenen Kategorien zuordnen. Eine zusammenhängende Betrachtung der Aussagen ist damit unumgänglich (Dziopa & Ahern, 2011; Müller & Kals, 2004). Die individuelle Kärtchenstruktur bildet die persönliche Einstellung zum Thema ab, wobei es sich um ipsative Daten handelt und so jede Person bei der Bearbeitung laufend auf ihre intraindividuellen Meinungskonzepte Bezug nimmt (Minsel & Heinz, 1983; Müller & Kals, 2004). Somit treten die Subjektivität und der persönliche Standpunkt in den Vordergrund.

Im Allgemeinen kann bei der Sortier-Instruktion zwischen einem *erzwungenen (forced Q-Sort)* und einem *offenen (unforced Q-Sort) Verteilungsverfahren* unterschieden werden. Erzwungene Verteilungen zeichnen sich durch eine fixe, begrenzte Vorgabe der Anzahl (Häufigkeit) an Kärtchen pro Zuordnungskategorie (oder Ratingposition) aus. So werden z. B. normalverteilungsähnliche Anordnungen „erzwungen“ (vgl. Abbildung 3). Bei offenen Verteilungen ist die Zuteilung der Kärtchen zu den Kategorien nicht

beschränkt und die Entscheidung bleibt den Probanden und Probandinnen überlassen. Gleichmaßen müssen bei beiden Verfahren üblicherweise nicht alle Kärtchen von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen in ihre Endbilder der Sortierungen einbezogen werden, je nach Instruktion kann aber auch ein vollständiges Zuordnen aller Items beabsichtigt sein (Müller & Kals, 2004).

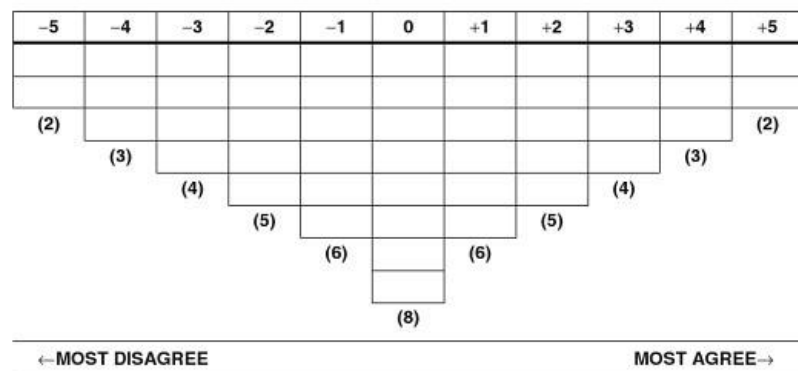


Abbildung 3. Beispiel für ein Q-Sort mit einer forced-choice Häufigkeitsverteilung, bei der 48 Kärtchen (das Q-Sample) auf alle vorgegebenen Kategorien verteilt werden müssen. Dadurch entsteht eine „Quasi-Normalverteilung“ der Ratings (Watts & Stenner, 2012, S. 17).

3.2.7 Stichprobenumfang

In der Q-Technik werden, wie Stephenson (1935) beschreibt, anders als in klassischen Faktorenanalysen die Personen korreliert und nicht die Tests (Variablen oder Merkmale). Während bei früheren Untersuchungen „a large number of people were given a small number of tests, now we give a small number of people a large number of tests or test-items“ (Stephenson, 1935, S. 18). Große Stichproben sind nicht nötig, da das Ziel verfolgt wird, Einsicht in die wesentlichen Meinungsbilder einer Teilgruppe an Personen zu erlangen (Watts & Stenner, 2005). In der Literatur besteht dabei wenig Einigkeit darüber, welche Zahl an Teilnehmern tatsächlich zu effektiven Ergebnissen und gleichzeitig einer breiten Vielfalt an Meinungsbildern führt. Thompson, Frankiewicz und Ward (1983) schlagen eine Formel zur Berechnung der optimalen Stichprobengröße vor, bei der rund die Hälfte der Anzahl an Aussagen die Personenzahl ergibt [= (Aussagenanzahl im Q-Sample/2)-1].

Watts und Stenner (2005) dagegen betrachten die Situation der konventionellen Faktorenanalyse als äquivalent zu jener der Korrelation von Personenmustern und so müssten doppelt so viele Items wie Teilnehmer und Teilnehmerinnen existieren. Für

Publikationszwecke empfehlen sie jedoch ein Verhältnis von 1:1 zwischen Personen und Aussagen (Items), wobei auch mit einer wesentlich geringeren Anzahl an Personen signifikante Ergebnisse erzielt werden können.

Eine effektive Herangehensweise, die die Breite und Variabilität der Meinungen abbildet, stellt nach Stainton Rogers (zit. n. Watts & Stenner, 2005, S. 79) eine generelle Teilnehmerzahl von 40 bis 60 Personen dar. Auch Müller und Kals (2004) betonen, dass gewöhnlich mit kleinen Stichprobengrößen gearbeitet wird (10 bis 50 Personen) und Repräsentativität nicht vordergründig verfolgt wird.

3.2.8 Itemanzahl

Dziopa und Ahern (2011) beschreiben eine große Schwankungsbreite an Items (Statements, Aussagen) in den von ihnen analysierten Q-Sort-Berichten, sehr unterschiedlich werden in den Studien Angaben von 20 bis zu 140 Items als sinnvoll erwähnt. Diese hohe Anzahl würde den Versuchspersonen aber durchschnittlich zwei Stunden Bearbeitungszeit abverlangen, weswegen sich die Autoren generell für ein möglichst klein gehaltenes Q-Sample aussprechen. Generell halten Watts und Stenner (2005) ein Ausmaß von 40 bis 80 Statements für zufriedenstellend.

3.2.9. Vorteile und Nachteile des Q-Sort Verfahrens

Ein wesentlicher Vorteil des Q-Sort-Verfahrens liegt in der breiten Anwendbarkeit auf verschiedenste Themenbereiche. Unter anderem beschreiben van Exel und de Graaf (2005) oder Müller und Kals (2004) in mehreren Beispielen die große Bandbreite an Kontexten.

Vorteile des Q-Sort-Verfahrens liegen nach Seiwald (2003) in der differenzierten Auseinandersetzung der Probanden mit dem Testmaterial und so werden die Items nicht unabhängig voneinander, sondern in einem wechselseitigen Zusammenhang interpretiert. Darüber hinaus kommt es durch den Vorgabemodus zu einer Vermeidung verschiedener Antworttendenzen, wie diese bei gängigen Fragebögen zur Persönlichkeitserfassung regelmäßig als Problem erkannt werden.

Für die Testpersonen ergeben sich dahingehend Vorteile, da diese ihre Urteile und Entscheidungen korrigieren können und ein In-Beziehung-Setzen der Items durch das

verwendete Testmaterial erleichtert wird. Insgesamt wird dadurch ein höherer Informationsgehalt erzielt und eine differenzierte Persönlichkeitsbeschreibung ermöglicht (Raab-Steiner, 2000).

Das Hantieren mit den Kärtchen weist darüber hinaus auch eine haptische Komponente auf und zeigt im Vergleich zu klassischen Ratingverfahren einen erhöhten Aufforderungscharakter. Weiters könnte die von den Probanden geforderte Aktivität bei der Verteilung der Kärtchen zu einer intensiveren und bewussteren Auseinandersetzung mit den Inhalten des Testmaterials führen – im Vergleich zu einer eher passiven Auseinandersetzung bei klassischen Fragebögen oder Ratingskalen, die ein chronologisches Durcharbeiten der Items durch ihre Struktur mitbedingen.

Die Durchführung eines Q-Sort-Verfahrens ist zeitlich eher aufwändig, was jedoch weitgehend von der Anzahl an verwendeten Statements, also der Kärtchenanzahl, abhängt. Beim Kriterium der Zumutbarkeit ist die Dauer eines Verfahrens ein wesentlicher Aspekt. Aus administrativen und ökonomischen Gründen könnte eine computerisierte Vorgabe der persönlichen vorgezogen werden. In zwei Validierungsstudien von Reber, Kaufman und Cropp (2000, zit. n. van Exel & de Graaf, 2005, S. 7) zeichneten sich keine offensichtlichen Differenzen zwischen computer- und interview-basierten Q-Sorts ab. Jedoch erscheint aufgrund der Komplexität und Unbekanntheit des Q-Sorting-Prozesses ein „face-to-face“ Interview-Setting geeigneter (van Exel & de Graaf, 2005).

Nachteile ergeben sich, so wie bei fast allen zur Erfassung von persönlichkeitsbezogenen Eigenschaften eingesetzten Verfahren, auch beim Q-Sort-Verfahren in der Möglichkeit der bewussten und systematischen Verfälschung durch die Testperson. Beabsichtigt falsche Angaben zu machen, kann sich unter anderem aus dem Anliegen ergeben, in eine sozial erwünschte Richtung zu antworten. Die eigene Person wird dadurch angepasster, näher am gesellschaftlichen Mittel beschrieben oder bewusst besser, persönlich vorteilhafter, dargestellt. Aber auch der Versuch der Probanden zu antizipieren, was für die Forscher akzeptabel erscheint, führt zu unechten Resultaten (Cross, 2005). Belege, dass Persönlichkeitsfragebögen verfälschbar sind, ergaben sich in verschiedenen Studien, wobei sich der Effekt auch schon bei Kindern zeigt (Kubinger, 2009).

Darüber hinaus kann der Zuordnungsprozess im Q-Sort-Verfahren bei weniger intelligenten Personen zu einer Überforderung aufgrund der nötigen Urteilprozesse führen (Raab-Steiner, 2000). Kognitiv weniger fähige Personen, oder jene, die aufgrund ihres höheren Alters an Flexibilität und Auffassungsvermögen im Denken eingebüßt haben (Abbau fluider Intelligenz), sind so eventuell schlechter in der Lage, mit den gestellten Anforderungen des Verfahrens umzugehen. Die Statements müssen bezüglich ihres Inhalts erfasst und verstanden werden, wobei es schon hier nicht zu einer Überforderung und Verletzung der Zumutbarkeit durch zu viele oder zu komplexe Items kommen darf. Weiters sollten alle vorhandenen Aussagen auf ihr Zutreffen hin überprüft werden und im Idealfall dann in einem größeren, komplexeren Zusammenhang gemeinsam betrachtet werden und der abschließende Urteilsprozess als Zusammenschau aller persönlich relevanten Statements stattfinden. Dabei müssen viele Inhalte gleichzeitig im Kopf behalten werden. Dieser Prozess gilt generell, ist jedoch besonders relevant, wenn die Testperson die erforderlichen kognitiven Fähigkeiten nur in einem unzureichenden Ausmaß besitzen. Darüber hinaus könnten Probleme auch entstehen, wenn Probanden und Probandinnen nicht die nötige Motivation mitbringen, sich intensiv mit dem Q-Sort auseinanderzusetzen, wobei das durch die Freiwilligkeit der Bearbeitung sicherlich unterbunden werden kann.

3.2.10 Variationen in der Anwendung

Dziopa und Ahern (2011) untersuchen in ihrem „Literature Review“ Kriterien und Merkmale publizierter Q-Sort-Studien und Q-basierter Forschung eines Jahres und versuchen, diese zu systematisieren und die unterschiedlichen Variationen in der Anwendung der Q-Technik aufzuzeigen. Dabei untersuchen die Autorinnen Variationen in den verwendeten Terminologien, Instrumenten, Stichproben, faktorenanalytischer Auswertungen und Interpretationen. Es konnten zwei Typen von Studien identifiziert werden, jene, die einer *klassischen, konventionellen Q-Methodik* folgen und jene, die *Variationen in der Q-Technik* anwenden. Zumeist wurden unstrukturierte Q-Samples verwendet, wenige Studien bauten ihre Untersuchung strukturiert auf theoretische Kategorien auf. Dabei wurde nicht das Ziel verfolgt, dass die Q-Sets eine absolute Repräsentation des interessierenden Themas darstellen, vielmehr wird eine ausreichend

breite Meinungsvielfalt als hinreichend erachtet (Dziopa & Ahern, 2011). Damit unterscheidet sich der Prozess (unstrukturierter bzw. strukturierter) Itemselektion wesentlich von der Konstruktion der Items in der psychometrischen Forschung. Watts und Stenner (2005) geben bezüglich des inhaltlichen Umfangs eines Q-Sets zu bedenken, „[that] there is a sense in which a Q set can never really be completed (as there is always ‚something else‘ that might potentially be said)“ (S. 75). Damit beschreiben sie die Tatsache, dass die Aussagen und Statements niemals allumfassend sein können und dieser Anspruch auch nicht verfolgt wird. Der wichtigste Punkt ist nicht das Q-Sample selbst, sondern die Auseinandersetzung der Probanden und Probandinnen mit dem Material.

Die von Dziopa und Ahern (2011) betrachteten Studien zeigen sehr unterschiedliche Methoden und veränderte Herangehensweisen in der Auswertung, Instruktion, Verteilungsform, etc. In mehreren analysierten Studien fehlen begründete Entscheidungen bezüglich der Methodik, sowie genaue Angaben zur Vorgangsweise, um diese zur Gänze nachvollziehen zu können. Von Q-Methodologie kann jedenfalls nur dann gesprochen werden, wenn die Probanden mittels Q-Sorting ein holistisches Bild ihrer Meinung darstellen können. Aus ihren Befunden folgern die Autorinnen, dass „variations of Q-technique and its methodology are unavoidable“ (S. 39). Diese Tatsache stellt methodisch kein Problem dar, macht jedoch eine explizite Begründung und Beschreibung der Entscheidungen für eine abweichende Herangehensweise notwendig.

Eine Adaption der Methode an den jeweiligen Kontext und die Fragestellung ist somit nötig und wird in dieser Art auch von vielen Autoren und Autorinnen praktiziert. Folglich können mittels Q-Sort oder speziell mittels einer abgewandelten Form des Q-Sorts durchgeführte Studien auch sehr unterschiedlich aussehen – von der Itemgewinnung über die Erhebung bis hin zur Auswertung.

4 Q-Methodik in der Wohlbefindensforschung

Bisher wurden allgemeine Charakteristika der Q-Methode beschrieben, nun soll genauer darauf eingegangen werden, wie die Q-Methode in der Wohlbefindensforschung eingesetzt werden kann. Viele Länder bemühen sich um valide, brauchbare Daten im Bereich der Wohlbefindensforschung, um diese auf politischer Ebene für Entscheidungen zu nutzen, die gesamtgesellschaftlich von Bedeutung sind. Die Messung von Wohlbefinden leistet einen Beitrag, Menschen bzw. Bevölkerungsteile besser zu verstehen und so auch ihr Handeln vorauszusagen. Für politische Ziele bedeutet das, aus der Messung jene Informationen zu gewinnen, die zeigen, was für wen und in welchen Situationen wichtig ist (Gasper, 2010).

Die Q-Methodik bindet die Menschen ein und setzt darauf, dass diese individuell dazu fähig sind, zu reflektieren. Dieser Zugang liefert somit ein Art Wohlbefindens-Selbstbericht, der in bestimmten Zusammenhängen einen praktikablen (ersten) Zugang bietet. Rojas (2007, zit. n. Wolf, 2013, S. 211) beschreibt einen wichtigen Aspekt in der Wohlbefindensforschung „the role of the researcher is to understand the nature of a person’s wellbeing assessment, rather than to assess it“. Darüber hinaus kann kein Forschungszugang rein objektiv oder subjektiv sein, wie es auch McCloskey (2012) treffend formuliert: „No science can be about the purely objective or the purely subjective, which are both unattainable“. Es muss ein Ansatz gefunden werden, der beides kombiniert, wofür sich die Q-Methodik anbieten würde, da sie in ihrer Idee diesen Anforderungen nahe kommt. Darüber hinaus ist die Q-Methode geeignet, Werte, die kulturell geteilt werden, zu identifizieren. Die untersuchten Personen geben ihre persönlichen Einschätzungen ab, welche dann von den Forschern interpretiert und auf einflusshafte Faktoren hin untersucht werden – dementsprechend müssen die Forscher a priori keine normativen Standards festlegen. Zu bedenken ist, dass die Personen kein explizites Konzept von Wohlbefinden in sich tragen, dass durch vorgefertigte Standards enthüllt werden könnte. Welche Aspekte von Relevanz für die einzelne Person sind, liegt alleine bei ihnen persönlich. Q kategorisiert die Teilnehmer nicht von vornherein. Es kann sich zeigen, dass einige Personen hauptsächlich zu einem Typ tendierten, es aber

auch Aspekte eines anderen Typs geben kann, die für sie relevant sind. Je nach Situation können verschiedene Aspekte einander überlagern. Q kann darüber hinaus dazu beitragen, neue Hypothesen betreffend Wohlbefinden (in bestimmten Kontexten) zu entwickeln (Wolf, 2013).

Auch mögliche Ergänzungen und Erweiterungen werden im Zusammenhang mit Q diskutiert:

Hutson und Montgomery (2011) schlagen ergänzend zur Q-Methodik weitere qualitative Untersuchungsstrategien vor, die den Gewinn der Methode zu erweitern vermögen. Die Kombination kann zu verbesserten Möglichkeiten bei der Faktoreninterpretation und insgesamt zu einem holistischen, umfassenderen Bild der subjektiven Ansichten führen und liefert somit meist konkretere Antworten auf qualitative Fragestellungen. Stenner, Cooper und Skevington (2003) ergänzen ihren Q-Sorting Prozess mit der Möglichkeit über ihr Erleben zu reflektieren und offene Kommentare zu ihren Entscheidungen zu ergänzen. Dies führt zu einem tieferen Verständnis für deren Entscheidungsprozesse. Stenner et al. (2003) identifizieren in ihrer Q-Sort-Studie acht klar zu unterscheidende Faktoren von „health related quality of life“ wie z. B. „life as a positive challenge“ oder „emotional independence“.

Eine groß angelegte Studie, die auf Q basiert, wurde von Boulanger, Lefin, Ruwet, Bauler, Gerad, Prignot et al. (2009) in Belgien durchgeführt: „Towards theoretically sound and democratically legitimate indicators of wellbeing for Belgium „WellBeBe“. Die Autoren gehen mit dieser Studie den Weg relevante Faktoren für das Wohlbefinden der belgischen Bevölkerung mittels Q-Methode zu entdecken. Und tatsächlich ergab sich als Resultat “[...] that citizens are indeed ready and even willing to collaborate in building and discussing indicators of wellbeing” (Boulanger et al., 2009, S. 8). WellBeBe versucht auf diesem Wege theoretische, fundierte und demokratisch legitimierte Indikatoren für Wohlbefinden zu identifizieren – diese mittels Q messbar zu machen und sinnvoll zu gewichten. Der große Verdienst von Q liegt somit darin, herauszufinden, welche Aspekte bei unterschiedlichen Personengruppen Wohlbefinden bedingen und diese dann zusammenzuführen.

Welche Probleme bei der Messung von Wohlbefinden auftreten können, wurde bereits oben beschrieben. Die Q-Methode kann vor allem einen Beitrag leisten, komplementäre Informationen für andere Studien zu liefern. Sie kann damit nicht zuletzt die Diversität der Bevölkerung oder einer Bevölkerungsgruppe besser abbilden (Stenner et al., 2003). Die Resultate können mit bereits existierenden Theorien verglichen werden, um neue, verbesserte Theorien zu entwickeln, die in empirisch gültiger Weise definieren, was das Wohlbefinden einer Person tatsächlich ausmacht. Der subjektive Charakter von Wohlbefinden spielt dabei immer eine wesentliche Rolle und zeigt, dass Wohlbefinden weit von einem einheitlichen Konzept entfernt ist (Stenner et al., 2003).

Eine große Stärke von Q liegt darin, dass die Methode sehr flexibel die ganze Bandbreite der Wohlbefindensforschung und die damit verbundenen Themengebieten abdecken kann. Weiters zeigt die Q-Methodik eine gewisse Objektivität in der Messung subjektiver Einschätzungen und hat somit das Potential, einigen der Herausforderungen, denen Wohlbefindensforscher aufgrund der unscharfen Definition von Wohlbefinden gegenüberstehen, zu begegnen (Wolf, 2013). Darüber hinaus kann Q helfen, die Problematik einer Entscheidung für subjektive oder objektive Methoden in der Wohlbefindensforschung zu umgehen.

III. EMPIRISCHER TEIL

5 Methode

5.1 Forschungsinteresse und Forschungsfrage

Wohlbefinden ist ein Thema, das jeden einzelnen Menschen betrifft. Wer sich in seinem Leben auf Dauer nicht wohl fühlt, wird auf lange Sicht gesehen kein sehr angenehmes Dasein führen. Daher sind die Menschen immer wieder bestrebt, ihr Wohlbefinden zu erhöhen – jeder einzelne für sich, aber auch in größerem Rahmen, also für die Gemeinschaft oder generell auf institutioneller und politischer Ebene. Das generelle Anliegen vieler Entscheidungsträger ist es, Lebensbedingungen zu schaffen, die dazu führen, dass es der Bevölkerung eines Landes gut geht, sie zufrieden ist und sich wohl fühlt. Darüber, dass all das nicht durch rein wirtschaftliche Faktoren gelenkt werden kann, ist man sich heutzutage weitgehend einig.

Zufriedenheit und Wohlbefinden sind jedoch nicht rein objektiv messbar. Ein toller Lebensstandard und ein nach außen makellos wirkendes Umfeld sind keine ausreichenden Kriterien, um das Wohlbefinden einer Person zu definieren und festzuschreiben. Jemand muss deswegen noch lange nicht glücklich sein. Genauso, auch wenn es auf den ersten Blick paradox klingt, muss eine Person, die unter schlechten Bedingungen lebt, wenig Zukunftschancen aufweist und mit geringen Mitteln auskommen muss, nicht unbedingt unglücklich sein. Sie kann vielmehr sehr zufrieden leben und nicht über ihr Wohlbefinden klagen.

Wichtig ist, die Personen selbst entscheiden zu lassen, ob sie glücklich und zufrieden sind oder nicht. Welchen Grad an Wohlbefinden sie persönlich empfinden, kann eine einzige Skala wahrscheinlich nicht erfassen. Nur die subjektive Sicht der Menschen und ihre eigene Einschätzung ihrer Lebenssituation können darüber Aufschluss geben, wie sie sich fühlen.

Der immer wieder beklagte Mangel an geeigneten Instrumenten, um Wohlbefinden, und dabei insbesondere auch die subjektive Komponente dieses Konstrukts, zu messen, führt dazu, dass sich die Wohlbefindensforschung immer wieder von Neuem mit dem Thema der Erfassung beschäftigt. Ponocny et al. (2015a) haben in der Diskussion um geeignete Messinstrumente einen weiteren Weg eingeschlagen und mit einem „mixed-methods“-Ansatz vielversprechende Ergebnisse erzielt. Die verfolgte Idee kombiniert Fragebögen mit umfangreichen Interviews und Tagebuchaufzeichnungen, wodurch ein breiter Einblick in die wahren Lebensbedingungen einer Person möglich wird. Die Datenerhebung gestaltet sich jedoch sehr aufwändig und erscheint nicht geeignet für einen flächendeckenden Einsatz zur Erfassung des Wohlbefindens eines ganzen Landes.

Die Untersuchung von Ponocny et al. (2015a) führte zur Entwicklung einer Kategorisierung verschiedener Wohlbefindensarten. Die Forscher definieren 11 Typen subjektiven Wohlbefindens, welche oberhalb beschrieben wurden. Diese Typen sollen die Basis eines Versuchs der Entwicklung eines neuen Erhebungsinstruments darstellen. Damit handelt es sich um eine Weiterentwicklung bereits vorhandener Ergebnisse und die Anknüpfung an die Untersuchung von Ponocny et al. (2015a).

Jeder Typ soll mit Aussagen und Statements beschrieben und dadurch repräsentiert werden. Dazu wird die Idee der Q-Sort-Technik adaptiert und ein Kartensortierverfahren zur Datenerhebung eingesetzt. Dabei wird explorativ erprobt, welche Möglichkeiten der Ansatz der Q-Methodik in der vorliegenden Thematik bietet. Die Anwendbarkeit von Auswahlkarten zur Definition verschiedener Wohlbefindentypen soll folglich anhand einer ersten, kleinen Stichprobe untersucht werden. Schlussfolgerungen und Erkenntnisse können in die Überarbeitung des Instrumentes einfließen oder auch dazu genutzt werden, auf Basis der Q-Sort-Idee Erhebungsmethoden zum Wohlbefinden weiterzuentwickeln.

Die Formulierung spezifischer Hypothesen ist laut Watts und Stenner (2005) in der Q-Methodologie unpassend, da sich die Methodik primär als explorative Technik versteht und nicht zur Hypothesentestung geeignet ist. Die passende Forschungsfrage

definiert darüber hinaus jedoch wichtige Entscheidungen hinsichtlich der Struktur und Art des Q-Sets.

Aus den zuvor getroffenen Überlegungen zu Wohlbefinden, dessen Erfassbarkeit und der Beschäftigung mit der Thematik der Q-Methodik, ergeben sich folgende Fragen:

- Inwiefern ist die Anwendung einer Form der Q-Sort-Technik bei der Erfassung subjektiven Wohlbefindens zielführend?
- Kann mit Hilfe von Auswahlkarten basierend auf der Q-Sort-Methode eine Einstufung der Versuchspersonen in die von Ponocny et al. (2015b) entwickelten Typen getroffen werden?
- Lässt sich das Schema der Kategorien bzw. Typen subjektiven Wohlbefindens nach Ponocny et al. in der Realität abbilden?
- Zeigen sich Personentypen oder mischen sich die Typen und es entstehen andere, neu zu definierende Typen?

5.2 Beschreibung und Entwicklung des Messinstruments

Den Ausgangspunkt der Untersuchung stellen die Ergebnisse und erhobenen Daten der Studie zu Lebensqualität und subjektivem Wohlbefinden von Ponocny et al. (2015a) dar. Insbesondere die offen gestalteten Interviews sollen als Datenmaterial inhaltliche Orientierung und Quelle für die Weiterentwicklung neuer Ansätze darstellen.

In ihrer Studie verfolgen Ponocny et al. (2015a) die Idee, numerische Ratings (von Zufriedenheit und Glück) mit dem Inhalt der Interviews zu vergleichen. Zu jedem der ca. 500 qualitativen Interviews liegen Selbsteinschätzungen der Probanden und Probandinnen auf den beschriebenen Skalen vor. Auf Basis der Interviews wurden

externe Fremdeinschätzungen des subjektiven Wohlbefindens bzw. der Lebensqualität durchgeführt. Da jede Bewertung stets auch eine subjektive Komponente aufweist, erschien es essenziell, ein brauchbares, sorgfältig entwickeltes Kategorienschema und detaillierte Kodierregeln vorzuweisen. Einen wesentlichen Faktor stellt dabei eine hohe Interrater-Reliabilität dar – also die Übereinstimmung der Urteile unabhängig vom Betrachter. Diese garantiert das „Funktionieren“ und die Objektivität des Kategoriensystems.

Auf die von Ponocny et al. (2015b) definierten Kategorien bzw. Typen der Gesamteinstufung des subjektiven Wohlbefindens wurde bereits in Kapitel 2.4 näher eingegangen.

Auf Basis der Fremdratings und der Inhalte der Interviews sollen Items für ein neues Erhebungsinstrument entwickelt werden. Dazu werden aus den umfangreich vorhandenen Daten Interviewaufzeichnungen ausgewählt. Die Bestimmung der passenden Interviews für die Analyse und Weiterverarbeitung erfolgt anhand der Übereinstimmung der Fremdratings der Beurteiler und Beurteilerinnen bei der Typenzuweisung. Vorrangig wurden daher Interviews (bzw. Probanden) ausgewählt, die bei der Kodierung von den Ratern demselben Wohlbefindentyp zugeordnet wurden. Bei der Auswahl wurde auf eine möglichst homogene Anzahl an Interviews pro Typ geachtet. Aufgrund der scheinbar unterschiedlichen Klarheit einzelner Typen konnte schlussendlich der Anspruch an eine vollständige Übereinstimmung der Fremdratings nicht durchgehend beibehalten werden. Da die Interviews einen grundsätzlichen Rahmen darstellen und eine inhaltliche Orientierung bieten sollen, ist diese Tatsache jedoch insgesamt weniger problematisch.

5.2.1 Entwicklung der Aussagen und Statements

Bei der Generierung der Items für ein Q-Set oder Q-Sample werden wie in Kapitel 3.2.5 beschrieben verschiedene Arten unterschieden. In dieser Untersuchung handelt es sich um ein „*Naturalistic Q-Sample*“, da die Statementauswahl auf ausführlichen persönlichen Interviews basiert, die aufgrund ihrer hohen Alltagsrelevanz das reale

Leben der Personen gut abbilden. Daher eignen sich diese besonders für explorative Forschungsansätze in einem neuen Themengebiet.

Die ausgewählten Interviews für jeden der 11 Typen sollen hinsichtlich möglicher Aussagen und Themen, die die Interviewten aufwerfen, analysiert werden. Folglich sollen Statements gebildet werden, die den betroffenen Typ gut abbilden können.

Darüber hinaus werden die Definitionen der Typen von Ponocny et al. (2015b) herangezogen und wiederum versucht, passende Aussagen zu formulieren, die diesen Beschreibungen gut entsprechen und damit jeden einzelnen Typen des Wohlbefindens passend repräsentieren. Damit handelt es sich bei dem entwickelten Aussagenpaket auch um ein „*strukturiertes Q-Sample*“, da die bestehende Kategorisierung der Typen genutzt wird, um die Aussagen systematisch zu entwickeln. Außerdem wird darauf geachtet, möglichst jeden Typ mit der gleichen Anzahl an Aussagen zu belegen und damit eine ausgewogene Verteilung zu erzielen.

Bezüglich der endgültigen Itemanzahl orientiert sich das Q-Sample an den Angaben von Watts und Stenner (2005), die 40 bis 80 Aussagen als sinnvoll definieren. Das endgültige Q-Sample enthält 80 Aussagen, um jeden Typ ausreichend genau zu definieren und mit annähernd derselben Menge an Statements zu belegen.

