



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Diplomarbeit

Der Einfluss sozialer Vergleiche auf das subjektive
Wohlbefinden und die damit verbundene
Erhebungsproblematik

Verfasserin

Eva Anna Klug

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2013

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: Dr. Ivo Ponocny

Danksagung

*Mein größter Dank gilt meinen Eltern,
die mir dieses Studium ermöglicht und mich immer liebevoll unterstützt haben.*

*Weiters möchte ich mich herzlich bei **Dr. Ivo Ponocny** für die hilfreiche Betreuung
dieser Arbeit, sowie bei seinem Team für die organisatorische Unterstützung bedanken.*

*Ein großes Dankeschön für die Freundschaft und Motivation an
Christina, Kathi, Hanna, Christine, Niki, Christoph und Nicole.*

*Und ein kleines
– wenn auch nicht weniger wichtiges –
Dankeschön an alle anderen die für mich da waren.*

Abstract Deutsch

Ziel der Arbeit ist es, die messmethodischen Besonderheiten der Erhebung und des Zusammenhangs von subjektivem Wohlbefinden und sozialen Vergleichen herauszuarbeiten. Die Fragestellung behandelt den Einfluss sozialer Vergleiche auf das Wohlbefinden, weiters sollen Unterschiede zwischen Stadt und Land, den Geschlechtern, dem Auftreten spontaner und intendierter Vergleiche sowie der Vergleichsstandards betrachtet werden. Dabei wird besonderes Augenmerk auf die methodischen Rahmenbedingungen gelegt.

Es wurde aus einem umfassenden Datenpool eine nach Gebiet und Geschlecht geschichtete Zufallsstichprobe von $n=52$ narrativen Interviews gezogen, welche zunächst anhand eines Kategoriensystems codiert und anschließend quantitativ mit Häufigkeitsanalysen (Kontingenztafeln) und weiters mit einer qualitativen Inhaltsanalyse untersucht wurde.

Die Ergebnisse zeigen, dass soziale Vergleiche sich in verschiedenem Ausmaß auf das Wohlbefinden auswirken können, sowohl positiv als auch negativ. Als Vorteil der gewählten qualitativen Methodik kann die Möglichkeit eines tiefen Einblicks in soziale Vergleiche und Wohlbefinden gesehen werden. Methodisch problematisch konnten aufgrund einer relativ geringen Stichprobe (aufgrund von Datenausschluss) kaum signifikante Ergebnisse erzielt werden, weiters zeigten sich nur wenig nennenswerte Effektgrößen. Ausgehend von diesen Erkenntnissen können jedoch möglicherweise Verbesserungen bereits bestehender Verfahren vorgenommen werden.

Inhaltsverzeichnis

ABSTRACT DEUTSCH	5
INHALTSVERZEICHNIS.....	7
EINLEITUNG.....	9
THEORETISCHER TEIL	11
1 Wohlbefinden	11
2 Soziale Vergleiche	23
3 Qualitative Methoden	35
EMPIRISCHER TEIL.....	39
4 Forschungsinteresse.....	39
5 Hauptstudie.....	40
6 Stichprobe.....	42
7 Auswertung.....	46
8 Quantitative Auswertung.....	53
9 Qualitative Analyse	77
10 Interpretation	108
11 Schlussfolgerung	116
LITERATURVERZEICHNIS	117
ABBILDUNGSVERZEICHNIS	121
TABELLENVERZEICHNIS.....	121
ANHANG.....	123
Anhang A – Fragebogen INCOM.....	125
Anhang B – Demographischer Fragebogen.....	127
Anhang C – Interviewleitfaden.....	128
Anhang D – Stichprobe.....	131
ABSTRACT ENGLISH	133
LEBENS LAUF	135

Einleitung

Subjektives Wohlbefinden und soziale Vergleiche sind theoretische Inhalte der Psychologie und weiterer Sozialwissenschaften, welche jeder für sich, aber auch in Zusammenhang miteinander untersucht werden können.

In der vorliegenden Arbeit sollen zunächst eingehend die Literatur zu diesen Themengebieten dargestellt, sowie die zugrunde liegenden theoretischen Aspekte beschrieben werden. Es soll betrachtet werden, wie soziale Vergleiche Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden haben können, und welche weiteren Aspekte (z.B. Geschlechtsunterschiede, Unterschiede zwischen Stadt und Land, Vergleichsstandards, Unterschiede im Auftreten sozialer Vergleiche etc.) damit in Verbindung stehen. Ein Hauptaugenmerk soll auf die damit verbundenen methodischen Schwierigkeiten und Erhebungsprobleme gelegt werden.

Abseits von klassischen Fragebogenstudien soll hierzu ein qualitativer Ansatz mittels narrativer Interviews verfolgt werden. Dazu wird eine Stichprobe aus einem umfassenden Datenpool zu Lebensbedingungen und Lebensqualität verwendet und umfassend ausgewertet. Das Forschungsinteresse wird mit der Fragestellung und zusätzlichen Forschungsfragen verdeutlicht, die anschließend anhand einer Inhaltsanalyse und Häufigkeitsverteilungen beantwortet werden sollen.

Anhand der Ergebnisse aus den Interviews soll festgestellt werden, inwieweit sich qualitative Interviews dazu eignen, soziale Vergleiche zu untersuchen und zu erheben, und ob andere Forschungsdesigns vielleicht geeigneter wären. Weiters sollen die erhaltenen Ergebnisse zu den verschiedenen Aspekten in Zusammenhang mit der Literatur betrachtet und interpretiert werden.

Im anschließenden Theorieteil sollen die bereits erwähnten begrifflichen Hintergründe und die Literatur zu Wohlbefinden und sozialen Vergleichen eingehend vorgestellt werden.

Theoretischer Teil

1 Wohlbefinden

Im allgemeinen Sprachgebrauch wird Wohlbefinden als „gutes körperliches, seelisches Befinden“ (Duden Online, 2013) beschrieben. Mit Wohlbefinden im wissenschaftlichen Kontext beschäftigt sich die sogenannte Positive Psychologie, welche in folgende Bereiche eingeteilt wird: Wohlbefinden und Zufriedenheit (in der Vergangenheit), Hoffnung und Optimismus (für die Zukunft) und Flow und Glück (in der Gegenwart; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Wohlbefinden kann weiters in psychologisches und subjektives Wohlbefinden unterteilt werden, wobei unterschiedliche Ansichten darüber bestehen, ob bzw. wie diese zusammenhängen. Ryan und Deci (2001) betrachten psychologisches und subjektives Wohlbefinden als zwei Aspekte eines Gesamtkonstrukts während Keyes, Shmotkin und Ryff (2002) in psychologischem und subjektivem Wohlbefinden voneinander zu unterscheidende Konzepte von Wohlbefinden sehen. Subjektives Wohlbefinden beinhaltet hier eher globale Bewertungen von Affekt und Lebensqualität, während psychologisches Wohlbefinden im Zusammenhang mit dem Erreichen existentieller Lebensaufgaben steht (Keyes et al., 2002, S. 1007). Diese beide Konzepte werden in der Literatur häufig auch als hedonistischer (vgl. subjektiver) und eudaimonistischer (vgl. psychologischer) Ansatz des Wohlbefindens dargestellt (Deci & Ryan, 2008).

Ryff (1989) differenzierte folgende sechs Dimensionen, die für psychologisches Wohlbefinden notwendig sind: Selbstakzeptanz, positive Sozialbeziehungen, Autonomie, Bewältigung der Lebensumstände, Lebenssinn und -ziele, persönliches Wachstum.

In der weiteren Darstellung wird genauer der Definition von subjektivem Wohlbefinden, Glück und Lebenszufriedenheit nachgegangen, wie diese Konstrukte voneinander abzugrenzen sind bzw. wie diese in Zusammenhang zueinander stehen.

1.1 Subjektives Wohlbefinden, Glück, Lebenszufriedenheit

Subjektives Wohlbefinden (subjective well-being; SWB) kann betrachtet werden als globale Bewertung der Lebensqualität (Keyes et al., 2002; vgl. Kapitel 1), da es die subjektive Einschätzung von Personen über ihr Leben ist: „the field of SWB focuses on people’s own evaluations of their lives“ (Diener, 2000, S. 34).

In der Literatur wird subjektives Wohlbefinden häufig synonym mit Glück (happiness) verwendet, vereinzelt werden sogar noch weitere Begriffe gleichgesetzt: „the terms well-being, utility, happiness, life satisfaction, and welfare [are] interchangeable ...“ (Easterlin, 2005; zitiert nach Raibley, 2012, S. 1106). Myers (2000) wiederum fasst Glück und Lebenszufriedenheit unter dem Oberbegriff subjektives Wohlbefinden zusammen.

Auf wissenschaftlicher Ebene beschäftigen sich mit Glück Disziplinen wie Philosophie, Theologie und die empirische Glücksforschung (sozialwissenschaftlich bzw. psychologisch). Da der Begriff Glück ebenso vielschichtig ist und häufig in der Alltagssprache verwendet wird, besteht auch hier wieder das Problem der genauen Begriffsdefinition und Abgrenzung von nahestehenden Begriffen wie Lebensqualität, Positiverfahrung, Wohlbefinden, Zufriedenheit (Bellebaum, 2010). In einem Übersichtswerk von Bucher (2009) wird Glück zusammenfassend festgehalten als „enorm vielfältiges Phänomen ... [das] mit Gesundheit und dem sozialen Nahbereich in Verbindung gebracht [wird] ... deutlich seltener mit materiellen Werten“ (S. 16). Weiters scheint der Zusammenhang von Glück und Zufriedenheit uneindeutig zu sein, „Zufriedenheit dauere länger, Glück sei episodischer, aber emotional intensiver“ (Bucher, 2009, S. 17).

Da Zufriedenheit (satisfaction) ein weiteres Konstrukt darstellt, welches von dieser Definitionsproblematik betroffen ist, sollte es zur Vereinfachung gleich im Zusammenhang mit subjektivem Wohlbefinden definiert werden. Mayring (1991) beispielsweise beschreibt subjektives Wohlbefinden in einem Vier-Faktoren-Ansatz, wobei die Dimensionen positiv/negativ, emotional/kognitiv, kurzfristig/langfristig differenziert werden. Die daraus resultierenden vier Faktoren lauten *Belastungsfreiheit*, *Freuden*, *Glück* und *Zufriedenheit*, wobei Zufriedenheit einen kognitiven Wohlbefindensfaktor beschreibt. Auf emotionaler Ebene befinden sich Glück

(langfristig) und Freuden (kurzfristig) als positive Faktoren; Belastungsfreiheit gilt als negativer emotionaler Wohlbefindensfaktor (Mayring, 1991, S. 74).

Nach Diener (2000) wiederum besteht subjektives Wohlbefinden nun aus folgenden verschiedenen Komponenten: Lebenszufriedenheit (globale Bewertung des eigenen Lebens) sowie Zufriedenheit mit wichtigen Bereichen (z.B. Arbeitszufriedenheit) und die Erfahrung möglichst vieler angenehmer und wenig unangenehmer Emotionen und Stimmungen (S. 34). Somit setzt sich auch hier subjektives Wohlbefinden sowohl aus kognitiven (Bewertung) als auch affektiven Komponenten (vgl. Glück) zusammen (Diener, 1994). Hierbei kann man auch die Frage aufwerfen, inwieweit subjektives Wohlbefinden als stabil angesehen werden kann, worauf später noch genauer eingegangen wird (vgl. Kapitel 1.4).

In der Literatur finden sich noch viele weitere Definitionsansätze und Theorien, wie subjektives Wohlbefinden, Lebenszufriedenheit und Glück voneinander abzugrenzen und zu definieren sind (vgl. Mayring, 1991; Bucher, 2009; Bellebaum, 2010), wobei die Herangehensweise wohl an das eigene Forschungs- bzw. Studieninteresse angepasst werden sollte.

Eine Arbeitsdefinition, die sich aus den vorhergegangenen theoretischen Annahmen ableiten lässt und in dieser Arbeit verwendet werden soll, könnte wie folgt lauten: Subjektives Wohlbefinden setzt sich zusammen aus Zufriedenheit (Bewertung, kognitive Komponente) und Glück (affektive Komponente; Emotionen). Dieses Gesamtkonstrukt beeinflusst maßgeblich die Lebensqualität.

In weiterer Folge sollen Theorien zu subjektivem Wohlbefinden und anschließend die Messung dieses Konstrukts dargestellt werden.

1.2 Theorien zu subjektivem Wohlbefinden

Ausgehend von den vorherigen Definitionen sollen nun einige Theorien betrachtet werden, welche mit subjektivem Wohlbefinden in Zusammenhang stehen. Hierbei sollen exemplarisch eine evolutionäre Perspektive, bottom-up- und top-down-Prozesse sowie Zieltheorien dargestellt werden.

Von grundlegenden Dimensionen gehen evolutionäre Theorien zum Wohlbefinden aus, wobei hier speziell auf den evolutionären Nutzen von negativen und in einem weiteren Schritt auch positiven Emotionen eingegangen wird. Eine in diesem Zusammenhang genannte Theorie ist die „broaden and build theory“ nach Fredrickson (1998; zitiert nach Diener & Ryan, 2009), wonach positive Emotionen es fördern, das Denkspektrum zu erweitern („broaden“) und vielschichtige Ressourcen aufbauen zu können („build“). Somit ermöglichen hohes subjektives Wohlbefinden und positiver Affekt dem Individuum neue Ziele anzustreben und somit wichtige persönliche Ressourcen (intellektuell, psychologisch, sozial, physisch) zu erlangen (Diener & Ryan, 2009, S. 395).

Ein weiteres theoretisches Konzept unterscheidet zwischen den zwei Ansätzen *top-down* und *bottom-up*. Die eigentliche Frage hierbei ist, ob Wohlbefinden ein Zustand oder eine Eigenschaft ist (state vs. trait; Diener & Ryan, 2009). Je nachdem, welche dieser Sichtweisen angenommen wird, verändert sich die Stabilität des Konstrukts. Dies wiederum kann sich auf die Messbarkeit auswirken. *Bottom-up*-Theorien betrachten äußere Umstände, Situationen und demographische Merkmale als Einflussfaktoren für Wohlbefinden, während *top-down*-Theorien die Ursachen in der Person selbst sehen, diese wiederum beeinflussen wie die Person die äußeren Gegebenheiten wahrnimmt (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

Abschließend beschreiben Zieltheorien (telic theories), dass Wohlbefinden dann erlangt werden kann, wenn ein spezifischer Endpunkt, zum Beispiel ein Ziel oder erfülltes Bedürfnis, erreicht wurde. Dabei stellt sich wiederum die Frage, ob die Erreichung eines kurzfristigen Ziels der eines langfristigen vorgezogen werden soll, und was passiert wenn verschiedene Bedürfnisse eines Individuums in Konflikt zueinander stehen. Aus einem philosophischen Blickwinkel kann man die Fragestellung anführen, ob das Anstreben eines Ziels nicht erfüllender ist (und somit zu mehr Wohlbefinden führt) als das Erreichen des Ziels selbst (Diener & Ryan, 2009, S. 394).

Vor dem Hintergrund dieser theoretischen Überlegungen zeigt sich nun, dass die Determinanten für Wohlbefinden sowohl in der Person als auch in ihrem Umfeld vorhanden sind, weiters sollen einige spezifischen Faktoren, welche Einfluss auf das Wohlbefinden haben, im Detail vorgestellt werden.

1.3 Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens

Es stellt sich nun die Frage, von welchen Faktoren es abhängt, wie eine Person ihr Leben bewertet; ob sie sich nun subjektiv wohlfühlt oder eben nicht.

In einem umfassenden Übersichtsartikel zur Erforschung von subjektivem Wohlbefinden der letzten Jahrzehnte setzen Diener et al. (1999) bei Wilson's Überlegungen an (1967; zitiert nach Diener et al., 1999), wonach glückliche Menschen "young, healthy, well-educated, well-paid, religious, married persons, with high job morale, of either sex, and of any level of intelligence" (S. 286) sind.

Zehn Jahre später beschreiben Diener und Ryan (2009), dass hohes Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit das Leben in folgenden vier Bereichen verbessern: Gesundheit und Langlebigkeit, Arbeit und Einkommen, soziale Beziehungen und gesellschaftliche Vorteile. In einem weiteren Schritt werden auch demographische Faktoren (Geschlecht, Bildungsstatus, Alter, Religion, soziale Beziehungen, Arbeitslosigkeit, Einkommen) sowie kulturelle Einflüsse auf das Wohlbefinden angeführt.

Soziale Beziehungen scheinen einen besonderen Stellenwert in Bezug auf das subjektive Wohlbefinden einzunehmen. Speziell werden hierbei auch verheiratete bzw. geschiedene Personen betrachtet und wie sich diese Form der Sozialbeziehung auswirkt. Es zeigte sich unter anderem, dass glückliche Personen erfüllendere Partnerschaften haben und mit diesen auch zufriedener sind (Lyubomirsky, King & Diener, 2005). Weiters wurde dargestellt, dass Freundschaft in sehr starkem Zusammenhang mit Selbsteinschätzungen von Glück steht (Campbell, Converse & Rogers, 1976; zitiert nach Lyubomirsky et al., 2005).

Ein weiterer Zusammenhang von subjektivem Wohlbefinden und Gesundheit besteht zunächst darin, dass Lebenszufriedenheit durch eine subjektive Interpretation des Gesundheitszustandes vorhergesagt werden konnte; es zeigte sich also, dass die *wahrgenommene* Gesundheit im Vergleich zu objektiven Befunden von Medizinern wesentlichen Einfluss hat (Diener et al., 1999). Weiters kann subjektives Wohlbefinden Gesundheit und Langlebigkeit erhöhen (Diener & Ryan, 2009), auch da Personen mit hohem subjektivem Wohlbefinden ein stärkeres Immunsystem zu haben scheinen und generell gesundheitsförderlicher leben, sowie weniger Alkohol- oder

Drogenabhängigkeit aufweisen (Diener & Biswas-Diener, 2008; zitiert nach Diener & Ryan, 2009, S. 393).

Berufliche Faktoren nehmen generell im Leben jedes Menschen einen gewissen Stellenwert ein, die Frage besteht nun darin, wie sich diese auswirken. Als einer dieser Faktoren kann das Einkommen gesehen werden, wobei hier kein starker Zusammenhang mit subjektivem Wohlbefinden gefunden werden konnte, solange es sich nicht um ernsthafte Armut bzw. nicht-erfüllte Grundbedürfnisse handelte (Diener et al., 1999). Ein anderer Ansatzpunkt ist die Arbeit selbst, wobei Personen mit hohem Wohlbefinden eher Vergnügen an ihrem Job finden und erfolgreicher sind (Lyubomirsky et al., 2005). Auch Arbeitslosigkeit hat Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden. In der Zeit danach waren Personen unzufriedener als davor und selbst nach Erhalt einer neuen Anstellung änderte sich dies nur wenig. Somit hat Arbeitslosigkeit sehr starke Auswirkungen auf die Lebenszufriedenheit (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2004).

Wenn man soziodemographische Faktoren wie das Alter betrachtet könnte man schlussfolgern, dass junge Personen höheres subjektives Wohlbefinden aufweisen. In der Forschung der letzten Jahre konnte jedoch gezeigt werden, dass das Alter nicht zwingend zu einer Abnahme des subjektiven Wohlbefindens führt (Diener et al., 1999).

Ein weiterer interessanter soziodemographischer Aspekt im Zusammenhang mit Wohlbefinden sind geschlechtsspezifische Unterschiede. Hier zeigten sich im Durchschnitt zwar keine Gegensätzlichkeiten, jedoch scheinen Frauen Emotionen häufiger und intensiver wahrzunehmen als Männer und befinden sich somit öfter an den Endpunkten von Wohlbefindensskalen (Diener et al., 1999).

Bildung und Intelligenz sind zwei weitere Faktoren, die möglicherweise in Zusammenhang mit subjektivem Wohlbefinden stehen. Die Literatur schreibt dem Bildungsstatus jedoch nur einen indirekten Einfluss zu: „much of the relation between education and SWB is due to the correlation of education with occupational status and income“ (Diener et al., 1999, S. 293); und Intelligenz scheint auch kaum in Zusammenhang damit zu stehen (Diener & Ryan, 2009).

Ein weiterer Punkt ist der Einfluss von Religion auf Wohlbefinden. In vielen Studien zeigte sich, dass Religiosität bzw. Spiritualität in Zusammenhang mit hohem Wohlbefinden steht (vgl. dazu Diener & Ryan, 2009, S. 397), weiterführende Forschung konnte jedoch auch darlegen, dass es nicht zwingend einen Zusammenhang geben muss.

Die Schlussfolgerung von Diener et al. (1999), welche Variablen zu subjektivem Wohlbefinden führen bzw. dieses beeinflussen, kann zwar in einem Satz beantwortet werden, vielmehr zeigt sich darin jedoch die Vielfältigkeit des Konzepts: “it is pointless to search for a single cause of happiness. Instead, they [die Forscher] need to understand the complex interplay of culture, personality, cognitions, goals and resources, and the objective environment.” (S. 295). Dieses vielschichtige Zusammenspiel unterschiedlicher Faktoren deutet in weiterer Folge auf die Komplexität dieses Konstrukts hin, welches sich wiederum vielfältig auf die Messbarkeit auswirken kann.

Nach dieser theoretischen Einführung zu subjektivem Wohlbefinden scheinen alle Begriffe im Zusammenhang damit definiert und einige der Einflussfaktoren dargestellt zu sein. Für ein vollständiges Bild soll abschließend noch auf die Erhebung dieses Konstrukts und die damit verbundene Messproblematik eingegangen werden.

1.4 Messung subjektiven Wohlbefindens

Die Messung subjektiven Wohlbefindens ist insofern wichtig, als durch die Möglichkeit zur Steigerung des Wohlbefindens auch Verbesserungsmaßnahmen für die Lebensqualität abgeleitet werden können (Diener & Ryan, 2009).

Grundsätzlich kann subjektives Wohlbefinden mithilfe von Selbsteinschätzungsskalen (self-report measures) gemessen werden; dies erscheint durch die implizierte Subjektivität des Konzepts logisch und sinnvoll. Allerdings muss man sich bei dieser Art der Erhebung auch der Gefahr des Auftretens eines Messfehlers bewusst sein (Diener & Ryan, 2009). Die Problematik besteht darin, dass die Ergebnisse dieser Messungen auf Erinnerungen und retrospektiven Einschätzungen beruhen, wodurch sie psychologischen Einflüssen wie aktueller Befindlichkeit und Stimmung, relevanten Kognitionen sowie gewissen Persönlichkeitseigenschaften unterliegen (Bucher, 2009).