Probleme und Schlussfolgerungen bei der Aussagengenerierung

Einige der aufgetretenen Probleme und die draus gezogenen Schlüsse sollen im Folgenden kurz erläutert werden.

Es ist wichtig, dass eine Aussage zwischen zum Beispiel zwei positiven Typen unterscheidet und damit entscheidend, dass Aussagen jeweils gut und eindeutig generiert werden. Verschiedene Versuche hinsichtlich sprachlicher Abstufungen in den Aussagen waren wenig zielführend („*Ich bin sehr zufrieden*“, „*Ich bin fast immer zufrieden*“, „*Ich bin stets glücklich*“, usw.). Es kann dabei nicht klar unterschieden werden, wer diese wählen würde – eine Typ-1-Person oder doch auch eine Typ-2-Person? Wie werden feine Abstufungen von den Probanden und Probandinnen aufgefasst und unterschiedlich interpretiert?

Es handelt sich um ein Problem der Eindeutigkeit, eine rein sprachliche Variation ist keine sinnvolle Lösung. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit, dass eine generelle Aussage mehreren Kategorien zugeordnet werden kann, das heißt jede Person der betroffenen Typen wählt diese Aussage (z. B. *„Ich kann mein Leben genießen“*). Darüber hinaus müssen Aussagen definiert werden, die (Nachbar-)Kategorien voneinander abgrenzen. Dabei handelt es sich unter anderem um Statements, die negative Formulierungen enthalten (z. B. *„Probleme, Sorgen und Ärger kenne ich so gut wie gar nicht“*, *„Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen“*).

Eine weitere Problematik ergibt sich, wenn es darum geht, wie speziell eine Aussage sein darf. Sollen die Aussagen zur Erfassung der Zufriedenheit auch einzelne Lebensbereiche einbeziehen (wie Arbeit, Familie, Freizeit, usw.)? Wäre es überhaupt möglich, all diese Themenfelder in einer Untersuchung befriedigend abzudecken? Diese Frage ist wohl mit nein zu beantworten. Die Menge an Aussagen steigt schnell ins Unermessliche und würde den Rahmen der Zumutbarkeit für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen sprengen. Jeder der Themenbereiche ist so umfangreich, dass eine eigene Q-Sort-Untersuchung nötig und sinnvoll wäre.

Die Aussagen sollen daher auf einer generellen, eher allgemeinen Ebene bleiben und das subjektive Wohlbefinden der Personen in seiner Gesamtheit erfassen, was auch die Intention der hier durchgeführten Studie darstellt.

Zwei Beispiele aus den Interviews

Bei der Betrachtung der Interviews ging es vorrangig darum, insbesondere die negativ und positiv beschriebenen Passagen zu vergleichen. Im Folgenden sollen exemplarisch einige Ausschnitte zweier Interviews angeführt werden.

männlicher Interviewteilnehmer – Typ 1 „unbeschwertes Glück“

(46 Jahre alt, hat einen gepflegten Gasthof, viele Gäste, lebt am Land, wenig Freizeit, ...)

Positives aus dem Interview:

„... also ich hab überhaupt das, **diese Lebenseinstellung sag ich einmal grundsätzlich, dass ich ein sehr positiver Mensch bin**, also ich kenn jetzt eigentlich keinen schlimmeren oder tragischen Sachen, irgendwo Einschnitte, die was mich jetzt irgendwie geprägt hätten oder die was jetzt noch im Kopf wären, also mir (--) Alltags, das Alltagsgeschehen, was halt auf so einem Hof passiert, aber es ist eigentlich nix Dramatisches Gott sei Dank gewesen noch bis jetzt.“

„Hm, ja sagen wir einmal so, was gibt mir Kraft, **Kraft gibt mir eigentlich diese positive Stimmung am Hof**, das Leben da mit den Menschen, mit den Gästen, mit unseren Leuten da, die Familie, und die Tiere, was ich da hab, also **das gibt mir schon viel Kraft**, und die sagen wir einmal so, **die positive Einstellung** auch von den Leuten, die was da am Hof verkehren ...“

„Ja der Sinn des Lebens, das ist so, sag ich einmal ganz einfach, ist (...) Familie, (...) **jeden Tag das Beste draus machen**, (...) sagen wir einmal so, **gutes Einvernehmen mit anderen** Mitmenschen, ganz ganz wichtig, also, also, um ein **relativ unbeschwertes Leben** machen zu können. Natürlich wird's immer auf irgendwelche Konfrontationen wird's immer stoßen irgendwo, oder irgendwie, aber ich sag einmal, den Sinn des Lebens seh ich einfach in dem, dass man **das Leben so annimmt wie's kommt**, auch mit allen, mit allen Höhen und Tiefen und einfach die Aufgabe des Lebens ist es, das zu bewältigen. Und **man kann sehr sehr viel Einfluss drauf nehmen**, wenn man jetzt nicht gerade Schicksalsschläge hat, und dass man, dass man sich das Leben durch Positives gestalten kann.“

„Ich mach dafür, dass ich **eigentlich jeden Tag** in der Früh aufsteh, und mir denk, **eigentlich schön, klass is da**, (...) kann man schon sagen, also dass man **das Leben da also extrem genießen kann**.“

Negatives aus dem Interview:

„Ja einfach, **einfach mehr Zeit haben**, einfach einmal wo hin jetzt, um ein bissl freier zu sein, also nicht nur das ständige immer und überall (..) also das wär eigentlich, sagen wir einmal so, (..) geplant für die nächste Zeit, dass mich ein bissl freier macht.“

„... dass wir einfach unsere **finanziellen Sachen**, die was wir uns einfach ein **bissl aufgelastet haben**, also unserer ganzen Dings, also dass wir die alle schön bewältigen können.“

männlicher Interviewteilnehmer – Typ 5 „intensiv, ambivalent“

(49 Jahre alt, berichtet offen, finanzielle Belastung, Berufswechsel, ...)

Wechsel Positives <> Negatives aus dem Interview:

„... Und das hat sich immer wieder wiederholt und dann irgendwann bist halt unzufrieden, weilst sagst, **für was arbeite ich eigentlich wenn's, wenn's eh nix bringt**. Das war's eigentlich, **sonst wär's ja nur bergauf gegangen, der Verdienst wär allweil mehr worden**, gell, ja, sonst war das **nicht schlecht** gell. (..) Und jetzt seh ich's auch, meine Tochter ist ja auch bei der Eisenbahn ...“

„Genau, von der ÖBB bis ich jetzt da, wie ich jetzt da sitz, da hat's **ganz starke Tiefs gegeben**, weil ich natürlich auch oft vor der Situation gestanden bin, dass ich **nicht mehr gewusst hab, wie** kann ich (..) noch

ein Holz kaufen zum Heizen, wie kann ich meine Miete zahlen, wie kann ich (..) mir das Auto noch leisten, und so weiter gell. (..) Und das ist natürlich auch das, **obwohl ich ein total positiver Mensch bin**, sonst hätt ich's eh nicht machen können, bin ich überzeugt (.), **aber hat's trotzdem so Tiefs geben**, dassd **hint und vorn nicht mehr gewusst hast, wie's, wie's weitergehen sollt**. (...) **Aber jetzt (.) jetzt bin ich hundertprozentig überzeugt, dass die, dass bergauf geht** und dass, dass ich meine Ziele erreichen werd ...“

„[Sicher weilst] wie bist mit dem umgegangen, dassd halt (..) ja immer wieder dich durchkämpfst. (..) Gell weil, (..) da kannst oft auch nicht reden drüber, du musst nur (...) immer wieder versuchen, dass es halt weiter geht, und du kannst (.), ja oft **hab ich nicht einmal selber das Gefühl gehabt, dass der richtige Weg ist**. Weil ich nicht gewusst hab, **wie sollt sich das jemals alles ausgehen dann**, gell. Das waren **immer wieder so Phasen**. Und nachher ist wieder dann trotzdem die Erkenntnis kommen, ja da musst jetzt durch und du musst das lernen, weil du muss zuerst investieren und dir ein Wissen aneignen ... **Aber jetzt ich, für mich, weiß jetzt genau, dass das jetzt schön bergauf geht**, und ich weiß auch, dass der Markt da ist, dass **auch dann die schweren Zeiten, die was jetzt waren** die letzten acht Jahre, dass sich das im Endeffekt auszahlt.“

Das Q-Sample – die Aussagen und Statements

Das in der durchgeführten Untersuchung eingesetzte Q-Sample ist in Tabelle 3 zu finden, wobei die Kärtchennummerierung zufällig erfolgte. Es handelt sich um 80 Aussagen und Statements, die jeweils auf Kärtchen gedruckt den Probanden zur Bearbeitung vorgelegt wurden. Eine Zuteilung der Aussagen zu den 11 Typen, inkl. der mehrfach vorkommenden Kärtchen findet sich im Anhang dieser Arbeit.

Tabelle 3. Die 80 Aussagen des Q-Samples mit Kärtchennummer (Nummerierung ist eine zufällige Zuweisung).

Nr.	Aussage / Statement
1	Ich würde mein Leben als unbeschwert und glücklich beschreiben.
2	Probleme, Sorgen, Ärger usw. kenne ich so gut wie gar nicht.
3	In für mich relevanten Hauptbereichen meines Lebens (wie Familie, Beruf, Gesundheit, Interessen, ...) gibt es für mich keine Probleme (obwohl mich Nebensächlichkeiten manchmal ärgern).
4	Trotz mancher Probleme finde ich immer zu meiner doch positiven Grundstimmung zurück.
5	Immer wieder bin ich glücklich und zufrieden, aber dann fühle ich mich auch wieder traurig, belastet oder verärgert.
6	Im Leben begegnen einem auch mal Belastungen, aber so ist das halt.
7	Was kann man schon machen, man muss alles nehmen, wie es kommt.
8	Manchmal bin ich traurig, belastet oder verärgert.
9	Es ist schon alles irgendwie langweilig und immer dasselbe, aber so ist das Leben eben in gewisser Weise.
10	Sorgen, Probleme oder Einsamkeit verspüre ich oft.
11	Trotz meiner gravierenden Probleme gibt es Dinge im Leben, die mir Halt geben (Familie, Freunde, Aktivitäten, ...).
12	Es gibt kaum Positives, auf das ich mich verlassen kann.
13	Ich kann wegen meiner Probleme oft nicht schlafen oder abschalten.
14	Aus meinen negativen Gedankengängen komme ich meist schwer wieder heraus.

15	Meine täglichen Aktivitäten bereiten mir Freude.
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht.
17	Bei aufkommenden kleineren und größeren Problemen finde ich immer den richtigen Weg, damit umzugehen.
18	Obwohl es gewisse Einschränkungen gibt, würde ich mein Leben und meine Grundstimmung nicht als negativ betrachten.
19	Ich kenne Bereiche im Leben (Personen, Aufgaben, Dinge ...), die für mich einerseits wunderbar und schön sind, auf der anderen Seite auch schwierig und teils belastend.
20	Man erlebt nicht jeden Tag ein emotionales Hoch, aber das ist doch eigentlich ganz normal.
21	Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen.
22	Ich bin zufrieden, aber als richtig glücklich möchte ich mich nicht bezeichnen.
23	Die tägliche Routine nervt mich, aber jeder ist eben in seinem Alltag gefangen.
24	Eine gewisse Beeinträchtigung meiner Stimmung geht nie ganz weg.
25	Es gibt positive Dinge im Leben, die mich in schlechten Zeiten immer wieder aufrichten.
26	Ich muss mit meinen Sorgen und Problemen ganz alleine fertig werden.
27	Sobald ich mir denk, jetzt geht's aufwärts, kommt schon wieder irgendwas daher.
28	Gedanken daran, was auf mich zukommen wird, bereiten mir Unbehagen.
29	Ich bin stets positiv gestimmt und blicke zuversichtlich in meine Zukunft.
30	Meine positive Grundstimmung ist beim Auftreten (kleinerer) Ärgernisse so gut wie nicht beeinträchtigt.
31	Ich bin glücklich mit meinem Leben. Zwar begegne ich auch Problemen (in wichtigen Bereichen meines Lebens), bewältige diese aber für mich zufriedenstellend aus eigener Kraft.
32	In meinem Leben wechseln glückliche Tage mit problematischen; es ist ein ständiges auf und ab.
33	An manchen Tagen könnte ich Bäume ausreißen, an anderen kann ich mich zu gar nichts aufraffen.
34	Meine Stimmung würde ich an den meisten Tagen als „neutral“ beschreiben.
35	Über die persönliche Stimmung spricht man doch nicht.
36	Oft ödet mich alles an.
37	In gewisser Weise bin ich von meinem Leben enttäuscht.
38	Wenn ich könnte, würde ich mein Leben tiefgreifend ändern.
39	In Erinnerung bleiben mir zumeist eher die negativen Erlebnisse aus meinem Alltag.
40	Gedanken an die Zukunft erfüllen mich mit Angst.
41	Meine Gedanken kreisen häufig um das Negative oder Schlechte im Leben.
42	Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl.
43	Ich habe das Gefühl, dass mir (fast) alles gelingt.
44	Ich würde mein Leben als sehr glücklich beschreiben, auch wenn es ab und zu kurzfristige, kleinere Einschränkungen gibt (Probleme, Sorgen, Verstimmungen, unerfüllte Bedürfnisse). Diese betreffen im Wesentlichen nebensächliche Dinge.
45	Ich begegne immer wieder auch Problemen in wichtigen Bereichen (wie Familie, Beruf, Gesundheit, Interessen, ...) meines Lebens, jedoch habe ich das Gefühl, diesen stets gewachsen zu sein.
46	Ich kann richtig glücklich sein, aber auch traurig/genervt/gereizt/..., wenn mir problematische Dinge begegnen.
47	Irgendwie ist es jeden Tag dasselbe, man lebt eben so dahin.
48	Mit meinem Leben bin ich im Großen und Ganzen zufrieden.
49	Eine schlechte Lebensphase vergeht auch wieder, großartig Gedanken machen, bringt da nichts.
50	Manchmal wünsche ich mir, dass mein Leben anders verlaufen wäre.
51	Wenn mein Leben anders verlaufen wäre, wäre jetzt vielleicht so manches besser (ich wäre zufriedener, glücklicher).
52	Stress und Zeitdruck kenne ich gut. Oft komme ich nicht zu Dingen, die ich gerne machen würde.
53	Ich fühle mich häufig verzweifelt und hoffnungslos.
54	Den kommenden Jahren blicke ich eher pessimistisch entgegen.

55	Ich kann mein Leben genießen.
56	Aus jedem meiner Tage schöpfe ich Kraft, mein Leben ist für mich eine Bereicherung.
57	Ich kann mein Leben genießen, obwohl es ab und zu kleinere Ärgernisse gibt.
58	Ich bin wirklich glücklich mit meinem Leben, obwohl ich häufig mit Problemen und Ärger in wichtigen und zentralen Bereichen meines Lebens (z.B. Arbeit, Familie, Zeit, Gesundheit, soziale Kontakte, ...) zu kämpfen habe.
59	Mal geht es mir gut, dann wieder schlecht.
60	Man muss mit dem Leben zufrieden sein, dann passt auch alles.
61	Wenn ich etwas darüber nachdenke, verläuft mein Leben recht ausbalanciert, es gibt keine großen Tiefs, aber auch keine so großen Hochs.
62	Was mein Wohlbefinden beeinflusst, kann ich nicht genau festmachen.
63	Wenn ich alles noch einmal machen könnte, würde ich einiges anders machen.
64	Unzufriedenheit kenne ich gut.
65	Verpflichtungen kann ich häufig nicht für mich zufriedenstellend erfüllen.
66	Was kann man schon vom Leben erwarten?
67	Mein Leben ist für mich enttäuschend – da gibt es kaum etwas, das mich stolz macht oder zufrieden stimmt.
68	Ich lebe in Einklang mit mir selbst.
69	Es gibt in keinem Lebensbereich Beeinträchtigungen.
70	Wenn mich etwas ärgert, mir Angst oder Sorgen bereitet, bleibt dieses Gefühl zumeist nur kurz erhalten.
71	Obwohl es auch Bereiche im meinem Leben gibt, die mich stärker belasten, habe ich mich in gewisser Weise daran gewöhnt, und komme sehr gut damit klar.
72	Mein Leben besteht aus Höhen und Tiefen – ich kenne beides.
73	Ich führe ein ganz normales Leben, alles in allem ist es nicht schlecht.
74	Soweit passt schon alles in meinem Leben, man muss zufrieden sein.
75	Die meisten der anderen Aussagen passen nicht zu mir.
76	Irgendwie habe ich das Gefühl, dass mir etwas im Leben fehlt.
77	Verstimmungen, Ärger, Streit, Gernervt-Sein sind Dinge, die ich immer wieder erlebe.
78	Es gibt etwas in meinem Leben, das ich in Ordnung bringen möchte, aber bis jetzt nicht dazu in der Lage war.
79	Schlimmer geht's immer!
80	Oft fühle ich mich hilflos und meinen Problemen ausgeliefert.

5.2.3 Entscheidungen bzgl. Instruktion und Durchführung

Sortierbereiche

Entgegen der üblichen Praxis ein Ordnungsverfahren zu wählen, das aus vielen abgestuften Kategorien von starker Ablehnung bis hin zu starker Zustimmung besteht, fällt die Entscheidung aufgrund diverser Überlegungen für ein 3-stufiges Modell. Den Probanden und Probandinnen werden zwei Sortierkategorien vorgegeben: *„trifft teilweise auf mich zu, das gibt es manchmal auch bei mir“* und *„trifft voll auf mich zu, beschreibt mich gut“*. Dazu kommt die Option, nur jene Kärtchen zu wählen, die als

persönlich zutreffend empfunden werden, wodurch sich implizit die dritte Ebene der Sortierung ergibt, nämlich die, gewisse Kärtchen „*liegen zu lassen und nicht zu wählen*“. Diese Restkategorie „*trifft nicht auf mich zu*“ wurde bewusst nicht explizit in der Sortierinstruktion genannt. Das gründet in Überlegungen, es zu vermeiden, dass die Personen eine Aussage bewusst ablehnen müssen und damit für sich persönlich explizit feststellen müssen, dass sie diesem Kärtchen nicht entsprechen (unabhängig davon, ob es eine positive oder eine negative Aussage betrifft). Es kann zu verschiedenen emotionalen Reaktionen kommen, von Enttäuschung bis hin zu bewusster Verfälschung, Reaktanz oder Freude. Wenn der Vorgang, bewusst sagen zu müssen „dem stimme ich nicht zu“, umgangen wird, wird diesen Aussagen (vermutlich) weniger Bedeutung zugemessen, sie werden einfach auf die Seite gelegt und nicht länger beachtet. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen soll das wählen, was sie spontan anspricht und ihrem Selbstkonzept entspricht.

Durchführung

Bei der Durchführung der Erhebung wurde den Probanden und Probandinnen zuerst eine schriftliche Instruktion (ein A4-Blatt) vorgelegt, die sie in Ruhe durchlesen sollten (siehe Anhang). Diese enthält die Beschreibung der beiden Zuordnungskategorien inkl. bildlicher Darstellung zur besseren Orientierung. Während die Person die Instruktion studierte, waren bereits die Überschriften der beiden Bereiche und die Kärtchen vor der Testperson aufgelegt (siehe Abbildung 4).

In der Beschreibung wird betont, dass es sich um die persönliche und aktuelle Lebenssituation handelt, die mit den Kärtchen bestmöglich beschrieben werden soll. Dabei besteht jederzeit die Möglichkeit, Aussagen zurückzulegen, auszutauschen oder diese zu verändern. Darüber hinaus wird beschrieben, dass es den Teilnehmern und Teilnehmerinnen überlassen ist, wie viele Kärtchen sie im Endeffekt auswählen, sie jedoch darauf achten sollen, wirklich nur jene zu in ihre Auswahl einzubeziehen, die für sie persönlich relevant und zutreffend sind.

Die Entscheidung soll trotz der gegebenen wiederholten Veränderbarkeit möglichst spontan erfolgen, sodass die Teilnehmer und Teilnehmerinnen diejenigen Statements auswählen, die sie emotional ansprechen und nicht durch längere kognitive Elaboration

und Grübelei entstehen. Für die Bearbeitung besteht dennoch keine einschränkende Zeitvorgabe.

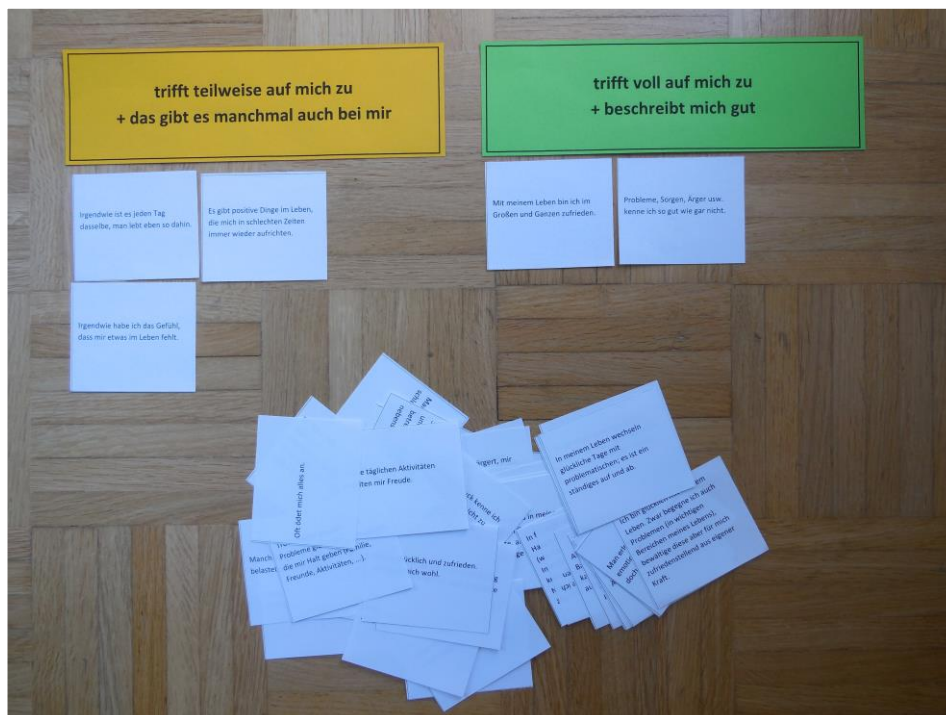


Abbildung 4. Vorgabe der Kärtchen und der beiden Sortierbereiche.

Im Anschluss an das Sortieren der Kärtchen folgt noch ein Fragebogen, der hauptsächlich persönliche Angaben zu soziodemographischen Punkten erfasst (siehe Anhang). Dieser wurde auf Basis des Fragebogens von Ponocny et al. (2015a) zusammengestellt. Zu Beginn werden ergänzend noch drei Selbsteinschätzungsskalen vorgegeben. Die Probanden und Probandinnen sollen sich auf einer Skala von 1 (hohe Ausprägung) bis 10 (niedrige Ausprägung) bezüglich ihrer Zufriedenheit, dem empfundenen Glück und Wohlbefinden in der derzeitigen Lebenssituation einschätzen. Die Fragen nach Glück und Zufriedenheit werden bereits in der Untersuchung von Ponocny et al. (2015a) eingesetzt. Neu ist die Einschätzung des Wohlbefindens selbst, das sich je nach Ansicht des einzelnen als ähnliches Konstrukt darstellt oder auch etwas anderes misst. Dieses soll nun explizit angesprochen, zusätzlich erfasst werden.

Überlegungen zur Abfolge der Teile der Erhebung haben schließlich zu oberhalb beschriebener Reihenfolge geführt. Ob der Fragebogen besser vor oder nach der

Kärtchenvorgabe erfolgen soll, ist davon abhängig, inwieweit dieser den Sortierprozess beeinflussen könnte. Die enthaltenen Fragen zu Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden könnten durch die Beschäftigung mit den Aussagen anders bewertet werden, da sich die Personen intensiv mit der Wohlbefindenthematik beschäftigt haben. Andererseits könnte eine Vorgabe zu Beginn das Gegenteil erbringen – einige Personen gehen reflektierter an die Fragen heran, andere antworten, ohne sich Gedanken gemacht zu haben. Es kann angenommen werden, dass alle Personen nach der Bearbeitung der Kärtchen einen diesbezüglich vergleichbaren Stand vorweisen und die Selbsteinschätzungen vergleichbarere Werte liefern.

Teilnehmerzahl und Stichprobe

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Untersuchung sollten ein möglichst breit gestreutes Bild an unterschiedlichen Personen ergeben, um verschiedene Aspekte hinsichtlich Ausbildung, Alter, Geschlecht, Arbeit usw. einzuschließen. Dabei wird aufgrund eines ersten explorativen Tests dieses Instruments auf Repräsentativität weitgehend verzichtet.

Die Überlegungen zur Teilnehmerzahl ergeben sich aus Befunden verschiedener Autoren, wie in Kapitel 3.2.7 dargestellt. Dabei besteht wenig Einigkeit darüber, welche Personenanzahl tatsächlich zu bevorzugen ist. Watts und Stenner (2005) beschreiben eine Teilnehmerzahl von 40 bis 60 Personen unabhängig von der Anzahl an vorgegebenen Aussagen als effektive Vorgehensweise. In der vorliegenden Untersuchung wird daher eine Stichprobengröße von rund 60 Personen angestrebt.

5.3 Unterschiede und Gemeinsamkeiten bzgl. klassischer Q-Sort-Technik

Es handelt sich insofern um eine Abwandlung der Q-Sort-Technik, als schon vor der Analyse der Q-Sortings der Probanden und Probandinnen ein Schema, eine Typologie vorhanden ist. Diese dient in erster Linie als Unterstützung und Anhaltspunkt bei der Entwicklung von Aussagen und Statements in einer geordneten, systematischen Weise.

Das primäre Ziel war, durch die individuell unterschiedlichen Q-Sortings Typen subjektiven Wohlbefindens aufzudecken und näher zu bestimmen, und das frei von vordefinierten Kategorien und Annahmen, wie dies in der Q-Methodik die grundsätzliche Intention ist. Im Rahmen der Planung der vorliegenden Untersuchung hat es sich aufgrund der speziellen Situation ergeben, die vorhandene Typologie auch in die Ergebnisauswertung einfließen zu lassen. Die Ausgangslage stellt sich insbesondere deswegen als speziell dar, weil die Ausgangstypen des Wohlbefindens keine theoretischen Konstrukte und Annahmen – begründet in wissenschaftlichen Konzepten aus der Literatur – sind. Es handelt sich vielmehr um einen direkten Bezug zu den Menschen selbst, die Kategorien sind empirisch begründet und basieren auf Daten, die direkt „im Feld“ gewonnen wurden.

Aufgrund des Realitätsbezugs der Typen wurde folglich beschlossen, in der Auswertung der Daten einen direkten Bezug zu den Wohlbefindentypen zu setzen. Die Aussagen wurden daher bewusst und explizit den vorhandenen Kategorien zugewiesen und so für die Auswertung eine Basis geschaffen, um deren Auffindbarkeit und Eindeutigkeit in der untersuchten Stichprobe festzustellen. Mittels prozentueller Übereinstimmungen soll die Passung zwischen Testperson und Typ untersucht werden.

Darüber hinaus sollen in einem weiteren Schritt die Probanden und Probandinnen mit ihren Ergebnis-Q-Sortings korreliert werden. Dabei werden nicht, wie in klassischen faktorenanalytischen Untersuchungen, die Variablen korreliert (das wären hier die Kärtchen), sondern die Personen verglichen. Ein wichtiges Prinzip der Q-Methodik ist die Subjektivität und damit die Personen, nicht die Items. Wie Brown (1980) betont: „the subjects have the status of variables rather than of sample elements; the term ‚sample‘ refers to the set of items“ (S. 192).

Die resultierenden Personen-Typen-Faktoren könnten Aufschluss über mögliche andersgeartete Typen bezüglich deren Wohlbefinden bringen.

Der klassische Charakter eines Kartensortierprozesses wird beibehalten, da dieser – gegenüber der reinen Durcharbeitung einer Abfolge von Aussagen und deren unabhängiger Beurteilung auf einer Skala – viele Vorteile bietet. Es werden jedoch keine umfangreich abgestuften Sortierskalen für die Zuordnung der Kärtchen vorgegeben,

sondern lediglich zwei Sortierkategorien festgelegt, da diese wie oberhalb begründet, als sinnvoll erachtet werden.

Es handelt sich damit um eine an die Q-Sort-Technik angelehnte Untersuchung, die nicht den Anspruch erhebt, die klassischen Techniken im Detail umzusetzen, jedoch als Ansatzpunkt sehr geeignet erscheint.

6 Beschreibung der Stichprobe

Bei der vorliegenden Untersuchung handelt es sich um einen explorativen Ansatz, wobei die Erhebung einen ersten Versuch darstellen soll, die Thematik mittels einer Q-Sort-ähnlichen Technik zu erfassen. Die vorliegende Stichprobe stellt in gewisser Weise eine Gelegenheitsstichprobe dar. Bei der Erhebung wurde darauf geachtet, möglichst viele Altersgruppen in die Analyse miteinzubeziehen, darüber hinaus sollte die Gruppe der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bzgl. des Berufs bzw. des Ausbildungsniveaus eine Variation aufweisen. Auch das Geschlechterverhältnis sollte annähernd ausgeglichen sein. Dabei wird jedoch nicht der Anspruch auf Vollständigkeit oder Repräsentativität bzgl. der Gesamtpopulation verfolgt.

Die vorliegende Stichprobe besteht aus 64 Personen, wobei 2 Personen vor der Analyse ausgeschlossen wurden. Somit ergibt sich ein Stichprobenumfang von 62 Teilnehmern und Teilnehmerinnen.