Daher können die Ergebnisse solcher Skalen, erhoben zu verschiedenen Zeitpunkten, sehr unterschiedlich ausfallen und somit nur eine geringe Messstabilität aufweisen.

Eine andere Methode zur Erhebung, welche aus der Emotionspsychologie abgeleitet wurde, sind sogenannte Gesichterskalen. Dabei bekommen Personen eine „Vorlage von 7 Gesichtern mit unterschiedlicher Mundstellung (glücklich vs. traurig)“ (Mayring, 1991, S. 112) und sollen selbst einschätzen, „welches Gesicht das gegenwärtige Leben am besten kennzeichnet“ (Mayring, 1991, S. 112). Nach Bucher (2009) „empfiehlt sich, fünfpunktige Gesichterskalen zu verwenden, die leicht überschaubar sind und zugleich zwischen glücklich und sehr glücklich differenzieren.“ (S. 23). Problematisch an verschiedenen Selbsteinschätzungsskalen scheint jedoch die Möglichkeit unterschiedlicher Interpretation durch die befragten Personen, was wiederum Einfluss auf die Ergebnisse haben kann.

Verschiedene Autoren geben einen umfassenden Überblick zu den verwendeten Verfahren zur Erhebung der Konstrukte Glück, Lebenszufriedenheit oder subjektivem Wohlbefinden (z.B. Diener, 1984; Mayring, 1991; Bucher, 2009). Diese lassen sich wiederum in Kurzverfahren mit nur einem (single-item measures) oder in Skalen mit mehreren Items (multi-item scales) aufteilen.

Als Kritikpunkte an Einzelitemverfahren kann man anmerken, dass psychometrische Analysen damit nicht möglich seien (Lyubomirsky & Lepper, 1999, S. 139) oder die häufig sehr offensichtliche Formulierung zu gewissen Antworttendenzen führen kann (Argyle, 2001; zitiert nach Bucher, 2009). Trotzdem „bestehen empirische Indizien, dass die Messung von Glück mit nur einem Item (einigermaßen) brauchbare Ergebnisse liefert ... [denn] Das Einzelitem korrelierte mit diesen psychometrisch verlässlichen Instrumenten hochsignifikant“ (Bucher, 2009, S. 22).

Exemplarisch für Skalen mit mehreren Items werden kurz einige der Verfahren vorgestellt. Die Skala Lebenszufriedenheit (Satisfaction with Life Scale) nach Diener, Emmons, Larsen und Griffin (1985) wurde entwickelt, um dieses Konzept der kognitiven Bewertung (Zufriedenheit) des Lebens zu erheben. Da sie nur aus fünf Items besteht, stellt sie ein ökonomisches Kurzverfahren dar. Die Skala Subjektives Glück von Lyubomirsky und Lepper (1999) stellt den Anspruch, als globales, subjektives Messinstrument zu erheben, ob jemand ein glücklicher oder unglücklicher Mensch ist

(S. 139), wobei dies mit der Bearbeitung von vier Items wieder sehr zweckdienlich möglich ist und sich ein positiver Zusammenhang mit der Skala Lebenszufriedenheit von Diener et al. (1985) zeigte. Ein weiteres Instrument wäre die Skala PANAS (Positive and Negative Affect Scale; Watson, Clark & Tellegen, 1988), welche anhand von zehn Items positiven und negativen Affekt erhebt.

Neben den vielzähligen Möglichkeiten zur Erhebung mittels Selbsteinschätzungsskalen gibt es auch noch einige objektive Verfahren zur Messung von subjektivem Wohlbefinden. Diese wären beispielsweise Beobachtungsprotokolle, physiologische Messungen oder Emotionsmessungen (Diener & Ryan, 2009).

Zwei weitere Methoden, die eine unmittelbare Erhebung von subjektivem Wohlbefinden ermöglichen sind die Erlebnisstichprobenmethode (ESM) sowie die Tagesrekonstruktionsmethode (DRM), welche nun konkreter vorgestellt werden sollen.

1.4.1 Erlebnisstichprobenmethode

Die Erlebnisstichprobenmethode (Experience Sampling Method ESM) soll es ermöglichen, die im letzten Kapitel beschriebenen Messfehler aufgrund von Erinnerungsverzerrungen etc. zu minimieren, da hier eine viel unmittelbarere Erhebung stattfindet (vgl. Hektner, Schmidt & Csikszentmihalyi, 2007). Personen sollen an zufallsgenerierten Zeitpunkten angeben, wie sie sich bei ihren aktuellen Tätigkeiten fühlen, wobei Bucher (2009) zusammenfassend die verschiedenen Vorteile dieser Methode auflistet.

Neben der ökologischen Validität der erhobenen Daten besteht die Möglichkeit zur Rekonstruktion von Verlaufsmustern von Emotionen (Egloff et al., 1995; zitiert nach Bucher, 2009), oder auch die Darstellung des gleichzeitigen Auftretens verschiedener Emotionen (Zelenski & Larsen, 2000; zitiert nach Bucher, 2009). Außerdem kann anhand von zuvor erhobenen ESM-Daten die Messgenauigkeit von retrospektiven Messmethoden überprüft werden (Bucher, 2009).

Neben all diesen praktischen Vorteilen dieser Methode gibt es jedoch auch einige Nachteile, wie beispielsweise der hohe Aufwand bei der Durchführung und die daraus

resultierenden kleinen und oftmals wenig repräsentativen Stichproben (Bucher, 2009, S. 42). Eine ähnliche Methode ist die sogenannte Tagesrekonstruktionsmethode.

1.4.2 Tagesrekonstruktionsmethode

Die Tagesrekonstruktionsmethode (Day Reconstruction Method DRM; Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone, 2004) stellt eine weiterführende Methode dar, bei welcher die Personen den vergangenen Tag in verschiedene Episoden unterteilen, wobei sie anhand eines Leitfadens Fragen zur Situation beantworten und die dabei erlebten Gefühle beschreiben sollen. Es muss angegeben werden, wann die Episode begann, was die Person zu diesem Zeitpunkt tat, wo und mit wem die Aktivität stattfand und wie sie sich dabei fühlten. Dazu können die Episoden des Tages selbständig unterteilt werden, wobei eine Episode meist zwischen 15 Minuten und zwei Stunden lang war. Im Unterschied zur ESM unterbricht diese Methode nicht den Tagesablauf oder stört die Personen durch den Erinnerungston, jedoch erscheint die Bearbeitung einigermaßen zeitaufwändig (Kahneman et al., 2004).

1.4.3 Adaption von Wohlbefinden

Nach den Möglichkeiten zur Messung von Wohlbefinden soll nun betrachtet werden, ob subjektives Wohlbefinden als stabil angesehen werden kann. Dazu bedarf es der Beschreibung der Adaptionstheorie. Im Zusammenhang mit Wohlbefinden beschreibt diese, dass sich Menschen sehr gut an Veränderungen anpassen können, wie nachfolgend dargestellt:

... their expectations also rise. Soon they habituate to the new level, and it no longer makes them happy. On the negative side people are unhappy when they first encounter misfortune, but they soon adapt and it no longer makes them unhappy. (Diener, 2000, S. 36)

Dieser Sachverhalt wird auch häufig mit dem Begriff der „hedonic treadmill“ (hedonistische Tretmühle) erklärt, daher scheint Glück allgemein ein sehr *relatives* Konstrukt zu sein (vgl. Brickman, Coates & Janoff-Bulman, 1978), was sich logischerweise auf die Erhebung auswirken kann. Verschiedene Messzeitpunkte können

hierbei wieder zu unterschiedlichen Ergebnissen führen, was für die Stabilität einer Messung äußerst problematisch erscheint.

1.5 Wohlbefinden und Gesellschaft

Ein letzter Abschnitt im Zusammenhang mit Wohlbefinden soll auf gesellschaftliche Aspekte des Konstrukts eingehen, wobei hier speziell Kultur und auch nationale Unterschiede angerissen werden sollen.

Im nationalen Kontext wird häufig die Frage aufgeworfen, wie Wohlbefinden mit Wohlstand und Reichtum in Zusammenhang steht (Myers, 2000). Bekannt in diesem Zusammenhang ist das „Easterlin-Paradoxon“, nach welchem „rich individuals within nations are happier than poor ones but that rising societal incomes do not seem to be associated with rising subjective well-being (SWB).“ (Diener, Tay & Oishi, 2013, S. 267).

Ein anderer Aspekt wäre die Unterscheidung, ob in individualistischen oder kollektivistischen Kulturen das subjektive Wohlbefinden höher ist, wobei hier angenommen werden kann, dass dies in individualistischen Kulturen eher der Fall ist (Triandis, 2000).

Nach Triandis (2000, S. 31) müssen Einflussfaktoren zwischen Individuum und Kultur unterschieden werden; er stellt folgende Faktoren auf kultureller Ebene dar, die subjektives Wohlbefinden verbessern:

- hohes Bruttosozialprodukt pro Kopf
- politische Freiheit
- soziale Gleichberechtigung
- soziale Sicherheit
- gute Beziehungen zwischen Bürgern und Politikern
- hohes Maß an Vertrauen
- effiziente öffentliche Institutionen

Allerdings gibt es auch Faktoren auf kultureller Ebene, welche das subjektive Wohlbefinden negativ beeinflussen können:

- zivile und internationale Konflikte (z.B. Krieg)
- Unterdrückung politischer Gegner
- undemokratische Regierung
- viele Schwachstellen in der Sicherheit (z.B. Hochwasser etc.)

Es muss jedoch beachtet werden, dass auch demographische Faktoren subjektives Wohlbefinden beeinflussen, somit besteht möglicherweise eine Interaktion zwischen Kultur und demographischen Merkmalen, wodurch der Zusammenhang in diesem Fall komplexer ist als angenommen (Triandis, 2000, S. 33).

Dieser Abschnitt sollte einen kurzen Überblick darüber geben, dass das Konstrukt subjektives Wohlbefinden nicht nur bei Einzelpersonen betrachtet werden kann, sondern auch auf nationaler und kultureller Ebene vorhanden ist und untersucht werden kann. Nachfolgend werden nun theoretische Inhalte zu sozialen Vergleichen vorgestellt.

2 Soziale Vergleiche

Der Begriff des *sozialen Vergleichs* geht auf Festinger (1954) zurück, welcher in seiner Theorie zu sozialen Vergleichsprozessen beschrieb, dass Menschen das Bedürfnis haben, ihre Meinungen und Fähigkeiten zu bewerten und in Relation zu etwas zu setzen. Wenn keine objektiven Vergleichsmöglichkeiten vorhanden sind, findet ein Vergleich mit anderen statt. Allerdings nimmt die Tendenz zu einem Vergleich mit anderen ab, je größer der Unterschied zwischen sich selbst und der vergleichbaren Person ist. Nach Festinger bedeutet dies, dass man sich eher mit ähnlichen Personen vergleicht. Auf diesen Einfluss der Ähnlichkeit soll später noch genauer eingegangen werden (vgl. Kapitel 2.5).

Ausgehend von dieser grundlegenden Theorie von Festinger wurden soziale Vergleiche immer eingehender beforscht und untersucht, das primäre Ziel sozialer Vergleiche ist jedoch weiterhin, Informationen über das Selbst zu erhalten (Gibbons & Buunk, 1999). Weiters scheinen soziale Vergleiche eine phylogenetisch sehr alte und biologisch wichtige Zweckmäßigkeit zu erfüllen, die auch bei anderen Spezies als dem Menschen zu beobachten ist (Gilbert, Price, & Allan, 1995, S. 149).

In den nächsten Kapiteln sollen nun die verschiedenen Aspekte sozialer Vergleiche beschrieben werden, da es nicht einen universellen sozialen Vergleich gibt, sondern dieser Prozess von verschiedenen Faktoren beeinflusst wird.

2.1 Richtung sozialer Vergleiche

Ein wichtiger Aspekt eines jeden sozialen Vergleichs ist die Richtung des Vergleichs. Die jeweilige gewählte Vergleichsperson kann entweder als besser gestellt (aufwärts gerichteter Vergleich), schlechter gestellt (abwärts gerichteter Vergleich) oder als gleich gestellt (lateral gerichteter Vergleich) angesehen werden (Locke & Nekich, 2000). Diese Richtung eines Vergleichs kann von verschiedenen Aspekten beeinflusst werden, und auch die Richtung selbst kann wiederum unterschiedliche Auswirkungen auf verschiedene Faktoren haben. Zu diesen Faktoren zählen u.a. Selbstwert, Wohlbefinden und emotionale bzw. affektive Konsequenzen.

Da die Vergleichsrichtung in der weiteren Beschreibung häufiger aufscheinen wird, soll sie jeweils im Zusammenhang mit den jeweiligen Aspekten sozialer Vergleiche betrachtet werden.

2.2 Motive sozialer Vergleiche

Zu Beginn steht die Überlegung, aus welchen Gründen man gewisse seiner Eigenschaften mit denen anderer Personen vergleicht. Die Motive für soziale Vergleiche wurden von einigen Autoren beschrieben (z.B. Wood, 1989; Gibbons & Buunk, 1999), wobei drei allgemeine Grundmotive für soziale Vergleiche dargestellt werden: Selbstevaluierung (self-evaluation), Selbstverbesserung (self-improvement) und Selbstwertsteigerung (self-enhancement; Wood, 1989).

2.2.1 Selbstevaluierung

Die Wichtigkeit der Selbstevaluierung im Zusammenhang mit sozialen Vergleichen wurde bereits von Festinger (1954) angeführt, da „The holding of incorrect opinions and/or inaccurate appraisals of one’s abilities can be punishing or even fatal in many situations.“ (S. 117). Wie eingangs erwähnt, besteht das Bedürfnis, gewisse Eigenschaften des Selbst in Relation zu denen anderer zu setzen und zu bewerten. Es wird an späterer Stelle darauf eingegangen, welche Vergleichspersonen dazu herangezogen werden bzw. von welchen Faktoren das beeinflusst wird.

2.2.2 Selbstverbesserung

Anhand der Bewertung eigener Eigenschaften im Vergleich zu anderen Personen, besteht möglicherweise auch das Bestreben, eigene Leistungen zu verbessern. Festinger (1954) beschreibt, dass im Zusammenhang mit Fähigkeiten Personen häufiger Aufwärtsvergleiche anstellen, also sich mit anderen vergleichen, die bessere Leistungen erzielen als man selbst; „there is a value set on doing better and better which means that the higher the score on performance, the more desirable it is.“ (S. 124). Dieses Vergleichsmotiv hängt stark mit der Vergleichsrichtung zusammen und hat auch affektive Konsequenzen (vgl. Kapitel 2.4).

2.2.3 Selbstwertsteigerung

Im Zusammenhang mit sozialen Vergleichen beschreibt Selbstwertsteigerung das Motiv, den Selbstwert zu schützen oder sogar zu erhöhen, da die aus dem Vergleich gewonnenen Informationen nicht immer akzeptiert oder angenommen werden. Möglicherweise werden einige Vergleiche nur zu dem Zweck angestellt, den Selbstwert zu verbessern. Hierbei bestehen Zusammenhänge mit dem Imaginieren oder Vermeiden gewisser Vergleichsstandards (Wood, 1989).

2.2.4 Affiliation¹

Als zusätzliches Motiv für soziale Vergleiche wurde von Taylor, Wayment und Carrillo (1996, S. 5; zitiert nach Schwarz & Strack, 2003) noch Affiliation angeführt: “people may compare themselves with others sharing a similar fate not only to evaluate their own emotional experiences, but also to create the experience of social bonding and comfort that arise from the observation of a shared fate” (S. 72).

2.3 Theorien zu sozialen Vergleichen

Aus der gemeinsamen Betrachtung von Wohlbefinden und sozialen Vergleichen stellt sich nun die Frage, inwiefern einerseits die Richtung des Vergleichs und der daraus resultierende (affektive) Effekt in Zusammenhang stehen. Es soll weiters anhand einiger Theorien dargestellt werden, in welchen Bereichen sich soziale Vergleiche auswirken können und welche Konsequenzen daraus entstehen.

2.3.1 Theorie des Abwärtsvergleichs

Eine Theorie, die sich mit diesen Auswirkungen auseinandersetzt, ist die Theorie des Abwärtsvergleichs von Wills (1981). Das Grundprinzip besagt, dass Personen ihr Wohlbefinden verbessern können, indem sie sich mit weniger glücklichen Anderen vergleichen, und sich so in ihrer eigenen Situation besser fühlen (S. 245). Dabei differenziert Wills zwischen einer sogenannten *starken* und *schwachen* Form des

¹ „Affiliation (,affiliation‘): Die Tendenz, die Gesellschaft anderer Personen zu suchen, unabhängig von den Gefühlen gegenüber diesen anderen.“ (Buunk & Dijkstra, 2007, S. 330)

Vergleichs, wobei das Grundprinzip als starke Variante zu verstehen ist, die der schwachen meist vorgezogen wird. Die schwache Form wäre ein Vergleich mit Personen denen es gleich schlecht geht.

Die weiteren Schlussfolgerungen der Theorie beziehen sich auf Situation, Persönlichkeit und Ziel, sowie den Selbstwert. Einerseits können Abwärtsvergleiche durch eine Verringerung des Wohlbefindens ausgelöst werden (Situation), andererseits durch eine Bedrohung des Selbstwerts. Weiters zeigte sich, dass Abwärtsvergleiche entweder *passiv* oder *aktiv* sein können, wobei aktiv entweder durch Abwertung (Vergrößerung der psychologischen Distanz) oder Schädigung der Vergleichsperson die Möglichkeit für Abwärtsvergleiche erzielt wird (Wills, 1981).

Vergleichbar zu dem Vergleichsmotiv der Selbstwertsteigerung gibt Wills (1981) an, dass besonders Personen mit niedrigem Selbstwert Abwärtsvergleiche anstellen, um diesen wieder zu erhöhen (Persönlichkeit); und in weiterer Folge Vergleichspersonen mit niedrigerem Status ausgewählt werden (Zielprinzip). Abschließend besagt das Ambivalenzprinzip, dass Personen abwärts gerichteten Vergleichen zwar ambivalent gegenüberstehen, aber vorhandene Möglichkeiten zu einem Abwärtsvergleich trotzdem nutzen.

Inkonsistent zu der Theorie von Wills erwiesen sich teilweise die Ergebnisse der Studie von Wheeler und Miyake (1992). Hier stellten die Probanden Abwärtsvergleiche an wenn sie sich gut fühlten und weiters führte eher hoher Selbstwert zu häufigeren Abwärtsvergleichen (S. 771).

Auf den Einfluss des Selbstwerts auf soziale Vergleiche soll nun noch speziell in der Beschreibung der Selbstwerterhaltungstheorie von Tesser (1991) eingegangen werden.

2.3.2 Selbstwerterhaltungstheorie

Tesser, Millar und Moore (1988) beschreiben, dass Personen sich so verhalten, dass ihre Selbstbewertung erhalten bleibt oder erhöht wird (vgl. Motive), wobei soziale Beziehungen einen erheblichen Einfluss auf diese Selbstbewertung haben (S. 49). Dieser Sachverhalt wird im Self-Evaluation-Maintenance (SEM) Model (dt. Selbstwerterhaltungstheorie) dargestellt.

Das nach Tesser (1991) systemische Modell baut auf den drei Variablen *Leistung*, *Relevanz* und *Nähe zur Vergleichsperson* auf, wobei sich diese wechselseitig beeinflussen und sowohl Ursache als auch Wirkung sein können. Im Unterschied zur „klassischen Vergleichstheorie“ gibt es in der Selbstwerterhaltungstheorie zwei Prozesse, die unterschiedliche Auswirkungen haben; es gibt einen selbstwertsteigernden *Reflexionsprozess* und einen selbstwertmindernden *Vergleichsprozess*.

The former [Reflexionsprozess] suggests that the good performance of someone close to us can raise our self-evaluation. The latter [Vergleichsprozess] suggests that the good performance of someone close to us can threaten our self-evaluation. ... It suggests that one's own definition of self plays a crucial role in the differential weighting of these processes. (Tesser, 1991, S. 117)

Wenn *Nähe* und *Leistung* (der Vergleichsperson) hoch sind, dann entsteht durch den Reflexionsprozess eine Steigerung, durch den Vergleichsprozess eine Minderung des Selbstwerts (Tesser et al., 1988, S. 50). Ob es sich um einen Reflexionsprozess oder einen Vergleichsprozess handelt ist weiters von der *Relevanz* abhängig. Bei hoher Relevanz ist der Vergleichsprozess vorherrschend, bei niedriger Relevanz hingegen der Reflexionsprozess (vgl. Tesser, 1991, S. 118).

Je nachdem, welche der Auswirkungen entstanden ist, kann man verschiedene Mechanismen einsetzen, um den Selbstwert wieder aufzubauen oder stabil zu halten. Dazu beschreibt Tesser (1991, S. 118) folgende Möglichkeiten:

- Relevanz verringern
- Nähe verringern
- Leistungsunterschied verändern (eigene Leistung verbessern oder Leistung der Vergleichsperson beeinträchtigen)

Die angeführten Variablen kommen im Weiteren auch allgemein in der Literatur zu sozialen Vergleichen vor, wobei später speziell noch auf Nähe eingegangen werden soll (vgl. Kapitel 2.5).