Die beiden ausgeschlossenen Personen wählten alle der vorgelegten 80 Kärtchen als (teilweise bzw. voll) zutreffend aus. Diese Art der Aufgabenbearbeitung ist jedoch als sehr widersprüchlich anzusehen. Einerseits wurden sehr viele positive als auch negative Kärtchen gemeinsam als zutreffend gewählt, was in einem gewissen Widerspruch steht, da man zwar glücklich als auch unglücklich zugleich sein kann, jedoch nicht zum gleichen Zeitpunkt beides in hoher Ausprägung aufweisen kann und die Gesamtheit der gewählten Kärtchen in sich nicht mehr stimmig ist. Weiters könnte eine Person alle

positiven, gemischten sowie negativen Kärtchen in ihrer Gesamtheit auswählen, jedoch müsste diese Person folglich zumindest das Kärtchen mit der Aussage „Die meisten der anderen Kärtchen passen nicht zu mir.“ auf die Seite legen bzw. ausscheiden. Andererseits kann es sich auch um mangelndes Instruktionsverständnis (trotz Nachfragens und zusätzlich mündlicher Erläuterung seitens der Testleiterin) oder unzureichende Motivation bzw. Fähigkeit handeln, die Aufgabe im Sinne der Instruktion zu bearbeiten.

6.1 Soziodemographische Merkmale der Stichprobe

Die 62 Teilnehmer und Teilnehmerinnen bestehen aus 26 Männern (41,9 %) und 36 Frauen (58,1 %). Das Alter der Personen lag zwischen 20 und 87 Jahren, mit einem Mittelwert von 36,9 Jahren ($SD = 17,57$). Bei den Männern ergibt sich ein Altersmittelwert von 37,3 Jahren ($SD = 17,6$) und bei den Frauen ein Wert von 36,6 Jahren ($SD = 17,8$).

Einen Überblick über die Altersverteilung innerhalb der Stichprobe zeigt Abbildung 5. Im Altersbereich bis 24 Jahre befinden sich 20,1 %, im Bereich zwischen 25 und 29 Jahren 33,9 %, zwischen 30 und 40 Jahren 16,1 % der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. 21,0 % der Probanden und Probandinnen finden sich im Altersbereich zwischen 50 und 65 Jahren und 8,1 % sind älter als 70 Jahre.

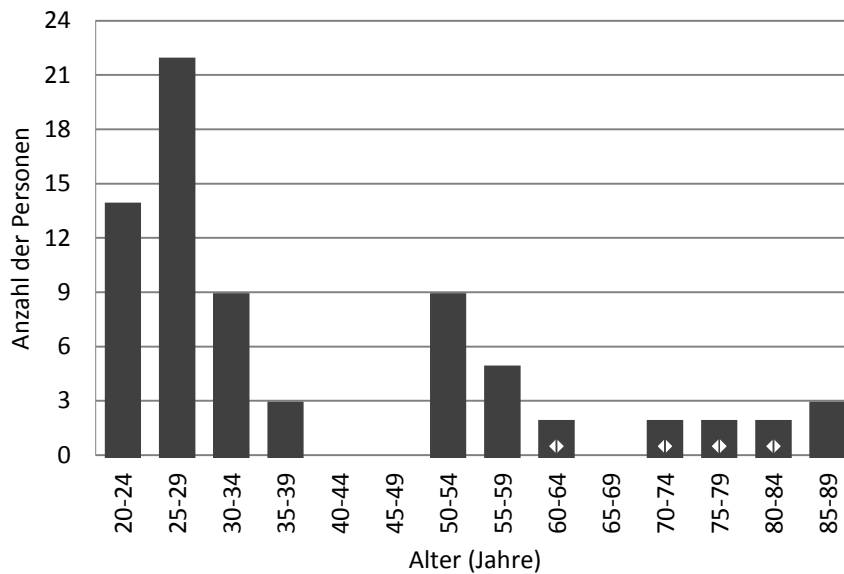


Abbildung 5. Altersverteilung der Stichprobe in Altersbereiche gruppiert.

Alle 62 Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben Deutsch als Muttersprache, darüber hinaus hat ein Teilnehmer auch Spanisch als Zweitsprache. Weiters wohnen alle Probanden und Probandinnen in Österreich, wobei einer der männlichen Teilnehmer erst seit einem halben Jahr (zuvor in Deutschland lebend) und ein anderer seit 19 Jahren (mit 7 Jahren nach Österreich gekommen) in Österreich lebt. Zwei weitere Personen sind nach dem 2. Weltkrieg im Zuge der Ausweisung der deutschsprachigen Bevölkerung aus dem südböhmischen Raum nach Österreich gekommen.

Tabelle 4 beschreibt die Angaben der Teilnehmer und Teilnehmerinnen zu ihrem derzeitigen Familienstand, die meisten leben in einer Partnerschaft oder sind verheiratet. Bezüglich der Anzahl an Personen, die gemeinsam in einem Haushalt leben, stellt sich heraus, dass sowohl bei den Männern, als auch bei den Frauen der überwiegende Anteil (57,7 bzw. 58,3 %) zu zweit lebt (siehe Tabelle 5). Tabelle 6 zeigt, in welcher Wohnsituation sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen befinden, der Großteil (74,2 %) lebt mit der Familie oder dem/der Partner/in zusammen.

Tabelle 4. Familienstand getrennt nach Geschlecht.

Familienstand	Geschlecht		gesamt
	männlich	weiblich	
ledig	4	7	11
Partnerschaft	12	15	27
verheiratet	10	12	22
geschieden	0	1	1
verwitwet	0	1	1
gesamt	26	36	62

Tabelle 5. Anzahl der Personen, die gemeinsam mit jemandem im Haushalt leben getrennt nach Geschlecht.

Personen im Haushalt	Geschlecht		gesamt
	männlich	weiblich	
1 Person (allein)	3 (11,5 %)	6 (16,7 %)	9 (14,5 %)
2 Personen	15 (57,7 %)	21 (58,3 %)	36 (58,1 %)
3 Personen	7 (26,9 %)	6 (16,7 %)	13 (21,0 %)
4 Personen	1 (3,8 %)	3 (8,3 %)	4 (6,5 %)
gesamt	26 (100 %)	36 (100 %)	62 (100 %)

Tabelle 6. Anzahl der Personen je Wohnsituation getrennt nach Geschlecht.

Wohnsituation	Geschlecht		gesamt
	männlich	weiblich	
alleine	3	5	8
Wohngemeinschaft	2	6	8
mit meiner Familie / meinem/er Partner/in	21	25	46
gesamt	26	36	62

Insgesamt haben 66,1 % der Stichprobe keine Kinder, das sind 41 Personen. Weitere 11,3 % haben je 2 Kinder und 17,7 % je 3 Kinder. Tabelle 7 zeigt darüber hinaus einen Geschlechtervergleich bei der jeweiligen Anzahl an Kindern. Weiters lässt Tabelle 8 erkennen, dass in der vorliegenden Stichprobe ausschließlich Personen, die verheiratet (bzw. eine verwitwete Teilnehmerin) sind, Kinder haben.

Das Alter der Kinder bewegt sich zwischen 1,5 Jahren bei den jüngeren bis zu 57 Jahren bei den älteren Eltern. Die jüngste, in der Stichprobe vorkommende, Person mit einem Kleinkind ist 34 Jahre, der älteste Elternteil in der Gruppe 87 Jahre alt. Zwei ältere Teilnehmer haben eines ihrer beiden Kinder im Alter von 28 Jahren verloren.

Die Frage nach der Pflege von Angehörigen wurde von allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen verneint.

Tabelle 7. Anzahl der Kinder getrennt nach Geschlecht.

Anzahl der Kinder	Geschlecht		gesamt
	männlich	weiblich	
keine Kinder	17	24	41
1 Kind	3	4	7
2 Kinder	5	6	11
3 Kinder	0	1	1
5 Kinder	1	1	2
gesamt	26	36	62

Tabelle 8. Anzahl der Kinder getrennt nach Familienstand.

Anzahl der Kinder	Familienstand					gesamt
	ledig	Partner- schaft	verheiratet	geschieden	verwitwet	
keine Kinder	11	27	2	1	0	41
1 Kind	0	0	6	0	1	7
2 Kinder	0	0	11	0	0	11
3 Kinder	0	0	1	0	0	1
5 Kinder	0	0	2	0	0	2
gesamt	11	27	22	1	1	62

Bei der höchsten bisher abgeschlossenen Ausbildung geben 6 bzw. 1 Person an, eine Lehre bzw. Meisterprüfung abgeschlossen zu haben. Eine höhere Schule ohne Matura absolvierten 3, mit Matura 15 Teilnehmer und Teilnehmerinnen. 36 Personen gaben an eine universitäre Ausbildung abgeschlossen zu haben, davon weisen 8 einen Bachelor-, 26 einen Mag.-, Dipl.Ing.- oder Master- und 2 Personen einen Dr./PhD-Abschluss vor. Abbildung 6 beschreibt die prozentuelle Verteilung.

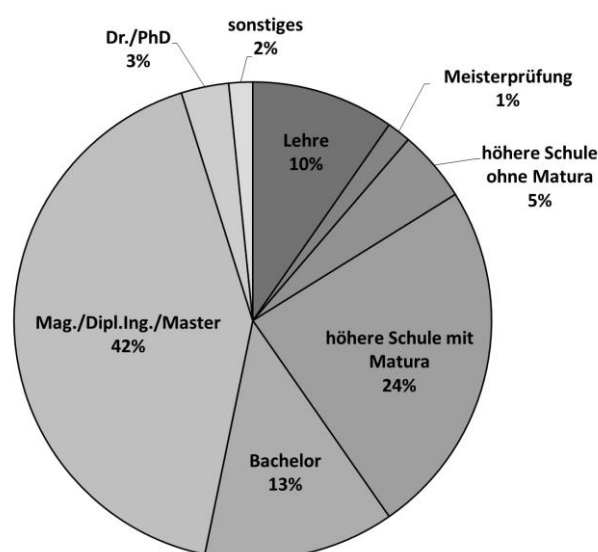


Abbildung 6. Höchste bisher abgeschlossene Ausbildung.

Bezüglich beruflicher Situation (siehe Tabelle 9) geben 53,2 % der Stichprobe an, einer unselbstständigen Vollzeittätigkeit nachzugehen, 9,7 % arbeiten in Teilzeit. Eine Person schreibt sich der Kategorie teils selbstständig/ teils unselbstständig zu. Den zweitgrößten Anteil nach den Vollzeitarbeitenden bildet in der vorliegenden Stichprobe die Gruppe der Studenten und Studentinnen (17,7 %).

Tabelle 9. Anzahl und prozentueller Anteil der Personen je beruflicher Situation.

berufliche Situation	Anzahl	Prozent
unselbstst.-Vollzeit	33	53,2
unselbstst.-Teilzeit	6	9,7
selbstständig	0	0
teils un-/ teils selbstst.	1	1,6
Hausfrau/-mann	3	4,8
Präsenz-/Zivildienst	0	0
karenziert	1	1,6
pensioniert	2	3,2
arbeitsuchend	1	1,6
Schüler/-in	0	0
Student/-in	11	17,7
Teilzeit + Student/-in ¹	4	6,5
gesamt	62	100

¹ Anmerkung. Personen, die mehrere Angaben machten und sich als Student/-in und teilzeitarbeitend beschrieben, wurden zu einer eigenen Kategorie zusammengefasst, da nicht eindeutig zu klären war, welcher Tätigkeit sie hauptsächlich nachgingen.

Hinsichtlich der Berufs- bzw. Ausbildungsfelder zeigt sich in der Stichprobe eine Vielfalt an verschiedensten Sparten und Branchen. Während ein Großteil der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bereits in den genannten Bereichen arbeitet, befinden sich andere noch in Ausbildung. Folgende Bereiche wurden genannt: Soziales (Psychologie, Logopädie, pädagogisch-soziale Betreuung), Technik (Chemie, Mathematik, Mechatronik, Werkstoff-, Bautechnik, Meteorologie), Wirtschaft (Marketing, Einkauf, Vertrieb, Unternehmensberatung), Bildung (Lehrer verschiedener Schulformen, Erwachsenenbildung), Handwerk (Schneider, Tischler), Gesundheit (Medizin), Arbeiter (Tiefbau, bautechnische Zeichner, Maschinist), Büro/Handel (Sekretariat, Einzelhandel, Sachbearbeiter).

In Bezug auf die wöchentliche Arbeitszeit der Teilnehmer und Teilnehmerinnen wird in der nachfolgenden Tabelle 10 nur auf jenen Teil der Stichprobe eingegangen, der seine berufliche Situation einer der ersten vier aufgelisteten Kategorien in Tabelle 9

zuschreibt. Nur diese Gruppe hat eine relevante und sinnvolle Arbeitszeitangabe vorgenommen, andere Personen haben teilweise früher verfolgte Tätigkeiten oder unregelmäßig stattfindende Nebenjobs angegeben, was nicht als Hauptbeschäftigung gewertet werden kann. In Tabelle 10 handelt es sich daher um jene 40 Personen, die selbstständig oder unselbstständig (oder eine Kombination aus diesen) bzw. Teilzeit oder Vollzeit arbeiten. Der Mittelwert an tatsächlichen wöchentlichen Arbeitsstunden liegt in dieser Gruppe bei 40,6 Stunden und bewegt sich mit einer Standardabweichung von 10,3 im Bereich zwischen 10 und 65 Stunden. Bei den Männern geben 26,4 %, bei den Frauen 76,2 % eine wöchentliche Arbeitszeit von 40 Stunden an. Über 40 Stunden arbeiten 73,9 % aller Männer der Teilstichprobe und 23,8 % der Frauen, 50 und mehr Stunden Arbeitszeit geben 4 Männer (21,2 %) und 2 Frauen (9,5 %) an.

Tabelle 10. Anzahl (und prozentueller Anteil) der Personen zugeordnet zur angegebenen tatsächlichen wöchentlichen Arbeitszeit in Stunden getrennt nach Geschlecht (nur bezogen auf den Stichprobenanteil aller voll- und teilzeit- bzw. selbst- und unselbstständig arbeitenden Personen, n = 40).

Arbeitszeit (Stunden)	Geschlecht		gesamt
	männlich	weiblich	
10	0	1 (4,8 %)	1 (2,5 %)
13	0	1 (4,8 %)	1 (2,5 %)
20	0	2 (9,5 %)	2 (5,0 %)
29	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
30	0	2 (9,5 %)	2 (5,0 %)
40	4 (21,1 %)	10 (47,6 %)	14 (35,0 %)
42	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
43	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
45	8 (42,1 %)	3 (14,3 %)	11 (27,5 %)
50	1 (5,3 %)	2 (9,5 %)	3 (7,5 %)
55	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
60	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
65	1 (5,3 %)	0	1 (2,5 %)
gesamt	19 (100 %)	21 (100 %)	40 (100 %)

Die Einkommenssituation stellt sich wie in Tabelle 11 ersichtlich dar. Wie weit die laufenden Haushaltsausgaben mit dem zur Verfügung stehenden Einkommen gedeckt werden können bzw. wie zufrieden die einzelnen Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit ihrer finanziellen Situation sind, ist in Tabelle 12 dargestellt. Mit der Ausgabendeckung zufrieden sind 77,4 % der Personen, hier besteht auch die Möglichkeit, Ersparnis anzulegen.

Tabelle 11. Netto-Haushaltseinkommen in Euro.

Netto-Haushaltseinkommen (Euro)	Anzahl	Prozent
< 1000	6	9,7
1000-2000	14	22,6
2000-3500	22	35,5
3500-4000	9	14,5
> 5000	3	4,8
möchte ich nicht nennen	8	12,9
gesamt	62	100

Tabelle 12. Deckung der laufenden Haushaltsausgaben mit dem zur Verfügung stehenden Einkommen.

Ausgabendeckung	Anzahl	Prozent
gut/Ersparnisse mögl.	48	77,4
ausreichend/Ausgaben gedeckt	10	16,1
unzufriedenstellend	4	6,5
gesamt	62	100

Bei Dingen bzw. persönlichem Besitz, die den Personen (bzw. ihrem Haushalt) zur Verfügung stehen, wird Folgendes genannt (siehe Tabelle 13): 40 Personen haben die Möglichkeit, ein Auto zu benutzen, wobei 12 Personen sogar 2 Autos und 3 Personen 3 Autos im Haushalt zur Verfügung haben. Die meisten Personen der Stichprobe haben eine Mietwohnung oder ein Haus mit Garten. Die angegebene Wohnfläche bewegt sich in der Stichprobe zwischen einem Wert von 15 bis 180 m² und liegt im Mittel bei 83,59 m² (*SD* = 37,49 m²). Drei Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben angegeben, in einem (Studenten-)Heim zu wohnen.

Darüber hinaus wurde noch nach dem Religionsbekenntnis bzw. danach, ob dieses aktiv ausgeübt wird, gefragt. 32 Personen (51,6 %) geben an, ihre Religion nicht auszuüben, 9 Personen (14,5 %) sind ohne Bekenntnis und 5 möchten zu diesem Thema nichts angeben. Bezüglich der Art des religiösen Bekenntnisses nennen 74,2 % (46 Personen) „römisch-katholisch“, eine Person „evangelisch A.B.“ und 2 Personen ein „christliches Bekenntnis, das jedoch nicht anerkannt ist“.

Tabelle 13. Anzahl der Personen, deren Haushalt jeweils über die aufgelisteten Dinge verfügt.

Haushalt verfügt über ...	Personen- anzahl
Auto/s	40
Eigentumswohnung	5
Mietwohnung	34
Haus und Garten	26
Studentenheimzimmer	3

6.2 Ergebnisse zu Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der Stichprobe stufen sich auf einer Skala von 1 (hohe Ausprägung) bis 10 (niedrige Ausprägung) bezüglich der Bereiche Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden in ihrem derzeitigen Leben ein. Die Skala wurde nicht in ihrer gesamten Breite genutzt und so ergeben sich als höchste („und somit schlechteste“) Werte 7 bei Zufriedenheit, und jeweils 8 bei Glück und Wohlbefinden. Die Mittelwerte liegen um den Wert 3 in allen drei Bereichen (siehe Tabelle 14).

Tabelle 14. Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden auf einer Skala von 1 (hohe Ausprägung) bis 10 (niedrige Ausprägung).

	Minimum	Maximum	Mittelwert	Standard- abweichung
Zufriedenheit	1	7	3,06	1,24
Glück	1	8	3,05	1,396
Wohlbefinden	1	8	3	1,62

In Tabelle 15 lassen sich die nicht genutzten Randbereiche erkennen, was die Schiefe der Verteilung in Richtung der positiven Skalenbereiche (das heißt hohe Ausprägung in Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden) betont. Abbildung 7 zeigt einen Vergleich der Verteilungen in den drei Bereichen.

Tabelle 15. Anzahl der Personen, die sich auf der Skala von 1 bis 10 bezüglich der Bereiche Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden beschreiben.

	Skala (1-10)	Zufriedenheit	Glück	Wohlbefinden
+	1	4	6	10
	2	15	15	16
	3	27	25	18
	4	10	9	10
	5	3	3	3
	6	1	2	1
	7	2	1	3
	8	-	1	1
	9	-	-	-
-	10	-	-	-

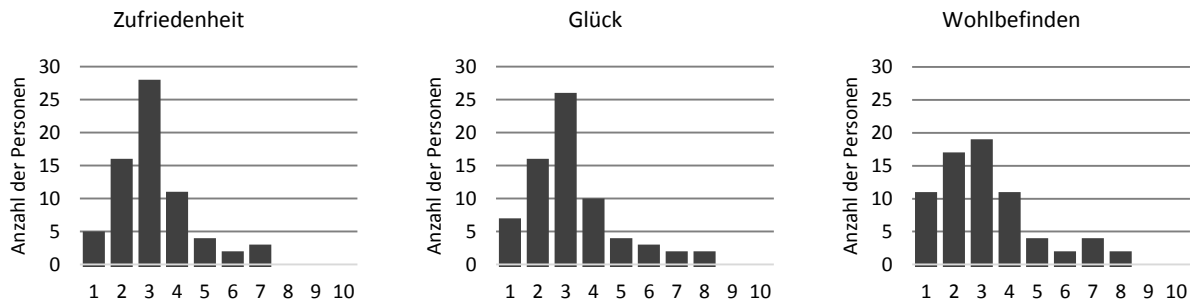


Abbildung 7. Selbsteinschätzungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den Bereichen Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden (die Balken bezeichnen die Anzahl der Personen je Bereich auf der Skala von 1 bis 10).

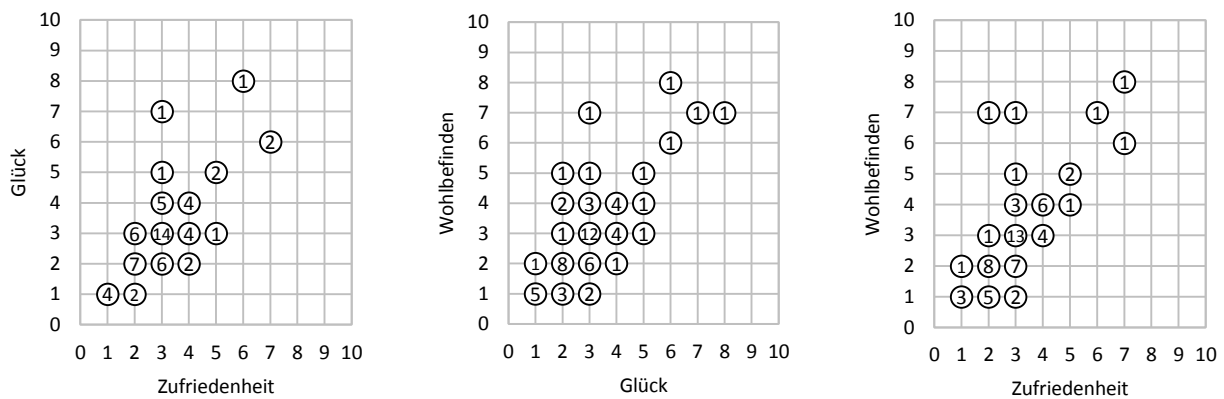


Abbildung 8. Streudiagramme des korrelativen Zusammenhangs zwischen Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden ($n = 62$); die Zahlen geben an, wie häufig diese Punkte vorkommen.

Die Zusammenhänge zwischen den drei Variablen sind in Abbildung 8 dargestellt, wobei bei allen drei möglichen Kombinationen die Spearman-Rang-Korrelation einen signifikant positiven Zusammenhang aufweist. Zufriedenheit und Glück korrelieren mit $r_s(62) = 0,643$; $p < 0,01$, weiters Wohlbefinden und Glück mit $r_s(62) = 0,652$; $p < 0,01$ und Wohlbefinden und Zufriedenheit mit $r_s(62) = 0,729$; $p < 0,01$.

7 Beschreibung und Analyse der Aussagen

7.1 Vergleich der Anzahl gewählter Kärtchen

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen wählten zwischen 11 und 58 Kärtchen mit Aussagen bzw. Statements als für sie teilweise bzw. voll zutreffend aus ($M = 32,31$; $SD = 11,72$). Der Median liegt bei 32 gewählten Kärtchen. Darüber hinaus entscheiden sich 30 % der Personen für 40 und mehr Kärtchen, was mehr als die Hälfte der überhaupt zur Verfügung stehenden Kärtchen darstellt (Abbildung 9 und Tabelle 16 zeigen die Verteilung).

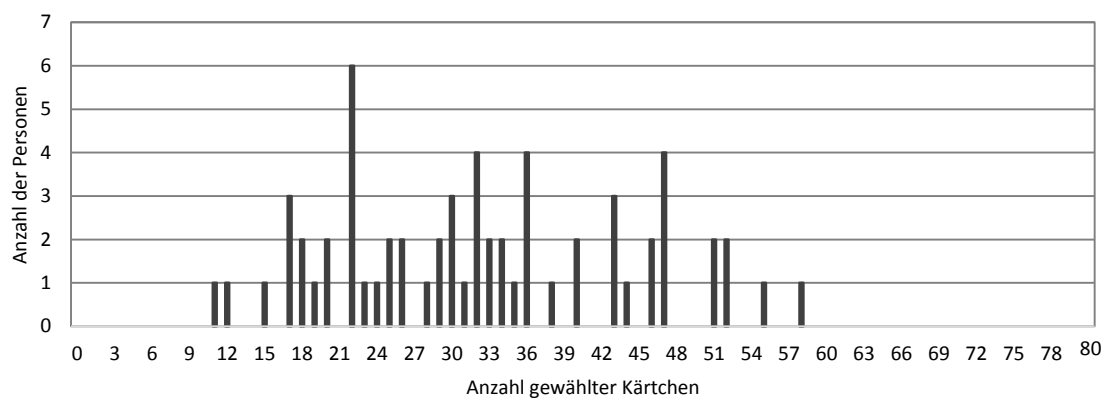


Abbildung 9. Anzahl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen ($n = 62$) bezüglich gewählter Kärtchenanzahl.

Tabelle 16. Anzahl und prozentueller Anteil der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bzgl. der insgesamt Menge gewählter Kärtchen (max. mögl. 80 Kärtchen) gruppiert in 5-er Schritten (Bereich „voll und teilweise zutreffend“).

Anzahl gewählter Kärtchen	Anzahl der Personen	kumulierte Häufigkeiten	kumulierte Prozente
0-5	-	-	-
6-10	-	-	-
11-15	3	3	4,8
16-20	8	11	17,7
21-25	10	21	33,9
26-30	8	29	46,8
31-35	10	39	62,9
36-40	7	46	74,2
41-45	4	50	80,6
46-50	6	56	90,3
51-55	5	61	98,4
56-60	1	62	100

7.1.1 Nutzung der Sortierkategorien „voll“ und „teilweise“

Für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen existieren zwei Entscheidungsbereiche, das wirklich starke Zutreffen einer Aussage („*trifft voll auf mich zu, beschreibt mich gut*“) und die mäßige Übereinstimmung mit den Statements („*trifft teilweise auf mich zu, das gibt es manchmal auch bei mir*“) sowie die Ausschlussmöglichkeit. Es werden allgemein sehr viele Kärtchen gewählt. Anscheinend werden viele der Aussagen als (teilweise, manchmal) zutreffend für die eigene Person interpretiert. Häufig entsteht der Eindruck, die „*teilweise*“-Kategorie fungiert als Zuordnungsbereich für sehr vieles: Einerseits für diejenigen Aussagen, die wirklich aktuell manchmal zutreffen. Andererseits scheint sie aber auch einen Bereich darzustellen, wo all das hineinkommt, was in irgendeiner Form zutreffen könnte, auch wenn das nur selten der Fall ist oder nicht kürzlich, aktuell zutrifft (wie in der Instruktion gefordert), sondern vielleicht in der (näheren) Vergangenheit passend für die Person erschien. Die Kategorie folgt damit nicht unbedingt ihrer zugeschriebenen Bestimmung.

Daher wird angenommen, dass alle jene Kärtchen bzw. Aussagen, mit denen sich eine Person wirklich stärker identifiziert und somit angibt, dass sie „*voll auf sie zutreffen bzw. sie gut beschreiben*“ auch jene sind, die das beste Bild des/der Teilnehmers/in ergeben. Im weiteren Verlauf wird daher auch wiederholt gesondert auf diesen Bereich eingegangen oder nur dieser im Speziellen betrachtet. Die von den Probanden und Probandinnen gewählten voll zutreffenden Kärtchen haben eine stärkere Aussagekraft und damit auch mehr Gewicht, wenn die Person hinsichtlich ihres subjektiven Wohlbefindens analysiert werden soll.

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen wählten als „voll zutreffend“ zwischen 3 und 39 Kärtchen mit Aussagen bzw. Statements ($M = 16,47$; $SD = 6,53$). Der Median liegt bei 16 gewählten Kärtchen (Abbildung 10 und Tabelle 17 zeigen die Verteilung).

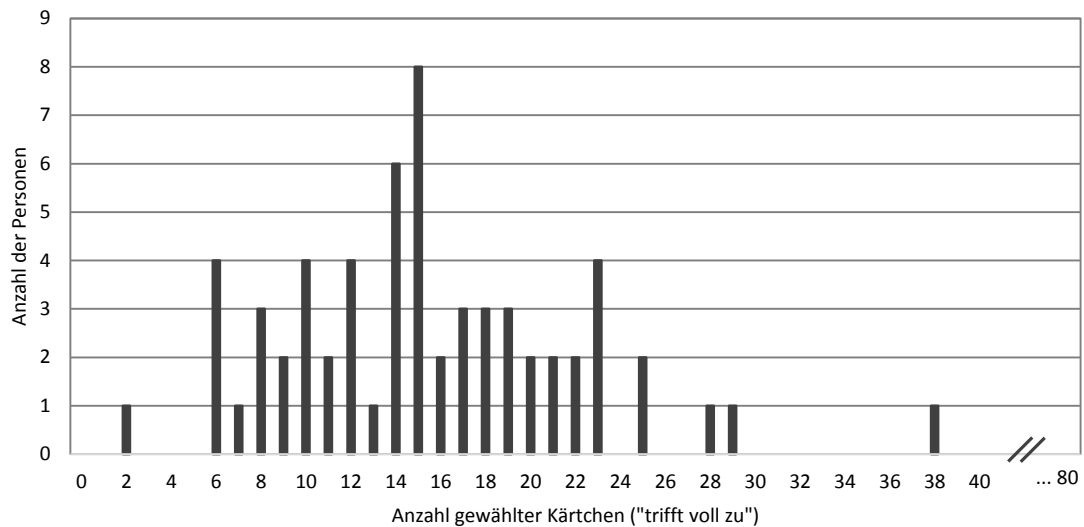


Abbildung 10. Anzahl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen ($n = 62$) bezüglich der gewählter Kärtchenanzahl eingeschränkt auf den Bereich "trifft voll zu".

Tabelle 17. Anzahl und prozentueller Anteil der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bzgl. der Menge gewählter Kärtchen gruppiert in 5-er Schritten (Bereich „voll zutreffend“).

Anzahl gewählter Kärtchen	Anzahl der Personen	kumulierte Häufigkeiten	kumulierte Prozente
0-5	1	1	1,6
6-10	10	11	17,7
11-15	17	28	45,2
16-20	19	47	75,8
21-25	10	57	91,9
24-30	4	61	98,4
31-35	-	61	98,4
36-40	1	62	100

7.1.2 Zusammenhänge Kärtchenanzahl – Alter / Geschlecht

Im Streudiagramm (Abbildung 11) zeigt sich, dass in der Gruppe der Probanden und Probandinnen höheren Alters tendenziell mehr Kärtchen genommen werden und so weniger Variation auf der Skala zwischen einigen wenigen und sehr vielen Aussagen besteht. Bei den Jüngeren hingegen gibt es Personen, die zu sehr wenigen Kärtchen, aber auch jene, die vergleichbar mit den Älteren, zu eher mehr Kärtchen greifen. Bei den älteren Teilnehmern und Teilnehmerinnen findet sich niemand, der wirklich wenige Aussagen im endgültigen Ergebnis aufweist.

Eine positive Korrelation zeigt sich zwischen der Summe an gewählten Kärtchen („voll und teilweise zutreffend“) und dem Alter der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Die

Pearson Korrelation weist mit $r(60) = 0,410$; $p < 0,01$ einen signifikant positiven Zusammenhang zwischen den beiden Variablen auf. Personen, die älter sind, wählen eine größere Anzahl an Kärtchen bzw. entscheiden sich diese tendenziell nicht für niedrige Kärtchenmengen. Auch bei einer Beschränkung auf nur jene Anzahl an Kärtchen, die als „voll zutreffend“ klassifiziert wurden, zeigt die Pearson-Korrelation einen signifikant positiven Zusammenhang mit $r(60) = 0,483$; $p < 0,01$.

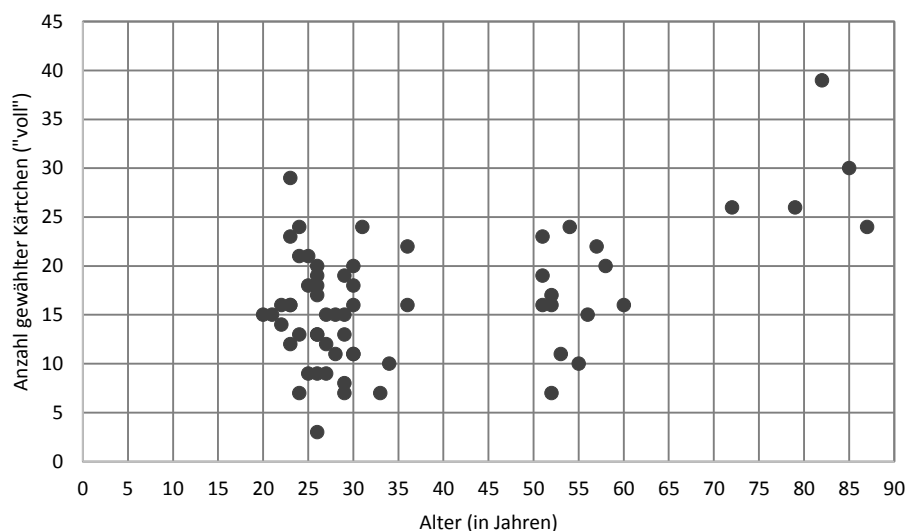


Abbildung 11. Streudiagramm des korrelativen Zusammenhangs zwischen Alter und Anzahl gewählter Kärtchen im Bereich „voll zutreffend“ ($n = 62$).

Betrachtet man den korrelativen Zusammenhang zwischen der Anzahl gewählter Kärtchen – wiederum beschränkt auf den Bereich „voll zutreffend“ – und dem Alter getrennt nach Geschlecht, ergibt sich folgendes Bild: In der Gruppe der Männer ($n = 26$) zeigt sich ein verringerter Zusammenhang gegenüber der Korrelation aller Probanden und Probandinnen, so beschreibt die Pearson Korrelation mit $r(24) = 0,384$; $p = 0,053$ lediglich eine positive Tendenz. Deutlicher fällt hingegen der Zusammenhang in der Gruppe der Frauen ($n = 36$) aus, wo der Wert gegenüber der Gesamtkorrelation gestiegen ist. Die Pearson-Korrelation beschreibt mit $r(34) = 0,550$; $p < 0,01$ einen signifikant positiven Zusammenhang.

7.2 Vergleich von Häufigkeiten und Vorkommen einzelner Aussagen

Im Folgenden wird die Häufigkeit betrachtet, mit der ein einzelnes Kärtchen bzw. eine Aussage von den Probanden und Probandinnen gewählt wurde – gibt es Statements, die von keinem/er Teilnehmer/in oder solche, die von allen ausgewählt werden?

Die nachfolgenden Tabellen listen verschiedene Aspekte in Bezug auf das Vorkommen und die Häufigkeit der Kärtchen auf – dabei wurde in eckiger Klammer der entsprechende Typ zugeordnet.

Einige Kärtchen wurden jeweils von über 80 % der Teilnehmer und Teilnehmerinnen (das entspricht in etwa 50 oder mehr Personen) in ihre Endauswahl einbezogen. Es handelt sich um folgende Aussagen (Tabelle 18):

Tabelle 18. Alle Aussagen (Kärtchen) die jeweils von mehr als 80 % der Personen gewählt wurden (Bereiche „voll UND teilweise zutreffend“), absteigend sortiert nach Gesamtmenge.

	Anzahl der Personen	
	trifft voll zu	trifft teilweise zu
K15 Meine täglichen Aktivitäten bereiten mir Freude. [1]	27	28
K48 Mit meinem Leben bin ich im Großen und Ganzen zufrieden. [6]	48	6
K57 Ich kann mein Leben genießen, obwohl es ab und zu kleinere Ärgernisse gibt. [2]	43	8
K46 Ich kann richtig glücklich sein, aber auch traurig/genervt/gereizt/... wenn mir problematische Dinge begegnen. [5]	26	25
K25 Es gibt positive Dinge im Leben, die mich in schlechten Zeiten immer wieder aufrichten. [9]	42	9
K55 Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]	39	11

Anmerkung. Angabe der zugehörigen Kategorie/n in [...]

Es handelt sich um jene Aussagen, die von sehr vielen Personen gewählt wurden und damit um Aussagen, die auf für viele Leute passend erscheinen – und scheinbar unabhängig vom Typ. K15 gefolgt von K48 sind jene am häufigsten gewählten Kärtchen, diese wurden insgesamt 55- bzw. 54-mal von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen in ihre Endauswahl integriert. Da die Stichprobe aus 62 Personen besteht, haben lediglich 7 bzw. 8 nicht auf diese Kärtchen gesetzt. Obwohl die Aussage K48 dem Typ 6 „balanciert/resignativ“ zugeordnet war, handelt es sich wohl um eine Behauptung, die den meisten Menschen entspricht, oder die eine Person sehr wahrscheinlich in ihre

Auswahl einschließt, denn kaum jemand ist mit seinem Leben (egal wie es tatsächlich ist) nicht in irgendeiner Weise „im Großen und Ganzen zufrieden“ – man lebt in diesem Leben und hat sich damit auf die eine oder andere Weise (stärker oder weniger stark zufrieden) arrangiert. Selbiges gilt wahrscheinlich auch für Aussage K15, denn das eigene Leben besteht aus den täglichen Aktivitäten – wobei anzumerken ist, dass hier weit weniger Personen „voll zustimmen“. Das lässt darauf schließen, dass tägliche Aktivitäten zwar für viele okay, aber eben nicht für jeden immer auch „Freude bereitend“ sind.

Die Kärtchen K55 und K57 beziehen sich auf den gleichen positiven Aspekt. K46 dagegen betrifft die ambivalente Seite einer Person, indem die Aussage beide (positive wie negative) Emotionen anspricht. Nachdem über 80 % der Stichprobe diese Aussage wählen, ist es sehr wahrscheinlich, dass viele Personen den Aspekt des Schwankens in der Befindlichkeit in gewisser Weise kennen. Eine Stütze im Leben zu haben (K25), geben 42 Personen in der Kategorie „voll zutreffend“ an.

Ein Kärtchen bzw. eine Aussage wurde von keinem der Teilnehmer und Teilnehmerinnen ausgewählt: *K67 Mein Leben ist für mich enttäuschend – da gibt es kaum etwas, das mich stolz macht oder zufrieden stimmt.* Diese Aussage gehört laut Einteilung zu Typ 11 und bezeichnet wohl eine Behauptung, die nur in seltenen, sehr negativ geprägten Lebenssituationen zu passen scheint.

Weitere sieben Kärtchen wurden sehr selten ausgesucht (siehe Tabelle 19), nur zwei- bis maximal viermal zählten folgende Aussagen zur Auswahl der Probanden und Probandinnen:

Tabelle 19. Die am seltensten gewählten Aussagen (Kärtchen), jeweils nur maximal 4-mal gewählt (Bereiche „voll UND teilweise zutreffend“), aufsteigend sortiert nach Gesamtmenge.

	Anzahl der Personen	
	trifft voll zu	trifft teilweise zu
K12 <i>Es gibt kaum Positives, auf das ich mich verlassen kann.</i> ¹ [10]	2	-
K66 <i>Was kann man schon vom Leben erwarten?</i> [10]	-	2
K35 <i>Über die persönliche Stimmung spricht man doch nicht.</i> [7]	-	3
K37 <i>In gewisser Weise bin ich von meinem Leben enttäuscht.</i> [9,10]	-	3
K38 <i>Wenn ich könnte, würde ich mein Leben tiefgreifend ändern.</i> [9,10]	-	3
K53 <i>Ich fühle mich häufig verzweifelt und hoffnungslos.</i> [10]	-	3
K21 <i>Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen.</i> [6,7]	1	3

Anmerkung. Angabe der zugehörigen Kategorie/n in [...]

¹ K12 wurde überhaupt nie als „teilweise zutreffend“ gewählt, aber zweimal als „voll zutreffend“.

Die Aussagen, die kaum gewählt wurden, betreffen keinen der positiv dominierten Typen, vielmehr handelt es sich um Statements, die den negativen Typen zugeordnet wurden. Die Kärtchen K35 und K21 sind den emotional weniger intensiven Typen des mittleren Bereichs zugehörig und zeigen damit einen eher flachen oder gehemmten Affekt.

Folgende Kärtchen kommen bei einer reinen Betrachtung nur jener Kärtchen bzw. Aussagen, die als „voll zutreffend“ deklariert wurden, nicht mehr vor (Tabelle 20). Diese wurden bei der Aufgabenbearbeitung von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen als nur „teilweise zutreffend“ gewählt oder überhaupt ausgeschlossen. Dabei handelt es sich bis auf K14 und K40 um Aussagen, die bereits oberhalb bei Tabelle 19 erwähnt wurden. K14 und K40 betreffen Statements, die zu Typ 11 gehören, dem negativsten Typ bezüglich der Abstufung. Die geringe Nutzung der Aussagen (Tabelle 20) bei der Sortierung kann darin begründet sein, dass negative Lebensevaluationen generell eher gemieden werden.

Tabelle 20. Alle Aussagen (Kärtchen), die von keiner Person als "voll zutreffend" eingestuft wurden, absteigend sortiert nach Gesamtmenge.

	Anzahl der Personen	
	trifft voll zu	trifft teilweise zu
K14 Aus meinen negativen Gedankengängen komme ich meist schwer wieder heraus. [11]	-	11
K40 Gedanken an die Zukunft erfüllen mich mit Angst. [11]	-	8
K35 Über die persönliche Stimmung spricht man doch nicht. [7]	-	3
K37 In gewisser Weise bin ich von meinem Leben enttäuscht. [9,10]	-	3
K38 Wenn ich könnte, würde ich mein Leben tiefgreifend ändern. [9,10]	-	3
K53 Ich fühle mich häufig verzweifelt und hoffnungslos. [10]	-	3
K66 Was kann man schon vom Leben erwarten? [10]	-	2
K67 Mein Leben ist für mich enttäuschend – da gibt es kaum etwas, das mich stolz macht oder zufrieden stimmt. [11]	-	-

Anmerkung. Angabe der zugehörigen Kategorie/n in [...]

Wiederum bei reiner Betrachtung der Sortierkategorie „voll zutreffend“ werden jeweils von mehr als der Hälfte aller Probanden und Probandinnen (das entspricht jeweils mehr als 31 Personen) folgende sieben Kärtchen zu ihrer Auswahl hinzugenommen (siehe Tabelle 21). Im Wesentlichen werden mit diesen Kärtchen Aussagen der positiven

Kategorien angesprochen. K25 (Typ 9) wurde bereits oberhalb als häufig gewähltes Kärtchen erwähnt.

Tabelle 21. Alle Aussagen (Kärtchen), die jeweils von mehr als 50 % der Personen (d. h. > 31 Pers.) gewählt wurden (Bereich „voll zutreffend“).

	Anzahl der Personen	
	trifft voll zu	trifft teilweise zu
K48 Mit meinem Leben bin ich im Großen und Ganzen zufrieden. [6]	48	6
K42 Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl. [1,2,3,4]	45	14
K57 Ich kann mein Leben genießen, obwohl es ab und zu kleinere Ärgernisse gibt. [2]	43	8
K25 Es gibt positive Dinge im Leben, die mich in schlechten Zeiten immer wieder aufrichten. [9]	42	9
K4 Trotz mancher Probleme finde ich immer zu meiner doch positiven Grundstimmung zurück. [4]	40	5
K55 Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]	39	11
K44 Ich würde mein Leben als sehr glücklich beschreiben, auch wenn es ab und zu kurzfristige, kleinere Einschränkungen gibt (Probleme, Sorgen, Verstimmungen, unerfüllte Bedürfnisse). [2]	30	10

Anmerkung. Angabe der zugehörigen Kategorie/n in [...]

8 Auswertung der Q-Sortings

Die individuellen Q-Sortings der Teilnehmer und Teilnehmerinnen, also die Muster aus Aussagen und Statements am Ende des jeweiligen Sortierprozesses, stellen das Meinungsbild jedes Einzelnen dar. Wie weit die Ergebnisse unterschiedliche Personengruppen erkennen lassen und Wohlbefindentypen beschreiben, soll im Folgenden betrachtet werden.

8.1 Typenvergleich

Ziel der Auswertung ist es unter anderem, die eingangs betrachteten Typen subjektiven Wohlbefindens bezüglich ihres Vorkommens und ihrer Anwendbarkeit zu prüfen. Bei der Konstruktion des Erhebungsinstruments wurde, wie oberhalb beschrieben, eine Zuordnung der in der Erhebungsphase vorgegebenen Aussagen zu den Ausgangstypen

festgelegt. Im Folgenden soll nun die Übereinstimmung jeder Person mit den einzelnen Typen betrachtet werden. Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin wird aufgrund seiner/ihrer im Rahmen des Sortierprozesses gewählten Aussagen beurteilt und die Passung mit einem oder mehreren Typen analysiert. Im Idealfall kann jedem der Probanden und Probandinnen eindeutig einer der Typen zugeordnet werden.

Hierzu ergeben sich folgende Fragen: ist eine Zuordnung immer bzw. eindeutig möglich und inwiefern ist die Typenzuweisung repräsentativ für den Wohlbefindensgrad der Person, wenn z. B. deren Angaben mit den Ratingskalen verglichen werden.

Bei der Berechnung der prozentuellen Übereinstimmung gehen Items, die als „*voll zutreffend*“ gewertet wurden, mit einem Punkt, jene, die als „*teilweise zutreffen*“, mit einem halben Punkt und die ausgeschlossenen Items mit null Punkten in den Summenscore ein. Maximal können daher so viele Übereinstimmungspunkte erreicht werden, wie der Typ Items (d. h. Aussagen) enthält, wenn diese zur Gänze als „*voll zutreffend*“ interpretiert wurden.

Die 11 Kategorien oder Typen des subjektiven Wohlbefindens überschneiden sich in manchen Punkten und haben eine leicht unterschiedliche Itemanzahl. Die in den Tabellen 22 und 23 angegebenen Werte beziehen sich prozentuell auf die Höhe der Übereinstimmung mit dem jeweiligen Typ.

Wie bereits in Kapitel 7.1.1 hingewiesen wurde, kann davon ausgegangen werden, dass jene Aussagen und Statements, die einer Person tatsächlich stark entsprechen und mit denen sie sich identifizieren kann, im Bereich „*voll zutreffend*“ zu finden sind. Diese Kategorie soll daher bei der Analyse der prozentuellen Übereinstimmungen bevorzugt betrachtet werden. Einer dort erkennbaren Ähnlichkeit mit den zugehörigen Statementmustern der einzelnen Typen wird eine höhere Relevanz für die Aufdeckung des „wahren“ Typs einer Person zugeschrieben.

8.1.1 Zuordnung der Typen

Die Eindeutigkeit der Typenzuordnung soll in einem Vergleich der unten beschriebenen Tabellen näher betrachtet werden. Die Identifizierung und Zuordnung der Typen erfolgt in mehreren Schritten, die nachfolgend erläutert werden sollen:

Betrachtet werden die Prozentwerte jeder Person bzgl. aller 11 Typen in zwei Varianten: (1) die als „voll zutreffend“ gewählten (Tabelle 22) und (2) alle gewählten Kärtchen, also alle „voll“ UND „teilweise zutreffenden“ Aussagen (Tabelle 23). Die Prozentwerte wurden in den beiden Tabellen farblich markiert, eine Legende am Ende jeder Tabelle zeigt die Verteilung von hohen zu niedrigen Werten (rot – orange – gelb – grün).

Grundsätzlich wird jede Person dem Typ zugeordnet, bezüglich dessen sie den höchsten Prozentwert aufweist.

- Die Werte streuen zumeist rund um einen am höchsten ausgeprägten Typ. Je nach Menge (Anzahl) an gewählten Kärtchen fallen diese Prozentangaben pro Person unterschiedlich hoch aus.
- Der für die Zuordnung ausschlaggebende Wert soll sich prozentuell (deutlich) von den anderen abheben.

Schritt 1:

Unter Betrachtung der Tabelle „voll zutreffend“ wird all jenen Versuchspersonen, bei denen sich eine nach der oben angeführten Regel eindeutige Zuordnung ergibt, dieser Typ zugeordnet. Es wurde keine eigene Tabelle zur Veranschaulichung dieser Werte angeführt – die betreffenden Werte und Zuordnungen sind jedoch in Tabelle 23 ersichtlich (Typ: schwarz/fett) und mit Stern * gekennzeichnet.

Betrachtet man im Vergleich der beiden Tabellen die Gesamttabelle (Tabelle 22), stimmen fast alle zuvor getroffenen Typenzuordnungen aus Schritt 1 mit den Gesamt-Prozentwerten überein. Der höchste Prozentwert pro Person bleibt in den meisten Fällen unverändert. Zeigen sich mehrere Typen mit ähnlich hohe Prozentzahlen, bleibt die bereits getroffene Zuordnung – aufgrund des stärkeren Gewichts - bestehen.

Schritt 2:

Sind die Werte sehr ähnlich und liegen nahe beieinander, kann keine eindeutige Typenzuordnung getroffen werden, so werden die gesamt erzielten Prozentwerte, d. h. aus den Bereichen „*voll + teilweise zutreffend*“, betrachtet. Für all jene Personen, bei denen keine eindeutige Zuordnung nach Schritt 1 möglich war, wird daher die Gesamttabelle (Tabelle 22) herangezogen. Diesen Personen wird nun im 2. Schritt jener Typ zugeordnet, der dort prozentuell dominiert (Typ: blaue Schrift).

Schritt 3:

Für den Fall, dass eine Person mehrere sehr nahe beieinander liegende höchste Werte aufweist (Tabelle 22), werden diese (zumeist 2) Werte als mögliche Typen vermerkt (mit <> gekennzeichnet). Konnte also nur eine reduzierte, einschränkende Zuordnung getroffen werden (auf z. B. 2 Typen), wird diese „*reduzierte*“ Zuordnung neuerlich mit der Tabelle „*voll zutreffend*“ verglichen (Tabelle 23). Der Person wird jener Typ der *reduzierten Auswahl* zugeordnet, der dort höher ausgeprägt ist.

Schritt 4:

Bei den hellgrau hinterlegten Personen (Tabelle 22) ist die Entscheidung schwierig, da diese nur Werte unter der Mitte (< 50 %) aufweisen bzw. häufig in mehreren Kategorien niedrige, sehr nahe beieinander liegende Werte zeigen. Wenn der dominierende Wert zumindest einen Prozentwert von 35 % aufweist, wird dieser Typ vergeben (mit // gekennzeichnet). Zwei Personen kann kein Typ zugeordnet werden (markiert mit ---).

Ein Wert von 35 % hat sich bei der Analyse der Daten als sinnvoll und ausreichend inhaltlich bedeutsam erwiesen. Personen unterhalb dieser Grenze bleiben ohne konkrete Typenzuordnung – was sich durch die fehlende Eindeutigkeit, aufgrund (1.) zu wenigen gewählten Kärtchen UND/ODER (2.) einer zu breiten, über alle Typen streuenden Verteilung, ergibt.

Spezialfälle:

- Person 13 (dunkelgrau): Werden sehr viele positive Kärtchen gewählt und dadurch in sehr vielen Kategorien sehr hohe, nahe beieinander liegende Prozentwerte erreicht, kann kein dominierender Wert bestimmt werden. Da die Person zusätzlich zu Typ 1-Aussagen auch weniger positive wählt, kann sie nicht dem oberen Ende der Typen zugeordnet werden. Daher wird bei der Typenzuordnung eine mittlere Kategorie ihrer dominierenden Werte gewählt.
- Personen 5, 10, 11 (mittelgrau): Diese Personen haben jeweils Aussagen aus der Mitte („positiv und negativ eher ausgeglichen“, Typ 5/6/7) gewählt, aber jeweils auch aus einem der äußeren Bereiche (pos. oder neg.) Sie wählen somit auch Aussagen aus dem positiven (Person 10, 11) bzw. negativen Bereich (Person 5). Es zeigt sich bezüglich der prozentuellen Werte eher eine zweigipfelige Verteilung, als eine um einen einzelnen Typ streuende („normalverteilungsähnliche“) Verteilung.

Diesen Personen kann aufgrund der Verteilung nicht ohne weiteres derjenige Typ des jeweils höchsten Prozent-Typenwerts zugewiesen werden. In beiden Tabellen zeigen sich jeweils ähnlich hohe Werte in den Außen- bzw. mittleren Bereichen. Es wird folglich angenommen, dass diese zwar positive (bzw. negative) Items wählen, aber ihre Auswahl dennoch genügend Ambivalenz zeigt, um nicht vollständig einem positiven (bzw. negativen) Typ zugeordnet zu werden. Die Personen wählen beides, da sowohl positive wie negative Aspekte vorhanden sind. Die Typenentscheidung fällt damit jeweils auf die mittlere Kategorie (2-mal Typ 6, 1-mal Typ 5).

Die endgültige Typenzuordnung der Personen ist in der rechten, äußeren Spalte in Tabelle 23 ersichtlich. Die zugeordneten Typen wurden auch innerhalb der prozentuellen Verteilung jeweils mit einem schwarzen Kästchen markiert. Anzumerken ist, dass es sich dabei – aufgrund der Anwendung der oberhalb angeführten Zuordnungsregeln – nicht notwendigerweise immer um den höchsten Wert in einer Zeile handelt (in den meisten Fällen stimmt dies aber überein).

Tabelle 22. Übereinstimmung der einzelnen Personen mit den Typen in Prozent und anfängliche Typenzuordnung inkl. Anmerkung in Betracht kommender Typen (prozentuelle Typenübereinstimmung für den Bereich "voll und teilweise zutreffend").

Vpn-Nr.	Übereinstimmung mit den Typen in Prozent (Bereich "voll + teilweise zutreffend")											Typen- zuordnung (1-11)	Anmerkung (mögliche Typen)
	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Typ 7	Typ 8	Typ 9	Typ 10	Typ 11		
1	45,45	61,11	78,57	75	43,75	41,67	0	20	41,67	25	21,43	3 *	
2	40,91	38,89	21,43	18,75	6,25	25	0	10	12,5	3,13	0	//	1 und 2
3	22,73	38,89	50	43,75	12,5	16,67	12,5	20	20,83	15,63	17,86	3	
4	13,64	22,22	42,86	31,25	43,75	25	0	5	25	15,63	14,29	//	5
5	36,36	44,44	42,86	56,25	68,75	58,33	25	40	62,5	40,63	50	5	5 und 9
6	40,91	61,11	64,29	56,25	6,25	8,33	0	15	8,33	6,25	3,57	3 *	
7	22,73	16,67	50	37,5	56,25	12,5	0	5	33,33	18,75	25	5 *	
8	90,91	94,44	71,43	50	37,5	25	25	10	8,33	3,13	0	2 *	
9	40,91	50	71,43	68,75	18,75	45,83	18,75	5	16,67	9,38	3,57	3 *	
10	81,82	94,44	100	87,5	56,25	79,17	37,5	25	29,17	25	17,86	<	1/2/3/4 u.6
11	63,64	77,78	57,14	62,5	68,75	79,17	50	15	50	37,5	53,57	<	2 und 6
12	54,55	72,22	78,57	81,25	56,25	70,83	50	25	29,17	12,5	25	4 *	
13	72,73	72,22	71,43	68,75	50	54,17	18,75	5	29,17	15,63	35,71	3	1 bis 6
14	0	0	0	12,5	37,5	4,17	0	50	20,83	15,63	25	8	
15	9,09	11,11	14,29	6,25	37,5	16,67	0	20	29,17	15,63	7,14	//	5
16	81,82	94,44	85,71	56,25	31,25	41,67	12,5	10	8,33	3,13	0	2 *	
17	13,64	22,22	0	0	25	16,67	0	5	12,5	3,13	3,57	---	
18	9,09	38,89	42,86	31,25	25	8,33	0	10	25	12,5	10,71	//	3
19	50	66,67	78,57	56,25	31,25	12,5	0	0	8,33	6,25	0	3 *	
20	50	72,22	50	62,5	37,5	12,5	0	20	29,17	15,63	17,86	2 *	
21	31,82	33,33	57,14	43,75	18,75	8,33	6,25	15	16,67	6,25	3,57	3	
22	50	61,11	64,29	50	50	33,33	0	15	37,5	21,88	7,14	3	
23	68,18	72,22	71,43	62,5	43,75	41,67	12,5	20	16,67	9,38	7,14	3 *	2 und 3
24	50	61,11	64,29	50	50	70,83	37,5	30	33,33	25	17,86	6 *	
25	50	77,78	71,43	62,5	18,75	45,83	6,25	10	16,67	6,25	7,14	3 *	2 und 3
26	77,27	72,22	50	37,5	25	12,5	18,75	5	16,67	9,38	0	1 *	
27	18,18	33,33	28,57	37,5	56,25	58,33	12,5	10	37,5	15,63	32,14	<	5 und 6
28	27,27	33,33	57,14	62,5	31,25	41,67	0	5	12,5	3,13	3,57	3 *	3 und 4
29	31,82	55,56	64,29	62,5	25	41,67	18,75	10	16,67	9,38	14,29	3 *	
30	45,45	72,22	57,14	37,5	43,75	41,67	25	15	29,17	25	17,86	2 *	
31	40,91	72,22	64,29	50	31,25	33,33	18,75	10	16,67	15,63	14,29	2 *	
32	95,45	88,89	78,57	43,75	18,75	33,33	12,5	10	4,17	3,13	0	1 *	
33	13,64	22,22	21,43	25	50	20,83	18,75	30	33,33	18,75	28,57	5 *	
34	45,45	83,33	78,57	75	50	45,83	31,25	55	58,33	43,75	28,57	2 *	
35	68,18	61,11	71,43	62,5	50	33,33	18,75	15	25	25	21,43	1 *	1 und 3
36	27,27	50	42,86	37,5	12,5	50	12,5	40	20,83	9,38	3,57	6 *	2 und 6
37	22,73	11,11	28,57	43,75	50	70,83	37,5	35	41,67	25	21,43	6 *	
38	13,64	11,11	14,29	31,25	12,5	29,17	12,5	45	37,5	37,5	32,14	//	8
39	18,18	61,11	57,14	56,25	43,75	25	12,5	5	33,33	25	14,29	4 *	2 und 3/4
40	54,55	77,78	71,43	87,5	62,5	58,33	6,25	30	37,5	15,63	14,29	4 *	
41	27,27	27,78	57,14	56,25	62,5	58,33	6,25	45	29,17	34,38	32,14	6 *	5 und 6
42	68,18	61,11	78,57	75	31,25	37,5	25	5	12,5	3,13	3,57	3 *	
43	50	83,33	64,29	75	62,5	54,17	12,5	25	45,83	21,88	35,71	2 *	
44	59,09	83,33	85,71	56,25	31,25	45,83	25	20	12,5	6,25	0	2 *	2 und 3
45	40,91	44,44	50	43,75	18,75	29,17	6,25	0	12,5	9,38	7,14	3	
46	77,27	88,89	78,57	56,25	25	16,67	6,25	10	16,67	6,25	3,57	2 *	
47	63,64	83,33	78,57	43,75	18,75	8,33	12,5	10	4,17	3,13	0	2 *	
48	31,82	22,22	50	18,75	25	8,33	18,75	0	12,5	9,38	0	3	
49	18,18	33,33	14,29	12,5	62,5	25	0	10	25	15,63	28,57	5 *	
50	4,55	5,56	7,14	12,5	25	0	0	15	16,67	9,38	7,14	---	
51	31,82	44,44	50	37,5	37,5	62,5	25	15	25	18,75	10,71	6 *	
52	18,18	55,56	71,43	62,5	43,75	25	25	20	37,5	28,13	10,71	3 *	
53	63,64	83,33	78,57	87,5	18,75	58,33	37,5	40	16,67	3,13	3,57	4 *	
54	40,91	77,78	64,29	62,5	25	62,5	31,25	10	8,33	3,13	3,57	2 *	
55	22,73	38,89	28,57	37,5	43,75	45,83	6,25	15	16,67	9,38	10,71	//	5 und 6
56	18,18	27,78	57,14	56,25	18,75	33,33	6,25	40	20,83	18,75	14,29	<	3 und 4
57	54,55	72,22	50	50	62,5	37,5	18,75	30	16,67	9,38	7,14	2	
58	68,18	77,78	78,57	75	62,5	70,83	25	20	29,17	18,75	21,43	4 *	2/3 und 4
59	13,64	5,56	14,29	6,25	50	29,17	12,5	20	29,17	34,38	21,43	5	
60	63,64	66,67	78,57	75	56,25	58,33	25	5	33,33	18,75	21,43	3 *	
61	68,18	88,89	71,43	56,25	31,25	37,5	12,5	10	25	15,63	7,14	2 *	
62	59,09	72,22	71,43	56,25	56,25	58,33	18,75	0	12,5	3,13	10,71	2	2 und 3

Anmerkung. [siehe übernächste Seite]

markierte Prozentwerte:	
100 bis 75	
74 bis 50	
49 bis 25	
24 bis 15	

Tabelle 23. Übereinstimmung der einzelnen Personen mit den Typen in Prozent und endgültige Zuordnung zu den Typen (prozentuelle Typenübereinstimmung für den Bereich "voll zutreffend").