2.4 Emotionen und soziale Vergleiche

Emotionen nehmen einen wichtigen Standpunkt im Zusammenhang mit subjektivem Wohlbefinden ein (vgl. Kapitel 1.1); auch in Bezug auf das vorhergehende Selbstwerterhaltungsmodell gibt es theoretische Annahmen zu sozialen Vergleichen und Emotionen (Tesser, 1991):

If comparison results in a threat to self-evaluation, a consequence of this threat that is more immediate than a change in behavior ought to be an emotional response, presumably a negative one. If reflection results in a boost to self-evaluation, it, too, should result in emotion. In this case a positive emotion. (S. 123)

Den Zusammenhang von der Richtung des Vergleichs und den affektiven Konsequenzen haben Buunk, Collins, Taylor, VanYperen und Dakof (1990) untersucht. Sie legen dar, dass das affektive Ergebnis eines Vergleichs nicht direkt abhängig von der Vergleichsrichtung ist, sondern sowohl aufwärts als auch abwärts gerichtete Vergleiche positive sowie negative affektive Konsequenzen zur Folge haben können. Sie beschreiben, dass man durch die Erkenntnis, jemand sei besser (Aufwärtsvergleich) oder schlechter (Abwärtsvergleich) als man selbst, jeweils zwei Informationen erhält:

- man ist selbst besser oder schlechter als jemand anderer;
- es besteht die Möglichkeit, dass sich die eigene Situation verbessert oder verschlechtert

Je nachdem, welche dieser Informationen wahrgenommen wird, entwickelt sich eine affektive Konsequenz daraus. Wenn sich zum Beispiel jemand mit einer schlechter gestellten Person vergleicht, und die Befürchtung hat, dass sich seine Situation verschlechtern könnte, wird er eher negative Emotionen erfahren.

Wichtig ist dabei die Tatsache, dass soziale Vergleiche emotionale Reaktionen auslösen; anhand der Vergleichsrichtung jedoch keine Vorhersagen getroffen werden können.

2.5 Nähe, Ähnlichkeit und Vergleichsperson

Ein weiterer wichtiger Aspekt sozialer Vergleiche ist die gewählte Vergleichsperson bzw. das Vergleichsziel. Dies bezieht sich auf die wahrgenommene Ähnlichkeit (Similarity) oder wie der bei Buunk, Dijkstra, Bosch, Dijkstra und Barelds (2012) verwendete Begriff *Closeness*. Typischerweise kann unterschieden werden zwischen Bekannten und Fremden, wobei im täglichen Leben die gewählte Vergleichsperson meist gut bekannt ist (Locke & Nekich, 2000). Wie schon bei der Selbstwerterhaltungstheorie dargestellt, ist die Nähe zur gewählten Vergleichsperson wichtig für die Auswirkung sozialer Vergleiche (vgl. Kapitel 2.3.2), da der emotionale und motivationale Einfluss nahestehender Personen größer ist (Tesser, 1991).

Bei Wood (1989) wird in Bezug auf die Auswahl der Vergleichsperson immer vom jeweiligen Vergleichsmotiv ausgegangen (vgl. Kapitel 2.2). Um seine eigenen Eigenschaften in Relation zu denen anderer zu setzen (Evaluierung) werden Personen herangezogen, die ähnliche Leistungen erbringen. Bereits Festinger (1954) verweist darauf, dass aus allen möglichen Vergleichspersonen eine mit ähnlichen Fähigkeiten oder Meinungen herangezogen wird (S. 121). In Studien mit Rangreihungen (vgl. Kapitel 2.7) konnte das vielfach nachgewiesen werden. Eine Ausnahme besteht hier nur, wenn die Personen nicht wussten, welchen Rangplatz sie selbst belegten; dann wählten sie als Vergleichsziel die Personen mit den besten bzw. schlechtesten Leistungen (vgl. Wood, 1989, S. 235).

In Zusammenhang mit dem Motiv der Selbstverbesserung (Kap. 2.2.2) werden häufig Aufwärtsvergleiche angestellt. Als Mechanismus dahinter wird beschrieben, dass man von besseren Personen entweder lernen möchte (Berger, 1977; zitiert nach Wood, 1989, S. 239), oder durch die Vorbildwirkung inspiriert wird (Brickman & Bulman, 1977; zitiert nach Wood, 1989, S. 239). Es besteht allerdings auch die Möglichkeit, sich durch Aufwärtsvergleiche bedroht zu fühlen.

Interessant ist auch die Tatsache, dass man Vergleichsziele vermeiden kann, also gewisse Personen nicht zum Vergleich heranzieht. Somit kann man zwar seinen Selbstwert schützen, hat jedoch vielleicht nicht die Möglichkeit zur Selbstverbesserung. In einem weiteren Schritt kann man Vergleichsziele (meist zum Abwärtsvergleich) auch imaginieren, bzw. hypothetische und nicht spezifische Vergleichspersonen heranziehen

(Wood, 1989). Es wurden weiters auch Studien durchgeführt, in denen der Einfluss von Personen in den Medien (z.B. schlanke Frauen) auf Stimmung und Selbstwert untersucht wurde, wobei diese Effekte auch durch soziale Vergleiche bestimmt wurden (Bessenoff, 2006).

2.5.1 Assimilation und Kontrast

Assimilation und Kontrast sind zwei psychologische Mechanismen, die auch mit sozialen Vergleichen in Zusammenhang stehen, und verschiedene Auswirkungen auf diese haben können. Allgemein bezeichnet der Begriff Assimilation „Prozesse, in deren Verlauf Ähnlichkeiten bzw. Stimmigkeiten durch Angleichung, Umwandlung oder Verschmelzung erzeugt werden.“ (Fröhlich, 2008, S. 78). Bezogen auf soziale Vergleiche bedeuten Assimilation bzw. Kontrast, dass man sich einem Vergleichsziel angleicht bzw. davon abgrenzt. Das ist abhängig davon, welche Informationen für den Vergleichsprozess herangezogen werden, bzw. welche Informationen eher verfügbar sind, und ob eher Unterschiede oder Ähnlichkeit wahrgenommen werden. Diesen Sachverhalt beschreibt Mussweiler (2001) im „Modell der selektiven Verfügbarkeit“ (selective accessibility model).

Die Folgen des sozialen Vergleichs hängen somit von der vorhandenen Hypothese (Ähnlichkeits- oder Unterschiedshypothese) ab, die während des Vergleichsprozesses geprüft wird. So führt Ähnlichkeit zu einem Assimilationseffekt oder Unterschiede zu einem Kontrasteffekt (Mussweiler, 2001). „Whether participants see themselves as farther away or closer to the standard critically determines whether they assimilate toward or contrast away from it.“ (Mussweiler, Rüter & Epstude, 2004, S. 841).

Dieser Mechanismus wird noch von einigen anderen Variablen beeinflusst, wie beispielsweise Nähe, Selbstwert, Relevanz und Erreichbarkeit des Vergleichsstandards (Mussweiler, 2001). Weiters kann das Wissen über diesen Einfluss des Vergleichsfokus möglicherweise strategisch dazu eingesetzt werden, um die Selbstwertsteigerung durch soziale Vergleiche zu verbessern und bedrohliche Aufwärtstvergleiche abzuschwächen (Mussweiler, 2001, S. 45).

2.6 Individuelle Unterschiede

Ein interessanter Aspekt ist auch die Betrachtung individueller Unterschiede bei sozialen Vergleichen. Zwar besteht in der Literatur bereits genügend Evidenz, dass sich alle Menschen vergleichen, jedoch kann angenommen werden, dass manche Personen sich häufiger vergleichen als andere (vgl. Gibbons & Buunk, 1999, S. 130). Zur Untersuchung dieser individuellen Unterschiede entwickelten Gibbons und Buunk (1999) eine Skala (INCOM; vgl. Kapitel 2.7; Anhang A). Es zeigte sich, dass Unterschiede dahingehend bestehen, in welchem Ausmaß sich Personen vergleichen, mit welcher Häufigkeit, und wie sie die erhaltenen Vergleichsinformationen interpretieren; wobei die Autoren diese Unterschiede mit dem Begriff der Social Comparison Orientation (SCO) beschreiben.

Zusammengefasst lassen sich Personen, die hohe Werte in der Vergleichsorientierung (SCO) aufweisen, folgendermaßen beschreiben: „...are characterized by a combination of a high awareness of the self, some degree of negative affectivity and self-uncertainty, and an interest in, and empathy with, what others feel and think.“ (Buunk et al., 2012, S. 280).

2.7 Verfahren zur Untersuchung sozialer Vergleiche

Nach der theoretischen Vorstellung von sozialen Vergleichen soll nun betrachtet werden, wie man diese Prozesse erheben und messbar machen kann. Probleme der Untersuchung sozialer Vergleiche sind einerseits der Automatismus des Vergleichs, welcher die Manipulation und Kontrolle der Variablen erschwert, und weiters die Verschwiegenheit und Scheu des Zugebens von sozialen Vergleichen in Selbstberichten. Von verschiedenen Forschern werden soziale Vergleiche häufig mit indirekten Methoden erhoben, wenn beispielsweise Vergleichsmöglichkeiten variiert werden, oder andere beobachtbare Variablen (z.B. Stimmungsänderung) gemessen werden (Gibbons & Buunk, 1999, S. 138).

In vielen Studien zu sozialen Vergleichen wird das sogenannte *Rank-Order Paradigma* verwendet. Hierbei erhalten die Versuchspersonen Informationen über die Rangreihung in einer Gruppe und erfahren auch ihren eigenen Rangplatz. Danach müssen sie eine

andere Person in der Gruppe auswählen, deren Rangplatz sie sehen möchten. Diese Technik ermöglicht es, sowohl die Vergleichsrichtung als auch die Ähnlichkeit zu untersuchen (Wheeler, 1991, S. 8).

Ein anderes Verfahren, das zur Untersuchung von sozialen Vergleichen herangezogen werden kann, ist der *Rochester Social Comparison Record (RSCR)*, ein Fragebogen in welchem die Versuchspersonen stattgefundene Vergleiche selbst angeben und einstufen sollen. Hierbei besteht natürlich die Problematik, dass nicht tatsächlich alle Vergleiche aufgezeichnet werden können, da viele soziale Vergleiche unbewusst ablaufen (Wheeler & Miyake, 1992).

Die Items lassen sich wie nachfolgend zusammenfassen (nach Locke & Nekich, 2000; adaptiert und übersetzt):

- a. Mit wem haben Sie sich verglichen?
 - Bekannte (nahe)
 - Fremde (entfernt)
- b. Welcher Bereich wurde verglichen?
 - Objektive Charakteristika (z.B.: akademischer Erfolg, Fähigkeiten, Wohlstand, Besitz, Aussehen)
 - Subjektive Charakteristika (z.B.: soziale Beziehungen, Gefühle, Eigenschaften, Meinungen, Persönlichkeit, Lifestyle)
- c. Welche Art des sozialen Kontakts war involviert?
 - Interaktion
 - keine Interaktion
- d. Was war Ihr Hauptgedanke während des Vergleichs?
- e. Fühlten Sie sich besser als die andere Person, schlechter oder weder noch?
 - Aufwärtsvergleich
 - Abwärtsvergleich
 - Lateraler Vergleich
- f. Fühlten Sie sich der anderen Person ähnlich, unähnlich oder weder noch?
- g. Gefühle
 - Verbundenheit (Connectedness)
 - Selbstbewusstsein (Confidence)

- Freude/Glück (Happiness)

Aus dieser Struktur sollen später auch teilweise die Kategorien für die Inhaltsanalyse abgeleitet werden.

Ein weiteres Instrument, welches soziale Vergleiche untersucht, ist das *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* welches Gibbons und Buunk (1999) beschreiben. Dieser Fragebogen besteht aus 11 Items, welche in die zwei Faktoren „ability“ und „opinions“ aufgeteilt werden können, und sich somit stark auf die Annahmen Festingers bezogen. Exemplarisch wird eine deutsche Übersetzung (Schneider & Schupp, 2011) dieses Fragebogens in Anhang A angeführt.

Neben diesen vorliegenden Instrumenten besteht auch die Möglichkeit – wie es in der vorliegenden Arbeit versucht wurde – soziale Vergleiche mittels qualitativer Methoden zu erheben. Die Sinnhaftigkeit und Bewährung dieser Methodik soll im Zusammenhang mit den Daten im empirischen Teil untersucht und beschrieben werden.

2.8 Zusammenhang sozialer Vergleiche mit SWB

Nach den vorangegangenen theoretischen Überlegungen zu sozialen Vergleichen soll nun dargestellt werden, inwieweit soziale Vergleiche und subjektives Wohlbefinden zusammenhängen bzw. welche Überlegungen dazu bereits angestellt wurden.

Eine provokativ anmutende Hypothese ist jene von Diener und Fujita (1997; zitiert nach Fujita, 2008), welche besagt „that one will be happier when those closest to oneself are the least fortunate.“ (Fujita, 2008, S. 239). Es scheint jedoch wenig empirischen Halt für diese sogenannte „forced comparison hypothesis“ zu geben. Übereinstimmung scheint dahingehend vorhanden zu sein, dass der Zusammenhang von sozialen Vergleichen und subjektivem Wohlbefinden als vielfältig und komplex angesehen werden kann (Fujita, 2008).

In einer Studie von Lyubomirsky und Ross (1997) wurden glückliche mit unglücklichen Personen (Selbsteinschätzung) dahingehend verglichen, wie sie mit Informationen aus sozialen Vergleichsprozessen umgehen. Die Ergebnisse ließen darauf schließen, dass glückliche Personen eher weniger empfänglich für negative Vergleichsinformationen waren als unglückliche Personen. Möglicherweise sind glückliche Personen

erfolgreicher darin, diese negativen Informationen zu ignorieren, und soziale Vergleichsinformationen strategisch einzusetzen.

Allerdings stellt sich die Frage nach der Richtung des Zusammenhangs, ob soziale Vergleiche das subjektive Wohlbefinden beeinflussen oder umgekehrt, oder inwiefern Drittvariablen diesen Prozess mitbestimmen. Wie schon bei Wills (1981) dargestellt, kann sich das Wohlbefinden durch Abwärtsvergleiche verbessern oder können soziale Vergleiche durch sinkendes Wohlbefinden ausgelöst werden (vgl. Kapitel 2.3.1). Weiters wurde bereits dargelegt, dass sich soziale Vergleiche emotional auswirken (vgl. Kapitel 2.4) und in einem weiteren Schritt Emotionen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden haben (vgl. Kapitel 1.1).

Der Zusammenhang zwischen sozialen Vergleichen und subjektivem Wohlbefinden bleibt somit interessant und komplex. Im nächsten Kapitel wird nun speziell auf die in der vorliegenden Arbeit eingesetzten qualitativen Methoden eingegangen, da möglicherweise hiermit verschiedenen Erhebungsproblematiken vorgebeugt werden kann (vgl. Kapitel 1.4).

3 Qualitative Methoden

„Qualitatives Forschen darf nicht verschwommen sein; die Vorgehensweisen müssen offen gelegt und systematisiert werden wie quantitative Techniken auch.“ (Mayring, 2002, S. 65). Zu Beginn soll eine Übersicht zu den Unterschieden zwischen quantitativem und qualitativem Arbeiten dargestellt werden, um danach genauer auf qualitative Interviews und die Analyse derer einzugehen.

3.1 Quantitativ vs. Qualitativ

Allgemein betrachtet kann man den Unterschied dieser beiden methodischen Zugänge folgendermaßen beschreiben: „In der qualitativen Forschung werden verbale bzw. nichtnumerische Daten interpretativ verarbeitet. In der quantitativen Forschung werden Messwerte statistisch analysiert. Viele Forschungsprojekte kombinieren beide Herangehensweisen.“ (Bortz & Döring, 2006, S. 298).

Eine bekannte – wenngleich auch sehr kritisch zu betrachtende – Gegenüberstellung findet sich auch bei Bortz und Döring (2006, S. 299):

Tabelle 1: Gegenüberstellung quantitativ-qualitativ

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

Diese Gegenüberstellung sollte jedoch nur mit Vorsicht betrachtet werden; für reflektierten Umgang wird vorausgesetzt, relevante Unterscheidungskriterien zu kennen (Bortz & Döring, 2006, S. 299). Da sowohl die Erhebungs- als auch die Auswertungsmethoden beider Ansätze unterschiedlich sind, sollen im Anschluss qualitative Vorgehensweisen genauer vorgestellt werden.

3.2 Qualitative Interviews

Mayring (2002) beschreibt als qualitative Erhebungsverfahren Methoden, die auf sprachlicher Basis beruhen, wobei subjektive Bedeutungen über Gespräche erfasst werden können (S. 66). Bei Bortz und Döring (2006; S. 315) werden insgesamt 19 verschiedene Interviewtypen dargestellt. Aufgrund dieser vielfältigen Möglichkeiten kann die Herangehensweise eines Interviews anhand der vorliegenden Strukturierung unterschieden werden. Nachfolgend soll speziell auf eine weniger strukturierte Form davon eingegangen werden.

3.2.1 Das narrative Interview

Das narrative Interview stellt eine weniger standardisierte Form des qualitativen Interviews dar, wobei subjektive Bedeutungsstrukturen durch freies Erzählen erfasst werden sollen (Mayring, 2002, S. 72). Anhand eines sogenannten Erzählanstoßes soll eine Erzählung ausgelöst werden, welche Erlebnisse und Episoden der Lebensgeschichte des Interviewten beinhalten soll (vgl. Bortz & Döring, 2006). Der Interviewer ist dabei dazu angehalten, den Interviewten zu motivieren und nach der Haupterzählung durch eventuelles Nachfragen oder Ergänzungen zu einem gehaltvollen Abschluss zu kommen (vgl. Bortz & Döring, 2006; Mayring, 2002).

3.3 Auswertung qualitativer Daten

Nun besteht die Frage, wie man ein qualitatives Interview weiterverarbeiten kann. Es gibt verschiedene Verfahren, die zur Auswertung qualitativer Daten herangezogen werden können, wobei das wiederum von der Erhebung und der Art des Darstellungsmaterials abhängig ist.

3.3.1 Transkription

Ein wichtiger Zwischenschritt von der Erhebung zur Auswertung qualitativer Daten ist die Aufbereitung des vorhandenen Materials. Da es sich meist um verbale Gespräche handelt, müssen diese aufgezeichnet, aufbereitet und geordnet werden (Mayring, 2002).

„Durch wörtliche Transkription wird eine vollständige Textfassung verbal erhobenen Materials hergestellt, was die Basis für eine ausführliche interpretative Auswertung bietet.“ (Mayring, 2002, S. 89)

Je nachdem welche Transkriptionsregeln verwendet werden, können durch Sonderzeichen auch bestimmte sprachliche Besonderheiten (z.B. Pausen, Betonungen, Lachen etc.) dargestellt werden. Inwieweit so etwas in die Interpretation miteinbezogen wird, ist vom Forschungsinteresse und der jeweiligen Fragestellung abhängig (vgl. Mayring, 2002).

3.3.2 Inhaltsanalyse

Da qualitatives Material verwendet wird, muss man auch die Auswertung an das Material anpassen. Eine Möglichkeit, Texte und Interviews zu strukturieren und fassbar zu machen, ist eine Inhaltsanalyse.

Früh (2011) definiert Inhaltsanalyse als „empirische Methode zur systematischen, intersubjektiv nachvollziehbaren Beschreibung inhaltlicher und formaler Merkmale von Mitteilungen, meist mit dem Ziel einer darauf gestützten interpretativen Inferenz auf mitteilungsexterne Sachverhalte.“ (S. 27). Es ist wichtig, Inhaltsanalyse nicht nur als die Auszählung von Wörtern in einem Text zu verstehen, sondern als Verfahren, welches objektiv die gemeinte Bedeutung des Textes erfassen soll (vgl. Früh, 2011, S. 52).

Nach Mayring (2010) soll Inhaltsanalyse *systematisch*, *regelgeleitet* und *theoriegeleitet* (S. 13) vorgehen, wozu auch ein konkretes Ablaufmodell vorhanden ist (S. 60):

- Festlegung des Materials
- Analyse der Entstehungssituation
- Formale Charakteristika des Materials
- Richtung der Analyse

- Theoretische Differenzierung der Fragestellung
- Bestimmung der dazu passenden Analysetechnik oder einer Kombination
Festlegung des konkreten Ablaufmodells
Festlegung und Definition der Kategorien
- Definition der Analyseeinheit
- Analyseschritte gemäß Ablaufmodell mittels Kategoriensystem
Rücküberprüfung des Kategoriensystems an Theorie und Material
bei Veränderungen erneuter Materialdurchlauf
- Zusammenstellung der Ergebnisse und Interpretation in Richtung der Fragestellung
- Anwendung der inhaltsanalytischen Gütekriterien

Das Kernelement jeder Inhaltsanalyse sind die Analyseeinheiten (z.B. Interviews) und das dazugehörige Kategoriensystem: „Die in Forschungsfrage und Hypothesen enthaltenen Dimensionen (und ggf. Teildimensionen) stellen also die inhaltsanalytischen Kategorien dar, die als Klassifikationskriterien bei der Datenerhebung dienen.“ (Früh, 2011, S. 84).

Dieses Kategoriensystems kann nur theoriegeleitet oder auch empiriegeleitet entwickelt werden (Früh, 2011); Mayring (2010) unterscheidet hier eine deduktive und induktive Vorgehensweise.

Der detaillierte Ablauf der verwendeten Methoden wird anschließend im empirischen Teil der Arbeit anhand der vorliegenden Daten dargestellt und erläutert.

Empirischer Teil

4 Forschungsinteresse

Das Forschungsinteresse der vorliegenden Arbeit lässt sich anhand einer grundlegenden Fragestellung darstellen, welche sich in weitere Forschungsfragen aufteilen lässt, die untersucht werden.

Fragestellung:

Welchen Einfluss haben soziale Vergleiche auf das subjektive Wohlbefinden und welche Erhebungsproblematik besteht dabei?

Forschungsfragen:

- Welche Unterschiede gibt es zwischen direkten Fragen nach sozialen Vergleichen und dem Auftreten indirekter sozialer Vergleiche im Interview?
- Welchen Einfluss haben soziale Vergleiche auf das subjektive Wohlbefinden?
- Wie vergleicht man sich mit anderen Personen?
- Welche Vergleichsstandards werden herangezogen?
- Welche Unterschiede in sozialen Vergleichen gibt es zwischen Stadt und Land?
- Welche Unterschiede in sozialen Vergleichen gibt es zwischen Männern und Frauen?

Zur Beantwortung der Fragestellung und der Forschungsfragen werden unterschiedliche methodische Vorgehensweisen gewählt. Anhand der angewandten Methodik soll zusätzlich auch eine möglicherweise auftretende und damit zusammenhängende Erhebungsproblematik dargestellt und beschrieben werden, sowie diese eventuell vermieden werden kann.

5 Hauptstudie

Die Daten, welche zur Untersuchung der Fragestellung herangezogen werden, stammen aus einer methodisch angelegten Studie von Ponocny, Weismayer, Dressler und Stross (2012).