Vpn-Nr.	Übereinstimmung mit den Typen in Prozent (Bereich "voll zutreffend")											Typen- zuordnung (1-11)	Anmerkung (mögliche Typen)	end- gültiger Typ
	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Typ 7	Typ 8	Typ 9	Typ 10	Typ 11			
1	27,27	55,56	71,43	62,5	12,5	41,67	0	0	25	6,25	0	3 *		3 *
2	36,36	33,33	0	12,5	0	25	0	10	8,33	0	0	//	1 und 2	1
3	9,09	33,33	42,86	37,5	12,5	16,67	12,5	10	16,67	12,5	7,14	3		3
4	9,09	11,11	28,57	25	25	8,33	0	0	8,33	6,25	0	//	5	5
5	9,09	11,11	14,29	25	50	41,67	12,5	10	50	31,25	28,57	5	5 und 9	5
6	27,27	44,44	57,14	50	0	8,33	0	0	0	0	0	3 *		3 *
7	18,18	11,11	42,86	25	50	8,33	0	0	25	12,5	7,14	5 *		5 *
8	81,82	88,89	71,43	50	12,5	25	25	10	0	0	0	2 *		2 *
9	27,27	44,44	57,14	50	12,5	33,33	12,5	0	16,67	6,25	0	3 *		3 *
10	72,73	88,89	100	75	25	75	25	10	16,67	12,5	7,14	<>	1/2/3/4 u.6	6
11	54,55	77,78	42,86	50	62,5	75	37,5	10	33,33	18,75	35,71	<>	2 und 6	6
12	36,36	55,56	57,14	62,5	25	58,33	37,5	20	16,67	0	0	4 *		4 *
13	72,73	66,67	71,43	62,5	25	33,33	0	0	16,67	6,25	14,29	3	1 bis 6	3
14	0	0	0	12,5	25	0	0	40	16,67	12,5	14,29	8		8
15	9,09	11,11	14,29	0	25	0	0	10	25	12,5	7,14	//	5	5
16	72,73	88,89	71,43	50	12,5	25	12,5	10	0	0	0	2 *		2 *
17	9,09	22,22	0	0	12,5	16,67	0	0	8,33	0	0	---		---
18	9,09	33,33	28,57	25	25	8,33	0	10	25	12,5	7,14	//	3	3
19	45,45	55,56	71,43	50	0	0	0	0	8,33	6,25	0	3 *		3 *
20	36,36	55,56	28,57	50	25	0	0	10	16,67	6,25	7,14	2 *		2 *
21	9,09	22,22	42,86	37,5	12,5	8,33	0	10	8,33	0	0	3		3
22	27,27	33,33	42,86	25	12,5	25	0	10	16,67	6,25	7,14	3		3
23	63,64	66,67	71,43	50	25	25	12,5	10	8,33	0	0	3 *	2 und 3	3 *
24	36,36	44,44	42,86	50	12,5	58,33	25	10	16,67	12,5	7,14	6 *		6 *
25	27,27	66,67	71,43	62,5	12,5	41,67	0	0	8,33	0	0	3 *	2 und 3	3 *
26	72,73	55,56	28,57	25	12,5	8,33	12,5	0	16,67	6,25	0	1 *		1 *
27	9,09	22,22	14,29	37,5	37,5	41,67	0	0	25	6,25	7,14	<>	5 und 6	6
28	9,09	22,22	57,14	50	12,5	33,33	0	0	0	0	0	3 *	3 und 4	3 *
29	18,18	44,44	57,14	50	0	33,33	12,5	0	0	0	0	3 *		3 *
30	36,36	66,67	57,14	37,5	37,5	41,67	25	10	25	18,75	7,14	2 *		2 *
31	18,18	55,56	42,86	25	12,5	25	0	0	8,33	6,25	0	2 *		2 *
32	90,91	88,89	71,43	37,5	12,5	25	12,5	10	0	0	0	1 *		1 *
33	9,09	22,22	14,29	25	50	16,67	12,5	20	33,33	18,75	21,43	5 *		5 *
34	36,36	77,78	57,14	62,5	37,5	41,67	25	40	41,67	25	7,14	2 *		2 *
35	54,55	44,44	42,86	37,5	25	16,67	0	0	16,67	12,5	7,14	1 *	1 und 3	1 *
36	18,18	44,44	28,57	25	12,5	50	12,5	30	16,67	6,25	0	6 *	2 und 6	6 *
37	0	0	0	25	25	58,33	25	20	8,33	0	0	6 *		6 *
38	0	0	0	25	0	16,67	0	10	8,33	12,5	7,14	//	8	8
39	9,09	44,44	42,86	50	37,5	25	12,5	0	25	12,5	0	4 *	2 und 3/4	4 *
40	27,27	66,67	42,86	75	37,5	41,67	0	10	16,67	0	0	4 *		4 *
41	9,09	22,22	42,86	37,5	37,5	50	0	20	8,33	18,75	7,14	6 *	5 und 6	6 *
42	54,55	44,44	57,14	50	12,5	16,67	0	0	8,33	0	0	3 *		3 *
43	18,18	77,78	42,86	62,5	37,5	41,67	0	10	33,33	12,5	7,14	2 *		2 *
44	54,55	77,78	71,43	50	12,5	33,33	12,5	10	8,33	6,25	0	2 *	2 und 3	2 *
45	27,27	33,33	42,86	37,5	12,5	25	0	0	0	0	0	3		3
46	72,73	77,78	57,14	50	0	8,33	0	0	8,33	0	0	2 *		2 *
47	45,45	77,78	71,43	37,5	12,5	8,33	12,5	10	0	0	0	2 *		2 *
48	27,27	11,11	42,86	12,5	12,5	0	12,5	0	8,33	6,25	0	3		3
49	18,18	33,33	14,29	12,5	50	25	0	10	16,67	12,5	7,14	5 *		5 *
50	0	0	0	0	25	0	0	0	8,33	0	0	---		---
51	9,09	22,22	28,57	25	25	58,33	12,5	0	16,67	12,5	0	6 *		6 *
52	18,18	55,56	71,43	62,5	25	25	25	10	25	18,75	0	3 *		3 *
53	36,36	66,67	71,43	75	0	33,33	12,5	10	8,33	0	0	4 *		4 *
54	9,09	55,56	28,57	37,5	0	50	12,5	0	8,33	0	0	2 *		2 *
55	9,09	33,33	14,29	25	37,5	41,67	0	0	8,33	0	0	//	5 und 6	6
56	9,09	22,22	42,86	37,5	12,5	16,67	0	20	16,67	18,75	14,29	<>	3 und 4	3
57	27,27	44,44	14,29	25	37,5	16,67	12,5	0	8,33	0	0	2		2
58	54,55	55,56	57,14	62,5	25	50	0	0	16,67	6,25	0	4 *	2/3 und 4	4 *
59	0	0	0	0	25	16,67	12,5	10	8,33	12,5	7,14	5		5
60	54,55	44,44	71,43	62,5	37,5	50	12,5	0	16,67	0	0	3 *		3 *
61	63,64	88,89	71,43	50	12,5	33,33	12,5	0	8,33	0	0	2 *		2 *
62	27,27	33,33	35,71	25	18,75	29,17	6,25	0	4,17	0	0	2	2 und 3	2

Anmerkung. [siehe Folgeseite]

markierte Prozentwerte:	
100 bis 75	
74 bis 50	
49 bis 25	
24 bis 15	

[... Anmerkungen zu Tabelle 21/22]

Spalte „Vpn-Nr.“: Die hellgrau hinterlegten Vpn-Nr. markieren Personen, die aufgrund der niedrigen Prozentwerte schwer einem Typ zuzuteilen sind, mittelgraue Vpn zeigen uneindeutige (zweigipfelige) Verteilungsmuster und dunkelgraue Vpn speziell zu betrachtende Fälle.

Symbole, Schriftart in den Spalten „Typenzuordnungen“:

schwarz/fett und * ... bereits anfänglich, in Schritt 1 bestimmte Typen

blau ... in Schritt 2 bestimmte Typen

<> ... mehrere Typen weisen ähnlich hohe Prozentwerte auf

// ... alle Prozentwerte sind sehr gering, mehrere Typen weisen ähnlich hohe Werte auf

--- ... diesen Personen kann aufgrund zu niedriger Werte kein Typ zugeteilt werden

8.1.2 Verteilung und Vorkommen der Typen in der Stichprobe

Die Verteilung der zugeordneten Typen in der Stichprobe zeigt, dass nicht alle Typen gleichermaßen vertreten sind. Den Typen 7, 9, 10 und 11 wurde keiner der Probanden und Probandinnen zugeordnet. Darüber hinaus konnte für zwei Personen kein entsprechender Typ bestimmt werden, da aufgrund der Verteilung und geringen Höhe ihrer prozentuellen Übereinstimmungswerte keine inhaltlich sinnvolle Entscheidung getroffen werden konnte. Nachdem diese beiden Personen zur Beschreibung der Häufigkeitsverteilung nicht einbezogen wurden, besteht die Gruppe der nachfolgend betrachteten Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus $n = 60$ Personen.

Tabelle 24. Häufigkeitsverteilung der Typen in der Stichprobe (angepasste Personenzahl $n = 60$).

	Typ (1-11)	Anzahl der Personen	Prozent
positiv	1	4	6,7
	2	14	23,3
	3	19	31,7
	4	5	8,3
?	5	7	11,7
	6	9	15,0
	7	-	-
negativ	8	2	3,3
	9	-	-
	10	-	-
	11	-	-

Die Häufigkeitsverteilung der Typen (Tabelle 24) weist eine Spannweite von Typ 1 bis Typ 8 auf, wobei Typ 7 nicht vertreten ist. Der Median, also der Zentralwert der Verteilung, ist Typ 3, auch der am häufigsten vorkommende Typ ist 3 (Modalwert). Der Mittelwert liegt mit 3,57 ($SD = 1,721$) dagegen etwas weiter rechts, zwischen den Typen 3 und 4. Anders als bei den Verteilungen zu Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden sagt

dieser Wert jedoch inhaltlich weniger aus. Es handelt sich bei der Typenverteilung um konkrete Kategorien und keine in ihrer Wertabfolge kontinuierliche Skala. Vor allem in den mittleren Kategorien stehen die Typen als qualitativ unterschiedliche Kategorien nebeneinander.

Abbildung 12 zeigt die Verteilung der Personen über die 11 Kategorien. Innerhalb der positiv dominierten Typen ist eine Verteilung mit einem Gipfel bei Typ 3 (links und rechts davon abfallend) zu verzeichnen. Im mittleren Bereich („positiv und negativ eher ausgeglichenen“) überwiegt Typ 6 („balanciert, etwas resignativ“) gegenüber Typ 5 („intensiv, ambivalent“). Bei den negativ dominierten Typen zeigt sich nur Typ 8 („haltlos, unauthentisch, unerfüllt“) und zwar mit einer geringeren Häufigkeit, als sie alle anderen vertretenen Typen aufweisen.

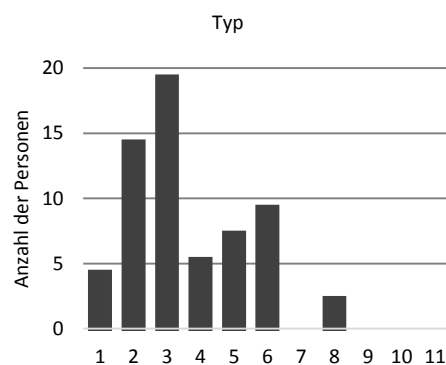


Abbildung 12. Verteilung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf die 11 Typen ($n = 60$).

8.1.3 Vergleich der Typenzuordnung mit den Selbst-Ratings

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen mussten sich selbst auf den Skalen zur Zufriedenheit, ihrem Glücksempfinden und Wohlbefinden in ihrem derzeitigen Leben einschätzen – die Angaben erfolgten auf einer Rating-Skala von 1 (hohe Ausprägung) bis 10 (niedrige Ausprägung).

Der Zusammenhang zwischen den jeweils zugewiesenen Typen und den Selbsteinschätzungen auf den Skalen Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden ist in Abbildung 13 veranschaulicht. Die Spearman-Rang-Korrelation weist bei jeder der drei Korrelationen mit der Variable Typ einen signifikant positiven Zusammenhang auf. Zufriedenheit zeigt mit $r_s(60) = 0,337$; $p < 0,01$, Glück mit $r_s(60) = 0,495$; $p < 0,01$ und Wohlbefinden mit $r_s(60) = 0,507$; $p < 0,01$ eine positive Korrelation mit der Variable

„Typ“. Die Höhe der Korrelation steigt über die Variablen Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden an. Der Zusammenhang zwischen dem Typ einer Person und deren Wohlbefindenseinschätzung zeigt somit die größte Übereinstimmung. Die angeführten Korrelationen fallen verglichen mit den Zusammenhängen der Variablen Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden untereinander jedoch geringer aus (vgl. Kap. 6.2). Dort verzeichnet der höchste korrelative Zusammenhang einen Wert von $r_s(62) = 0,729$; $p < 0,01$ zwischen Wohlbefinden und Glück.

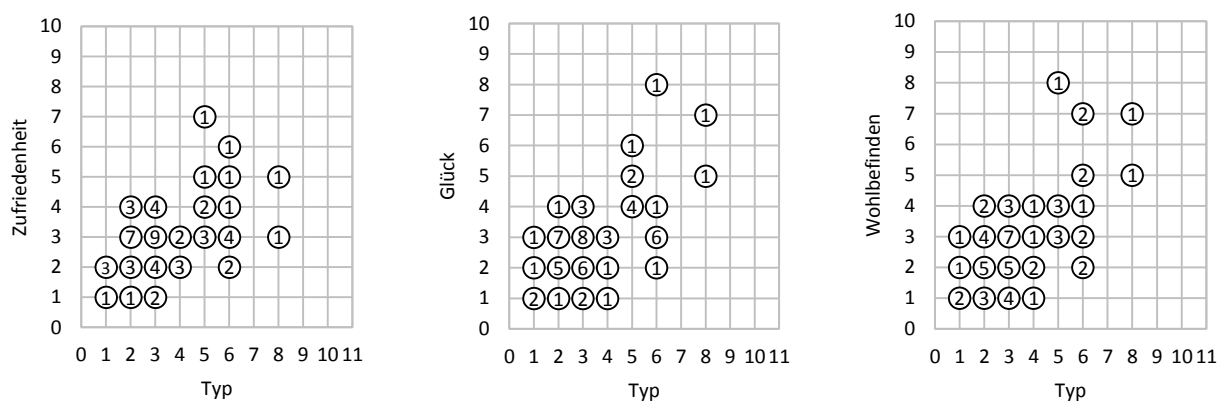


Abbildung 13. Streudiagramme des korrelativen Zusammenhangs jeweils zwischen Typ und Zufriedenheit, Glück sowie Wohlbefinden ($n = 60$); die Zahlen geben an, wie häufig diese Punkte vorkommen.

Jene beiden Personen, denen kein Typ zugeordnet werden konnte, zeigen bezüglich des Wertes ihrer Selbsteinschätzungen auf den drei erwähnten Skalen keine Ähnlichkeiten. Die Teilnehmerin 17 beschreibt sich wesentlich positiver als Probandin 50. Gemeinsamkeiten bestehen nur bezüglich der Nähe der einzelnen gewählten Werte. Die Höhe der Selbsteinschätzungen bei Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden passen gut zusammen, so wählt Person 17 (weiblich, 26 Jahre): 3/2/2 (=Z/G/W) und Person 50 (weiblich, 26 Jahre): 7/6/6 (=Z/G/W). Es handelt sich darüber hinaus um jene Teilnehmerinnen, die die wenigsten Kärtchen in ihre Endauswahl einbezogen haben: Insgesamt wurden nur 11 (Person 17) bzw. 12 Kärtchen gewählt.

8.1.4 Personen eines Typs

Alle Personen, die demselben Typ zugeordnet wurden, sollen auf Ähnlichkeiten untersucht werden. Dabei sollen Unterschiede und Gemeinsamkeiten der einzelnen

Typen betrachtet werden. Beispielsweise könnte ein Typ auffallend junge Personen beinhalten, während einem anderen nur die älteren zugehören. Tabelle 25 bietet eine übersichtliche Zusammenstellung verschiedener soziodemographischer Merkmale getrennt nach Typ, wobei nur jene Typen angeführt werden, die in der Stichprobe vorkommen.

Tabelle 25. Beschreibung der (in der Stichprobe vorkommenden) Typen nach Zufriedenheit, Glück, Wohlbefinden, Geschlecht, Alter, Familienstand, Wohnsituation, Ausbildung und beruflicher Situation ($n = 60$).

		Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Typ 8
Zufriedenheit	<i>M</i>	1,75	2,86	2,79	2,4	4,14	3,44	4
	Modalwert	2	3	3	2	3	3	*
	Min-Max	1-2	1-4	1-4	2-3	3-7	2-6	3-5
Glück	<i>M</i>	1,75	2,57	2,63	2,4	4,57	3,56	6
	Modalwert	1	3	3	3	4	3	*
	Min-Max	1-3	1-4	1-4	1-3	4-6	2-8	5-7
Wohlbefinden	<i>M</i>	1,75	2,36	2,47	2,4	4,14	4,22	6
	Modalwert	1	2	3	2	**	***	*
	Min-Max	1-3	1-4	1-4	1-4	3-8	2-7	5-7
Geschlecht	männlich	.	7	11	2	.	5	.
	weiblich	4	7	8	3	7	4	2
Alter	<i>M</i>	30,50	34,43	33,89	53,4	25,14	51,56	39,00
	<i>SD</i>	14,34	17,28	14,50	17,86	3,81	22,27	18,39
	Min-Max	23-52	22-87	20-72	29-79	21-33	26-85	26-52
Familienstand	ledig	1	1	4	.	2	2	1
	Partnerschaft	2	7	10	1	4	1	.
	verheiratet	1	5	5	4	.	6	1
	geschieden	.	.	.	.	1	.	.
	verwitwet	.	1	.	.	.	.	.
Wohnsituation	alleine	.	1	4	.	2	.	1
	Wohngemeinschaft	2	-	3	.	2	1	.
	mit Familie/Partner/in	2	13	12	5	3	8	1
Ausbildung	Lehre	.	1	3	.	.	2	.
	Meisterprüfung	.	.	.	1	.	.	.
	höhere Schule ohne Matura	.	1	.	.	1	1	.
	höhere Schule mit Matura	2	3	3	2	3	2	.
	Bachelor	.	1	3	.	2	1	1
	Mag./Dipl.Ing./Master	1	8	10	2	.	3	1
	Dr./PhD	.	.	.	.	1	.	.
	sonstiges	1	.	.	.	.	.	.
berufliche Situation	unselbstst.-Vollzeit	1	9	13	3	1	4	1
	unselbstst.-Teilzeit	.	1	1	1	.	2	1
	teils un-/ teils selbstst.	.	.	.	.	1	.	.
	Hausfrau/-mann	.	1	1	.	.	1	.
	Präsenz-/Zivildienster	.	.	.	.	.	.	.
	karenziert	.	1	.	.	.	.	.
	pensioniert	.	.	.	1	.	1	.
	arbeitsuchend	.	.	.	.	.	.	.
	Student/-in	2	2	3	.	3	1	.
	Teilzeit+Student/-in	1	.	1	.	2	.	.

Anmerkung. *M* ... Mittelwert, *SD* ... Standardabweichung, Modalwert ... häufigster Wert

*nur 2 Personen bilden Typ 8, **mehrere Modi (3/4), ***mehrere Modi (2/3/5/7)

Die Mittelwerte der Zufriedenheits-, Glücks- und Wohlbefindenseinschätzungen erhöhen sich mit ansteigender Typennummer – dieser Zusammenhang wurde bereits mit den Korrelationen in Kap. 8.1.3 gezeigt.

Zufriedenheitseinschätzungen mit einem Wert von 1 zeigen sich nur in den ersten drei Typen. Typ 5, 6 und 7 weisen auch Werte über 5 (niedrigere Ausprägung) auf. Auch die Skalen zu Glück und Wohlbefinden zeigen in den ersten 4 Typen höchste Ausprägungen (Wert 1). Bei der positivsten Kategorie (Typ 1) bleiben die Werte für Glück und Wohlbefinden unter 3, bei Zufriedenheit sogar unter 2. Bei dem am weitesten im negativen Bereich liegenden Typ (Typ 8) zeigen Glück und Wohlbefinden Werte zwischen 5 und 7. Die generell niedrigsten vorkommenden Werte auf den drei Skalen zeigen sich im Typ 6 bezüglich Glück und im Typ 5 bezüglich Wohlbefinden.

In Bezug auf das Geschlecht der Personen in den Gruppen ergibt sich für die Typen 2, 3, 4 und 6 ein eher ausgeglichenes Geschlechterverhältnis, während sich in den Typen 1, 5 und 8 nur weibliche Teilnehmerinnen finden.

Das Alter der Probanden und Probandinnen zeigt bei Typ 5 mit 21 bis 33 Jahren eine eher junge Gruppe. Davon abgesehen ist die Altersverteilung in den Typen-Personengruppen recht ausgeglichen. Die ältesten Personen finden sich in den Typen 2, 4 und 6.

Wenn die Teilnehmer und Teilnehmerinnen, die angeben verheiratet zu sein oder in einer Partnerschaft zu leben, zusammengezählt werden, ergibt sich eine Häufung dieser in den Typen 2 und 3 (12 bzw. 15 Personen), mit Abstand gefolgt von Typ 6 mit 7 Personen. Diese Personengruppe überwiegt damit in den positiven Kategorien. Dementsprechend wohnen auch die meisten Personen, die diesen beiden Typen angehören, gemeinsam mit ihrer Familie oder ihrem Partner/ihrer Partnerin, wiederum gefolgt von Typ 6.

Die Verteilung der einzelnen Ausbildungsgrade ist über die Typen hinweg recht unauffällig gestreut, einzig die Gruppe mit Mag./Dipl.Ing./Master-Abschluss zeigt eine Häufung mit 8 bzw. 10 Personen in den Typen 2 bzw. 3.

Darüber hinaus weisen die Typen 2 und 3 mit 9 bzw. 13 Teilnehmern und Teilnehmerinnen auch die höchste Zahl an Vollzeit arbeitenden Personen auf.

Obwohl es einige Unterschiede in den Merkmalen der einzelnen Gruppen gibt, zeigen sich keine spezifischen Charakteristika zur Unterscheidung der Typen. Es können daher keine generellen Aussagen bezüglich konkreter Unterscheidungsmerkmale getroffen werden. Eventuell könnte aber eine größere Stichprobe, bei der sich auch in den hier unterrepräsentierten Kategorien Personen einfinden, zu klareren Erkenntnissen und einer Systematisierung der Merkmale beitragen.

8.1.5 Korrelative Betrachtung der Typen

Für jede Person wurde ihre prozentuelle Übereinstimmung mit jedem der 11 Typen berechnet. Damit ergibt sich gleichermaßen auch für jeden Typ die prozentuelle Übereinstimmung mit den einzelnen Teilnehmern und Teilnehmerinnen. Im Folgenden wird der korrelative Zusammenhang der Typen-Übereinstimmungen betrachtet.

Dabei stellen sich die Fragen, inwieweit die Typen zusammenhängen und hohe Korrelationen aufweisen, aber auch, welche Typen niedrige korrelative Zusammenhänge zeigen. Aufgrund der in den Daten ersichtlichen, zumeist vorhandenen Streuung der Typenübereinstimmungen um eine Kategorie, ist zu erwarten, dass nebeneinander liegende Typen höher korrelieren.

In den folgenden beiden Tabellen (26 und 27) sind die Korrelationen der 11 Typen-Prozent-Variablen angegeben. Signifikante Korrelationen über einem Wert von 0,5 wurden gelb markiert, jene darunter blau.

Eine erste Betrachtung zeigt, dass die vier Typen aus dem Bereich „eher positiv dominiert“ (Typ 1-4) sehr hoch positiv korrelieren. Die vier Typen beschreiben von 1 bis 4 eine Abfolge von stark positiv zu weniger positiv. Dabei zeigt sich ganz deutlich, dass die jeweils benachbarten Typen am höchsten korrelieren. Am Beispiel von Typ 1 erkennt man in den Tabellen 26 und 27 bzgl. Typ 2 eine Pearson Korrelation von $r(60) = 0,870$; $p = 0,0$ und abfallende Korrelationen bzgl. Typ 3 und 4 ($r(60) = 0,770$; $p = 0,0$ und $r(60) = 0,602$; $p = 0,0$). Typ 3 zeigt die höchste Korrelation mit Typ 2 und Typ 4, einen etwas geringeren Zusammenhang mit Typ 1. Dasselbe Muster beschreiben die korrelativen Werte für Typ 2 und 4.

Bei den Typen des Bereichs „eher negativ dominiert“ (Typ 8-11) beschreiben die Korrelationswerte hohe positive Zusammenhänge der Typen 9, 10 und 11. Eine doch geringere, aber signifikant positive Korrelation zeigen die nicht direkt nebeneinander liegenden Typen 8 und 10.

Keine Zusammenhänge bzw. Korrelationen nahe Null können zwischen den Typen 1-4, den positiven Kategorien, und den Typen 8-11, den negativen Kategorien verzeichnet werden. Beim Vergleich dieser Werte untereinander zeigen sich relativ zueinander höhere Korrelationen der negativen Typen mit Typ 1, gefolgt von Typ 2. Diese korrelativen Werte sind bezogen auf ihr Vorzeichen negativ, was mit der inhaltlichen Intention der Aussagen übereinstimmt.

Gründe für die relativ betrachtet höheren Werte könnten spezielle Aussagen in den Typen 1 und 2 sein, die das generelle Zufriedensein mit dem Leben betreffen. Wie in Kapitel 7.2 beschrieben, gibt es Aussagen, die von sehr vielen, d. h. jeweils von mehr als 80 % der Personen gewählt wurden. Drei dieser Aussagen (Nr. 15, 55, 57) betreffen die Typen 1 und 2.

Im mittleren Bereich „positiv und negativ eher ausgeglichen“ zeigt die Korrelation der Typen 6 und 7 einen positiven Zusammenhang. Die Typen 5 und 6 verzeichnen nur in Tabelle 26, die die Gesamtauswahl an Kärtchen betrifft, eine deutliche Korrelation.

Darüber hinaus sieht man bei Typ 5 (intensiv/ambivalent) positive Zusammenhänge mit den negativ dominierten Typen 9, 10 und 11, nicht aber mit Typ 8. Die Typen 6 und 7 zeigen geringe Zusammenhänge mit den negativen Typen.

In Richtung positive Typen zeigt Typ 5 keine Zusammenhänge, dagegen zeigen die Typen 6 („*balanciert, resignativ*“) und 7 („*flach, indifferent, verschlossen*“) mittlere Korrelationen mit den Typen 1-4.

Tabelle 26. Korrelationen der prozentuellen Typen-Übereinstimmungen (bzgl. Auswahl „voll UND teilweise zutreffend“), jeweils Korrelation und 2-seitige Signifikanz.

Korrelation der „prozentuellen Übereinstimmungen mit den jeweiligen Typen“											
	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Typ 7	Typ 8	Typ 9	Typ 10	Typ 11
Typ 1	1	,870** ,000	,770** ,000	,602** ,000	,076 ,558	,333** ,008	,393** ,002	-,213 ,097	-,207 ,106	-,240 ,060	-,200 ,118
Typ 2		1	,834** ,000	,711** ,000	,079 ,542	,368** ,003	,403** ,001	-,152 ,240	-,114 ,376	-,191 ,138	-,179 ,164
Typ 3			1	,850** ,000	,063 ,627	,384** ,002	,394** ,002	-,155 ,229	-,099 ,444	-,122 ,347	-,191 ,137
Typ 4				1	,236 ,065	,582** ,000	,457** ,000	,105 ,415	,189 ,142	,071 ,581	,112 ,388
Typ 5					1	,510** ,000	,316* ,012	,184 ,152	,649** ,000	,549** ,000	,671** ,000
Typ 6						1	,688** ,000	,250* ,050	,388** ,002	,300* ,018	,401** ,001
Typ 7							1	,220 ,085	,271* ,033	,270* ,034	,277* ,029
Typ 8								1	,493** ,000	,538** ,000	,414** ,001
Typ 9									1	,876** ,000	,814** ,000
Typ 10										1	,782** ,000
Typ 11											1

Anmerkung. *Korrelation auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.

Korrelation auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant: **gelb ... > 0,5/ **blau** ... < 0,5

Tabelle 27. Korrelationen der prozentuellen Typen-Übereinstimmungen (bzgl. Auswahl „voll zutreffend“), jeweils Korrelation und 2-seitige Signifikanz.