Gegenstand dieser Studie war es, die Lebensumstände und im Weiteren auch das subjektive Wohlbefinden in zehn verschiedenen Regionen Österreichs mit vielfältigen Methoden zu erheben. Nach der Auswahl der Gemeinden und der Voruntersuchung mit Pre-Test-Interviews wurden qualitative Interviews durchgeführt, deren Verschriftlichung als Grundlage für diese Arbeit dient. Die InterviewerInnen erhielten eine Schulung, um einen möglichst objektiven Ablauf der Interviews erreichen zu können.

Weitere angewandte Methoden waren die Erhebung demographischer Daten (vgl. Anhang B), ein umfassender Fragebogen (abgeleitet aus den Ergebnissen der Pretest-Interviews), Tagebuchverfahren und abschließend Interviews mit Fokusgruppen in den jeweiligen Orten. Die Auswahl der Gemeinden erfolgte nach bestimmten Gesichtspunkten, wobei grundsätzlich die Erreichbarkeit durch die InterviewerInnen gewährleistet sein sollte, um möglichst schnell und effektiv Daten erheben zu können. Folgende zehn Gebiete Österreichs wurden dazu herangezogen:

1. Wien, 15. Bezirk
2. Wien, 19. Bezirk
3. Graz
4. Stadl an der Mur (Steiermark)
5. Kaindorf bei Hartberg (Steiermark)
6. Amstetten (Niederösterreich)
7. Wels (Oberösterreich)
8. Mühlbach am Hochkönig (Salzburg)
9. Ferlach (Kärnten)
10. Rietz (Tirol)

Es ist ersichtlich, dass zwischen Orten am Land und in der Stadt unterschieden werden kann. Nach folgenden Aspekten wurden die Gebiete ausgewählt:

- Einwohnerzahl und Immigrantenanteil
- Infrastruktur
- Tourismus
- geographische bzw. topographische Gegebenheiten
- Altersverteilung
- Unterschiede in ökonomischen Kriterien

Die Personen erhielten zusätzlich eine finanzielle Entschädigung für die Teilnahme an der Studie, die sich nach dem geleisteten Aufwand richtete (Tagebuch, Interview etc.). Weiters wurde das Interview meist in einem privaten Rahmen bei den Personen zuhause geführt oder an Orten wie beispielsweise einem Kaffeehaus.

Die folgenden methodischen Untersuchungen beziehen sich nur auf Informationen aus dem demographischen Fragebogen und den qualitativen Interviews. Der Interviewleitfaden findet sich in Anhang C, wobei nach einem umfassenden Erzählanstoß eine Auswahl an Nachfragen zu Verfügung stand, welche meist zur Gänze verwendet wurden. Zunächst sollen die demographischen Daten der herangezogenen Stichprobe beschrieben werden.

6 Stichprobe

Aus den vorhandenen qualitativen Interviews wurde eine geschichtete Zufallsstichprobe gezogen, welche sich an den Kriterien Geschlecht und Wohnort (Stadt bzw. Land) orientierte. Zu Stadt zählten Wien und Graz, alle restlichen Orte wurden Land zugeordnet. Insgesamt 46 Personen waren österreichischer Nationalität. Die Verteilung sah wie in Tabelle 2 dargestellt aus.

Tabelle 2: Stichprobenverteilung

	Geschlecht		Gesamt
	weiblich	männlich	
Stadt	13	13	26
Land	13	13	26
Gesamt	26	26	52

Weiters kann die Altersverteilung der Stichprobe beschrieben werden. Insgesamt reichte das Alter von 19 bis 84 Jahren und wird in den nachfolgenden Tabellen anhand von zusammengefassten Altersgruppen veranschaulicht, welche zusätzlich noch nach Geschlecht (Tabelle 3) und Gebiet (Tabelle 4) aufgeteilt sind.

Tabelle 3: Altersgruppen getrennt nach Geschlecht

	weiblich	männlich	Gesamt	Prozent
19 bis 30 Jahre	7	10	17	32.7
31 bis 50 Jahre	8	7	15	28.8
51 bis 70 Jahre	6	7	13	25.0
älter als 70 Jahre	5	2	7	13.5
Gesamt	26	26	52	100

Tabelle 4: Altersgruppen getrennt nach Gebiet

	Stadt	Land	Gesamt	Prozent
19 bis 30 Jahre	7	10	17	32.7
31 bis 50 Jahre	11	4	15	28.8
51 bis 70 Jahre	5	8	13	25.0
älter als 70 Jahre	3	4	7	13.5
Gesamt	26	26	52	100

Der Familienstand der teilnehmenden Personen war folgendermaßen verteilt, wobei wieder unterschieden wird zwischen Geschlecht (Tabelle 5) und Gebiet (Tabelle 6):

Tabelle 5: Familienstand getrennt nach Geschlecht

	weiblich	männlich	Gesamt	Prozent
verheiratet	12	12	24	46.2
ledig	9	7	16	30.8
Lebensgemeinschaft	1	4	5	9.6
geschieden	2	2	4	7.7
verwitwet	2	1	3	5.8
Gesamt	26	26	52	100

Tabelle 6: Familienstand getrennt nach Gebiet

	Stadt	Land	Gesamt	Prozent
verheiratet	11	13	24	46.2
ledig	6	10	16	30.8
Lebensgemeinschaft	4	1	5	9.6
geschieden	3	1	4	7.7
verwitwet	2	1	3	5.8
Gesamt	26	26	52	100

Die höchste abgeschlossene Ausbildung der teilnehmenden Personen ist ersichtlich in Tabelle 7 (aufgeteilt nach Geschlecht) und Tabelle 8 (aufgeteilt nach Gebiet).

Tabelle 7: Höchste abgeschlossene Ausbildung getrennt nach Geschlecht

	weiblich	männlich	Gesamt	Prozent
keine Ausbildung	1	0	1	1.9
Pflichtschule	1	2	3	5.8
Lehrabschluss	3	5	8	15.4
berufsbildende Schule	13	2	15	28.8
Meisterprüfung	0	3	3	5.8
Matura oder Berufsreife	4	8	12	23.1
Hochschulabschluss	4	6	10	19.2
Gesamt	26	26	52	100

Tabelle 8: Höchste abgeschlossene Ausbildung getrennt nach Gebiet

	Stadt	Land	Gesamt	Prozent
keine Ausbildung	0	1	1	1.9
Pflichtschule	2	1	3	5.8
Lehrabschluss	2	6	8	15.4
berufsbildende Schule	4	11	15	28.8
Meisterprüfung	1	2	3	5.8
Matura oder Berufsreife	8	2	12	23.1
Hochschulabschluss	8	2	10	19.2
Gesamt	26	26	52	100

Weiters befanden sich speziell zu Glück und Zufriedenheit zwei Einzelitems auf dem demographischen Fragebogen, welche jeweils auf einer zehnstufigen Skala (1=sehr glücklich bzw. sehr zufrieden; 10=sehr unglücklich bzw. sehr unzufrieden) zu beantworten waren.

„Wie zufrieden sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?“

„Wie glücklich sind Sie alles in allem mit Ihrem Leben?“

Die Verteilung der Häufigkeiten in der Stichprobe wird in Abbildung 1 veranschaulicht.

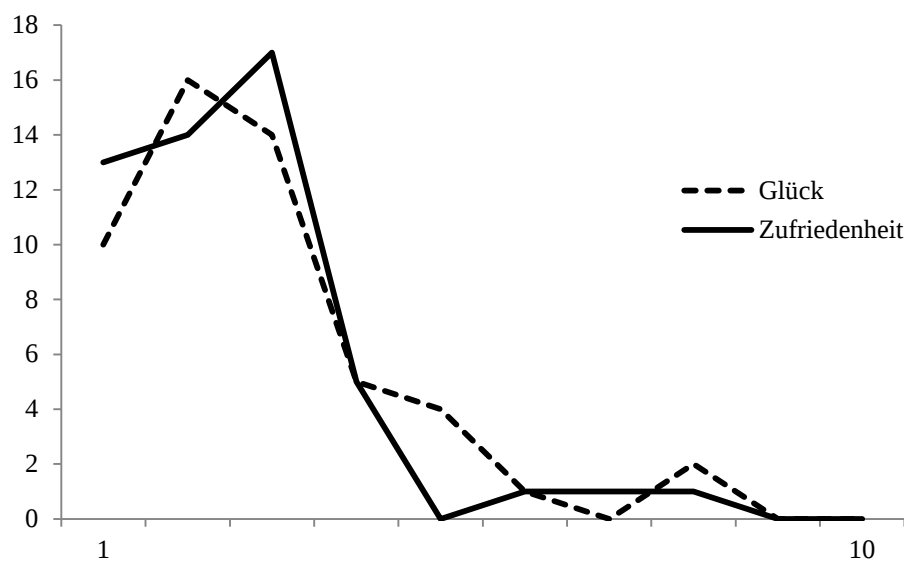


Abbildung 1: Häufigkeitsverteilung Glück und Zufriedenheit

An dieser Stelle muss man jedoch erneut darauf hinweisen, dass anhand solcher Selbsteinschätzungen auch verzerrte Ergebnisse möglich sind. Einflussfaktoren wie aktuelle Stimmung oder Befindlichkeit können sich auf die Beantwortung dieser Fragen stark auswirken (vgl. Bucher, 2009; Kapitel 1.4).

Zur Veranschaulichung der demographischen Merkmale der Stichprobe ist im Anhang D eine Übersicht angeführt, welche eine Nummerierung der Interviews miteinbezieht. Nach dieser Beschreibung der Stichprobe soll das methodische Kernstück dieser Arbeit folgen: die Auswertung.

7 Auswertung

Nun sollen die gewonnenen Daten sowohl quantitativ als auch qualitativ verarbeitet und ausgewertet werden. Dazu soll zunächst zur Untersuchung der Fragestellung anhand des Ablaufmodells der qualitativen Inhaltsanalyse (Mayring, 2010; vgl. Kapitel 3.3.2) vorgegangen werden.

Um diesem Modell zu entsprechen, können die Festlegung des Materials, die Entstehungssituation sowie die formalen Charakteristika des Materials durch Beschreibung der Hintergrundstudie und der Stichprobe als bereits dargestellt betrachtet werden; weiters wurde auch die Fragestellung bereits angeführt und erläutert.

Nun soll angeknüpft werden bei der eigentlichen Analyse und der Bestimmung der passenden Analysetechnik und der Definition der Analyseeinheiten.

7.1 Analyseeinheit und Definition

Um soziale Vergleiche bei der vorliegenden Stichprobe untersuchen, und mit dem Datenmaterial arbeiten zu können, muss vorab definiert werden, welche Textpassagen als *sozialer Vergleich* gelten und in die Analyse aufgenommen werden:

Ein sozialer Vergleich liegt dann vor, wenn eine oder mehrere *andere Personen* erwähnt werden und eine *Bewertung* gewisser Merkmale stattfindet; also wenn man Eigenschaften des eigenen Selbst in *Relation* zu Eigenschaften anderer Personen setzt.

Jeder Textabschnitt, der dieser Definition gerecht wird, zählt als sozialer Vergleich² und stellt somit eine Analyseeinheit dar. Da sich Personen vermutlich häufiger als nur ein Mal vergleichen, wird jeder Vergleich mit dem nachfolgend beschriebenen Kategoriensystem codiert; die Anzahl der Vergleiche wird dabei für jede Person einzeln angegeben.

² Zur besseren Lesbarkeit wird ab nun für *soziale Vergleiche* nur mehr der Begriff *Vergleich* verwendet.

7.2 Kategoriensystem

Das Kategoriensystem bildet die Grundlage für jede Inhaltsanalyse. Die verwendeten Kategorien können zum Teil aus bereits vorhandenen theoretischen Konstrukten abgeleitet (deduktiv), oder aus dem Interviewmaterial empirisch (induktiv) erarbeitet werden.

Folgende Kategorien mit dazugehörigen Subkategorien (Ausprägungen) wurden bereits vorab theoretisch festgelegt und definiert; zusätzlich sollen exemplarische Beispiele aus den Daten angeführt werden, um die Bedeutung der Kategorien besser zu veranschaulichen.

A Art des Vergleichs

- 1 Intendiert (direkt)
- 2 Spontan (indirekt)

Es wird festgestellt, ob ein Vergleich spontan im Verlauf des Interviews vorkommt, oder nur nach der spezifisch gestellten Frage aus dem Interviewleitfaden (*Wie fühlen Sie sich wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen? Mit wem vergleichen Sie sich und warum?*) auftritt.

Folgender Ausschnitt wäre ein Beispiel für einen spontan auftretenden Vergleich, der auf die Frage nach wichtigen Bereichen für Wohlbefinden im Leben in Bezug auf Gesundheit folgt: *„Weil es gibt ja Leute in meinem Alter, die leben gar nicht mehr oder die haben, ja, die können es [Anmerkung: Hausarbeit] nicht tun.“ (Interview_29)*

Einige exemplarische Antworten auf die direkte Frage nach Vergleichen wären folgende: *„Wenn ich mich mit Leuten vergleiche, dann nur mit den Leuten, die mehr im Leben erreicht haben, als was ich jetzt erreicht habe. Mit allen Leuten, die weniger erreicht haben im Leben als ich jetzt habe, mit denen vergleiche ich mich gar nicht.“ (Interview_40); „mich selbst vergleiche ich eigentlich mit jedem Menschen, den ich treffe“ (Interview_1)*

B Richtung des Vergleichs

- 1 Aufwärtsvergleich
- 2 Abwärtsvergleich
- 3 Lateralvergleich

Diese Kategorie erklärt sich aus der theoretischen Beschreibung in Kapitel 2.1. Als Indikatoren, die auf die Vergleichsrichtung hinweisen, können eine Vielzahl von Adjektiven und Adverbien und ihre Steigerungsformen³ herangezogen werden; beispielsweise: *besser, schlechter, größer, mehr, weniger, etc.*

Ein Beispiel für einen aufwärtsgerichteten Vergleich ist: *„das war immer so, meine Schwester war immer die größere, die stärkere, die hat sich immer durchgesetzt und sie war immer weiter in der Entwicklung, was sich bis heute eigentlich fortsetzt“ (Interview_43)*

Ein abwärtsgerichteter Vergleich kann anhand dieser Aussage beschrieben werden: *„Dann hab ich ja im Prinzip jetzt ja schon mehr erreicht, als was er in seinem ganzen Leben erreicht hat.“ (Interview_40)*

C Effekt des Vergleichs

- 1 Positiv
- 2 Negativ
- 3 Neutral

Hier soll allgemein festgehalten werden, welche (affektive) Auswirkung der Vergleich generell hat. *„Mir geht es recht gut, wenn ich sehe, wie es anderen geht.“ (Interview_29)*

Negative Effekte: *„Ich hab das ja immer als ungerecht eigentlich empfunden, dass ich so leicht lern und zuschaue, wie es andere nicht können.“ (Interview_1); „dieser ständige Vergleich irgendwie. Schon sehr anstrengend.“ (Interview_1)*

³ Anm.: Der grammatikalische Fachbegriff für Steigerungen ist *Komparation* (von lat. *comparare* „vergleichen“). Daher erscheint es logisch, dass diese Begriffe als Indikatoren für Vergleichsprozesse herangezogen werden können.

Ein neutraler Effekt besteht dann, wenn keine konkrete Bewertung aus dem Vergleich hervorgeht, wie in diesem Beispiel: **I:**⁴ „Und wenn Sie sich verglichen haben [...]“; **E:** „Nein, ganz neutral. Nur rein informativ, also nicht in- nicht- nicht als Wettbewerb.“ (Interview_20)

D Vergleichsperson(en)

- 1 Nahestehende Personen (Freunde, Partner, Verwandte)
- 2 Bekannte Personen
- 3 Fremde Personen
- 4 Verallgemeinerung (z.B. Gruppen)

Die gewählte Vergleichsperson soll einer dieser Subkategorien zugeordnet werden können; falls dies nicht möglich ist, werden anhand des Datenmaterials weitere auftretende Kategorien nachträglich hinzugefügt (induktives Vorgehen).

Passende Aussagen, welche dieser Kategorie zuzuordnen sind: „In der Zwischenzeit ist **sie** [Anm.: Tochter der Interviewten; Nahestehende] eine wesentlich ältere Mutter als ich.“ (Interview_29); „es gibt **Leute** [Verallgemeinerung], die haben mehr Geld als wir“ (Interview_29); „wie ich es bei vielen **Arbeitskollegen** [Bekannte] sehe“ (Interview_40)

E Vergleichsmotiv

- 1 Selbstevaluierung
- 2 Selbstverbesserung
- 3 Selbstwertsteigerung
- 4 Affiliation

Ein Vergleich soll einem dieser Motive (vgl. Kapitel 2.2) zugeordnet werden. Bei jedem Vergleich ist grundsätzlich das Selbstevaluierungsmotiv gegeben, da man eigene Eigenschaften bei sozialen Vergleichen in Relation zu denen anderer setzt.

Das Motiv der Selbstverbesserung ist in diesem Ausschnitt gut ersichtlich: „Ähm (...) ja, im Hinblick auf- also darauf, wie die- die anderen Personen mit gewissen Situationen umgehen und wie ich damit umgeh und was ich daraus lernen kann“ (Interview_2)

⁴ I = Interviewer; E = Erzähler

F Thema des Vergleichs

- 1 Objektive Charakteristika (z.B.: akademischer Erfolg, Fähigkeiten, Wohlstand, Besitz, Aussehen)
- 2 Subjektive Charakteristika (z.B.: soziale Beziehungen, Gefühle, Eigenschaften, Meinungen, Persönlichkeit, Lifestyle)

Hierbei findet eine Unterscheidung des Vergleichsthemas in objektive und subjektive Bereiche statt. Weiters sollen die einzelnen Bereiche (z.B. Aussehen) gesammelt werden, wobei nach der Analyse eine Häufigkeitsverteilung dieser erfolgen kann.

Folgendes Beispiel für ein objektives Vergleichsthema: „*Vielleicht manchmal so vom, vom **Alter** her, dass man sich einordnet.*“ (Interview_15)

Als Beispiel für subjektive Charakteristika kann man den Interviewausschnitt der vorangegangenen Kategorie erneut heranziehen „*wie die- die anderen Personen mit gewissen Situationen umgehen und wie ich damit umgeh*“ (Interview_2)

G Gesellschaftliche Normen (soziale Erwünschtheit) bzw. Rationalisierungen

- 1 vorhanden
- 2 nicht vorhanden

Es soll dargestellt werden, ob im vorliegenden Vergleich soziale Erwünschtheit oder Normen erkennbar sind.

H Widersprüche

- 1 vorhanden
- 2 nicht vorhanden

Falls Widersprüche in einem einzelnen Vergleich auftreten, soll das anhand dieser Kategorie sichtbar gemacht werden.

I Zeitebene

- 1 Vergleich aktuell
- 2 Vergleich vergangen

Anhand dieser Kategorie soll dargestellt werden, ob der Vergleich aktuell in der Gegenwart vorherrscht, oder in früherer Zeit vorhanden war. Ein anschauliches

Beispiel hierfür wäre folgendes: I: „Vergleichst du dich manchmal mit anderen Menschen?“ E: „Heute nicht mehr.“ (Interview_38)

7.2.1 Zusammengefügte Kategorien

Einige der verwendeten Kategorien können nach der Codierung auch im Zusammenhang miteinander betrachtet werden, und die Häufigkeiten davon in der Auswertung in Form von Kreuztabellen dargestellt werden. Exemplarisch soll dies anhand eines Beispiels im Detail dargestellt werden:

Richtung x Effekt

Diese zusammengesetzte Kategorie wird nach der Kodierung erstellt, sie ergibt sich aus den beiden Kategorien *Effekt* und *Richtung*. Daraus ergeben sich folgende Möglichkeiten (wobei auf laterale bzw. neutrale Vergleiche nicht eingegangen werden soll):

- 1 Aufwärtsvergleich positiv (Bewunderung)
- 2 Aufwärtsvergleich negativ (Neid)
- 3 Abwärtsvergleich positiv (Selbstwert)
- 4 Abwärtsvergleich negativ (Angst)

Diese vier verschiedenen Subkategorien können zur besseren Veranschaulichung auch als Kreuztabelle dargestellt werden:

Tabelle 9: Kreuztabelle Richtung x Effekt

	Aufwärtsvergleich	Abwärtsvergleich
Positiveffekt	Bewunderung	Selbstwert
Negativeffekt	Neid	Angst

Dieses Beispiel veranschaulicht sehr gut einen Aufwärtsvergleich mit positivem Effekt: „wenn ich mich mit anderen Personen vergleiche (...) ahm dann fühle ich (...) Bewunderung wenn jemand viel mehr weiß wie ich oder mir irgendetwas sagt was ich eigentlich noch nicht gehört habe oder was empfinde Bewunderung (.)“ (Interview_51)

Weiters eine Aussage, die einen aufwärtsgerichteten Vergleich mit negativem Effekt darstellt: „*he bist du vielleicht neidig, tut dir das weh weil du das nicht erreicht hast*“ (Interview_30)

Nachfolgend ist eine Auflistung weiterer solcher Ausprägungen aus zwei verschiedenen Kategorien dargestellt, welche in der weiteren Auswertung möglicherweise interessante Ergebnisse versprechen:

- Art x Richtung
- Art x Effekt
- Art x Vergleichsperson(en)
- Effekt x Vergleichsperson(en)
- Richtung x Vergleichsperson(en)
- Motiv x Richtung
- Motiv x Vergleichsperson(en)

Die in den Daten vorkommenden Vergleiche wurden nun anhand dieses Kategoriensystems kodiert, um diese anschließend quantitativ und qualitativ zu untersuchen. Zur erleichterten Handhabung des Datenmaterials wurde die Auswertungssoftware MAXQDA11 (verfügbar unter <http://www.maxqda.de/>) verwendet und alle weiteren Analysen (Häufigkeiten etc.) erfolgten mit dem Programm Spss15.0. Nach der Codierung mittels MAXQDA11 wurde ein Datensatz der stattgefundenen Vergleiche in SPSS15.0 erstellt.

Nachfolgend sollen eine Häufigkeitsanalyse sowie eine qualitative Analyse der Daten angeführt werden, wobei die Häufigkeiten einen deskriptiven Überblick geben sollen, und die qualitative Analyse einen tieferen Einstieg in das Material erlaubt.