Korrelation der „prozentuellen Übereinstimmungen mit den jeweiligen Typen“											
	Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	Typ 5	Typ 6	Typ 7	Typ 8	Typ 9	Typ 10	Typ 11
Typ 1	1	,796** ,000	,683** ,000	,496** ,000	-,145 ,260	0,142 ,269	,275* ,030	-,160 ,214	-,209 ,103	-,282* ,026	-,282* ,026
Typ 2		1	,765** ,000	,707** ,000	-,107 ,406	,325** ,010	,356** ,005	-,055 ,672	-,079 ,540	-,211 ,099	-,211 ,099
Typ 3			1	,802** ,000	-,203 ,114	,263* ,039	,266* ,037	-,169 ,190	-,170 ,187	-,182 ,156	-,182 ,156
Typ 4				1	-,058 ,656	,466** ,000	,268* ,035	-,051 ,693	,050 ,697	-,116 ,368	-,116 ,368
Typ 5					1	,292* ,021	,203 ,113	,178 ,167	,647** ,000	,515** ,000	,515** ,000
Typ 6						1	,526** ,000	,097 ,455	,22 ,086	,099 ,442	,099 ,442
Typ 7							1	,306* ,016	,199 ,121	,191 ,138	,191 ,138
Typ 8								1	,319* ,012	,426** ,001	,426** ,001
Typ 9									1	,788** ,000	,788** ,000
Typ 10										1	,100** ,000
Typ 11											1

Anmerkung. *Korrelation auf dem Niveau von 0,05 (2-seitig) signifikant.

Korrelation auf dem Niveau von 0,01 (2-seitig) signifikant: **gelb ... > 0,5/ **blau** ... < 0,5

8.2 Verteilung der Typen im Vergleich – die Studie von Ponocny et al.

Die in dieser Arbeit durchgeführte Studie basiert in ihrer Entwicklung auf den Daten und Ergebnissen der Studie zu Lebensbedingungen und Wohlbefinden von Ponocny et al. (2015a) und daraus gewonnenen Erkenntnissen zur Bildung von Typen subjektiven Wohlbefindens (Ponocny et al., 2015b).

Auf die Verteilung und das Vorkommen der Typen in der Stichprobe, die dieser Arbeit zu Grunde liegen, wurde bereits in Kapitel 8.1.2 eingegangen. In der Wohlbefindensstudie von Ponocny et al. (2015a) steht mit rund 500 Interviews eine große Datenmenge zur Verfügung. Die Interviewten wurden von mehreren Ratern bezüglich ihres subjektiven Wohlbefindens eingeschätzt und dem jeweils passenden Typ zugeordnet. Nun soll die Verteilung der Typen in dieser Stichprobe mit jener in dieser Arbeit verglichen werden. (Zur leichteren Unterscheidung werden diese im Weiteren mit „Interview-Stichprobe“ und „Kärtchen-Stichprobe“ bezeichnet.)

Darüber hinaus wird kurz auf die Verteilung der Zufriedenheits- und Glückseinschätzungen aus den Selbst-Ratings der interviewten Probanden und Probandinnen eingegangen. Diese Angaben wurden im Zuge der Fragebogenerhebung ergänzend zu den Interviews gesammelt.

Da zu einigen Interviews bzgl. „Typ“ noch keine Beurteilungen vorliegen, bezieht sich die unterhalb dargestellt Häufigkeitsverteilung auf jenen Teil der Interview-Stichprobe, zu dem die nötigen Angaben vorliegen. Die Verteilung der zugeordneten Typen in dieser Stichprobe zeigt – im Unterschied zur Kärtchen-Stichprobe – dass hier alle Typen (1 bis 11) vertreten sind, obwohl den Typen 10 und 11 nur sehr wenige Probanden und Probandinnen zugeordnet wurden. Die betrachtete Gruppe besteht aus $n = 430$ Teilnehmern und Teilnehmerinnen – Tabelle 28 zeigt die Häufigkeitsverteilung der Typen und Abbildung 14 die graphische Veranschaulichung.

Tabelle 28. Häufigkeitsverteilung der Typen in der Interview-Stichprobe, $n = 430$ (Daten aus der Studie von Ponocny et al., 2015a).

	Typ (1-11)	Personen- anzahl	Prozent
positiv	1	28	6,5
	2	73	17,0
	3	85	19,8
	4	62	14,4
?	5	19	4,4
	6	67	15,6
	7	32	7,4
negativ	8	25	5,8
	9	31	7,2
	10	4	0,9
	11	4	0,9

Der Median der Häufigkeitsverteilung, also der Zentralwert der Verteilung, ist Typ 4 „*authentisches Glück mit Einschränkungen in zentralem Bereich*“, in der Kärtchen-Stichprobe Typ 3. Der am häufigsten vorkommende Typ ist in beiden Stichproben Typ 3 „*resilientes Glück*“ (Modalwert). Der Mittelwert liegt mit 4,56 ($SD = 2,45$) dagegen weiter rechts, zwischen Typ 4 und den mittleren Kategorien (Typen 5, 6 und 7), welche im engeren Sinn keine Reihung darstellen, weswegen in negative Richtung auf Typ 4 auch nicht direkt *ein* Typ folgt. Dieser Durchschnittswert unterscheidet sich von der Kärtchen-Stichprobe, da dort nicht die gesamte Bandbreite an Typen vertreten ist (die negativ dominierten Typen 9, 10 und 11 fehlen gänzlich).

Auch in der Interview-Studie zeigt sich, dass deutlich mehr Personen die positiv dominierten Typen besetzten als das andere Ende der Typenabstufung. Die beiden mittleren positiven Typen (2 und 3) bilden gemeinsam 36,8 % der Probanden und Probandinnen in der Stichprobe.

Abbildung 14 zeigt die grafische Verteilung der Personen über die 11 Kategorien. Innerhalb der positiv dominierten Typen ist eine ähnliche Verteilung wie in der Kärtchen-Stichprobe zu sehen (vgl. Abbildung 12) mit einer Häufung bei Typ 3 (jeweils links und rechts davon abfallend).

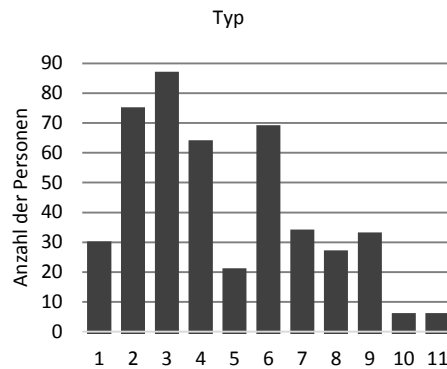


Abbildung 14. Häufigkeitsverteilung in der Interview-Stichprobe, $n = 430$ (Daten aus der Studie von Ponocny et al., 2015a).

Im mittleren Bereich („positiv und negativ eher ausgeglichen“) überwiegt Typ 6 („balanciert, etwas resignativ“) mit 15,6 %, was auch in der Kärtchen-Stichprobe der Fall ist. In einem deutlichen Abstand folgen Typ 7 („flach, indifferent, verschlossen“) und Typ 5 („intensiv, ambivalent“). Innerhalb der Kärtchen-Stichprobe konnte keine Typ-7-Person gefunden werden, was sich jedoch durch die „aktive Komponente“ des Sortierprozesses erklären könnte. Eine Person, die verschlossen agiert, einen flachen Affekt aufweist und sich dessen eventuell selbst nicht bewusst ist, weil sie wenig emotionale Variabilität erlebt, wird auch im Zuge der Erhebung wenig von sich preisgeben – von der Ausnahme abgesehen, dass es sich um eine Typ-7-Person handelt, welche bezüglich ihres Verhaltens und ihrer Emotionalität gut reflektiert ist – und sich z. B. im Rahmen von Selbsterfahrung ihrer Stärken und Schwächen bewusst geworden ist (und nun auch bereit ist, diese preiszugeben). Die Abbildung dieser Personen mittels Kärtchenauswahl erscheint jedoch weit schwieriger, als dies im Zuge eines ausführlichen, persönlichen Interviews möglich ist, wo diese Affektivität und Verschlossenheit leichter erkannt werden kann.

Bei den negativ dominierten Typen überwiegen Typ 8 („haltlos, unauthentisch, unerfüllt“) und 9 („disharmonisch, getrübt, belastet oder gehetzt – mit Rückhalt“) mit einer mittleren Häufigkeit. Die Typen 10 („wie 9, aber ohne Rückhalt“) und 11 („depressiv, überschattet, dominant belastet“) machen insgesamt nur 1,8 % der Stichprobe aus.

Abbildung 15 zeigt die prozentuelle Verteilung der Typen jeweils für die Kärtchen- und die Interview-Stichprobe. Die nebeneinander angeordneten Balken ermöglichen einen einfachen Vergleich des Vorkommens und der Anteile, die jeder Typ innerhalb der Stichprobe einnimmt. Zu beachten ist, dass sich die prozentuellen Werte auf unterschiedliche Grundgesamtheiten beziehen, die Balken also nichts über die absoluten Werte aussagen. Die hier betrachteten Stichproben verzeichnen eine Größe von 60 Personen in der Kärtchen-Stichprobe (dunkler Balken) und 430 in der Interview-Stichprobe (heller Balken).

Die Ähnlichkeiten und Unterschiede werden damit noch einmal deutlich. Anteilsmäßig nehmen in der Kärtchen-Stichprobe die Typen 2 und 3 einen größeren Raum ein. Auch Typ 5 ist relativ betrachtet häufiger vertreten. Dagegen konnten mittels Kärtchenvorgabe keine Typ-7-Personen bestimmt werden. Die Verteilung der Werte der Kärtchen-Stichprobe zeigt logischerweise größere relative Anteile bei einigen speziellen Typen, da sich die Anteile der nicht belegten Typen 7, 9 und 10 auf jene in der Stichprobe vorkommenden Typen verteilen, während in der Interview-Stichprobe jede Typenausprägung einen gewissen Personenanteil trägt.

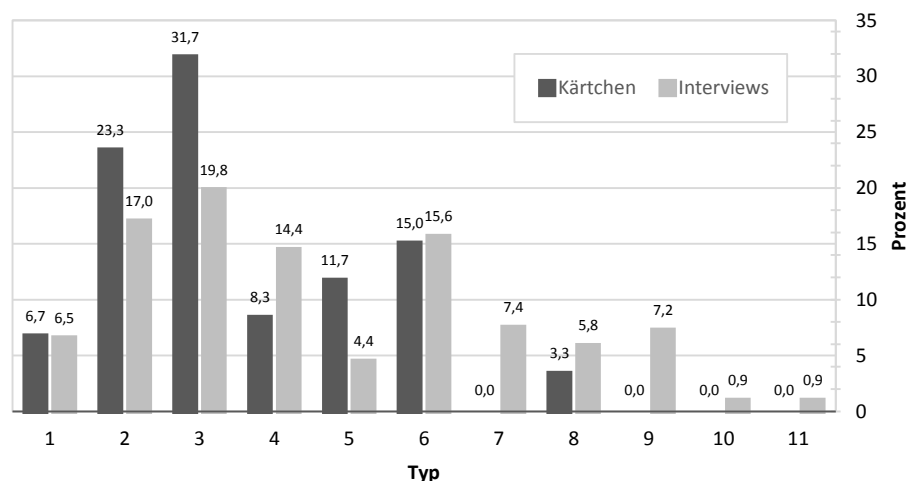


Abbildung 15. Prozentuelle Verteilung der Typen in der Kärtchen- und Interview-Stichprobe im Vergleich, angegeben sind die prozentuellen Anteile in Bezug zur jeweiligen Stichprobe.

Die nachfolgenden Diagramme (Abbildung 16) zeigen die Ergebnisse zu Zufriedenheit und Glück in der Untersuchung von Ponocny et al. (2015a) und beziehen sich damit auf eine Stichprobe bestehend aus 494 Personen. Die Selbsteinschätzungen der

interviewten Probanden und Probandinnen bzgl. Zufriedenheit und Glückserleben in ihrem derzeitigen Leben erfolgten – wie auch in der Untersuchung dieser Arbeit – auf einer Skala von 1 (sehr positive Ausprägung) bis 10 (sehr negative Ausprägung).

Es zeigen sich Unterschiede in den Verteilungen der Selbsteinschätzungen in den zehn Kategorien (vgl. dazu Abbildung 7 und Abbildung 16). Bei der Verteilung der Daten aus der Kärtchen-Untersuchung lässt sich, wie bereits beschrieben, eine Häufung bei Wert 3 verzeichnen. Die Skalenpunkte 1 und 2 (insbesondere der positivere Wert) wurde seltener gewählt. Die Daten der Interview-Stichprobe und deren Verteilung geben ein anderes Bild: Hier sind die 3 positivsten Skalenpunkte sehr hoch ausgeprägt, dabei sind die Werte 1 und 2 gleich bzw. annähernd gleich häufig vertreten. Darüber hinaus bilden die ersten drei Kategorien gemeinsam einen Anteil von 84,0 % bei Zufriedenheit und 80,8 % bei Glück. Die Verteilung zeigt damit einen deutlich rechtsschiefen Verlauf – so wie es auch in der Kärtchen-Stichprobe zu beobachten ist, wenn auch nicht so extrem ausgeprägt.

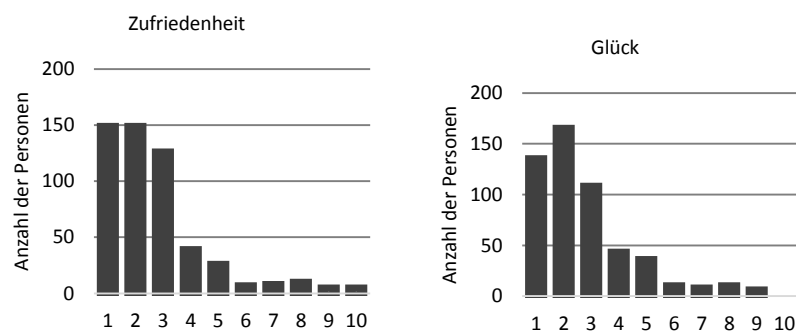


Abbildung 16. Selbsteinschätzungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den Bereichen Glück und Zufriedenheit (Skala von 1= positiv bis 10 = negativ), basierend auf den Daten der Interview-Stichprobe von Ponocny et al. (2015a), n = 494.

8.3 Explorative Analyse mittels Hauptkomponentenanalyse

Die Personen sollen mit ihren Mustern an gewählten Kärtchen in den Bereichen „voll zutreffend“ und „teilweise zutreffend“ in Beziehung gesetzt werden. Dabei soll der Versuch einer Gruppenbildung mittels Hauptkomponentenanalyse unternommen werden. In der Q-Methodik wird der Vergleich der Personen, und nicht der Merkmale oder Variablen als methodischer Zugang zu mehr Subjektivität verstanden. Die

Personen-Korrelationsmatrix soll mittels korrelativer Techniken zu (im Idealfall) interpretierbaren Personen(Typen)-Faktoren führen.

Die Probanden und Probandinnen werden auf Basis ihres Gesamt-Q-Sortings miteinander verglichen und faktorisiert. Das Vorgehen weist dabei einen rein explorativen Charakter auf.

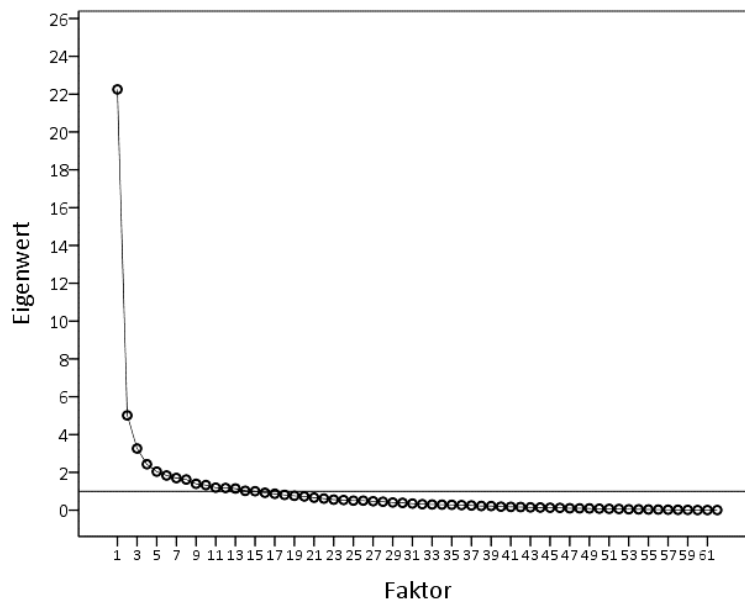


Abbildung 17. Screeplot, Darstellung der Faktoren und Eigenwerte.

Wie im Screeplot (Abbildung 17), der Eigenwertdarstellung der Faktoren, ersichtlich ist, ist ein eindeutiger Knick im Verlauf der Funktion nicht wirklich erkennbar. Nur wenige Faktoren heben sich bezüglich ihrer Eigenwerte deutlich ab und so unterscheiden sich die Werte ab dem 4. Faktor wenig und liegen sehr nahe beieinander. Die ersten 15 Faktoren weisen einen Eigenwert größer als 1 (Kaiser-Kriterium) auf. Das Hauptaugenmerk soll daher auf die ersten 4 Faktoren des Ergebnisses gelegt werden, wobei darüber hinaus auch die nachfolgenden Komponenten hinsichtlich möglicher Tendenzen betrachtet werden.

Die rotierte Komponentenlösung der berechneten Hauptkomponentenanalyse ist in Tabelle 29 ersichtlich. In der Darstellung sind die Werte unter 0,2 zur leichteren Erfassbarkeit nicht angegeben. Darüber hinaus sind die Koeffizienten der Größe nach sortiert, was die Zugehörigkeit der Personen zu den Faktoren besser erkennbar macht.

Tabelle 29. Rotierte Komponentenmatrix der Hauptkomponentenanalyse, Varimax-Rotation (Koeffizienten nach Größe sortiert, Werte < 0,2 nicht angezeigt), inkl. Zuordnung von Zufriedenheit (Z), Glück (G), Wohlbefinden (W) und der Typen.

Z	G	W	Typ	Vpn-Nr.	Rotierte Komponentenmatrix														
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	1	1	32	,880														
1	1	1	2	8	,842										-,209				
3	3	3	2	47	,836														
2	2	1	2	16	,832	,271													
2	2	2	2	46	,818	,229	,220										,262		
2	1	1	1	26	,725		,338								-,329				
3	2	2	2	44	,678	,286			,230									,339	
3	3	3	2	61	,662	,228	,214						,240				,282		
1	1	1	3	23	,614	,418			,231	,240									
1	1	2	3	42	,611	,294	,200		,255									,279	
2	2	2	2	19	,575	,316	,241	,235	,222							,355			
2	3	2	1	2	,496					,238			,285	,289			,406		
3	3	2	2	57	,493		,383	,223		,353									
3	3	3	4	53	,475	,380		,206		,235	-,448							,263	
3	3	3	3	6	,464	,237	,259	,331		-,231		,391							
3	3	3	2	31	,438	,353	,394		,242	,246								,227	
4	2	4	3	1	,203	,701									,276		,206		
4	4	4	2	43	,285	,681								,235					
2	3	1	2	62	,353	,680										,214			
2	2	2	4	40	,289	,668												,243	
3	2	1	3	25	,392	,663													
5	3	5	6	27		,631	,254				,294				,323	-,229			
2	2	2	3	13	,344	,630							-,271	,236			,229		
3	3	1	3	60	,400	,583	,267		,208					,234					
3	3	3	3	28		,582		,233				,557							
2	2	1	3	29	,257	,573	,314		,205	,298									
3	3	2	3	22	,447	,539					,243		,241				,252		
4	4	3	5	4		,538	,273		,387		,318	,227				,225			
3	3	3	6	10	,460	,520		,216						,285					
4	3	3	2	54	,434	,517				,361								,271	
2	1	1	4	12	,266	,468	,258			,370			-,234	,275				,349	
2	3	2	4	58	,412	,459	,250	,313		,283				,287					
6	8	7	6	37	-,223	,445		,325		,426	,207							-,218	
3	2	2	2	20	,395	,411			,395				,395				,213		
4	3	4	6	41		,295		,273		,288	,283	,251		,225	,290	,216	-,257		,274
3	3	4	4	39		,514	,647												
4	2	4	3	18	,230		,557	,356	,463										
3	2	2	2	30	,377	,243	,517				,398	-,344							
2	2	3	1	35	,473	,233	,486									,202			
3	3	3	6	36		,286		,763											
3	3	3	3	56				,693											
2	3	2	3	9	,324	,293		,519		,249		,228				,303		,307	
4	4	3	5	33					,823										
7	6	8	5	7		,301			,589		,394					,344			
3	2	5	6	51	,242	,295	,291			,568		,236							
3	4	2	6	55		,391				,550			,357				,214		
2	3	2	6	24	,272	,355		,240	,247	,492				,263					
3	5	3	5	59							,845								
3	4	4	5	49			,248		,288		,676								
3	4	3	3	3	,307			,208				,760							
4	4	4	3	52		,283	,318					,479	,282			,232		,339	
3	4	4	5	15									,733					,281	
3	2	2	---	17	,302		,391		,209		,332		,402			-,226			
2	3	7	6	11		,315								,744				-,255	
5	5	4	5	5		,272			,252				,411	,578					
3	7	7	8	38	-,247										,798				
3	3	3	3	45	,412	,281			,335	,234	,213				,413			-,209	
4	3	3	3	48							,212					,788			
3	4	3	3	21	,253	,252											,736		
4	3	4	2	34	,245	,241							,205		,298			,673	
5	5	5	8	14															,758
7	6	6	---	50								-,239	,226				,319		,657

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen verteilen sich auf die 15 gefundenen Gruppen. Dabei bestehen die ersten 3 Faktoren aus den meisten Teilnehmern und Teilnehmerinnen: Faktor 1 beinhaltet 16 Personen, davon 9 Männer und 7 Frauen, in

Faktor 2 sammeln sich 19 Personen, davon 8 Männer und 11 Frauen und im 3. Faktor nur noch 4 Personen (alle weiblich). Die nachfolgenden Komponenten bestehen jeweils aus nur 3, 2 oder 1 Person(en).

Bezüglich Altersverteilung können sich die Faktoren wie folgt beschreiben lassen: Der 1. Faktor zeigt einen Mittelwert von 29,38 ($SD = 7,8$), der 2. Faktor einen Wert von $M = 46,47$ ($SD = 22,2$), der 3. Faktor $M = 33,25$ ($SD = 12,1$) und der 4. Faktor mit $M = 48,00$ ($SD = 19,1$) den höchsten Wert innerhalb der ersten 4 Komponenten.

8.3.1 Vergleich Typen – faktorenanalytische Ergebnisse

Eine inhaltliche Interpretation auf Basis der im Zuge des Sortierprozesses gewählten Aussagen ist aufgrund der Uneindeutigkeit der Q-Sortings schwierig zu realisieren. Die Sortiererergebnisse zeigen eine Fülle an Aussagen und große Variabilität in den Antworten der Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Viele parallel gewählte Kärtchen zeigen ein uneinheitliches Bild, was die direkte Interpretation der Daten sehr schwierig macht. Aus diesen Gründen sollen die Typen zur näheren Analyse herangezogen werden. Die gefundenen Faktoren der Hauptkomponentenanalyse werden mit den Typen verglichen, die den Probanden und Probandinnen im Zuge der Ergebnisanalyse zugeteilt wurden. Interessant sind mögliche Häufungen einzelner Typen in den Faktorengruppen. Die Zuordnung findet sich in einer eigenen Spalte in Tabelle 29.

Die Verteilung der Typen auf die Faktoren zeigt ein paar Tendenzen, generell aber keine reinen Vorkommen eines Typs oder einiger weniger Typen.

Drei der vier Typ-1-Personen und acht der 15 Typ-2-Personen befinden sich in Faktor 1, damit stellen sie 68,75 % der Gruppe des 1. Faktors dar. Der restlichen Personen sind Typ-3- und eine Typ-4-Person. Damit beinhaltet der 1. Faktor nur Probanden und Probandinnen, die einem der positiv dominierten Typen zugewiesen wurden. Es handelt sich bei den drei dominierenden Typen um unbeschwertes Glück, authentisches Glück mit Einschränkungen, sowie resilientes Glück.

Der nachfolgende 2. Faktor enthält keine Typ-1-Person. Der am häufigsten vorkommende Typ ist mit sieben Personen der 3. Typ (resilientes Glück), gefolgt von

jeweils vier Personen des Typs 2 („*authentisches Glück mit Einschränkungen*“) und 6 („*balanciert, etwas resignativ*“). Darüber hinaus zählen noch drei Typ-4- („*Glück mit Einschränkungen im zentralen Bereich*“) und eine Typ-5-Person („*intensiv, ambivalent*“) zum 2. Faktor.

Der 3. Faktor stellt eine Mischung aus je einer Typ-1, Typ-2, Typ-3 und Typ-4 Person dar. Die Person mit der Vpn-Nr. 39 (Typ 4) weist jedoch bei den beiden Faktoren 2 und 3 ähnlich hohe Ladungen auf, wodurch sie auch dem 2. Faktor zugeschrieben werden könnte. Gleiches gilt für die Person Nr. 1 (Typ 1), welche aufgrund ihrer Ladungen auch dem 1. Faktor angehören könnte – mit ihrer Typenzuordnung würde sie auch gut zu diesem positiv dominierten Faktor passen. Damit wären alle vorkommenden Typ-1-Personen im 1. Faktor zu finden.

So wie alle nachfolgenden Faktoren – Ein-Personen-Faktoren bis hin zu drei Personen – bildet sich Faktor 4 aus nur noch drei Personen. Es sind Probanden und Probandinnen mit Typ 3 und 6.

Weitere Auffälligkeiten zeigen sich bei der Betrachtung der Faktoren 5, 6 und 7. Fasst man diese zu einer Gruppe zusammen, beinhalten diese nur Typen aus der mittleren Kategorie (positiv und negativ eher ausgeglichen). Die sieben Typ-5 und Typ-6 Personen stellen mehr als die Hälfte (43,75 %) aller vorkommenden Typen aus der mittleren Kategorie dar. Weiters könnte auch eine weitere Typ-6-Person (Person Nr. 37) zu diesem Faktor hinzugenommen werden, da sie ähnlich hohe Ladungen bezüglich dieser Gruppe und dem Faktor 2 aufweist.

Ein Vergleich der Anzahl insgesamt gewählter Kärtchen in den Faktorgruppen gibt folgendes Bild: Im 1. Faktor wählen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen durchschnittlich 28,75 Kärtchen ($SD = 8,0$). Im 2. Faktor werden im Vergleich der ersten sieben Faktoren die meisten Kärtchen ausgewählt $M = 40,84$ ($SD = 8,8$). Die Faktoren 3 und 4 zeigen ähnliche Mittelwerte, jedoch unterschiedliche Streuungen bezüglich der Kärtchenanzahl mit $M = 28,25$ ($SD = 11,6$) und $M = 29,67$ ($SD = 4,0$).

Eine mögliche Nutzung dieser Faktorenlösung als Grundlage für eine Gesamtdefinition verschiedener Gruppen oder Typen subjektiven Wohlbefindens erscheint nicht sinnvoll. Es zeigen sich lediglich 2 Faktoren mit einer größeren Anzahl an zugehörigen Personen

und darüber hinaus nur Faktoren mit wenigen Mitgliedern. Die Gruppen unterscheiden sich nicht so deutlich, dass generelle Schlussfolgerungen oder eine allgemeine Einteilung von Personen hinsichtlich ihrer Zufriedenheits- und Wohlbefindensangaben getroffen werden können.

IV. INTERPRETATION, DISKUSSION, AUSBLICK

9 Interpretation und Beantwortung der Fragestellung

Betrachtung der Methode

Bei der Vorgabe von Statements und Aussagen zum Thema Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit scheint der Einsatz von Auswahlkarten Vorteile gegenüber der Verwendung von Ratingskalen zur Einschätzung der Zustimmung oder Ablehnung zu haben. Der in der Q-Sort-Technik genutzte Vorgabemodus und die Handhabung der Kärtchen bieten sich an, da diese Freiheiten für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen bereithalten. Der flexible Umgang mit den Kärtchen und die Möglichkeit, die Anordnung zu verändern, wird von mehreren Personen während der Testung als angenehm, „mal etwas anderes“, weniger langweilig als Fragebögen und durch die haptische Komponente ansprechend kommentiert. Die Probanden und Probandinnen fühlten sich mit dem Erhebungsinstrument wohl und äußerten kaum Kritik.

Angemerkt wurde das Fehlen einer Restkategorie. Dies wurde zumeist von den Teilnehmern und Teilnehmerinnen zu Beginn der Bearbeitung thematisiert. Indirekt war damit eine dritte Kategorie geschaffen. Jedoch kann angenommen werden, dass der verfolgte Effekt, dieser Restkategorie wenig explizite Aufmerksamkeit zu schenken, trotzdem geglückt ist, da sich die Personen hauptsächlich der Zuordnung der Kärtchen zu den beiden real auf dem Tisch platzierten Kategorien widmeten.

Die Formulierung der Items war für manche Personen, vor allem jene, die die Bearbeitung besonders genau machen wollten und viele Items wiederholt gelesen haben, etwas irreführend bzw. fiel es ihnen teilweise schwer, sich zu entscheiden. Manche Items sind ähnlich formuliert, zeigen aber gewisse Abweichungen des Inhalts, wodurch sie etwas anderes ansprechen. Die Unterschiede in der Leichtigkeit der Durcharbeitung der Aussagen und der Findung einer Entscheidung können jedoch auch zu einem gewissen Maß in der Person selbst begründet sein. So stellt es sich immer wieder heraus, dass manche Personen generell schwerer Entscheidungen treffen, etwas

sehr genau und überlegt machen wollen und sich in der ihrer spontanen Reaktion auf eine Aussage selbst hemmen. Darüber hinaus verschwenden sie Gedanken daran, welche Intention mit der konkreten Aussage verfolgt wird oder was damit herausgefunden werden soll.

Im Zuge der Gelegenheitsbeobachtung konnte auch festgestellt werden, dass manche Personen eine spezielle Strategie verfolgten und die Kärtchen zuerst grob sortierten und die primär passenden aus der Gesamtmenge extrahierten. In weiteren Schritten wurde die reduzierte Auswahl erneut betrachtet und schließlich eine Endauswahl getroffen. Für all diese Personen war der Vorgabemodus sehr praktikabel und die Möglichkeit, umzusortieren und die Wahl zu korrigieren, wurde aktiv genutzt. Die Aussagen wurden im gegenseitigen Vergleich beurteilt.