8 Quantitative Auswertung

Bei der quantitativen Häufigkeitsanalyse des Datenmaterials wird zuerst deskriptiv vorgegangen und die Ergebnisse werden beschrieben. Zunächst kann man die Anzahl verschiedener Aspekte der Vergleiche anführen, die sich auf das verwendete Kategoriensystem beziehen. Dazu werden alle vorhandenen Vergleiche miteinbezogen, somit können mehrere Vergleiche von einer Person stammen.

Einige Interviews scheiden jedoch bereits aus dieser Analyse aus, da kein verwertbares Material daraus zu erhalten war. Dies bedeutet nicht, dass sich diese Personen generell nicht vergleichen, sondern dass im Interview keine sozialen Vergleiche *erwähnt* wurden. Gründe dafür können sein, dass die Frage nach Vergleichsprozessen aus dem Interviewleitfaden verneint wurde bzw. spontane Vergleiche nicht auftraten, da der Gesprächsverlauf sich anders entwickelte. Da man hierbei nicht eindeutig festlegen kann, ob die Personen sie betreffende Vergleichsprozesse verschweigen wollten oder ihnen diese nur nicht bewusst waren, wurden diese Interviews aus der Häufigkeitsanalyse ausgegliedert, um unnötige Verzerrungen in den Daten zu vermeiden.

Nach den deskriptiven Ergebnissen sollen auch Unterschiede in den Häufigkeiten anhand von *Signifikanztests* untersucht werden. Dabei ist anzumerken, dass die Signifikanztests jedoch nicht mit derselben Stichprobe durchgeführt werden wie die Häufigkeitsanalyse, sondern mit einem insoweit bereinigten Datensatz, der von jeder Person nur mehr *einen* einzelnen Vergleich beinhaltet. Dadurch soll die Unabhängigkeit in der Stichprobe gewährleistet werden. Bei Vorhandensein mehrerer Vergleiche einer Person wurde eine Zufallsauswahl getroffen. (*Anm.: Im Anhang wurde gekennzeichnet, welche Interviews ausgeschlossen wurden bzw. mehrere Vergleiche beinhalteten.*)

Nachfolgend werden die Hypothesen für die Signifikanztestungen dargestellt, die sich aus den Forschungsfragen ableiten, und als Orientierung für die statistische Auswertung dienen sollen. Anschließend werden die Häufigkeiten für jede Kategorie (bzw. zusammengesetzte Kategorie) des verwendeten Kategoriensystems angegeben, sowie (nach Bereinigung der Daten) mögliche Unterschiede zwischen verschiedenen Gruppen auf Signifikanz geprüft.

8.1 Hypothesen für Signifikanztestung

Die nachfolgenden Hypothesen beziehen sich auf einige der Forschungsfragen, die in Kapitel 4 vorgestellt wurden, und dienen der quantitativen Auswertung. Jede der formulierten Hypothesen bezieht sich auf einen bestimmten Aspekt sozialer Vergleiche. Die Forschungsfragen sollen später anhand der Signifikanztestungen und der Ergebnisse der qualitativen Analyse beantwortet werden. Anschließend werden die Kontingenztafeln der aufgetretenen Häufigkeiten sozialer Vergleiche dargestellt.

1. Es gibt einen Unterschied zwischen direktem Fragen nach sozialen Vergleichen und dem Auftreten indirekter sozialer Vergleiche im Interview.
2. Es gibt einen Unterschied der Geschlechter bei sozialen Vergleichen.
3. Es gibt bei sozialen Vergleichen einen Unterschied zwischen Stadt und Land.

8.2 Kontingenztafeln

Es zeigte sich, dass von den insgesamt 52 Interviews 14 ausgeschlossen werden mussten, da keine sozialen Vergleiche auftraten oder erwähnt wurden. Somit bleiben 38 Interviews bzw. Personen für die Analyse erhalten, von denen insgesamt 64 Vergleiche angegeben wurden. Somit verglichen sich manche Personen häufiger als andere. Diese Vergleiche sollen nun kurz überblicksartig als bereinigte Stichprobe (Tabelle 10), sowie aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen (Tabelle 11) dargestellt werden. *(Anm.: manche Personen gehen öfter in die Analyse ein als andere, daher werden zusätzlich die bereinigten Teilstichprobengrößen angegeben)*

Tabelle 10: Stichprobenverteilung nach Datenausschluss

	weiblich	männlich	Gesamt
Stadt	13	9	22
Land	9	7	16
Gesamt	22	16	38

Tabelle 11: Häufigkeiten der Vergleiche aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Häufigkeit	Prozent
Geschlecht		
männlich (N=16)	27	42.2
weiblich (N=22)	37	57.8
Gebiet		
Land (N=16)	30	46.9
Stadt (N=22)	34	53.1
Altersgruppe		
19 bis 30 (N=15)	32	50.0
31 bis 50 (N=12)	15	23.4
51 bis 70 (N=8)	9	14.1
über 70 (N=3)	8	12.5
Gesamt (N=38)	64	100

In den folgenden Abschnitten sollen die Häufigkeiten der einzelnen Kategorien angegeben, sowie die Häufigkeiten der kombinierten Kategorien dargestellt werden. Bei den restlichen Kategorien werden nur die Aufteilungen nach den Gruppen Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen beschrieben, da sonst die Darstellung zu umfangreich und die Informationen zu umfassend für die zu untersuchenden Forschungsfragen wären.

Weiters werden in den Kontingenztafeln auch die Häufigkeiten für die bereinigte Stichprobe ($n=38$) angegeben, welche anschließend notwendig sind, um Signifikanztests durchzuführen, um erste quantitative Ergebnisse zur Beantwortung der Forschungsfragen zu erhalten. Aufgrund der Struktur der Daten (nominalskaliert) werden nicht-parametrische Tests verwendet, welche die Unterschiede zwischen verschiedenen Gruppen untersuchen sollen.

Da die Voraussetzung, erwartete Werte größer als 5 zu erhalten, aufgrund der kleinen Stichprobe und den daraus resultierenden geringen Häufigkeiten nicht gegeben ist, soll die Signifikanzberechnung anhand des *exakten Tests nach Fisher* vorgenommen werden. Die Ergebnisse werden nach der jeweiligen Kontingenztafel angeführt. Zusätzlich zu diesem Signifikanzwert wird je nach vorliegender Kontingenztafel als Effektstärke Phi (2x2-Tafeln) oder Cramer-V (Tafeln die eine Kategorie mit mehr als zwei Ausprägungen beinhaltet) angegeben.

8.2.1 Art des Vergleichs

Die Häufigkeiten für die *Art des Vergleichs* zeigen sich in Tabelle 12, aufgeteilt nach den Gruppen Geschlecht, Gebiet und Alter. Die Werte in Klammer beschreiben die Häufigkeiten in der bereinigten Stichprobe ($n=38$). Weiters wird die Art des Vergleichs gemeinsam mit den Kategorien *Richtung*, *Effekt* und *Vergleichsperson(en)* in Tabelle 13 dargestellt. Zusätzlich werden die exakte Signifikanz nach Fisher sowie eine Effektstärke angegeben.

Bei der *Art des Vergleichs* zeigten sich mit keiner Kategorie signifikante Effekte, wobei Tendenzen zu intendierten Aufwärtsvergleichen ersichtlich sind (vgl. Tabelle 13).

Tabelle 12: Art des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	intendiert	spontan	Gesamt
Geschlecht			
männlich	20 (13)	7 (3)	27 (16)
weiblich	24 (17)	13 (5)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		1.000	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		.048	
Gebiet			
Stadt	18 (18)	12 (4)	30 (22)
Land	26 (12)	8 (4)	34 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.698	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.083	
Altersgruppe			
19 bis 30	24 (13)	8 (2)	32 (15)
31 bis 50	12 (10)	3 (2)	15 (12)
51 bis 70	6 (5)	3 (3)	9 (8)
über 70	2 (2)	6 (1)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.444	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.243	
Gesamt	44 (30)	20 (8)	64 (38)
Prozent	68.8 (78.9)	31.2 (21.1)	100

Tabelle 13: Kontingenztafel Kategorie "Art" mit den Kategorien "Richtung", "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"

	intendiert	spontan	Gesamt
Richtung			
Aufwärts	25 (16)	7 (3)	32 (19)
Abwärts	3 (2)	8 (3)	11 (5)
Lateral	16 (12)	5 (2)	20 (14)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.106	<i>n.sig</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.372	
Effekt			
Positiv	26 (14)	14 (5)	39 (19)
Negativ	12 (9)	5 (2)	17 (11)
Neutral	7 (7)	1 (1)	8 (8)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.404	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.138	
Vergleichsperson(en)			
Nahe	6 (1)	5 (2)	11 (3)
Bekannt	15 (10)	5 (3)	20 (13)
Fremd	1 (0)	0 (0)	1 (0)
Allgemein	22 (19)	10 (3)	32 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.118	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.345	
Gesamt	44 (30)	20 (8)	64 (38)
Prozent	68.8 (78.9)	31.2 (21.1)	100

8.2.2 Vergleichsrichtung

Die Häufigkeiten der *Richtung* der Vergleiche werden in Tabelle 14 dargestellt. Weiters werden in Tabelle 15 die Häufigkeiten beschrieben, die sich aus der Kombination der *Vergleichsrichtung* mit *Effekt* und *Vergleichsperson(en)* ergeben. Für die Häufigkeiten von *Vergleichsart* und *Vergleichsrichtung* sei auf Tabelle 13 verwiesen.

Es zeigen sich signifikante Ergebnisse von *Richtung* und *Gebiet*, wobei hier häufiger Aufwärtsvergleiche am Land angestellt werden (vgl. Tabelle 14). Weitere Signifikanz wurde zwischen *Vergleichsrichtung* und *Effekt* erzielt, wobei Aufwärtsvergleiche sich eher negativ und Abwärtsvergleiche eher positiv auswirken (vgl. Tabelle 15).

Tabelle 14: Richtung des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Aufwärts	Abwärts	Lateral	Gesamt
Geschlecht				
männlich	15 (8)	4 (2)	8 (6)	27 (16)
weiblich	17 (11)	7 (3)	13 (8)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			1.000	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.018	
Gebiet				
Stadt	15 (7)	4 (3)	15 (12)	34 (22)
Land	17 (12)	7 (2)	6 (2)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.014	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.456	

Fortsetzung Tabelle 14

Altersgruppen

19 bis 30	19 (9)	6 (2)	7 (4)	32 (15)
31 bis 50	5 (4)	1 (1)	9 (7)	15 (12)
51 bis 70	5 (4)	2 (2)	2 (2)	9 (8)
über 70	3 (2)	2 (0)	3 (1)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.613	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.252	
Gesamt	32 (19)	11 (5)	21 (14)	64 (38)
Prozent	50.0 (50.0)	17.2 (13.2)	32.8 (36.8)	100

Tabelle 15: Kontingenztafel der Kategorie "Richtung" mit den Kategorien "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"

	Aufwärts	Abwärts	Lateral	Gesamt
Effekt				
Positiv	17 (7)	10 (5)	12 (7)	39 (19)
Negativ	13 (10)	1 (0)	3 (1)	17 (11)
Neutral	2 (2)	0 (0)	6 (6)	8 (8)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.004	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.456	

Fortsetzung Tabelle 15

Vergleichsperson(en)

Nahe	6 (1)	0 (0)	5 (2)	11 (3)
Bekannt	20 (7)	1 (1)	9 (5)	20 (13)
Fremd	1 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (0)
Allgemein	15 (11)	10 (4)	7 (7)	32 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.835	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.170	
Gesamt	32 (19)	11 (5)	21 (14)	64 (38)
Prozent	50.0 (50.0)	17.2 (13.2)	32.8 (36.8)	100

In den folgenden Tabellen werden zunächst die Häufigkeiten für *Richtung* und *Effekt* angegeben, wobei diese nach *Vergleichsart* aufgeteilt werden (Tabelle 16). Zusätzlich sind die Werte der bereinigten Stichprobe in Klammer sowie Signifikanz und Effektstärke angegeben. Es konnten allgemein keine signifikanten Ergebnisse erzielt werden.

Tabelle 16: Häufigkeiten Richtung x Effekt aufgeteilt nach Vergleichsart

Intendiert	Aufwärts	Abwärts	Lateral	Gesamt
Positiv	14 (6)	3 (2)	8 (6)	25 (14)
Negativ	9 (8)	0 (0)	3 (1)	12 (9)
Neutral	2 (2)	0 (0)	5 (5)	7 (7)
Gesamt	25 (16)	3 (2)	16 (12)	44 (30)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.059	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.390	

Fortsetzung Tabelle 16

Spontan	Aufwärts	Abwärts	Lateral	Gesamt
Positiv	3 (1)	7 (3)	4 (1)	14 (5)
Negativ	4 (2)	1 (0)	0 (0)	5 (2)
Neutral	0 (0)	0 (0)	1 (1)	2 (1)
Gesamt	7 (3)	8 (3)	5 (2)	20 (8)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.099	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.683	

In Tabelle 17 werden die Häufigkeiten für *Vergleichsrichtung* und *Vergleichsperson(en)* wieder aufgeteilt nach *Vergleichsart*, sowie bereinigte Werte in Klammer und Signifikanz und Effektstärke dargestellt. Auch hier konnten keine signifikanten Ergebnisse erreicht werden.

Tabelle 17: Häufigkeiten Richtung x Vergleichsperson(en) aufgeteilt nach Vergleichsart

Intendiert	Nahe	Bekannt	Fremd	Allgemein	Gesamt
Aufwärts	3 (0)	9 (6)	1 (0)	12 (10)	25 (16)
Abwärts	0 (0)	0 (0)	0 (0)	3 (2)	3 (2)
Lateral	3 (1)	6 (4)	0 (0)	7 (7)	16 (12)
Gesamt	6 (1)	15 (10)	1 (0)	22 (19)	44 (30)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.618	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.605	

Fortsetzung Tabelle 17

Spontan	Nahe	Bekannt	Fremd	Allgemein	Gesamt
Aufwärts	3 (1)	1 (1)	0 (0)	3 (1)	7 (3)
Abwärts	0 (0)	1 (1)	0 (0)	7 (2)	8 (3)
Lateral	2 (1)	3 (1)	0 (0)	0 (0)	5 (2)
Gesamt	5 (2)	5 (3)	0 (0)	10 (3)	20 (8)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.871	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.577	

8.2.3 Effekt des Vergleichs

Die Häufigkeiten des *Effekts* der Vergleiche sind in Tabelle 18 ersichtlich. Es wurden keine signifikanten Ergebnisse erreicht.

Tabelle 18: Effekt des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Positiv	Negativ	Neutral	Gesamt
Geschlecht				
männlich	18 (8)	5 (4)	4 (4)	27 (16)
weiblich	21 (11)	12 (7)	4 (4)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.912	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.096	

Fortsetzung Tabelle 18

Gebiet

Stadt	19 (12)	10 (5)	5 (5)	34 (22)
Land	20 (7)	7 (6)	3 (3)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.684	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.161	

Altersgruppen

19 bis 30	17 (6)	12 (6)	3 (3)	32 (15)
31 bis 50	11 (8)	1 (1)	3 (3)	15 (12)
51 bis 70	5 (4)	2 (2)	2 (2)	9 (8)
über 70	6 (1)	2 (2)	0 (0)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.471	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.277	

Gesamt	39 (19)	17 (11)	8 (8)	64 (38)
Prozent	60.9 (50.0)	26.6 (28.9)	12.5 (21.1)	100

Die Häufigkeiten des *Effekts* eines Vergleichs gemeinsam mit der Kategorie *Vergleichsperson(en)* werden in Tabelle 19 beschrieben, wobei hier ersichtlich ist, dass häufiger bekannte Personen oder Verallgemeinerungen zu Vergleichen herangezogen werden, die sich positiv auswirken.

Für die gemeinsamen Häufigkeiten des *Effekts* mit *Art* und *Richtung* eines Vergleichs sei auf Tabelle 13 (Effekt x Art) bzw. Tabelle 15 (Effekt x Richtung) verwiesen.

Tabelle 19: Kontingenztabelle Kategorie "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"

	Positiv	Negativ	Neutral	Gesamt
Vergleichsperson(en)				
Nahe	5 (0)	4 (1)	2 (2)	11 (3)
Bekannt	13 (8)	6 (4)	1 (1)	20 (13)
Fremd	1 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (0)
Allgemein	20 (11)	7 (6)	5 (5)	32 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.200	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.281	
Gesamt	39 (19)	17 (11)	8 (8)	64 (38)
Prozent	60.9 (50.0)	26.6 (28.9)	12.5 (21.1)	100

In Tabelle 20 werden *Vergleichseffekt* und *Vergleichsperson(en)* aufgeteilt nach *Vergleichsart* dargestellt. Zusätzlich sind bereinigte Werte, Signifikanz und Effektstärke angegeben. Die Ergebnisse weisen keine signifikanten Werte oder gewisse Tendenzen auf.

Tabelle 20: Häufigkeiten Vergleichsperson(en) x Effekt aufgeteilt nach Vergleichsart

Intendiert	Nahe	Bekannt	Fremd	Allgemein	Gesamt
Positiv	4 (0)	8 (5)	1 (0)	12 (9)	25 (14)
Negativ	1 (0)	6 (4)	0 (0)	5 (5)	12 (9)
Neutral	1 (1)	1 (1)	0 (0)	5 (5)	7 (7)
Gesamt	6 (1)	15 (10)	1 (0)	22 (19)	44 (30)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.434	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.335	

Fortsetzung Tabelle 20

Spontan	Nahe	Bekannt	Fremd	Allgemein	Gesamt
Positiv	1 (0)	5 (3)	0 (0)	8 (2)	14 (5)
Negativ	3 (1)	0 (0)	0 (0)	2 (1)	5 (2)
Neutral	1 (1)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (1)
Gesamt	5 (2)	5 (3)	0 (0)	10 (3)	20 (8)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.214	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.180	

8.2.4 Vergleichsperson(en)

Nachfolgend sind in Tabelle 21 die Häufigkeiten in der Kategorie *Vergleichsperson(en)* aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen dargestellt. Weiters werden in Klammer die Häufigkeiten der bereinigten Stichprobe angegeben. Gemeinsame Häufigkeiten der Kategorie *Vergleichsperson(en)* mit anderen Kategorien (*Art, Richtung, Effekt*) wurden bereits in jeweils vorhergehenden Tabellen (Tab. 13; Tab. 15; Tab. 19) angeführt. Es zeigten sich auch hier keine signifikanten Effekte.

Tabelle 21: Gewählte Vergleichsperson(en) aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Nahe	Bekannt	Fremd	Allgemein	Gesamt
Geschlecht					
männlich	5 (3)	6 (3)	1 (0)	15 (10)	27 (16)
weiblich	6 (0)	14 (10)	0 (0)	17 (12)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.058	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.403	

Fortsetzung Tabelle 21

Gebiet

Stadt	8 (2)	11 (9)	1 (0)	14 (11)	34 (22)
Land	3 (1)	9 (4)	0 (0)	18 (11)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.538	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.188	

Altersgruppen

19 bis 30	8 (1)	9 (5)	0 (0)	15 (9)	32 (15)
31 bis 50	2 (2)	7 (5)	1 (0)	5 (5)	15 (12)
51 bis 70	0 (0)	3 (3)	0 (0)	6 (5)	9 (8)
über 70	1 (0)	1 (0)	0 (0)	6 (3)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.713	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.252	

Gesamt	11 (3)	20 (13)	1 (0)	32 (22)	64 (38)
Prozent	17.2 (7.9)	31.1 (34.2)	1.6 (0)	50.0 (57.9)	100

8.2.5 Vergleichsmotiv

Die Häufigkeiten der verschiedenen *Vergleichsmotive* werden dargestellt in Tabelle 22, wobei das Motiv der Selbstevaluierung am häufigsten auftritt und sich signifikante Ergebnisse gemeinsam mit der Altersgruppe ergaben.

Tabelle 22: Motiv des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Evaluierung	Verbesserung	Selbstwert	Affiliation	Gesamt
Geschlecht					
männlich	14 (8)	11 (7)	1 (1)	1 (0)	27 (16)
weiblich	31 (18)	5 (3)	1 (1)	0 (0)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.077		<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.348		
Gebiet					
Stadt	25 (16)	7 (4)	2 (2)	0 (0)	34 (22)
Land	20 (10)	9 (6)	0 (0)	1 (0)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.336		<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.277		
Altersgruppe					
19 bis 30	21 (8)	11 (7)	0 (0)	0 (0)	32 (15)
31 bis 50	9 (9)	5 (3)	0 (0)	1 (0)	15 (12)
51 bis 70	7 (6)	0 (0)	2 (2)	0 (0)	9 (8)
über 70	8 (3)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>			.050		<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>			.427		

Fortsetzung Tabelle 22

Gesamt	45 (26)	16 (10)	2 (2)	1 (0)	64 (38)
Prozent	70.3 (68.4)	25.0 (26.3)	3.1 (5.3)	1.6 (0)	100

In Tabelle 23 wird das *Vergleichsmotiv* gemeinsam mit der *Vergleichsrichtung* dargestellt, wobei bereinigte Häufigkeiten, Signifikanz und Effektstärke angegeben werden. Hierbei zeigt sich, dass das Motiv der Selbstverbesserung bei Aufwärtsvergleichen signifikant häufig auftritt und auch zur Evaluierung aufwärtsgerichtete Vergleiche herangezogen werden.

Tabelle 23: Kontingenztafel Vergleichsmotiv x Vergleichsrichtung

	Evaluierung	Verbesserung	Selbstwert	Affiliation	Gesamt
Richtung					
Aufwärts	18 (10)	13 (8)	1 (1)	0 (0)	32 (19)
Abwärts	9 (3)	1 (1)	1 (1)	0 (0)	11 (5)
Lateral	18 (13)	2 (1)	0 (0)	1 (0)	21 (14)
Gesamt	45	16 (10)	2 (2)	1 (0)	64 (38)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.038	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.336	

In Tabelle 24 wird das *Vergleichsmotiv* gemeinsam mit den *Vergleichsperson(en)* dargestellt, jedoch konnte in dieser Kombination kein signifikantes Ergebnis erreicht werden. Die Tendenz besteht dazu, allgemeine Personen(gruppen) zur Evaluierung heranzuziehen.