Anders zeigte es sich bei der Beobachtung einiger weiterer Testpersonen, die beispielsweise die Tischfläche und den großen Bereich unter den Schildern der Kategorien gar nicht nutzten. Sie bildeten zwei Stapel und damit war die Möglichkeit, die Aussagen im Kopf zu behalten bzw. abzugleichen, gar nicht wirklich möglich. Diesen Probanden und Probandinnen wurde nach kurzer Zeit der Hinweis gegeben, dass sie die Kärtchen gerne auch schön sichtbar nebeneinander auflegen dürfen und dies zur Unterstützung kurz demonstriert. Manche Teilnehmer und Teilnehmerinnen nahmen diese Aufforderung gerne an, andere meinten, sie entschieden sich lieber gleich.

Auffallend erschien die Tatsache, dass (mit Ausnahmen) eher ältere Personen sehr viele Kärtchen auf diese Art in ihre Auswahl aufnahmen. Ein möglicher Grund könnte die geforderte kognitive Leistung und damit mögliche Überforderung der Probanden und Probandinnen sein. Es ist nicht für alle Personen gleichermaßen leicht möglich, viele Aussagen im Kopf präsent zu halten. Dementsprechend ist das Q-Sort-Verfahren eventuell nicht für alle Personengruppen gleichermaßen gut geeignet. So könnte es sein, dass diese Personen mit einer vorgegebenen Reihenfolge von Aufgaben auf einem Blatt besser zurechtkommen bzw. diese Art bevorzugen.

Betrachtung der inhaltlichen Ergebnisse

Bei der Betrachtung der Q-Sortings und der vorkommenden Typen in der Stichprobe stellte sich die Zuordnung zu je einem der Wohlbefindentypen als kompliziert heraus.

Die Typen kommen nicht in ihrer reinen Form vor und so weisen verschiedene Testpersonen hohe prozentuelle Übereinstimmungswerte in mehreren Kategorien auf. Die Definition eines Vorgangsschemas bei der Typenzuordnung (siehe Kapitel 8.1.1) hat sich als sehr sinnvoll und praktikabel erwiesen.

Die Probanden und Probandinnen konnten mit Ausnahme von zwei Personen jeweils einem Typ zugeordnet werden. In den vorhandenen Übereinstimmungsdaten zeigt sich sehr gut, dass in den allermeisten Fällen einer der Typen prozentuell überwiegt und die anderen Typen in ihrer Ausprägung um diesen streuen. Man könnte in diesem Zusammenhang von normalverteilungsähnlichen Verteilungen sprechen. Einige Personen weichen mit ihren Ergebnissen von diesem Muster ab und müssen gesondert betrachtet werden, da sie annähernd zweigipfelige Verteilungen vorweisen. Das wiederum könnte jedoch für einen mittleren Typ sprechen, da die Personen in gewisser Weise positive und negative Elemente vorweisen oder in ihren Entscheidungen etwas unentschlossen und indifferent wirken.

Die Frage nach der Machbarkeit der Einstufung der Personen nach den Typen von Ponocy et al. (2015b) kann damit grundsätzlich beantwortet werden. Die Typen zeigen sich in der vorliegenden Stichprobe, sie kommen jedoch nicht in einer reinen Form vor und überschneiden sich stark. Es zeigen sich jedoch starke Tendenzen innerhalb einer Person bezüglich der Übereinstimmung mit jeweils einem oder zumindest benachbarten Typen.

Bei der Analyse der Personengruppen zeichnen sich kaum Tendenzen ab und so kann für die Typen keine Definition und Beschreibung hinsichtlich soziodemographischer Merkmale einer typischen Person gegeben werden.

Die korrelative Betrachtung der Typen zeigt starke Überschneidungen der Typen in den positiven Kategorien, besonders zwischen den jeweils benachbarten Typen zeigen sich höhere Korrelationen. Das ist einerseits positiv zu betrachten, da diese Typen auch im Sinne der Definition ähnlich sind. Jedoch deuten zu starke Zusammenhänge darauf hin,

dass diese sich wenig unterschieden und in gewisser Weise Mischtypen darstellen. Es zeigen sich damit in der Stichprobe keine klar umgrenzten Typen.

Eine explorative Betrachtung einer möglichen Faktorenlösung, also eine Gruppierung möglichst ähnlicher Personen gegenüber jenen, die wenige Gemeinsamkeiten in ihren Wohlbefindenseinschätzungen zeigen, ergab wenig inhaltlich sinnvolle Ergebnisse. Die entstandenen Personengruppen bilden keine gewinnbringenden Erkenntnisse hinsichtlich des Wohlbefindens und dessen Verteilung in der Bevölkerung. Damit ergeben sich aber auch keine neu geformten Typen der Lebenszufriedenheit, die eine adäquatere Definition von Typen subjektiven Wohlbefindens zulassen würden.

Im Allgemeinen kann somit Folgendes festgestellt werden: Trotz der gefundenen tendenziellen Übereinstimmung der Personen mit den vorgegebenen Typen zeigt sich, dass eine scharfe Aufteilung und Trennung nicht möglich ist. Es ergeben sich Tendenzen und Streuungen um je einen Typ, jedoch erscheinen die Typen doch auch in gewisser Weise durcheinander. Eine starke Häufung positiver Typen wirft die Frage auf, wie weit die Angaben der Personen vollkommen ehrlich sind und unverfälschte Berichte über ihr tatsächliches Wohlbefinden abgeben. Dieser Punkt bleibt bei der Erfassung von persönlichkeitsbezogenen Aspekten jedoch immer zu einem gewissen Grad unklar.

10 Diskussion, Kritik und Ausblick

10.1 Eindeutigkeit der Typenbestimmung

Die Unklarheiten bei der Zuordnung der Personen zu den Typen ergeben sich einerseits daraus, dass die Probanden und Probandinnen generell sehr viele Kärtchen gewählt haben. Wie bereits beschrieben, wurden wahrscheinlich auch Aussagen gewählt, die nicht unbedingt aktuell auf die Personen zutreffen. Im Allgemeinen werden mehr Kärtchen gewählt, als einem Typ zugeordnet sind, damit erzielt eine Person noch

unabhängig von den konkreten Aussagen, nur aufgrund der Kärtchenmenge (zumindest geringe, aber vorhandene) Übereinstimmungen mit mehreren Typen.

Andererseits gibt es Personen, die so wenige Kärtchen wählen, dass sie unmöglich prozentuell gesehen einen Typ voll abdecken können. Wenn sich die gewählten Aussagen darüber hinaus, aufgrund der spezifischen Auswahl der Person, nicht in einem Typ zusammenfinden, sondern unterschiedliche Kategorien betreffen, ist eine Typenzuordnung erschwert oder aufgrund der mangelnden Information gar nicht möglich.

Darüber hinaus zeigen die Kategorien bereits zum Zeitpunkt der Konstruktion des Erhebungsinstruments deutliche Überschneidungen (manche Aussagen können mehreren Kategorien zugeordnet werden). Diese wurden jedoch im Zuge der Erstellung und Generierung der Statements bewusst so gewählt, da sich alternative Überlegungen als wenig sinnvoll und unklar herausstellten. Um die Schwierigkeit der einheitlichen Interpretation rein sprachlicher Nuancen zu umgehen, wurde der Entschluss gefasst, für mehrere Typen allgemein zutreffende Aussagen zuzulassen. Diese Statements zeichnen sich dadurch aus, dass sie z. B. allen negativen Typen entsprechen oder als Abgrenzung sehr positiver Kategorien gegenüber allen negativen fungieren.

Diese Tatsache erklärt natürlich einen gewissen Teil der beobachteten Überschneidungen, was bezüglich der Konstruktion Sinn machte, die Eindeutigkeit einer Zuordnung jedoch erschwert.

10.2 Die Definition der 11 Typen

Ein weiterer Kritikpunkt der Untersuchung betrifft die Anzahl an Typen, die Ponocny et al. (2015b) definiert haben. Eventuell hätten diese Typen im Rahmen der gegenwärtigen Untersuchung auf eine geringere Zahl reduziert werden müssen, um eindeutige Ergebnisse bzgl. der Q-Sort- Anwendung möglich zu machen. Viele der angeführten Typen zeigen schon in ihrer Definition Überlappungen, was eine eindeutige

und gegenseitig gut abgegrenzte Differenzierung nicht wirklich möglich macht. Möglicherweise ergibt sich diese Aufgliederung als sehr sinnvolle Unterscheidung bei der Betrachtung ausführlicher qualitativer Interviews, bei der Konstruktion eines Erhebungsinstruments erscheinen diese dagegen nicht klar genug abgegrenzt. Ein persönliches Interview lässt viele Facetten einer Person erkennen, gibt einen umfangreichen Eindruck der Lebenssituation und Bedingungen, die auf das Wohlbefinden wirken. Damit erscheint die Zuordnung der Interviews und somit der Probanden und Probandinnen zu einem der Typen leichter möglich.

Andererseits wäre es denkbar, dass die Definition der Typen subjektiven Wohlbefindens, wie von Ponocny et al. vorgeschlagen, zu umfangreich ausfällt und damit versucht wird, eine Typisierung zu erzielen, die in einer derart feinen Abstufung nicht in der Realität auffindbar ist. Aus der Analyse der Interviews mögen sich diese jedoch durchaus sinnvoll ergeben. Wiederum weisen die Typen damit nicht nur theoretische Relevanz auf, sondern sind im speziellen Fall auch mit empirischen Daten begründbar.

Darüber hinaus erscheint der „Typen“-Begriff für eine Kategorisierung des Wohlbefindens inhaltlich sinnvoll gewählt, da eine reine Abfolge wie auf einer Skala von positiv zu negativ nicht die gesamte Bandbreite an Wohlbefindens-„Persönlichkeiten“ und -Aspekten abbilden kann. Vor allem die Typen der mittleren Kategorie der *„positiv und negativ eher ausgeglichenen“* Personen erscheinen als qualitativ unterschiedliche Muster, die in anderen Skalen untergehen und keine Beachtung finden.

Inhaltlich ergibt sich in der Gesamtbetrachtung der Typologie des Wohlbefindens (Ponocny et al., 2015b) ein weiterer auffallender Aspekt: Die Einteilung der Typen pathologisiert nur ein Ende auf der zugrunde liegenden Ordnung von positiver zu negativer Ausprägung, nämlich den depressiven Typ (Typ 11 *„depressiv, überschattet, dominant belastet“*) am Ende der negativ dominierten Typen. Gegensätzlich könnte auch ein immer glücklicher, nie belasteter Mensch (Typ 1 *„unbeschwertes Glück“*) als pathologische Ausprägung einer Dimension verstanden werden. Möglicherweise ist es unrealistisch, diesen Typ als das höchste und anzustrebende Wohlbefinden zu definieren. Es gehört zum Leben dazu, dass es auch gewisse Phasen im Leben oder

Momente im Tagesverlauf gibt, an denen eine Person nicht 100 % zufrieden und glücklich ist, was nicht bedeutet, dass sie dann traurig sein muss oder sich extrem unwohl fühlen. Eine Person, die stets positiv gestimmt ist, fröhlich und glücklich auf alles ihr Entgegenkommende reagiert, erscheint irgendwie unwirklich, da jede Emotion (auch eine negative) zu einem gesunden Menschen gehört, wichtig ist und eine Funktion im psychischen Erleben eines Menschen spielt. So gesehen erscheint das positive Extrem der Typologie fast wie ein Typ mit manischen, überhöht glücklichen Zügen. Könnte sich eine derartige Typ-1-Person damit eventuell genauso unwohl fühlen, wie es eine Typ-11-Person tut?

10.3 Anpassung – Veränderte Instruktion und Kärtchen

In einer zukünftigen Q-Sort-basierten Studie sollte die Instruktion anders gewählt und mehr Sortierkategorien angeboten werden. Damit könnte sich ein breiteres Bild einer Person und klarer definierte „wirklich zutreffende“ Aussagen ergeben. Bei den einzelnen Aussagen müsste hinsichtlich einer Zustimmung nicht nur zwischen „manchmal“ und „voll“ unterschieden werden, sondern vielmehr könnte eine feinere Abstufung der Zuordnungsbereiche es auch den Probanden und Probandinnen ermöglichen, ihr Meinungsbild differenzierter darzustellen.

Dabei sollte auch die Anzahl, der maximal zu wählenden Kärtchen begrenzt werden. Damit würde vor allem die Auswahl von Statements, die nur manchmal oder vielleicht in der näheren Vergangenheit – auch wenn das nicht gefragt war – zutreffend waren eher unterbunden werden. Eine konkrete Entscheidung von Seiten der Teilnehmer und Teilnehmerinnen muss damit getroffen werden.

Können weniger Kärtchen gewählt werden, müssen diese auch genauer betrachtet werden. Eventuell wählt eine Person im ersten Durchgang zu viele Kärtchen und muss diese dann, in einem zweiten oder dritten Durchgang, nach den für sie persönlich am relevantesten Aussagen reduzieren. Dabei werden die Statements vermehrt verglichen, da nur einige wenige aus der Menge aller Aussagen gewählt werden können. Der

Vergleichsprozess betont das In-Beziehung-Setzen der Kärtchen, welches in der Q-Sort-Technik als sehr wichtig erachtet wird, und den Prozess der intensiven Auseinandersetzung mit der Thematik überhaupt erst möglich macht.

Inhaltlich merkten manche der Teilnehmer und Teilnehmerinnen an, dass viele Kärtchen sehr ähnlich seien und sie sich schwer getan hätten, sich wirklich für eines zu entscheiden. Somit müssten die Aussagen in einer zukünftigen Erhebung überarbeitet werden und weniger ineinander übergreifend gestaltet sein. Wenn eine Differenzierung zweier Aussagen nur durch eine kleine Einschränkung oder Erweiterung passiert, wäre zu überlegen, ob es nicht andere, bessere Lösungen in Hinblick einer klareren Darstellung der Thematik in den Aussagen gibt.

Ein besonders auffallender Befund zeigt sich bezüglich Typ 7 („*flach, indifferent, verschlossen*“), der sich mittels Q-Sort nicht abbilden ließ. Darauf wurde oberhalb schon näher eingegangen, jedoch stellt sich die Frage, wie dem in zukünftigen Q-Sort-basierten Untersuchungen begegnet werden könnte, wenn man auch von eher verschlossenen Personen hinsichtlich ihres Wohlbefindens Erkenntnisse gewinnen will. Möglicherweise können passendere Items entwickelt werden, welchen diese Personen leichter zustimmen, ohne sich ihrer Verschlossenheit explizit bewusst zu sein.

10.4 Die Problematik negativer Typen – Existieren diese nicht in der Bevölkerung?

In der vorliegenden Studie konnten die negativ dominierten Typen nicht abgebildet werden, was speziell an der gewählten Stichprobe liegen kann, die eventuell tatsächlich keine Personen dieses Typs beinhaltet. Aufgrund der geringen Personenanzahl könnte es zu diesem Effekt gekommen sein. Eine repräsentative Gruppe zu bilden, war jedoch nicht die Intention der Studie, da vielmehr auf explorativer Basis die Umsetzbarkeit eines neuen Ansatzes erprobt werden sollte. Aufschluss darüber könnte nur eine sehr viel größere Stichprobe geben, die in gleicher Weise untersucht wird und so jedem der

Probanden und Probandinnen nach den genannten Zuordnungsregeln ein Typ zugewiesen werden kann. Eine umfangreiche, für die Gesamtbevölkerung repräsentative Gruppe müsste alle Typen abbilden.

Die Studie von Ponocny et al. (2015a) bezieht sich mit ihrer Typenzuordnung auf eine sehr viel größere Personengruppe. In dieser Stichprobe wurden die Personen gezielt ausgewählt und bezüglich diverser soziodemographischer Aspekte und unterschiedlicher Lebensumfelder variiert. Es zeigt sich jedoch auch in der Typenverteilung der Interview-Stichprobe eine deutliche Tendenz und Häufung positiver Typen.

Eine mögliche Begründung für das Fehlen der negativ dominierten Typen in den Stichproben könnte ein selektiver Effekt bei den teilnehmenden Personen sein. Im Zuge der Rekrutierung möglicher Probanden für die Studie blieben viele Anfragen unbeantwortet. Die Tatsache, nicht bei einer Studie mitzumachen oder eine Teilnahme abzulehnen, kann verschiedenste Ursachen haben. Zeitliche Gründe, reines Desinteresse an einer wissenschaftlichen Erhebung teilzunehmen oder andere Verpflichtungen, die momentan wichtiger sind, auch wenn die grundsätzliche Bereitschaft mitzuwirken gegeben wäre. Darüber hinaus könnte ein Unbehagen gegenüber einer Teilnahme bestehen, Unsicherheit bezüglich dessen, was einen erwarten würde, eine gewisse Angst zu etwas befragt zu werden, worüber man keine Auskunft geben will, oder dass die Untersuchung in irgendeiner Weise unangenehm oder lästig sein könnte. Manche Personen lehnen die Teilnahme an einer Untersuchung generell ab, unabhängig davon, worum es gehen könnte.

Wenn konkret die Typen 10 und 11 und deren geringes Vorkommen betrachtet werden, erscheint es vorstellbar, dass ganz konkret diese Gruppe an Personen ungern an einer Studie teilnimmt und eher verneint, wenn eine Anfrage kommt. Es handelt sich bei diesen Typen um Personen, die sich in kritischen Lebenssituationen befinden, die von mehrfachen Belastungen beeinträchtigt sind, eine eher getrübbte Stimmung aufweisen und mit vielerlei Problemen in ihrer aktuellen Lebenssituation konfrontiert sind. Es ist diesen Personen nicht zu verdenken, dass sie sich gegenwärtig eventuell nicht in der Lage fühlen, an einer Umfrage oder einem persönlichen Interview teilzunehmen. Abgesehen davon, dass sie sich körperlich und psychisch beeinträchtigt fühlen, könnte es auch sein, dass sie rein inhaltlich vor einem Gespräch zurückscheuen. Sie wollen nicht

über die Dinge reden, die sie belasten oder ihre Stimmung preisgeben. Es ist ihnen unangenehm, bei einer Untersuchung eventuell die Thematik ihrer negativen Lebenssituation ansprechen zu müssen. Oder sie weigern sich bewusst – in gewisser Weise als Selbstschutz – in eine Situation zu kommen, in der verlangt werden könnte, über das eigene Leben zu reflektieren. Diese Ablehnung resultiert daraus, Dinge bewusst wegzuschieben, aber auch indirekt und unbewusst durch Vermeidung und Verleugnung belastender, negativer Lebenssituationen.

Darüber hinaus könnten auch Effekte während der Teilnahme in den Ergebnissen zum Tragen kommen. Es stellt sich die Frage, inwieweit Probanden und Probandinnen bereit sind, über ihre inneren Emotionen, Befindlichkeiten und Lebensumstände zu berichten. Es erscheint plausibel, dass ein Bericht über positive Lebensumstände, die Freude bereiten und sich angenehm darstellen, leichter gegeben wird. Dagegen sind schwierige Situationen, unangenehme Gefühle, negative Empfindungen und Erlebnisse oder schwierige zwischenmenschliche Beziehungen keine Themen, über die die meisten Leute gerne sofort und offen sprechen. Wie sich auch in den Interviews der Studie (Ponocny et al., 2015a) zeigt, fällt es vielen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen nicht leicht, über negative Lebenssituationen zu berichten. Sie scheinen häufig belastet, bedrückt, weinen oder bringen durch die Gesprächshaltung und vermittelte Atmosphäre ihre Anspannung zum Ausdruck. Daher könnte es während des Interviews dazu kommen, dass weniger Negatives berichtet wird, um im weiteren Verlauf nicht noch mehr Belastung zu erfahren. Auf der anderen Seite wollen sich Personen oft bewusst besser darstellen, einen guten Eindruck hinterlassen und antworten „sozial erwünscht“. Damit berichten sie nur jene Dinge, die ihnen akzeptabel erscheinen und lassen Negatives oder Bedrückendes weg.

Diese Aspekte wurden nicht erfasst oder überprüft und somit handelt es sich nur um Spekulationen, jedoch könnten sich daraus Anhaltspunkte für die Erklärung der vorliegenden Häufigkeitsverteilungen der Stichproben ergeben.

Aus dem Nicht-Vorhandensein negativer Typen in den Studien kann jedoch nicht gefolgert werden, dass diese Typen, wie sie von Ponocny et al. (2015b) beschrieben

wurden, in der Bevölkerung nicht existieren. Sie können lediglich nicht adäquat abgebildet werden bzw. werden im Zuge von Erhebungen nicht erfasst.

Ein weiterer sehr wichtig erscheinender Aspekt in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass wie Ponocny et al. (2015a) beschreiben, tendenziell die wirklich stark emotionalen Erfahrungen, speziell die negativen, wenig berichtet werden. Erfahrungen aus Coaching-Gesprächen zeigen, dass sehr viel Personen „[...] if not a majority – of persons who are seeking for some advice start the talk by claiming that everything would be all right. So if not even people in a problem-centred situation admit that they have problems, what may be expected from a scientific interview situation with complete strangers?“ (S. 45)

Das macht wiederum deutlich, dass vor allem die Erfassung von Personen mit negativen und wenig glücklichen Lebensevaluationen kein leichtes Unterfangen ist. Bezogen auf das Thema des subjektiven Wohlbefindens und dessen Verbesserung wären jedoch gerade Personen, die über geringe Zufriedenheit verfügen und von den diesbezüglichen Umständen berichten könnten, die Zielgruppe, wenn es um Ansätze zu Verbesserung des Wohlbefindens geht.

Messinstrumente zu finden und Erhebungssituationen zu schaffen, die dem Unbehagen dieser Personen besser begegnen, stellt wohl eines der Ziele in der zukünftigen Wohlbefindensforschung dar.

VERZEICHNISSE

Literaturverzeichnis

- Becker, P. (1994). Theoretische Grundlagen. In A. Abele & P. Becker (Hrsg.), *Wohlbefinden. Theorie – Empirie – Diagnostik* (2. Aufl.). (S. 13-49). Weinheim: Juventa Verlag.
- Bengel, J. (2015). Salutogenese. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. <https://portal.hogrefe.com/dorsch/salutogenese/> [10.12.2015]
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler* (4., überarb. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- Bortz, J. & Schuster, C. (2010). *Statistik für Human- und Sozialwissenschaftler* (7., vollst. überarb. u. erw. Aufl.). Berlin: Springer.
- Boulanger, P.-M., Lefin, A.-L., Ruwet, C., Bauler, T., Gerard, A., Prignot, N. et al. (2009). *Towards theoretically sound and democratically legitimate indicators of wellbeing for Belgium „WELLBEBE“*. Brussels: Belgian Science Policy.
- Brown, S. R. (1980). Political subjectivity: Applications of Q methodology in political science, New Haven, CT: Yale University Press. <http://qmethod.org/papers/Brown-1980-PoliticalSubjectivity.pdf> [04.10.2015]
- Bucher, A. A. (2009). *Psychologie des Glücks. Ein Handbuch*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Cross, R. M. (2005). Exploring attitudes: the case for Q methodology. *Health Education Research*, 20(2), 206-213.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, Eudaimonia, and Well-being: an Introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1–11.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E. & Emmons, R. A. (1985). The Independence of Positive and Negative Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105-1117.
- Diener, E. & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391–406.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money. Toward an Economy of Well-Being. *Psychological Science in the Public Interest* 5(1), 1-31.

- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J. & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222-235.
- Dziopa, F. & Ahern, K. (2011). A Systematic Literature Review of the Applications of Q-Technique and Its Methodology. *Methodology*, 7(2), 39-55.
- European Commission. Beyond GDP: Measuring progress, true wealth, and the well-being of nations. www.beyond-gdp.eu [10.8.2015]
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society London B*, 359, 1367-1377.
- Gaede, P.-M. (Hrsg.). (2007a). *GEO Themenlexikon in 20 Bänden. Psychologie. Denken, Fühlen, Handeln* (Band 12). Mannheim: Bibliographisches Institut & F. A. Brockhaus AG.
- Gaede, P.-M. (Hrsg.). (2007b). *GEO Themenlexikon in 20 Bänden. Psychologie. Denken, Fühlen, Handeln* (Band 13). Mannheim: Bibliographisches Institut & F. A. Brockhaus AG.
- Gasper, D. (2010). Understanding the Diversity of Conceptions of Well-Being and Quality of Life. *The Journal of Socio-Economics*, 39(3), 351-360.
- Häcker, H. (2015). Kovariationsschema. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. <https://portal.hogrefe.com/dorsch/kovariationsschema/> [4.10.2015]
- Helliwell, J., Layard, R. & Sachs, J. (Eds.). (2015). World Happiness Report. United Nations Sustainable Development Solutions Network (SDSN) http://worldhappiness.report/wp-content/uploads/sites/2/2015/04/WHR15_Sep15.pdf [10.9.2015]
- Hutson, G. & Montgomery, D. (2011). Demonstrating the Value of Extending Qualitative Research Strategies into Q. *Operant Subjectivity*, 34(4), 234-246.
- Institut für Demoskopie Allensbach (2003). *Glücksdefinitionen und Erfahrungen der Bevölkerung. Ergebnisse einer qualitativen und quantitativen Befragung*. Düsseldorf: Identity Foundation.
- Kahneman, D. (2003). Objective Happiness. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being. The Foundation of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage Foundation.

- Kahnemann, D. & Krueger, A. B. (2006). Developments in the Measurement of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives*, 20(1), 3-24.
- Kirchler, E. (2011). *Wirtschaftspsychologie. Individuen, Gruppen, Märkte, Staat* (4., vollst. überarb. u. erw. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Kubinger, K. D. (2009). *Psychologische Diagnostik. Theorie und Praxis psychologischen Diagnostizierens* (2., überarb. u. erw. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Lischetzke, T. & Eid, M. (2005). Wohlbefinden. In H. Weber & T. Rammsayer (Hrsg.), *Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie*. (S. 413-422) Göttingen: Hogrefe.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M. & Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131.
- Maslow, A. H. (1943). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Mayring, P. (1991). *Psychologie des Glücks*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Mayring, P. (1994). Die Erfassung subjektiven Wohlbefindens. In A. Abele & P. Becker (Hrsg.), *Wohlbefinden. Theorie – Empirie – Diagnostik* (2. Aufl.). (S. 51-70). Weinheim: Juventa Verlag.
- McCloskey, D. (2012, 8 June). Happyism: The creepy new economics of pleasure. *The New Republic*. <http://www.tnr.com/article/politics/magazine/103952/happyism-deirdre-mccloskey-economics-happiness> [7.11.2015]
- Mikula, G. (2015). Q-Technik. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*. <https://portal.hogrefe.com/dorsch/q-technik/> [4.10.2015]
- Minsel, W.-R. & Heinz, M. (1983). Das Q-Sort-Verfahren. In H. Feger & J. Bredenkamp (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Forschungsmethoden der Psychologie, Bd. 2, Datenerhebung*. (S.135-153) Göttingen: Hogrefe.
- MODUL University. Projektinformationen und aktuelle Ergebnisse – Living conditions, quality of life, and subjective well-being in regions: A methodological pilot study with explorative interviewing and quantitative measurement. <https://www.modul.ac.at/about/departments/applied-statistics-and-economics/projects/> [9.9.2015].
- Müller, F. H. & Kals, E. (2004). Die Q-Methode. Ein innovatives Verfahren zur Erhebung subjektiver Einstellungen und Meinungen. *Forum Qualitative Sozialforschung/ Forum: Qualitative Social Research*, 5(2), Art. 34.
- OECD (2011). *How's Life?: Measuring well-being*, OECD Publishing.

- OECD (2015). *How's Life? 2015: Measuring well-being*, OECD Publishing.
<http://www.oecd.org/std/how-s-life-23089679.htm> [10.8.2015]
- OECD. Better Life Index. <http://www.oecdbetterlifeindex.org/de> [10.8.2015]
- Operant Subjectivity. The international journal of Q Methodology. Official journal of the International Society for the Scientific Study of Subjectivity (ISSSS)
<http://www.operantsubjectivity.org/> [4.10.2015]
- Pavot, W. (2008). The Assessment of Subjective Well-Being. In L. Eid & R. J. Larson (Eds.), *The Science of Subjective Well-Being* (S. 124-140). New York: The Guilford Press.
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S. & Stross, B. (2012). *Living conditions, quality of life, and subjective well-being in regions: A methodological pilot study with explorative interviewing and quantitative measurement*. Unveröffentlichte Studie, MODUL University Wien.
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S. & Stross, B. (2015a). *The MODUL study of living conditions. Technical Report*. https://www.modul.ac.at/uploads/files/user_upload/Technical_Report_-_The_MODUL_study_of_living_conditions.pdf [4.5.2015].
- Ponocny, I., Weismayer, C., Stross, B. & Dressler, S. (2015b). Are Most People Happy? Exploring the Meaning of Subjective Well-Being Ratings. *Journal of Happiness Studies*, published online 28.12.2015,
<http://link.springer.com/article/10.1007/s10902-015-9710-0/fulltext.html>
 [13.1.2016].
- Raab-Steiner, E. (2000). *Die Verfälschbarkeit, Skalierung und Validität von Persönlichkeitsfragebogen mit dichotomen, analogen und Q-Sort Antwortformaten*. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Universität Wien.
- Ramlo, S. E. & Newman, I. (2011). Q Methodology and Its Position in the Mixed-Methods Continuum. *Operant Subjectivity*, 34(3), 172-191.
- Rojas, M. (2007). Heterogeneity in the relationship between income and happiness: A conceptual-referent-theory explanation. *Journal of Economic Psychology*, 28(1), 1-14.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Seiwald, B. B. (2003). Antwortformat. In K. D. Kubinger & R. S. Jäger (Hrsg.), *Schlüsselbegriffe der Psychologischen Diagnostik* (1. Aufl.) (S. 23-28). Weinheim: Beltz Verlag.

- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- Sheldon, K. M. & King, L. (2001). Why Positive Psychology Is Necessary. *American Psychologist*, 56(3), 216-217.
- Statistik Austria (2015). *Wie geht's Österreich? 2015 Indikatoren und Analysen*. http://www.statistik.at/wcm/idc/idcplg?IdcService=GET_NATIVE_FILE&RevisionSelectionMethod=LatestReleased&dDocName=105439 [10.8.2015].
- Stenner, P. (2011). Q Methodology as Qualiquantology: Comment on Susan Ramlo and Isadore Newman's "Q Methodology and Its Position in the Mixed-Methods Continuum". *Operant Subjectivity*, 34(3), 192-203.
- Stenner, P., Cooper, D. & Skevington, S. M. (2003). Putting the Q into quality of life: the identification of subjective constructions of health-related quality of life using Q methodology. *Social Science & Medicine* 57(11), 2161-2172.
- Stephenson, W. (1935). Correlating Persons instead of Tests. *Character and Personality*, 4(1), 17-24.
- Stephenson, W. (1993). Introduction to Q-Methodology. *Operant Subjectivity*, 17(1/2), 1-13.
- Stiglitz, J. E., Sen, A. & Fitoussi, J.-P. (2009). Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress. www.stiglitz-sen-fitoussi.fr [10.10.2014]
- Strack, F., Argyle, M. & Schwarz, N. (1991). Introduction. In F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds.), *Subjective Well-Being. An Interdisciplinary Perspective*. (S. 1-3) Oxford: Pergamon Press.
- Thompson, B., Frankiewicz, R. G. & Ward, G. R. (1983). Cross technique validation of attitude measures. *Operant Subjectivity*, 6(2), 37-50.
- van Exel, J. & de Graaf, G. (2005). *Q methodology: A sneak preview*. <http://qmethod.org/articles/QmethodologyASneakPreviewReferenceUpdate.pdf> [5.10.2015]
- Veenhoven, R. (1991). Ist Glück relativ? Überlegungen zu Glück, Stimmung und Zufriedenheit aus psychologischer Sicht. *Report Psychologie*, 16, 14-20.
- Veenhoven, R. (2000). The Four Qualities of Life. Ordering Concepts and Measures of the Good Life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.

- Warner, L. (2015). Resilienz. In M. A. Wirtz (Hrsg.), *Dorsch – Lexikon der Psychologie*.
<https://portal.hogrefe.com/dorsch/resilienz/> [10.12.2015]
- Watts, S. & Stenner, P. (2005). Doing Q methodology: theory, method and interpretation. *Qualitative Research in Psychology*, 2(1), 67-91.
- Watts, S. & Stenner, P. (2012). *Doing Q Methodological Research: Theory, Method, and Interpretation*. London: Sage.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.
- Wolf, A. (2013). Wellbeing for Public Policy: Roles for Q Methodology. *Operant Subjectivity*, 36(3), 203- 226.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1. Zusammenhang von Glücksempfinden und materiellem Wohlstand (nach Easterlin, 1974, zit. n. Veenhoven, 1991, S. 11).	33
Abbildung 2. Kurvilinearer Zusammenhang von Glück und nationalem Einkommen, Neuskalierung der Daten Easterlins (Veenhoven, 1991, S. 12).	34
Abbildung 3. Beispiel für ein Q-Sort mit einer forced-choice Häufigkeitsverteilung, bei der 48 Kärtchen (das Q-Sample) auf alle vorgegebenen Kategorien verteilt werden müssen. Dadurch entsteht eine „Quasi-Normalverteilung“ der Ratings (Watts & Stenner, 2012, S. 17).	61
Abbildung 4. Vorgabe der Kärtchen und der beiden Sortierbereiche.	80
Abbildung 5. Altersverteilung der Stichprobe in Altersbereiche gruppiert.	85
Abbildung 6. Höchste bisher abgeschlossene Ausbildung.	87
Abbildung 7. Selbsteinschätzungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den Bereichen Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden (die Balken bezeichnen die Anzahl der Personen je Bereich auf der Skala von 1 bis 10).	92
Abbildung 8. Streudiagramme des korrelativen Zusammenhangs zwischen Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden (n = 62); die Zahlen geben an, wie häufig diese Punkte vorkommen.....	92
Abbildung 9. Anzahl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen (n = 62) bezüglich gewählter Kärtchenanzahl.	93
Abbildung 10. Anzahl der Teilnehmer und Teilnehmerinnen (n = 62) bezüglich der gewählter Kärtchenanzahl eingeschränkt auf den Bereich "trifft voll zu".	95
Abbildung 11. Streudiagramm des korrelativen Zusammenhangs zwischen Alter und Anzahl gewählter Kärtchen im Bereich „voll zutreffend“ (n = 62).	96
Abbildung 12. Verteilung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf die 11 Typen (n = 60).	108
Abbildung 13. Streudiagramme des korrelativen Zusammenhangs jeweils zwischen Typ und Zufriedenheit, Glück sowie Wohlbefinden (n = 60); die Zahlen geben an, wie häufig diese Punkte vorkommen.	109
Abbildung 14. Häufigkeitsverteilung in der Interview-Stichprobe, n = 430 (Daten aus der Studie von Ponocny et al., 2015a).	117

Abbildung 15. Prozentuelle Verteilung der Typen in der Kärtchen- und Interview-Stichprobe im Vergleich, angegeben sind die prozentuellen Anteile in Bezug zur jeweiligen Stichprobe.	118
Abbildung 16. Selbsteinschätzungen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen in den Bereichen Glück und Zufriedenheit (Skala von 1= positiv bis 10 = negativ), basierend auf den Daten der Interview-Stichprobe von Ponocny et al. (2015a), n = 494.	119
Abbildung 17. Screeplot, Darstellung der Faktoren und Eigenwerte.	120

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1. Extrempositionen in der Gegenüberstellung quantitativer und qualitativer Methoden (Bortz & Döring, 2006, S. 299).	53
Tabelle 2. Multidimensionales Kontinuum der Eigenschaften von Forschungsprojekten und die Positionierung der Q-Methodologie bzgl. dieser ausgewählten Aspekte (nach Ramlo & Newman, 2011, S.181/183).	56
Tabelle 3. Die 80 Aussagen des Q-Samples mit Kärtchennummer (Nummerierung ist eine zufällige Zuweisung).	76
Tabelle 4. Familienstand getrennt nach Geschlecht.	86
Tabelle 5. Anzahl der Personen, die gemeinsam mit jemandem im Haushalt leben getrennt nach Geschlecht.	86
Tabelle 6. Anzahl der Personen je Wohnsituation getrennt nach Geschlecht.	86
Tabelle 7. Anzahl der Kinder getrennt nach Geschlecht.	87
Tabelle 8. Anzahl der Kinder getrennt nach Familienstand.	87
Tabelle 9. Anzahl und prozentueller Anteil der Personen je beruflicher Situation.	88
Tabelle 10. Anzahl (und prozentueller Anteil) der Personen zugeordnet zur angegebenen tatsächlichen wöchentlichen Arbeitszeit in Stunden getrennt nach Geschlecht (nur bezogen auf den Stichprobenanteil aller voll- und teilzeit- bzw. selbst- und unselbstständig arbeitenden Personen, n = 40).	89
Tabelle 11. Netto-Haushaltseinkommen in Euro.	90

Tabelle 12. Deckung der laufenden Haushaltsausgaben mit dem zur Verfügung stehenden Einkommen.....	90
Tabelle 13. Anzahl der Personen, deren Haushalt jeweils über die aufgelisteten Dinge verfügt.....	90
Tabelle 14. Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden auf einer Skala von 1 (hohe Ausprägung) bis 10 (niedrige Ausprägung).	91
Tabelle 15. Anzahl der Personen, die sich auf der Skala von 1 bis 10 bezüglich der Bereiche Zufriedenheit, Glück und Wohlbefinden beschreiben.	91
Tabelle 16. Anzahl und prozentueller Anteil der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bzgl. der insgesamt Menge gewählter Kärtchen (max. mögl. 80 Kärtchen) gruppiert in 5-er Schritten (Bereich „voll und teilweise zutreffend“).	93
Tabelle 17. Anzahl und prozentueller Anteil der Teilnehmer und Teilnehmerinnen bzgl. der Menge gewählter Kärtchen gruppiert in 5-er Schritten (Bereich „voll zutreffend“).	95
Tabelle 18. Alle Aussagen (Kärtchen) die jeweils von mehr als 80 % der Personen gewählt wurden (Bereiche „voll UND teilweise zutreffend“), absteigend sortiert nach Gesamtmenge.....	97
Tabelle 19. Die am seltensten gewählten Aussagen (Kärtchen), jeweils nur maximal 4-mal gewählt (Bereiche „voll UND teilweise zutreffend“), aufsteigend sortiert nach Gesamtmenge.....	98
Tabelle 20. Alle Aussagen (Kärtchen), die von keiner Person als "voll zutreffend" eingestuft wurden, absteigend sortiert nach Gesamtmenge.	99
Tabelle 21. Alle Aussagen (Kärtchen), die jeweils von mehr als 50 % der Personen (d. h. > 31 Pers.) gewählt wurden (Bereich „voll zutreffend“).	100
Tabelle 22. Übereinstimmung der einzelnen Personen mit den Typen in Prozent und anfängliche Typenzuordnung inkl. Anmerkung in Betracht kommender Typen (prozentuelle Typenübereinstimmung für den Bereich "voll und teilweise zutreffend").	105
Tabelle 23. Übereinstimmung der einzelnen Personen mit den Typen in Prozent und endgültige Zuordnung zu den Typen (prozentuelle Typenübereinstimmung für den Bereich "voll zutreffend").	106
Tabelle 24. Häufigkeitsverteilung der Typen in der Stichprobe (angepasste Personenzahl n = 60).	107

Tabelle 25. Beschreibung der (in der Stichprobe vorkommenden) Typen nach Zufriedenheit, Glück, Wohlbefinden, Geschlecht, Alter, Familienstand, Wohnsituation, Ausbildung und beruflicher Situation (n = 60).	110
Tabelle 26. Korrelationen der prozentuellen Typen-Übereinstimmungen (bzgl. Auswahl „voll UND teilweise zutreffend“), jeweils Korrelation und 2-seitige Signifikanz.	114
Tabelle 27. Korrelationen der prozentuellen Typen-Übereinstimmungen (bzgl. Auswahl „voll zutreffend“), jeweils Korrelation und 2-seitige Signifikanz.	114
Tabelle 28. Häufigkeitsverteilung der Typen in der Interview-Stichprobe, n = 430 (Daten aus der Studie von Ponocny et al., 2015a).	116
Tabelle 29. Rotierte Komponentenmatrix der Hauptkomponentenanalyse, Varimax-Rotation (Koeffizienten nach Größe sortiert, Werte < 0,2 nicht angezeigt), inkl. Zuordnung von Zufriedenheit (Z), Glück (G), Wohlbefinden (W) und der Typen.	121
Tabelle 30. Aussagen nach Typenzugehörigkeit geordnet, inkl. der mehrfach vorkommenden Aussagen (mit Verweis auf die betreffenden Typen in eckiger Klammer).	150

ANHANG

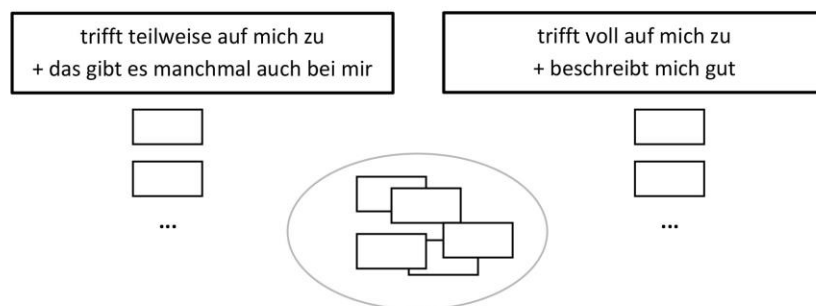
Instruktion

Liebe Teilnehmerin! Lieber Teilnehmer!

Vor Ihnen liegen Kärtchen mit Aussagen und Statements (Behauptungen), so, wie sich eine Person beschreiben könnte. Sie können nun alle Aussagen in Ruhe durchlesen.

Dabei sollen Sie Kärtchen auswählen und den folgenden beiden Bereichen zuordnen:

- trifft voll auf mich zu + beschreibt mich gut
- trifft teilweise auf mich zu + das gibt es manchmal auch bei mir



Wählen Sie all jene Aussagen, die **Sie persönlich** oder **Ihre aktuelle Lebenssituation** gut beschreiben. Sie können die Kärtchen während der Bearbeitung jederzeit wieder **zurücklegen, austauschen** oder Ihre Zuordnung **verändern**.

Wählen Sie mehrere Kärtchen, so dass **alle für Sie passenden Aussagen** enthalten sind. **Wie viele** Sie wählen, ist **Ihnen überlassen**.

Wählen Sie aber nur jene Kärtchen, die **für Sie persönlich relevant** und zutreffend sind!

Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – diese werden nicht bewertet. Vielmehr geht es um Ihre persönliche Einschätzung, was auf Sie zutrifft.

Sie haben ausreichend Zeit alles in Ruhe zu bearbeiten, die Zuordnung der Kärtchen sollte aber **möglichst spontan und nach Gefühl** erfolgen.

Ihre Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt und anonymisiert ausgewertet, so dass keine Rückschlüsse auf Ihre Person möglich sind.

Vielen Dank für die Teilnahme!

Fragebogen

Fragebogen – Seite 1

Liebe Teilnehmerin! Lieber Teilnehmer!

Bitte beantworten Sie folgende Fragen:

Kreuzen sie auf der Skala das für Sie passende Kästchen an.

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

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

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

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

Schätzen Sie das **Wohlbefinden** in Ihrem derzeitigen Leben ein:

ich fühle mich sehr wohl ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ich fühle mich nicht wohl

Allgemeine Informationen zu Ihrer Person:

Geschlecht: ☐ männlich ☐ weiblich **Alter:** _____ Jahre

Ich wohne in Österreich: ☐ immer schon ☐ seit (Jahreszahl): _____

Zu Hause spreche ich normalerweise ☐ Deutsch andere ☐ _____

Familienstand:

☐ ledig ☐ in einer Partnerschaft ☐ verheiratet ☐ geschieden ☐ verwitwet

☐ sonstiges: _____

Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt? _____ (Anzahl)

Ich wohne: ☐ alleine ☐ in einer Wohngemeinschaft ☐ mit meiner Familie /
meinem/er Partner/in

Haben Sie Kinder? ☐ nein

☐ ja → Alter der Kinder: _____

Welche Kinder leben in Ihrem Haushalt: ☐ keine ☐ alle ☐ Anzahl und Alter: _____

Pflegen Sie Angehörige oder Bekannte? ☐ nein ☐ ja, ca. _____ Stunden pro Woche

Höchste bisher abgeschlossene Ausbildung:

- ☐ keine ☐ Meisterprüfung
☐ Pflichtschule ☐ höhere Schule ohne Matura
☐ Lehre ☐ höhere Schule mit Matura → Welche? AHS, HAK, HBLA, HTL, ...
andere: _____
☐ Bachelor ☐ Mag./Dipl.Ing./Master ☐ Doktor/PhD
☐ Sonstige Ausbildung(en): _____

Welche Fachrichtung(en) haben Ihre Ausbildung(en): _____

Berufliche Situation:

- ☐ unselbstständig ☐ Hausfrau/Hausmann ☐ Schüler/-in
☐ Vollzeit ☐ Präsenz-/Zivildienst ☐ Student/-in
☐ Teilzeit ☐ karenziert → Fachrichtung: _____
☐ selbstständig ☐ pensioniert
☐ teils selbstständig/teils unselbstständig ☐ arbeituchend
☐ Sonstiges: _____

Derzeit/zuletzt ausgeübte **Berufstätigkeit**: _____

Berufstätigkeit: tatsächliche wöchentliche **Arbeitszeit**: _____ Stunden

Wie weit können die **laufenden Haushaltsausgaben** mit dem zur Verfügung stehenden Einkommen gedeckt werden?

- ☐ gut/Ersparnisse möglich ☐ ausreichend/Ausgaben gedeckt ☐ unzufriedenstellend

Monatliches Netto-Haushaltseinkommen:

- ☐ < 1000 ☐ 1000-2000 ☐ 2000-3500 ☐ 3500-5000 ☐ > 5000
☐ möchte ich nicht nennen

Mein Haushalt verfügt über (mit Anzahl):

- ☐ Auto: _____ ☐ Eigentumswohnung: _____ ☐ Mietwohnung: _____
☐ (leeres) Grundstück: _____ ☐ Haus: _____ / Garten: _____
☐ sonstiges: _____

Auf wievielen m² wohnen Sie? _____ m²

Wohnen Sie in einem Heim? ☐ ja ☐ nein

Religionsbekenntnis:

- _____ ☐ ausübend ☐ ohne Bekenntnis
☐ nicht ausübend ☐ möchte ich nicht angeben

Vielen Dank für die Teilnahme!!!

Aussagen mit Typenzugehörigkeit

Tabelle 30. Aussagen nach Typenzugehörigkeit geordnet, inkl. der mehrfach vorkommenden Aussagen (mit Verweis auf die betreffenden Typen in eckiger Klammer).

EHER POSITIV DOMINIERT	
Typ 1: unbeschwertes Glück	
42	Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl. [1,2,3,4]
55	Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]
68	Ich lebe in Einklang mit mir selbst. [1,2]
1	Ich würde mein Leben als unbeschwert und glücklich beschreiben.
15	Meine täglichen Aktivitäten bereiten mir Freude.
29	Ich bin stets positiv gestimmt und blicke zuversichtlich in meine Zukunft.
43	Ich habe das Gefühl, dass mir (fast) alles gelingt.
56	Aus jedem meiner Tage schöpfe ich Kraft, mein Leben ist für mich eine Bereicherung.
69	Es gibt in keinem Lebensbereich Beeinträchtigungen.
2	Probleme, Sorgen, Ärger usw. kenne ich so gut wie gar nicht.
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, 5,6,7, 8]
Typ 2: authentisches Glück mit Einschränkungen	
42	Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl. [1,2,3,4]
55	Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]
68	Ich lebe in Einklang mit mir selbst. [1,2]
30	Meine positive Grundstimmung ist beim Auftreten (kleinerer) Ärgernisse so gut wie nicht beeinträchtigt. [2,3]
44	Ich würde mein Leben als sehr glücklich beschreiben, auch wenn es ab und zu kurzfristige, kleinere Einschränkungen gibt (Probleme, Sorgen, Verstimmungen, unerfüllte Bedürfnisse). Diese betreffen im Wesentlichen nebensächliche Dinge.
57	Ich kann mein Leben genießen, obwohl es ab und zu kleinere Ärgernisse gibt.
70	Wenn mich etwas ärgert, mir Angst oder Sorgen bereitet, bleibt dieses Gefühl zumeist nur kurz erhalten.
3	In für mich relevanten Hauptbereichen meines Lebens (wie Familie, Beruf, Gesundheit, Interessen, ...) gibt es für mich keine Probleme (obwohl mich Nebensächlichkeiten manchmal ärgern).
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, 5,6,7, 8]
Typ 3: resilientes Glück	
42	Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl. [1,2,3,4]
55	Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]
30	Meine positive Grundstimmung ist beim Auftreten (kleinerer) Ärgernisse so gut wie nicht beeinträchtigt. [2,3]
17	Bei aufkommenden kleineren und größeren Problemen finde ich immer den richtigen Weg damit umzugehen. [3,4]
31	Ich bin glücklich mit meinem Leben. Zwar begegne ich auch Problemen (in wichtigen Bereichen meines Lebens), bewältige diese aber für mich zufriedenstellend aus eigener Kraft.
45	Ich begegne immer wieder auch Problemen in wichtigen Bereichen (wie Familie, Beruf, Gesundheit, Interessen, ...) meines Lebens, jedoch habe ich das Gefühl, diesen stets gewachsen zu sein.
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, 5,6,7, 8]
Typ 4: authentisches Glück mit Einschränkungen in zentralem Bereich	
42	Ich bin glücklich und zufrieden. Ich fühle mich wohl. [1,2,3,4]
55	Ich kann mein Leben genießen. [1,2,3,4]
17	Bei aufkommenden kleineren und größeren Problemen finde ich immer den richtigen Weg damit umzugehen. [3,4]
58	Ich bin wirklich glücklich mit meinem Leben, obwohl ich häufig mit Problemen und Ärger in wichtigen und zentralen Bereichen meines Lebens (z.B. Arbeit, Familie, Zeit, Gesundheit, soziale Kontakte, ...) zu kämpfen habe.
71	Obwohl es auch Bereiche im meinem Leben gibt, die mich stärker belasten, habe ich mich in gewisser Weise daran gewöhnt, und komme sehr gut damit klar.
4	Trotz mancher Probleme finde ich immer zu meiner doch positiven Grundstimmung zurück.
18	Obwohl es gewisse Einschränkungen gibt, würde ich mein Leben und meine Grundstimmung nicht als negativ betrachten.
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, 5,6,7, 8]

POSITIV UND NEGATIV EHER AUSGEGLICHEN	
Typ 5: intensiv, ambivalent	
32	In meinem Leben wechseln glückliche Tage mit problematischen; es ist ein ständiges auf und ab.
46	Ich kann richtig glücklich sein, aber auch traurig/genervt/gereizt/... wenn mir problematische Dinge begegnen.
59	Mal geht es mir gut, dann wieder schlecht.
72	Mein Leben besteht aus Höhen und Tiefen – ich kenne beides.
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, <u>5,6,7</u> , 8]
5	Immer wieder bin ich glücklich und zufrieden, aber dann fühle ich mich auch wieder traurig, belastet oder verärgert.
19	Ich kenne Bereiche im Leben (Personen, Aufgaben, Dinge ...), die für mich einerseits wunderbar und schön sind, auf der anderen Seite auch schwierig und teils belastend.
33	An manchen Tagen könnte ich Bäume ausreißen, an anderen kann ich mich zu gar nichts aufraffen.
Typ 6: balanciert, etwas resignativ, so lala	
47	Irgendwie ist es jeden Tag dasselbe, man lebt eben so dahin. [6,7]
60	Man muss mit dem Leben zufrieden sein, dann passt auch alles. [6,7]
73	Ich führe ein ganz normales Leben, alles in allem ist es nicht schlecht.
6	Im Leben begegnen einem auch mal Belastungen, aber so ist das halt.
20	Man erlebt nicht jeden Tag ein emotionales Hoch, aber das ist doch eigentlich ganz normal.
34	Meine Stimmung würde ich an den meisten Tagen als „neutral“ beschreiben.
48	Mit meinem Leben bin ich im Großen und Ganzen zufrieden.
61	Wenn ich etwas darüber nachdenke, verläuft mein Leben recht ausbalanciert, es gibt keine großen Tiefs, aber auch keine so großen Hochs.
74	Soweit passt schon alles in meinem Leben, man muss zufrieden sein.
7	Was kann man schon machen, man muss alles nehmen wie es kommt.
21	Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen. [6,7]
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, <u>5,6,7</u> , 8]
Typ 7: flach, indifferent, verschlossen	
47	Irgendwie ist es jeden Tag dasselbe, man lebt eben so dahin. [6,7]
60	Man muss mit dem Leben zufrieden sein, dann passt auch alles. [6,7]
35	Über die persönliche Stimmung spricht man doch nicht.
49	Eine schlechte Lebensphase vergeht auch wieder, großartig Gedanken machen, bringt da nichts.
62	Was mein Wohlbefinden beeinflusst, kann ich nicht genau festmachen.
75	Die meisten der anderen Aussagen passen nicht zu mir.
21	Mein Leben hat weder Höhen noch Tiefen. [6,7]
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, <u>5,6,7</u> , 8]
EHER NEGATIV DOMINIERT	
Typ 8: haltlos, unauthentisch, unerfüllt	
8	Manchmal bin ich traurig, belastet oder verärgert. [8,9,10,11]
22	Ich bin zufrieden, aber als richtig glücklich möchte ich mich nicht bezeichnen.
36	Oft ödet mich alles an.
50	Manchmal wünsche ich mir, dass mein Leben anders verlaufen wäre.
63	Wenn ich alles noch einmal machen könnte, würde ich einiges anders machen.
76	Irgendwie habe ich das Gefühl, dass mir etwas im Leben fehlt.
9	Es ist schon alles irgendwie langweilig und immer dasselbe, aber so ist das Leben eben in gewisser Weise.
23	Die tägliche Routine nervt mich, aber jeder ist eben in seinem Alltag gefangen.
51	Wenn mein Leben anders verlaufen wäre, wäre jetzt vielleicht so manches besser (ich wäre zufriedener, glücklicher).
16	Extreme Belastungen und überwältigende Probleme kenne ich nicht. [1,2,3,4, <u>5,6,7</u> , 8]
Typ 9: disharmonisch, getrübt, belastet oder gehetzt, aber mit Rückhalt	
8	Manchmal bin ich traurig, belastet oder verärgert. [8,9,10,11]
64	Unzufriedenheit kenne ich gut. [9,10,11]
77	Verstimmungen, Ärger, Streit, Gernervt-Sein sind Dinge, die ich immer wieder erlebe. [9,10,11]
10	Sorgen, Probleme oder Einsamkeit verspüre ich oft. [9,10,11]
24	Eine gewisse Beeinträchtigung meiner Stimmung geht nie ganz weg. [9,10,11]
38	Wenn ich könnte, würde ich mein Leben tiefgreifend ändern. [9,10]
52	Stress und Zeitdruck kenne ich gut. Oft komme ich nicht zu Dingen, die ich gerne machen würde. [9,10]
65	Verpflichtungen kann ich häufig nicht für mich zufriedenstellend erfüllen. [9,10]

78	Es gibt etwas in meinem Leben, das ich in Ordnung bringen möchte, aber bis jetzt nicht dazu in der Lage war. [9,10]
37	In gewisser Weise bin ich von meinem Leben enttäuscht. [9,10]
11	Trotz meiner gravierenden Probleme gibt es Dinge im Leben, die mir Halt geben (Familie, Freunde, Aktivitäten, ...).
25	Es gibt positive Dinge im Leben, die mich in schlechten Zeiten immer wieder aufrichten.
Typ 10: wie 9, aber ohne Rückhalt durch authentische positive Ressourcen	
8	Manchmal bin ich traurig, belastet oder verärgert. [8,9,10,11]
64	Unzufriedenheit kenne ich gut. [9,10,11]
77	Verstimmungen, Ärger, Streit, Gernervt sein sind Dinge, die ich immer wieder erlebe. [9,10,11]
10	Sorgen, Probleme oder Einsamkeit verspüre ich oft. [9,10,11]
24	Eine gewisse Beeinträchtigung meiner Stimmung geht nie ganz weg. [9,10,11]
38	Wenn ich könnte, würde ich mein Leben tiefgreifend ändern. [9,10]
52	Stress und Zeitdruck kenne ich gut. Oft komme ich nicht zu Dingen, die ich gerne machen würde. [9,10]
65	Verpflichtungen kann ich häufig nicht für mich zufriedenstellend erfüllen. [9,10]
78	Es gibt etwas in meinem Leben, das ich in Ordnung bringen möchte, aber bis jetzt nicht dazu in der Lage war. [9,10]
37	In gewisser Weise bin ich von meinem Leben enttäuscht. [9,10]
39	In Erinnerung bleiben mir zumeist eher die negativen Erlebnisse aus meinem Alltag.
53	Ich fühle mich häufig verzweifelt und hoffnungslos.
66	Was kann man schon vom Leben erwarten?
79	Schlimmer geht's immer!
12	Es gibt kaum Positives, auf das ich mich verlassen kann.
26	Ich muss mit meinen Sorgen und Problemen ganz alleine fertig werden.
Typ 11: depressiv, überschattet, dominant belastet	
8	Manchmal bin ich traurig, belastet oder verärgert. [8,9,10,11]
64	Unzufriedenheit kenne ich gut. [9,10,11]
77	Verstimmungen, Ärger, Streit, Gernervt sein sind Dinge, die ich immer wieder erlebe. [9,10,11]
10	Sorgen, Probleme oder Einsamkeit verspüre ich oft. [9,10,11]
24	Eine gewisse Beeinträchtigung meiner Stimmung geht nie ganz weg. [9,10,11]
40	Gedanken an die Zukunft erfüllen mich mit Angst.
54	Den kommenden Jahren blicke ich eher pessimistisch entgegen.
67	Mein Leben ist für mich enttäuschend – da gibt es kaum etwas, das mich stolz macht oder zufrieden stimmt.
80	Oft fühle ich mich hilflos und meinen Problemen ausgeliefert.
13	Ich kann wegen meiner Probleme oft nicht schlafen oder abschalten.
27	Sobald ich mir denk, jetzt geht's aufwärts, kommt schon wieder irgendwas daher.
41	Meine Gedanken kreisen häufig um das Negative oder Schlechte im Leben.
14	Aus meinen negativen Gedankengängen komme ich meist schwer wieder heraus.
28	Gedanken daran, was auf mich zukommen wird, bereiten mir Unbehagen.

Lebenslauf

Vor- und Nachname:	Sabrina Schinagl
Geburtsdatum und -ort:	2. Februar 1987, in Linz
Staatsangehörigkeit:	Österreich
September 1993 – Juni 1997:	Volksschule Keferfeld, Linz
September 1997 – Juni 2005:	Bundesrealgymnasium Landwiedstraße 82, Linz
Oktober 2005 – Oktober 2006:	Bachelorstudium Architektur an der Technischen Universität Wien
Oktober 2006 – Oktober 2009:	Lehramtsstudium für Darstellende Geometrie und Mathematik an der Technischen Universität Wien
seit März 2009	Diplomstudium Psychologie an der Universität Wien
2007-2010 jeweils Okt. – Feb.	Tutorin am Institut für Diskrete Mathematik und Geometrie
August u. September 2013	klinisch-psychologisches Praktikum im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Linz
Juli 2015	Mitarbeit im Rahmen der Kinderuni-Wien
Fremdsprachen:	Englisch, Grundkenntnisse in Spanisch