Tabelle 24: : Kontingenztafel Vergleichsmotiv x Vergleichsperson(en)

	Evaluierung	Verbesserung	Selbstwert	Affiliation	Gesamt
Vergleichsperson(en)					
Nahe	9 (2)	2 (1)	0 (0)	0 (0)	11 (3)
Bekannt	12 (8)	6 (4)	1 (1)	1 (0)	20 (13)
Fremd	0 (0)	1 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (0)
Allgemein	24 (16)	7 (5)	1 (1)	0 (0)	32 (22)
Gesamt	45 (26)	16 (10)	2 (2)	1 (0)	64 (38)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>				.943	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>				.099	

8.2.6 Vergleichsthema

Die Häufigkeiten des *Themas* eines Vergleichs werden in Tabelle 25 dargestellt. Es konnte ein signifikantes Ergebnis mit dem Geschlecht erreicht werden, wonach sich Frauen scheinbar häufiger bezüglich objektiver Themen vergleichen als Männer.

Tabelle 25: Thema des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	Objektiv	Subjektiv	Gesamt
Geschlecht			
männlich	11 (3)	16 (13)	27 (16)
weiblich	22 (14)	15 (8)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.009	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.446	

Fortsetzung Tabelle 25

Gebiet

Stadt	19 (11)	15 (11)	34 (22)
Land	14 (6)	16 (10)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.521	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.124	

Altersgruppen

19 bis 30	18 (6)	14 (9)	32 (15)
31 bis 50	8 (6)	7 (6)	15 (12)
51 bis 70	4 (4)	5 (4)	9 (8)
über 70	3 (1)	5 (2)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.928	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.117	
Gesamt	33 (17)	31 (21)	64 (38)
Prozent	52.6 (44.7)	48.4 (55.3)	100

8.2.7 Gesellschaftliche Normen

Die Häufigkeiten sozialer oder gesellschaftlicher *Normen* sind dargestellt in Tabelle 26, wobei keine signifikanten Ergebnisse erreicht wurden, da soziale oder gesellschaftliche Normen in den meisten Vergleichen nicht vorhanden waren.

Tabelle 26: Normen eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	nicht vorhanden	vorhanden	Gesamt
Geschlecht			
Männlich	25 (14)	2 (2)	27 (16)
Weiblich	30 (17)	7 (5)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.675	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		.130	
Gebiet			
Stadt	32 (20)	2 (2)	34 (22)
Land	23 (11)	7 (5)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.203	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.282	
Altersgruppen			
19 bis 30	29 (12)	3 (3)	32 (15)
31 bis 50	14 (11)	1 (1)	15 (12)
51 bis 70	7 (6)	2 (2)	9 (8)
über 70	5 (2)	3 (1)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.614	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.199	

Fortsetzung Tabelle 26

Gesamt	55 (31)	9 (7)	64 (38)
Prozent	85.9 (81.6)	14.1 (18.4)	100

8.2.8 Widersprüche

Die Häufigkeiten des Auftretens von *Widersprüchen* werden dargestellt in Tabelle 27, wobei ein signifikantes Ergebnis mit der Altersgruppe erreicht wurde, da bei älteren Personen häufiger Widersprüche in den Vergleichen auftraten.

Tabelle 27: Widersprüche eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	nicht vorhanden	vorhanden	Gesamt
Geschlecht			
männlich	26 (16)	1 (0)	27 (16)
weiblich	35 (20)	2 (2)	37 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.499	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		.201	
Gebiet			
Stadt	33 (21)	1 (1)	34 (22)
Land	28 (15)	2 (1)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		1.000	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.038	

Fortsetzung Tabelle 27

Altersgruppen

19 bis 30	32 (15)	0 (0)	32 (15)
31 bis 50	14 (12)	1 (0)	15 (12)
51 bis 70	9 (8)	0 (0)	9 (8)
über 70	6 (1)	2 (2)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.004	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.805	
Gesamt	61 (36)	3 (2)	64 (38)
Prozent	95.3 (94.7)	4.7 (5.3)	100

8.2.9 Zeitebene der Vergleiche

Die Häufigkeiten für die *Zeitebene* der Vergleiche sind in Tabelle 28 veranschaulicht, wobei wiederum ein signifikantes Ergebnis mit der Altersgruppe erreicht wurde.

Tabelle 28: Zeitebene eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen

	aktuell	vergangen	Gesamt
Geschlecht			
männlich	23 (12)	4 (4)	26 (16)
weiblich	32 (19)	5 (3)	38 (22)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.425	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.145	

Fortsetzung Tabelle 28

Gebiet

Stadt	30 (19)	4 (3)	34 (22)
Land	25 (12)	5 (4)	30 (16)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.425	<i>n.sig.</i>
<i>Effektstärke Phi</i>		-.145	

Altersgruppen

19 bis 30	30 (14)	2 (1)	32 (15)
31 bis 50	14 (11)	1 (1)	15 (12)
51 bis 70	6 (5)	3 (3)	9 (8)
über 70	5 (1)	3 (2)	8 (3)
<i>Exakte Signifikanz nach Fisher</i>		.030	<i>sig.</i>
<i>Effektstärke Cramer-V</i>		.481	

Gesamt	55 (31)	9 (7)	64 (38)
Prozent	85.9 (81.6)	16.1 (18.4)	100

8.3 Zusammenfassung der quantitativen Ergebnisse

Die quantitativen Ergebnisse aus den vorangegangenen Kontingenztafeln zeigen ein umfassendes Bild der Häufigkeiten der verschiedenen Kategorien sowie der Kombinationen verschiedener Kategorien. Eingehend interpretiert sollen diese Ergebnisse erst später werden, in Verknüpfung mit den qualitativen Resultaten. Zunächst sollen die quantitativen Ergebnisse kurz beschrieben, und auf die Hypothesen eingegangen werden.

Es zeigte sich, dass beispielsweise in Zusammenhang mit der Vergleichsrichtung statistisch signifikante Werte erhalten wurden. Hier wurde zusammen mit dem Gebiet Signifikanz erreicht, als auch mit dem Effekt des Vergleichs. Weitere signifikante Ergebnisse zeigten sich für Vergleichsthemen und das Geschlecht, Vergleichsmotiv und Vergleichsrichtung sowie für die Altersgruppe mit Vergleichsmotiv, Widersprüchen und Zeitebene. Für die drei Hypothesen wird allerdings jeweils die Nullhypothese beibehalten, da keine durchgängigen Signifikanzen für Geschlecht, Gebiet oder Vergleichsart auftraten. Die Effektgrößen waren meist klein (kleiner als .30) oder lagen im mittleren Bereich (kleiner als .50).

Ein Grund für die wenigen signifikanten Ergebnisse stellt sicherlich die geringe Stichprobengröße dar. Die geringe Stichprobengröße ist insofern weiters problematisch, da in umfassenderen Kontingenztafeln viele der Felder nicht genügend Häufigkeiten aufwiesen, oder die erwarteten Häufigkeiten zu gering waren, um einen Chi-Quadrat-Test durchführen zu können.

Anhand dieser rein quantitativen Ergebnisse sollen jedoch noch kein schlussendliches Fazit gezogen werden, da nun die qualitative Analyse einen tieferen Einblick in das Interviewmaterial bieten soll.

9 Qualitative Analyse

In der qualitativen Analyse soll nun das Datenmaterial ausführlich untersucht und beschrieben, sowie die vorher dargestellten Häufigkeiten anhand von Textbeispielen belegt werden. Dazu soll anhand der vorhandenen Kategorien gezeigt werden, wie Vergleiche in den Interviews stattfinden und geäußert werden, wobei wieder speziell die im Vorfeld dargestellten Fragestellungen berücksichtigt werden sollen. Anschließend sollen einige Fallbeispiele eingehender untersucht werden.

Wenn man nun einige Ausschnitte der Interviews heranzieht, kann man erkennen, dass einige Personen angeben, sich überhaupt nicht (bewusst) zu vergleichen, bzw. Vergleiche intuitiv als etwas tendenziell Negatives ansehen, wie beispielsweise hier deutlich wird:

I: Und vergleichen Sie sich mit anderen Personen?

E: Nö.

I: Nicht.

E: Nö. Weil ich habe meine Fehler selbst gemacht, also sind selbst gemacht, meine positive (-) sind hoffentlich auch selbst gemacht (lacht). Also ich bin schon individuell dafür verantwortlich, was mit mir passiert ist, nicht. Ich kann niemandem vorwerfen, was weiß ich, wenn ich zu viel esse, dass ich da zunehme. Dann muss ich halt mein Essen reduzieren oder ich mache es nicht, dann muss ich halt damit leben, dass ich dick bin. Also- (lacht).

I: Und haben Sie sich früher auch nicht mit anderen verglichen?

E: Naja natürlich, wie man so sagt, wie man das generell macht, aber dass ich jetzt mich hinstelle und sage, aha die schaut so aus und das muss ich unbedingt nachmachen, da diese Ambition hatte ich eigentlich nie. Also in der Beziehung war ich immer Individualistin. (Interview_5)

Dieser Ausschnitt zeigt, dass Vergleiche bewusst als auch unbewusst ablaufen können, und ein gewisses Bild sozialer Vergleiche (Neid; sozial unerwünscht) in der Gesellschaft besteht.

Die nachfolgenden Abschnitte orientieren sich am verwendeten Kategoriensystem, es sollen jedoch die Textbeispiele immer auf mehrere Aspekte untersucht werden, bzw. kombinierte Kategorien bereits in einer der übergeordneten Kategorien untersucht werden. Abschließend werden noch einzelne Interviews einer eingehenden Fallanalyse unterzogen.

9.1 Art des Vergleichs

Bereits anhand der Häufigkeitsanalyse zeigte sich, dass sowohl spontane als auch intendierte Vergleiche in den Interviews vorhanden sind, jedoch konnten in der vorliegenden Stichprobe keine signifikanten Ergebnisse erzielt werden.

Ein sehr gutes Beispiel für einen spontan auftretenden Vergleich findet man in *Interview_21*, als der Interviewte nach weiteren Geschwistern gefragt wird, und spontan von seinem Bruder berichtet:

I: Jetzt haben Sie gerade angesprochen, dass Sie einen Bruder haben, haben Sie andere Geschwister?

E: Ah nein, einen großen Bruder, der gänzlich anders ist als- oder zum Großteil anders ist als ich, der also mehr meiner Mutter nachkommt vom Charakter und ja, daher auch ich sag einmal jetzt nicht so der- das das Stammfamiliengefüge ist durchaus durcheinander, weil ich mich einfach in eine andere Richtung entwickelt hab und immer habe und das wird einfach zum Teil nicht verstanden warum.

Eine ähnliche Geschwisterthematik als spontane Vergleichsaussage findet sich auch in einem weiteren Interview, wobei es sich hier um die Zwillingsschwester des Interviewten (*Interview_43*) handelt:

Da hab ich mit meiner Schwester gestritten, das war immer so, meine Schwester war immer die größere, die stärkere, die hat sich immer durchgesetzt und sie war immer weiter in der Entwicklung, was sich bis heute eigentlich fortsetzt, sie hat ein Haus, sie hat einen Freund, sie hat ähm- sie hat seit mehreren Jahren keinen schlechten Job, war

mit dem Studium viel früher fertig und da ist natürlich der Vergleich auch immer bei Zwillingen sehr offensichtlich, weil man gleich alt (lacht) ist, das vermischt sich sonst ein bisschen, beim- also das heißt, sie hat sich immer durchgesetzt und ähm dann war es eher so, weil ich eben dann gesagt hab, okay, ich will lieber, dass immer öfters eine Ruhe ist, und dass kein Streit ist, kein offener Streit ist, ich hab dann immer nachgegeben.

Was bereits anhand dieser Beispiele wieder ersichtlich ist, ist die Vielfältigkeit eines Vergleichs, der meist nicht in nur eine Kategorie eingeordnet werden kann. Im Textfragment zeigt sich als Vergleichsperson die Zwillingsschwester (nahe), mit welcher ein aufwärtsgerichteter Vergleich angestellt wird. In Bezug auf die Vergleichsthematik werden hauptsächlich objektive Kriterien angeführt, wie beispielsweise der frühere Studienabschluss.

Wenn man nun im Gegensatz dazu *intendierte Vergleiche* betrachtet, wird ersichtlich, dass durch die Interviewfrage erst ein Denkprozess ausgelöst bzw. die Aufmerksamkeit auf diesen Sachverhalt gelenkt wird, wie im folgenden Textausschnitt:

I: Wie fühlst du dich, wenn du mit anderen Personen dich vergleichst oder mit wem vergleichst du dich?

E: Hm (.....) also ich vergleich mich hauptsächlich mit- ich versuch mich möglich wenig zu vergleichen (lacht) aber wenn ich mich vergleich, vergleich ich mich hauptsächlich mit (...) mit Leute aus dem (..) klarerweise aus dem beruflichen Umfeld und (.....) und da kann ich sagen, wenn ich jemanden- wenn ich jemanden wertschätze oder wenn ich finde, dass jemand gut ist oder dass jemand ähm einfach- seine Sache sehr gut macht, ähm dann (...) ähm dann freu ich mich für den mit. Also da gibt es eigentlich dann wenig- da denk ich dann eher aha, uh, sehr- also cool ähm, grad was könnte ich verbessern, dass ich auch so bin, also das ist natürlich klar. (...) Und bei Leuten, bei denen ich mir denk, oh Gott, Scheisse, da hab ich dann eher Angst, dass ich- oder da ist dann eher die Frage Scheisse, bin ich auch so? Also da stell ich dann eher mich in Frage, jetzt. Also das ist immer sehr eng gekoppelt, also ähm (..) das ist eigentlich immer dann der Rückschluss, der auf mich- der immer- Scheisse, bin ich auch so. Und dann kommt eigentlich die Unsicherheit wieder mit. (Interview_43)

Dieser Mann macht sich sehr viele Gedanken zum Thema und versucht ausführlich zu antworten. Zuerst könnte man annehmen, dass er seine Vergleichsprozesse in ein positives Licht rücken will, und negative Gefühle wie Neid oder Missgunst abschwächen möchte. Im weiteren Verlauf erkennt man jedoch, dass auch das Gefühl der Unsicherheit mitschwingt, wenn er sich mit „Negativvorbildern“ vergleicht.

Somit wird in manchen Interviews deutlich, wie differenziert sich Personen mit sozialen Vergleichen auseinandersetzen können, sofern sie darauf aufmerksam gemacht werden. Es sollte dabei allerdings nicht davon ausgegangen werden, dass die geäußerte Art und Weise sich mit anderen zu vergleichen, ausschließlich jene ist, welche die Person anstellt. Als weiteres Beispiel eines intendierten Vergleichs dafür kann folgendes herangezogen werden (*Interview_11*):

I: (lacht) Wie fühlen Sie sich, wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen?

B: Ich vergleiche mich mit niemandem.

I: Nein?

B: Na. (...) na.

I: Gar nicht?

B: Na. Na.

I: (lacht)

B: Na, ich vergleiche- na. Na, na also weder, weder vom, vom Beruflichen her noch vom Aussehen her noch von sonst was, ich vergleiche mich mit niemandem. Ich habe das auch nie gehabt, ich möchte so ausschauen wie die oder, oder der hat das ist gerade in und das das schaut so gut aus und das muss ich auch haben. Na. Also ich habe das generell nicht.

I: (lacht)

B: Habe ich aber auch nie gehabt, also, na, na, das war mir immer etwas

I: was Sie nicht brauchen (lacht).

B: Ja, das fällt unter Sachen, die ich nicht brauche, ja also das ist, na. Ich bin da sehr individuell.

Dieses Beispiel zeigt deutlich eine Verneinung der Vergleichsfrage, auch auf oftmaliges Nachfragen der Interviewerin. Da aus der Theorie davon ausgegangen werden kann, dass sich Menschen prinzipiell vergleichen, allerdings oft auch unbewusst, vergleicht sich auch diese Person, wenn sie angibt *„Ich habe das auch nie gehabt, ich möchte so ausschauen wie die“*, da dies bereits für das Motiv der Selbstevaluierung notwendig ist, seine eigenen Eigenschaften in Relation zu denen anderer zu setzen.

Weiters sehr interessant an diesem Textbeispiel ist, dass die Person schon vor der Vergleichsfrage – welche sie ja verneint – spontan einen Vergleich anstellt, in welchem sie sich mit einem ihr bekannten Kunsthistoriker vergleicht:

B: Das ist gut und da war ich, da war ich sehr stolz.

I: Ah, super.

B: Da war ich sehr stolz auf mich, weil das ist nicht einfach.

I: Und das haben Sie nicht studiert.

B: Das habe ich nicht studiert, er hat es studiert, er hat seinen Doktor, aber ich nicht. (lacht) (Interview_11)

Anhand dieses Ausschnitts zeigt sich sehr gut, wie spontane Vergleiche in den Interviews auftreten können, sogar wenn Personen die intendierte Frage verneinen. Es macht insgesamt somit einen Unterschied, ob Personen spontan im Verlauf einer Erzählung soziale Vergleiche generieren oder darstellen, oder ob sie durch eine Frage dazu angeregt werden, sich Gedanken über dieses Thema zu machen. Wichtig ist weiter, welche Frage gestellt oder wie diese im Speziellen formuliert wird. Einige der InterviewerInnen stellten die Frage nach Vergleichsprozessen bereits in eine gewisse Richtung, wie in folgendem Beispiel: *„Haben Sie irgendwelche Vorbilder? Haben Sie Menschen, an denen Sie sich - [mit denen Sie sich vergleichen?]“ (Interview_32)* Anhand dieser Formulierung wird die Aufmerksamkeit der Befragten auf ein bestimmtes Merkmal sozialer Vergleiche gelenkt, in diesem Fall auf positive Aufwärtsvergleiche (Vorbilder).

Ob Vergleiche spontan auftreten oder erst anhand einer Frage bewusst gemacht werden, bleibt weiterhin auch in Zusammenhang mit den nachfolgenden Kategorien interessant, und soll nach Möglichkeit dort angeführt werden.

9.2 Richtung des Vergleichs

In weiteren Textbeispielen soll auf die Richtung der Vergleiche eingegangen werden. Im Zusammenhang mit der Vergleichsrichtung konnten in den Häufigkeitsverteilungen signifikante Ergebnisse mit Gebiet und Effekt erzielt werden, zuerst sollen noch Ausschnitte der verschiedenen Richtungen dargestellt werden.

Ein Beispiel für einen lateralen (gleichgestellten) Vergleich stellt *Interview_26* dar, wo der Befragte sich „genauso“ sieht wie eine Vergleichsperson.

I: Kommt es vor, dass Sie sich in irgendwelchen Bereichen mit anderen Menschen vergleichen?

E: (.....) Teils. Nicht immer. Also phasenweise denke ich mir, der ist genauso wie ich, ja der denkt auch so und manchmal muss ich dir ehrlich sagen, da tu ich mich mit niemandem vergleichen, weil es ist, ich bin ich und ich kann keinen nachmachen, das ist fast unmöglich. Und ich will auch keinen anderen nachmachen, also ich möchte ganz einfach ich sein, aber vom Denken her oder von, von der Handlung her schon. Dass ich also sage, ok, der denkt genauso wie ich oder da hätte ich das genauso gemacht, ja. Aber sonst nicht, also wenn, ich möchte ich, ich sein und ich möchte nicht für jemanden anderen mich da in der Not mich verstellen können, ja, aber nicht unbedingt. Ich bin eher der geradlinige, manchmal eh gut, aber wer weiß, wie er das ist. (Interview_26)

Aufwärts oder abwärts gerichtete Vergleiche lassen sich oft anhand von Adjektiven und Adverbien sowie deren Steigerungsformen erkennen (vgl. Kapitel 7.2), sowie es in folgendem Beispiel ersichtlich wird, wo sich eine Krankenschwester mit Patienten vergleicht (*Interview_39*).

I: Und ist man dann erst recht zufrieden, wenn man sieht, ich denke mir als Krankenschwester, wenn man sieht, dass die eine schwere Krankheit, dass es denen unter Anführungszeichen beschissen geht, das man selber denkt, eigentlich-.

E: Ganz genau. So ist es. Das ist wirklich wahr. Da denkt man sich, wie gut es mir. Also wenn ich das sehe, der hat die und die Erkrankung oder Chemotherapie oder sonst irgendwas, da denke ich mir schon, wie gut geht es mir. Und das das wird von Tag zu Tag bewusster, wie gut es uns geht.

Ein weiteres Interview stammt von einer jungen Frau, die sich zunächst abwärts, und anschließend auch aufwärts vergleicht, wobei sich dies auch verschieden auf ihr Wohlbefinden auswirkt. Anzumerken ist allerdings, dass in diesem Beispiel die Aufmerksamkeit der Befragten von der Interviewerin auch durch eine Nachfrage auf die Vergleichsrichtung gelenkt wurde (*Interview_33*):

I: Und was ist deine aktuelle Stimmung, wie gehts dir momentan?

E: Momentan gehts mir eigentlich ganz gut. Sehr zufrieden, also wenn ich in die Zeitung eineschau, also bei mir geht das nicht so einfach vorüber, sondern da mach ich mir schon meine Gedanken und denk mir, bah das ist voll wild, wenn das mir passieren täte, (..) also da bin ich dann eigentlich, da bin ich dann glücklich, dass es mir so gut geht. Also. (..) Ich kann mich nicht beschweren.

I: Also vergleichst dich dann mit anderen Menschen?

E: Ja schon. Schon. Ich denk mir dann schon, wenn ich den Fernseher aufschalt oder im Radio was hör, dann denk ich mir, na ich bin so glücklich. So gehts mir.

I: Und ist das auch manchmal anders, dass du dir denkst, mah der hat aber oder, dassd dir manchmal so die so beneidest sag ich jetzt einmal dass der das hat, oder dass der anders, also nicht nur dass die anderen weniger haben und deswegen bist glücklicher, sondern umgekehrt auch?

E: Ja sicher denkt man sich immer wieder, mah ich hab total viel Freundinnen die haben ein Hotel daheim, oder eine Schihütte, ich mein ist ja logisch, dass die vielleicht von der Kleidung her mehr haben, oder ein Markenzeug oder sich irgendwas tolles leisten können, und (..) sicher denkt man sich dann, mah das schaut gut aus, das möchte ich auch haben, aber im Prinzip, na.

I: Also so richtig beneiden oder neidisch bist ihnen das nicht?

E: Na, also man denkt halt, (--) das ist auch so toll, aber man macht dann halt eher einen Schmäh draus, ich mein wer hat der hats oder irgendsowas, aber na das nicht. Ich möchte es gar nicht, also ich möchte auch kein Star oder sonst irgendwas sein, ich glaub das tät mich nur einfach nur nerven. (lacht) na wirklich nicht, also ich glaub nicht dass man von Geld glücklich werden kann. Ich glaub das wichtigste ist einfach

dass man seine vier Wände hat, und dass man vielleicht keine Geldsorgen hat, aber im Prinzip wenn man zu viel davon hat, bist eher nur unglücklicher, weil man immer mehr und mehr haben will, das merk ich auch in meinem Job, also die was eigentlich am meisten haben, die sind glaub ich nicht glücklich.

In diesem Beispiel erkennt man sehr gut, wie durch Nachfragen die Aufmerksamkeit auf Vergleichsprozesse und deren Auswirkungen gelenkt werden kann, sowie sich diese auch auf das Wohlbefinden auswirken können. Somit bildet der Ausschnitt aus diesem Interview auch einen guten Übergang zur nächsten Kategorie, nämlich den Auswirkungen sozialer Vergleiche.

9.3 Effekt des Vergleichs

Wie bereits angeführt, kann der Effekt des Vergleichs auch betrachtet werden als die Auswirkung auf das Wohlbefinden. In der Häufigkeitsanalyse zeigten sich vorwiegend Positiveffekte der Vergleiche. Besonders interessant werden nun jene Beispiele, die Vergleichsrichtung und Effekt des Vergleichs gemeinsam darstellen, wie in folgendem Textausschnitt, der einen aufwärts gerichteten Vergleich, der sich positiv auswirkt, beschreibt (*Interview_51*):

I: Verstehe. Ahm wie fühlen Sie sich wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen, (.) vergleichen Sie sich manchmal?

E: Wenn ich mich mit anderen Personen vergleiche (....) ahm dann fühle ich (...) Bewunderung wenn jemand viel mehr weiß wie ich oder mir irgendetwas sagt was ich eigentlich noch nicht gehört habe oder was empfinde Bewunderung (.) und Respekt (..)

Ein Beispiel eines Aufwärtsvergleichs, der einen negativen Effekt zur Folge hat, wäre folgendes von einer Frau, die sich mit ihrer Freundin vergleicht (*Interview_30*):

I: Mit was vergleichen sie sich da?

E: Es kommt drauf an was passiert im Leben von deinen Freunden auch. Wenn die (.) den Magister macht mit (.) (äh) mit fast 50 Jahren. Wenn ich mich da anfangs zu vergleichen, dann (.) wird es schwierig für mich. Eben das wieder zu lernen, die ist acht Jahre jünger als ich, da (-). Es hat viele Jahre gegeben, wo ich eine Stütze war und jetzt

braucht sie mich nicht mehr und zieht mit diesen Sachen, die sie gelernt hat, da ist sie auf der Überholspur. Ich merke einfach, sie hat ein Level in manchen Bereichen, da kann ich ihr das Wasser nicht mehr reichen. Was aber vielleicht noch vor 15 Jahren war. Und (.) da fehlt dir. Die Anerkennung wirst nicht kriegen, die passt auch nicht.

Hier zeigt sich, dass die Frau ihre Freundin durch den Studienabschluss als besser gestellt betrachtet als sich selbst und sich somit nach oben vergleicht. Weiters ist ersichtlich, dass dieser Vergleich die Frau gewissermaßen belastet, da sie sich selbst nicht zutraut, diesen Erfolg auch erreichen zu können oder dieselbe Anerkennung zu erhalten.

Ein Abwärtsvergleich mit positivem Effekt zeigt sich im nächsten Textausschnitt (*Interview_4*):

I: Oke, oke, ja. Und vergleichen Sie sich mit anderen Personen?

E: Ja, aber nur in Teilbereichen, aber nicht als Ganzes.

I: Und welche Teilbereiche sind das dann eher?

E: Na, joa (..) Kindererziehung. Joa, auch Karriereverlauf, sicher ja. Was hat er aus derselben Ausbildung aus sich gemacht ja. Also mit derselben Ausbildung aus sich gemacht. (..) Wo man dann aber sehr wohl auch andere sieht, wo man sich denkt, na Gott sei Dank, habe ich es nicht so gemacht (lacht).

Hier zeigt sich auf langfristiger Ebene bzw. in der Rückschau ein positiver Effekt. Der einzig auftretende Abwärtsvergleich mit negativem Effekt findet sich im Fallbeispiel von *Interview_1* (vgl. Kapitel 9.10.1).

Weiters ist ersichtlich, dass alle diese Textausschnitte als Antwort auf die Interviewfrage und somit intendiert entstanden. Als Beispiel für spontan auftretende Vergleiche in Zusammenhang mit Richtung und Effekt wird später ein Vergleich in der Fallanalyse von *Interview_16* dargestellt (vgl. Kapitel 9.10.2).

9.4 Vergleichsperson(en)

Die Vergleichspersonen sind ein essenzieller Aspekt sozialer Vergleiche. In den Interviews zeigte sich, dass sehr häufig allgemeine Gruppen von Personen herangezogen werden. Dies äußert sich in Begriffen wie „die Anderen“, „die Leute“ etc. Weiters werden Personen aus dem alltäglichen Leben als Vergleichsstandards genommen, meist nahestehende Personen oder Bekannte. In der vorliegenden Stichprobe wurden besonders Geschwister, die Mutter oder Kollegen in Sport oder Beruf angegeben. Textbeispiele mit Geschwistern als Vergleichsperson finden sich schon in Kapitel 9.1.

Direktes Fragen nach spezifischen Vergleichspersonen führt oft auch zu ausführlichen Ergebnissen, wie in den nachfolgenden Abschnitten:

I: Vergleichen Sie sich mit anderen Personen?

E: Sicher, sicher vergleich ich mich mit anderen Personen.

I: Und mit welchen genau, oder?

E: Ja, mein Gott. Am ehesten mit denen, die gleichaltrig sind oder halt irgendwie, ich weiß nicht. Ich hab zum Beispiel jetzt vor 1,5 Wochen hab ich ein 30jähriges Maturatreffen gehabt, ja? Und das ist na- wo schaust du da, und wie hat der entwickelt und wie ist der und wie ist der, das ist dann ganz interessant. Ja, das glaub ich das- leider ist es da, ja, man vergleicht sich, sicher. (Interview_3)

Weiters stellt auch ein Student bezüglich seiner Noten und Leistung einen Aufwärtsvergleich mit einem Kollegen an:

I: Mit wem vergleichst du dich so?

E: Pfu. Was mir vielleicht als erstes einfällt. Ist so, da gibt es einen Studienkollegen, der ist halt recht fleißig, und, ja, lernt aber auch mehr, also steht in der Früh auf, macht Sport, lernt dann, geht dann zur Uni dann weiter. Äh, hat ma, da hab ich mal eine Zeit lang ein schlechtes Gewissen gehabt, weil ich mir irgendwie gedacht hab, ja ich könnt auch fleißiger sein. Aber andererseits denk ich mir, ja ok, dann hat er seinen 1er Schnitt und, und ist in Mindeststudienzeit fertig, gut. Ist schön, muss aber nicht sein. Ich kann

auch, wenn, wenn ich morgen von einem Auto überfahren werde, dann bringt mir das nichts. Ähm, also. Ist es irgendwo sinnvoll so einen Kompromiss aus, aus, irgendwo Zeit investieren für die Zukunft und aber auch das Leben jetzt genießen. Sonst wenn ich mich vergleiche. Vergleiche mich eigentlich nicht oft. Vielleicht in, in bestimmten Punkten, aber (.) mh. Kaum. (Interview_15)

Interessant ist hierbei der Kompromiss, den der Befragte schließt, um sein Wohlbefinden zu stützen. Hierbei verlagert er seine Wertigkeiten („bringt mir das nichts; Leben jetzt genießen“) um sein Wohlbefinden zu stützen und keine negativen Auswirkungen aus diesem Vergleich zu ziehen.

Ein weiteres Beispiel kommt von einer jungen Frau (*Interview_2*), die angibt sich mit Personen aus dem näheren Umfeld, nicht jedoch Fremden zu vergleichen. Auch nach oftmaligem Nachfragen verneint die Befragte, sich mit spezifischen fremden Personen zu vergleichen oder Vorbilder zu haben:

I: Und eher mit Leuten in deiner direkten Umgebung oder eher mit Leuten, die weit entfernt von dir sind?

E: Ähm, also die- wie sie mit (anderen) Situationen umgehen [sehr lauter Donner!] (eher bei Menschen, die ich gute kenne, und sonst, was Leistung) betrifft oder Aussehen halt eher mit Kolleginnen aus der Uni oder (mit Leuten die weiter weg sind)

I: Aber da gibt es nicht irgendwelche, weiß ich nicht, Schauspielerinnen, Sängerinnen, die du-

E: Nein. Nein.

I: Und hast du bestimmte Vorbilder?

E: Bestimmte Vorbilder?

I: Mhm.

E: Nein.

I: Ok.

Nachfolgend noch ein sehr ausführliches Beispiel⁵, welches einige verschiedene Vergleichspersonen beinhaltet, aber doch eine spezifische Person als zentralen Standard aufweist (*Interview_7*):

I: Wie geht's Ihnen damit, wenn Sie sich manchmal mit anderen Personen vergleichen? (.) Wenn überhaupt, wenn Sie sich vergleichen. Wie fühlen Sie sich?

E: Naja, man tendiert den Menschen sich, also man tendiert sich zu den Menschen zu vergleichen, die entweder ähnlich mit einem sind. oder schon so über einem sind, dass man sie nur bewundert. Ja und ich weiß nicht, mit einer Angelina Jolie brauch ich mich nicht vergleichen, weil (lacht) da ist wahrscheinlich mein Schutzmechanismus schon da, dass ich mich gegenüber Frustration schütze.

I: Ja okay.

E: Aber (...) ja es geht mir gut dabei, mich mit anderen zu vergleichen (lacht)

I: Ja? Mit wem vergleichen Sie sich normalerweise so?

E: Naja ich habe eine Schwester zum Beispiel, die ist 2 Jahre älter als ich, natürlich vergleicht man sich unter Geschwistern, weil man halt dieselben Voraussetzungen hat mehr oder weniger.

I: Okay (lacht)

E: Das ist schon einem irgendwie so ja, [sie hat das uns das gemacht]

I: [(lacht)] Ist sie älter?

E: Sie ist 2 Jahre älter ja. (..) Ich vergleiche mich in dem Sinn, dass ich sie ganz anders empfinde als mich. (lacht) Also ich vergleiche mich in dem Sinn, dass ich mir dann immer denke, (..) es ist unglaublich wie unterschiedlich ja also (...)

I: Und warum vergleichen Sie sich mit ihr so?

E: Ich glaub das hat man immer als Kind schon mitgekriegt von den Eltern, oder? Ich weiß es nicht. Haben Sie selber Geschwister?

⁵ Aussagen für aktives Zuhören der Interviewerin wurde zur besseren Lesbarkeit entfernt

I: Ja. Also ich vergleich mich auch sicher, ab und zu.

E: schon oder?

I: also besonders mit meiner Schwester (lacht)

E: Eben, also ich glaub auch, wenns ein Bruder gewesen wär, wäre es anders gewesen, aber gerade eine Schwester, die 2 Jahre älter ist oder jünger, wenn sie auch jünger gewesen wäre, dann tendieren die Eltern dazu zu sagen, schau mal, deine Schwester hat schon so schön aufgeräumt, warum räumst du nicht auf? Und schau mal, deine Schwester macht das, warum machst du das nicht? Und das bleibt einem irgendwie, also für mich zumindest so ein Messwert, ja. so eine Messeinheit (lacht)

I: Aber vergleichen Sie sich eher im positiven Sinn mit Ihrer Schwester oder so im Negativen? (..) Jetzt aktuell zum Beispiel.

E: Sowohl als auch. (lacht) Also manchmal nervt sie (lacht) und manchmal bewundere ich sie. weil wie gesagt, wir sind unterschiedlich, und (..) auch in unterschiedlichen Lebensphasen, also sie sie (..) hat schon relativ früh geheiratet

I: Also die ist die mit dem 8-Jährigen.

E: Das ist die mit dem 8-Jährigen, sie ist jetzt 33, hat mit 24 geheiratet, (...) ja und sie hatte natürlich die Interessen einer jungen Mutter gehabt, weil sie mit 25 ihren Sohn bekommen hat und natürlich haben sich ihre Interessen in die Richtung konzentriert, klar. Wo ich dann selber mit 25 eher (..) Studentin war (lacht) und sicher nicht in der, irgendwie auf Kinder und Familie ausgerichtet war. Und auch jetzt hat sie natürlich die Probleme sag ich mal einer Mutter mit einem 8-jährigen Kind.

I: ja ja mhm. Und beruflich? Vergleichen Sie sich so beruflich?

E: Auch ja.

I: Mit wem (..) vergleichen Sie sich?

E: Also auch mit ihr (..)

I: Auch mit ihr.

E: aber auch sonst, mit anderen Kollegen zum Beispiel, die dasselbe studiert haben wie ich, auch mit Klassenkollegen, wie gesagt, ich habe noch aus meinem Schulfreundeskreis noch sehr viele Leute, die in Österreich sind oder auch in Rumänien geblieben sind, da vergleiche, ja (.) , denke ich mir schon, obs zum Beispiel klug war, (.) in Österreich zu studieren oder nicht. Ob mir das wirklich was gebracht hat oder nicht, (...) ja, ich vergleiche mich schon oft mit Leuten. Manchmal denke ich mir naja, war nicht so die beste Entscheidung.

9.5 Motiv des Vergleichs

Als häufigstes Motiv in den Interviews zeigte sich das der Selbstevaluierung, wobei der Vergleich dazu benötigt wird, um eigene Eigenschaften in Relation zu denen anderer zu setzen. Dies tritt grundsätzlich in sehr vielen Interviews auf. Als interessanter Ausschnitt kann folgendes Interview dargestellt werden, wo die Befragte das Grundprinzip sozialer Vergleiche bereits auf den Punkt bringt, das für sie selbst jedoch nicht gilt, bzw. stellt sie keine spontanen Vergleiche an (*Interview_37*):

I: wie fühlen Sie sich wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen

E: (...) unterschiedlich aber das halte ich nicht für so sinnvoll weil damit werte ich wie bin ich, wie bist du

I: mmmh und wie vergleichen Sie sich denn wenn Sie sich mal vergleichen

E: (...) ich stelle es jetzt gar nicht so auf eine Waagschale das das möchte ich gar nicht vergleichen (...) weil eben damit mache ich eine Wertung

Die Befragte äußert sich hier leider nicht weiter zur Vergleichsfrage, wodurch von ihr kein verwertbarer Vergleich zur Verfügung steht.

Weiters ist die Selbstverbesserung ein wichtiges Vergleichsmotiv, das häufig von den Personen beschrieben wird, wie hier ein ausführliches Beispiel zeigt (*Interview_46*):

I: Und ist es ein Ansporn, wenn du dir denkst zum Beispiel, mah der klettert aber jetzt super, besser als ich, hast, kommt da so eine Motivation?

E: Ja kommt schon, ja.

I: Also ist-

E: Da nimmst, da nimmst dir nachher wieder vor, ah ok, ab nächster Woche, (geh ich wieder trainieren) (lacht) so ungefähr

I: Also dass nicht Neid sondern dass eher ein Ansporn dass man sagt, ok und jetzt tut man auch wieder was

E: Ja schon Ansporn. Ja. also Neid eigentlich gar nicht, weil es muss sich jeder selber verdienen. wennst irgendwo gut sein willst, musst viel dafür tun, oder viel trainieren oder, oder viel dafür lernen oder und so Sachen, und je nach dem was dir besser liegt. (Interview_46)

Zum Motiv der Selbstwertsteigerung gab es eher weniger Interviews, wobei ein Beispiel folgendes wäre (Interview_17):

I: (.) Wie fühlen Sie sich, wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen, oder vergleichen Sie sich mit anderen Personen?

E: (..) (atmet tief) Es geht. Ich meine, ich neige manchmal ein bisschen zur Überheblichkeit, bin schnell bereit jemand anderen als doof zu titulieren. Das- leider Gottes bin ich ein Wahrheitsfreak, ich sag dem das dann auch. Das mindert die Zahl der Bekanntschaften natürlich, aber, es gibt Leute die ich bewundere.

Hierbei sieht man sehr gut, dass ein Abwärtsvergleich dazu genutzt wird, um den eigenen Selbstwert zu erhöhen. Nach der Theorie von Wills (1981) wäre dieses Beispiel ein aktiver Vergleich durch Abwertung der Vergleichsperson.

Auch der Textausschnitt aus Interview_11 kann für das Motiv der Selbstwertsteigerung herangezogen werden

B: Das ist gut und da war ich, da war ich sehr stolz.

I: Ah, super.

B: Da war ich sehr stolz auf mich, weil das ist nicht einfach.

I: Und das haben Sie nicht studiert.

B: Das habe ich nicht studiert, er hat es studiert, er hat seinen Doktor, aber ich nicht. (lacht) (Interview_11)

Die Frau fühlt sich stolz, wenn sie sich mit ihrem Bekannten vergleicht, da sie gewisse Fähigkeiten besitzt, welche sie sich selbst ohne Studium angeeignet hat. Nachfolgend werden die Vergleichsthemen aus den Interviews behandelt.

9.6 Thema des Vergleichs

Die Themen der Vergleiche lassen sich in subjektive und objektive Themen unterteilen, wobei sich dahingehend in den Häufigkeitsverteilungen ein ausgeglichenes Bild zeigte. Häufige Themen die im Zusammenhang mit sozialen Vergleichen angeführt wurden waren beispielsweise Leistungen in Beruf, Sport oder Studium oder generelles Wissen. Diese Bereiche zählten zu den objektiven Thematiken. Weiters wurde häufig erwähnt, Vergleiche in Bezug auf Figur, Körpergröße, Aussehen oder Gewicht anzustellen. Vereinzelte Themen betrafen Einstellungen, Persönlichkeit, Handlungen und Verhaltensweisen, welche wiederum zu subjektiven Thematiken zählten. Diese Vergleichsbereiche passen auch sehr gut zu den vorab vorgestellten Theorien (vgl. Festinger: Fähigkeiten und Meinungen).

Ein interessantes signifikantes Ergebnis konnte im Zusammenhang mit dem Geschlecht aufgezeigt werden, wodurch sich Männer und Frauen bezüglich der Themen zu unterscheiden scheinen. Dies soll nun anhand ausgewählter Textbeispiele belegt werden, wobei nachfolgendes von einem Mann stammt (*Interview_49*):

I: Wie fühlst denn du dich, wenn du dich mit anderen Personen vergleichst? Vergleichst du dich manchmal eben in manchen Situationen mit anderen?

E: Mhm. Joa. (..) Ja, wenn ich mich mit anderen Personen vergleiche. (..) Ma, das ist schwierig. (..)

I: Kannst dir auch gern Zeit lassen zum Überlegen.

E: (..) Ja, da gibt es auch wieder- da zieht man auch wieder unterschiedliche Vergleiche. Da gibt es zum Beispiel auch wieder die Vergleiche vom dem handwerklichen Geschick zu irgendwem anderen hin, wo jetzt einfach dann auch- Es gibt Vergleiche, wo du nach Aussehen gehst, wo nach Größe gehst, dann gibt es Vergleiche, wo du einfach, wo der andere einfach viel mehr wichtiger für irgendeine Lebenssituation oder irgendwas mitbringt und-

In diesem Beispiel versucht der Befragte verschiedene Themen anzusprechen, die für ihn relevant zu sein scheinen und in die Kategorie objektiver Charakteristika fallen. Im Gegensatz dazu nun eine junge Frau (*Interview_2*), die sich bezüglich Handlungs- oder Verhaltensweisen vergleicht:

I: Und im Hinblick worauf vergleichst du dich da?

E: Ähm (...) ja, im Hinblick auf- also darauf, wie die- die anderen Personen mit gewissen Situationen umgehen und wie ich damit umgeh und was ich daraus lernen kann, wenn ich seh, wie andere damit umgehen. Also hauptsächlich das. Und eben manchmal Aussehen auch (lacht) aber halt, das ist halt unterbewusst. Ja (lacht)

Ein anderes Beispiel wäre folgendes, das wiederum von einem jungen Mann stammt:

I: Und was gibt es da für bestimmte Punkte, fällt dir da etwas Konkretes ein?

E: Ja eben, so von, von, äh, das jetzt, von den Noten her. Wo man schon überlegt, äh, man, im Mittelmaß. Oder sportlich, wo man sich einordnet. Oder, ja (..) Vielleicht manchmal so vom, vom Alter her, dass man sich einordnet. Oder (..) ja, das war es eh schon. (Interview_15)

In jedem vorhandenen Vergleich findet sich ein gewisses Thema, bezüglich dessen man sich in Relation zu anderen setzt. Die Themen sind auch in den anderen Kapiteln ersichtlich, wie beispielsweise im Folgenden.

9.7 Normen

In einigen der Interviews konnten auch soziale bzw. gesellschaftliche Normen entdeckt werden. Diese äußerten sich zum Beispiel in folgender Passage:

I: Und in welchen Bezug, also auf was war das?

E: Na auf Perfektion ein bisschen. Dass gut sein soll was man macht. Bisschen Bestätigung gesucht in dem was man macht. Das habe ich heut nicht mehr.

I: Also hat man sich angeschaut, was die anderen machen und gedacht, der macht das besser, so will ich auch?

E: Ja oder Idolen nachgehumpelt, dass man eh nicht erreicht, weil man es nicht, was gut ist. Was du gut kannst, kannst du gut, was ich gut kann, kann ich gut. Aber ich brauche es nicht mit Krampf probieren. (.) Aber ich glaube das bringt das Alter mit sich ein bisschen, dass man selber mit sich bisschen (...) milder ist, glaube ich. Vielleicht gehört das zum Jung sein. (Interview_38)

Besonders offensichtlich wird die gesellschaftliche Norm anhand der Aussage „Dass gut sein soll was man macht“, welche gewissermaßen ein Perfektionsstreben und Anforderungsniveau der Gesellschaft impliziert.

Gesellschaftliche Normen zeigen sich häufig auch indirekt, wie in dieser Aussage, welche auf die soziale Erwünschtheit von Bescheidenheit hinweist: „So. (..) Und jetzt bin ich in Pension, geht mir viel zu gut, man merkt es, ja.“ (Interview_29)

Gewisse gesellschaftliche Normen zeigen sich auch in Zusammenhang mit Aussehen oder Figur, wobei der Begriff *Normalgewicht* bereits auf die Norm hinweist (Interview_2):

I: Ok. Ähm, wie fühlst du dich, wenn du dich mit anderen Leuten vergleichst?

E: Hm (..) meistens eher schlechter, als- also ich mach mich eher schlechter als- es kommt darauf an, mit wem ich mich vergleich aber generelle Tendenz ist, dass die anderen besser sind (lacht)

I: Mit wem vergleichst du dich denn so?

E: Ähm, ja vom Aussehen halt mit allen anderen Frauen, die halt- Normalgewicht (lacht) oder so haben. Und so. Ja man vergleichst sich ja eigentlich immer wieder, auch unbewusst, mit den Menschen in der Umgebung einfach, mit Freunden und so. Ja.

Die gesellschaftliche Norm dieses Textausschnittes lässt sich zusätzlich anhand der Interviewbeschreibung festmachen, wo die Interviewerin folgendes festhält:

Die Erzählerin wirkte sehr gepflegt, war dunkel gekleidet und hatte rot gefärbte lockige Haare. Sie wies häufig während des Interviews, davor und danach auf ihr Übergewicht hin, das ich nie als solches erkannt oder bezeichnet hätte. Sie war ungefähr 1.65cm groß und wog schätzungsweise 65 Kilo. Möglicherweise kommt diese Fehleinschätzung daher, dass sie als Kind tatsächlich übergewichtig war.

Wenn die Befragte offensichtlich nicht übergewichtig ist, jedoch sich selbst nicht als normalgewichtig wahrnimmt, kann dies auf ein verzerrtes Schönheitsideal beziehungsweise die willkürliche *Norm* der Gesellschaft zurückzuführen sein.

9.8 Widersprüche

In einigen Interviews treten auch Widersprüche auf, die sich häufig so darstellen, dass Personen die Interviewfrage sofort verneinen, jedoch sofort danach eindeutige Hinweise auf Vergleichsprozesse andeuten und artikulieren, wie in folgendem Ausschnitt ersichtlich ist:

I: Und vergleichen Sie sich mit anderen Personen?

E: Nein, würd ich nicht sagen. Ich mein, natürlich hab ich einen älteren Bruder, das ist natürlich- da eifert man hinterher oder denkt sich, hm, wäre auch gut. Aber das ist mittlerweile schon sehr differenziert, also. Er hat seinen Weg, er hat seine Eigenschaften, ich hab meine. Das ist- hat sich schon ziemlich stark- ist ziemlich auseinandergedriftet. (Interview_19)

Wichtig bei dieser Kategorie ist, dass ein Widerspruch lediglich für einen spezifischen Vergleich als vorhanden angesehen werden kann. Wenn spontane Vergleiche in einem Interview auftreten, die möglicherweise für den Befragten unbewusst sind, und die Vergleichsfrage in demselben Interview verneint wird, zählt dies nicht als Widerspruch. Ein Beispiel hierfür wurde bereits in Kapitel 9.1 angeführt.

9.9 Zeitebene

Als letzte Kategorie wird die Zeitebene dargestellt, wobei hier interessant ist, welche Personen sich früher verglichen haben, und für wen soziale Vergleiche aktuell sind. Am einfachsten lässt sich das anhand einer Zeitangabe der Befragten selbst einschätzen, hierzu bietet sich ein sehr anschauliches Beispiel in *Interview_38*:

I: Vergleichst du dich manchmal mit anderen Menschen?

E: Heute nicht mehr.

I: Und früher schon.

E: Mhm. (Interview_38)

Die meisten Interviews beinhalten aktuelle Vergleiche, was sich oftmals auch dadurch ergibt, dass diese für die Personen kognitiv am einfachsten verfügbar und abrufbar sind. Weiters sind vergangene Vergleiche leichter abzurufen, wenn der Inhalt sehr relevant und wichtig für die Person ist. Vergangene Vergleiche zeigen sich eher bei älteren Leuten, wie diese Textstelle belegt (*Interview_50*):

I: Wie fühlst denn du dich, wenn du dich mit anderen Personen vergleichst? Also gibt es da so Situationen, wo du dich vergleichst?

E: Joa, natürlich. Ja, ich bin (räuspert sich), wenn ich mich vergleiche mit anderen, habe ich mich schon früher oft. Das- ich bin eher kleinwüchsig, ich bin 1 Meter 70 und andere sind so Hünen, da habe ich mir oft gedacht, Hatti Gatti, und ich bin auch dicker und andere sind oft einmal schlanker. Mit dem habe ich mittlerweile überhaupt keine Probleme. Früher joa, ich bin beim Bundesheer halt dann der letzte gewesen nicht, ja, weil, aber aber- ja, vielleicht hat mir das mal ein bisschen- aber nie wirklich, nie wirklich, habe ich das-

Aktuelle Vergleiche sind häufiger und wirken sich somit auch stärker auf das aktuelle Wohlbefinden aus als vergangene Vergleiche, die lediglich anhand einer Rückschau von den Betroffenen beschrieben werden können. Nach diesem Überblick der Kategorien sollen Fallanalysen besonders ergiebiger Interviews angestellt werden.

9.10 Fallanalysen

Nun soll auf spezifische Interviews eingegangen werden, welche mehrere Vergleiche beinhalten und somit eingehend auf die Kategorien untersucht werden können. Insgesamt sollen vier verschiedene Fälle durchbesprochen werden.

9.10.1 Erstes Interview

Bewertung Glück: 3

Bewertung Zufriedenheit: 4

Das erste Interview (*Interview_1*) stammt von einer jungen Frau (21) aus der Stadt, wobei insgesamt sechs Vergleiche von ihr vorliegen, die hier detailliert untersucht werden sollen. Zuerst erzählt die Befragte spontan in Zusammenhang mit ihrer Schullaufbahn davon, dass sie immer leicht gelernt habe und eine gute Schülerin gewesen sei, und wie sie das selbst erlebt habe:

*„ich hab das ja immer als **ungerecht** eigentlich empfunden, dass ich so leicht lern und zuschaue, (wie es andere nicht können)“*

In diesem Abschnitt kann man eindeutig einen Abwärtsvergleich mit negativem Effekt erkennen, welcher anhand der Häufigkeitstabellen auch der Einzige in den Daten ist. Die Thematik des Lernens zieht sich auch noch durch einen weiteren spontan auftretenden Vergleich, den sie mit ihrer Mutter und ihrer Schwester anstellt:

*„[...] absolut, nur was halt **meine Schwester und meine Mutter** gemeinsam haben, das sind beides ganz, ganz korrekte Persönlichkeiten, die alles immer gleich gerecht machen und die immer schon 3 Tage vor der Prüfung schon mit dem lernen fertig sind. (lacht) Und ich bin halt die, die 2 Tage vor der Prüfung mit dem lernen anfangt (lacht) mittlerweile- war ich eh einmal nicht, also das ist so- früher war ich eben auch so, da hab ich- in der Schule war ich echt die Musterschülerin schlechthin, hab alles immer gehabt, immer rechtzeitig und ähm von dem her hab ich mich mittlerweile einfach schon ein bisschen gelöst, weil ich sag, da geht so viel von meinem Spaß drauf, das ist es mir einfach nicht mehr wert. Und genauso eben hat der Spaß mittlerweile- also Spaß, die Freude im Leben, für mich einen ganz anderen Stellenwert gekriegt, einen viel, viel höheren Stellenwert als sie früher gehabt hat. Weil früher war es so, zuerst muss ich alles für die Schule erledigen, und wenn das alles gemacht ist, dann kann ich schwimmen gehen oder so. Jetzt denk ich mir, ah, fahr ich schwimmen. Aufgabe kann ich noch immer, wenn die Sonne nicht mehr scheint. Das- (---) sofern es im Rahmen bleibt.“*

An dieser Textstelle kann man erkennen, dass sie ihre Wertigkeiten dahingehend verändert, um ihr Wohlbefinden bzw. ihren Selbstwert im Vergleich mit Mutter und Schwester zu schützen. Es besteht somit zwar ein Unterschied zum Arbeitsverhalten der anderen, jedoch hat sie einen Weg gefunden, diesen Vergleich nicht negativ zu erleben.

Auch später zeigen sich weitere spontane Vergleichstendenzen, als sie von ihrer Ausbildung zur Lehrerin erzählt, und sich somit auch mit ihren eigenen ehemaligen LehrerInnen vergleicht. Hier hakt die Interviewerin auch ein und greift anschließend die Vergleichsthematik auf.

E: [...] (Obwohl ich ---) (lacht) echt nicht brave so eine verbitterte, alte Jungferlehrerin zu werden. (---)

I: Du hast schon eine ziemlich genaue Vorstellung so-

E: Ich glaub sogar zu genau. (lacht) Befürchte ich ehrlich gestanden. (---) ähm (..) weil (--) **sich selber vergleicht man mit Lehrern**, die man selber gehabt hat in der Schule und (--) ich könnte es mir schon vorstellen, dass ich mir das wirklich zu genau ausgemalt (--) deshalb versuch ich mich in letzter Zeit eben darauf zu beschränken dass ich sag, ich schau mir das einfach an, wie ich so bin in einem Klassenraum beim Praktikum und dann kann ich mir immer noch überlegen ob da irgendwas geändert gehört oder nicht. (lacht)

I: Und mit wem vergleichst du dich sonst so, wenn du dich vergleichst. Abgesehen von den-

E: (--) also, wie gesagt, andere Leute vergleiche ich ganz selten untereinander, aber **mich selbst vergleich ich eigentlich mit jedem Menschen, den ich treffe**. Das- bei den Freunden ist es- vergleich ich immer nur so die Handlungsweisen, die der Freunde und meine **Handlungsweisen** und ansonsten, wenn ich auf der Uni sitze oder so, ist es schon einmal der **äußerliche Vergleich** (-----) und ähm, also (----) grad wie gesagt bei der Frisurenzeit und so, find ich das einfach sehr anstrengend, wenn man (--) tragt und die Leute unterhalten und dann denk ich mir (----) (und die ist weniger noch schlechter als ich) (lacht) und das ist wirklich, ah. (---) **dieser ständige Vergleich irgendwie. Schon sehr anstrengend.**

Hier zeigt sich sehr deutlich, dass die junge Frau sich dieser Vergleichsprozesse bewusst ist, auch in Bezug auf die Themen und Vergleichspersonen. Interessanterweise zeigt sich ein eher negativer Effekt, erkennbar anhand der *anstrengenden* Vergleiche. Danach greift die Interviewerin nochmals auf die Vergleichsprozesse mit den LehrerInnen als Vorbilder zurück:

I: Und du hast schon das mit den Lehrern angesprochen, hast du da bestimmte **Vorbilder**?

E: Ja, auf alle Fälle, also das waren 2, 3 **Lehrer an meiner alten Schule**, die 2 Damen waren beide meine Französisch-Professorinnen, waren beide recht jung, also Anfang 30 und waren- haben uns irrsinnig viel beigebracht und haben die Klasse wirklich relativ gut im Griff gehabt und waren aber trotzdem immer freundlich und liebevoll und nett. Und ähm und man hat wirklich irrsinnig viel gelernt, also die haben schon einiges verlangt, aber das war in Ordnung so und noch ein 3., auch ein Junglehrer in Physik, der war großartig. Der war ein richtiges (---) aber der hat so eine derartige Begeisterung für sein Fach gehabt, dass er das- er hat mit so viel Freude über das alles geredet, dass uns das wirklich alle einfach mitgerissen hat, und ich bin wirklich überhaupt kein Physik(-) (--). Mathematik ist eigentlich die einzige unter den Naturwissenschaften mit denen ich was anfangen kann, und trotzdem, ich bin so gern in die Stunden gegangen, das war ein Wahn- es war einfach so lustig mit ihm. **Und das hoff ich, dass ich das in Mathe auch irgendwie schaffen kann.** Diese Begeisterung, die ich für Mathematik hab, dass ich die vielleicht irgendwie ein bisschen weitergeben kann. Oder dass sie vielleicht wenigstens (deshalb) halbwegs gern in die Stunden kommen. Wenn es schon nicht wegen Mathe selber ist, dann wenigstens weil ich so lieb bin (lacht). Ja. Also so das- das sind so die **Vorbilder**.

Hier werden eindeutig aufwärts gerichtete Vergleiche ersichtlich, die sich positiv auswirken, da die Vergleichspersonen als Vorbilder betrachtet werden. Diese Vorbildthematik enthält auch das Vergleichsmotiv der Selbstverbesserung, sie nimmt sich vor, so erfolgreich wie ihre Idole zu werden. Danach fragt die Interviewerin nach weiteren Vergleichspersonen:

I: Und (außerhalb der Schule) gibt es da auch irgendjemanden?

E: Ja, die Schwester meiner Mutter, **meine Tante**, ist eine ganz enge Vertraute von mir, auch meine Taufpatin und (...) ich find die hat ihr Leben richtig- richtig gut gemacht, **also so hätte ich es auch gerne** (lacht) wundervollen, liebevollen Partner, nachdem sie geschieden war und (--). allein gelebt hat und hat eben dann mit 40 ihres Lebens gefunden und die sind irrsinnig lieb zusammen und sie unterrichtet auch in der Schule und dann diese wunderschöne Eigentumswohnung (--). und sie fahren irrsinnig viel

Urlaub, ihr Sohn ist mittlerweile erwachsen, sie ist 2- 2fache Oma, die- die hat es einfach (lacht) die ist schon auf alle Fälle ein **Vorbild**. Aber ich glaub auch deshalb, weil wir uns so irrsinnig ähnlich sind, also alles was ich nicht mit meiner Mutti gemeinsam hab, hab ich auf alle Fälle mit ihrer Schwester gemeinsam, also ist schon wirklich- (---) und ähm von dem her glaub **ich seh ich mich einfach auch ganz stark im Vergleich zu ihr**. Weil wir uns so ähnlich sind. Aber sie ist auf alle Fälle ein Vorbild, ja. Das auf jeden Fall.

Hier erkennt man erneut, wie bewusst sich die Erzählerin der Vergleichsprozesse ist, die sie anstellt. Insgesamt zeigen sich in diesem Interview viele aufwärtsgerichtete Vergleiche mit Vorbildern, welche die Erzählerin zu motivieren scheinen (Selbstverbesserung). Möglicherweise liegt dies auch an der Tatsache, dass die Erzählerin noch relativ jung (21) ist. Thematisch bewegen sich die Vergleiche sowohl im beruflichen als auch im privaten Rahmen, und liegen in der aktuellen Zeitebene.

9.10.2 Sechzehntes Interview

Bewertung Glück: 2

Bewertung Zufriedenheit: 3

Dieses Interview stammt von einem jungen Mann (21) aus der Stadt. Zunächst stellt der Erzähler bereits spontan einen Vergleich mit seinem Bruder an:

Mein Bruder ist, bei **meinem Bruder** ist das noch ärger. **Mein Bruder** ist dreieinhalb Jahre älter und der ist halt voll das Genie, ja. Also **der** ist am internationalen Physiktreffen gewesen und keine Ahnung was da, einfach sehr gescheit halt. Soziale Intelligenz hat **er** halt relativ wenig, wie man es halt gewohnt ist von Genies. Und, vor allem das Schwierige find ich, also, es ist immer ein **bisschen Konkurrenz** da gewesen, obwohl ich nie an **seine Erfolge**, unter Anführungszeichen, herangekommen bin. Ähm, und, ja, in gewisser Hinsicht wollt ich es auch, und in gewisser Hinsicht wollt ich es auch nicht, weil mir der Aufwand nicht irgendwie wert war. Und dann, irgendwie, mich hat es nicht interessiert, obwohl ich schon gute Noten hab oder so, noch irgendwas mehr zu tun. Ähm (.) ja, dann, wie ich die Aufnahmeprüfung halt nicht geschafft hab von Musik, hab ich dann kurzfristig entschlossen Geographie dazu zu nehmen. Was im Nachhinein betrachtet die beste Entscheidung war. Weil es mir jetzt wirklich taugt,

obwohl es mir in der Schule nicht so gefallen hat. Das war irgendwie so. Aber mittlerweile gefällt mir Geographie fast mehr als Mathe. Und ja (..) jetzt studier ich halt so dahin und hab (.) viele Erfolgserlebnisse (lächelt).

Anhand der häufigen Nennung des Bruders lässt sich erkennen, dass er eine wichtige Vergleichsperson darstellt, die Aktualität für den Erzähler hier schon eher zurückliegt. Auch im nächsten Abschnitt kann man dies herauslesen:

*Und (.) äh, es ist mir mittlerweile nicht mehr so wichtig zum Glück, was die anderen von mir denken. Und es ist nicht mehr so wichtig, dass ich irgendwie, ich so der Beste bin. Weil das war **früher**, war das total wichtig. Also ich, ich mein es ist nicht ganz weg, aber es ist schon weniger. Oder vor allem dass ich besser bin als mein Bruder oder so, das ist einfach, nicht mehr so groß.*

Der Erzähler scheint seine Einstellungen (kognitiv) dahingehend verändert zu haben, weiterhin keine negativen Aufwärtsvergleiche mit seinem Bruder anzustellen. In einem späteren Abschnitt stellt die Interviewerin die Vergleichsfrage, worauf wieder der Bruder als vorherrschende Vergleichsperson auftritt, sich jedoch zeigt, dass sich die Vergleichsprozesse mit dem Bruder verändert zu haben scheinen:

I: Wie fühlst du dich denn, wenn du dich mit anderen Leuten vergleichst?

*E: Kommt drauf an mit welchen. Also, (.) **nicht so toll**. (.....) Also wenn ich mich mit meinem Bruder zum Beispiel vergleiche, dann bin ich ehrlich gesagt **nicht mehr so minderwertig wie früher**. Ähm, ich vergleich mich auch ehrlich gesagt nicht mehr mit ihm, weil er einfach ein komplett anderer Mensch. Er hat zum Beispiel noch nie eine Freundin gehabt, oder so. Und er ist einfach ganz anders. Und, deswegen vergleich ich mich glaub ich auch nicht mehr mit ihm, weil es keinen Sinn hat. Und.*

Der Erzähler vergleicht sich zwar scheinbar weniger als früher mit seinem Bruder, oder die daraus entstehenden negativen Effekte werden weniger, und er versucht über kognitive Neubewertung die Vergleichsprozesse abzuschwächen oder zu ignorieren. Dies versucht er dadurch zu erreichen, dass sein Bruder *anders*, und Vergleiche somit *sinnlos* seien. Danach berichtet er noch von Vergleichsprozessen mit anderen Personen als seinem Bruder:

*Also ich vergleich mich dann schon mit **anderen**, ähm, zum Beispiel im Schwimmbad oder so. Ja, dann denk ich, also wenn da wer geht, ich lach dann über mich selbst irgendwie. Also ich, ich, ich denk mir halt, wie soll ich das sagen. Ich denke mir dann manchmal, ach, jetzt muss ich wieder mehr Sport machen und so, keine Ahnung, dass ich wieder in Form komme, und was weiß ich, dass die Menschen. Dass ich mich selber so völlig beeinflussen lasse von, denk mir so, es hat eh keinen Sinn. Wenn ich so mich beeinflussen lass. Ich bin eh glücklich, was, was wollen die anderen. Soll ich denen wegen irgendwas nachlaufen? Ja, und ich, ich, also ich denke mir, es ist besser, wenn ich das unter Kontrolle krieg, weil wenn ich das mache, dann geht es mir dabei noch schlechter, und wenn ich dran denke, ok, das war mein Fehler, dann. Dann kann ich damit umgehen.*

Der Erzähler stellt weitere Vergleichsprozesse an, die sich besonders auf Themen wie Aussehen, Figur und Äußerlichkeiten beziehen (objektiv), und dem Motiv der Selbstverbesserung dienen (mehr Sport zu machen). Der Effekt dieser Vergleiche ist zunächst nicht ganz eindeutig zu erkennen, da er wieder rationalisierend behauptet, dass es *eh keinen Sinn* habe, sich *beeinflussen* zu lassen und er *eh glücklich* sei. Man kann davon ausgehen, dass für den Erzähler selbst die Auswirkungen negativer sind, als er sie darzustellen versucht. In einem weiteren Abschnitt wird erkennbar, dass der Wunsch, besser als andere zu sein, noch immer vorherrschend ist:

*Ähm, ja irgendwie, ja. (..) Dass ich immer so ein bisschen den Trieb habe, dass ich irgendwie **besser sein muss** als, als viele, und gute Noten haben muss, das ist halt schon ein bisschen eine Einschränkung. Das ist, ja.*

In diesem Interview sieht man ein differenziertes Bild von Vergleichsprozessen. Der Erzähler versucht, die Auswirkungen abgeschwächt darzustellen, jedoch wird anhand der Rationalisierungstendenzen ersichtlich, dass ihn Vergleichsprozesse (besonders mit seinem Bruder) doch mehr beeinflussen als er sich eingesteht, da er sie im letzten Abschnitt als Einschränkung betrachtet. Das Wohlbefinden des Mannes wirkt zwar nicht stark negativ beeinträchtigt aufgrund von Vergleichsprozessen, allerdings scheint es trotzdem einen Einfluss zu geben welcher besonders in der Vergangenheit relevant gewesen zu sein scheint.

9.10.3 Neunundzwanzigstes Interview

Bewertung Glück: 3

Bewertung Zufriedenheit: 1

Dieses Interview stammt von einer Dame (72) vom Land. Sie stellt vorwiegend verallgemeinernde Vergleiche mit Gruppen von Personen an, zunächst jedoch beschreibt sie eine Episode mit einer nahestehenden Person, die sich auf humorvoll positive Art auszuwirken scheint:

*Dann, komischerweise, jetzt muss ich dazu sagen, meine älteste Tochter, weil ich war ja auch schon verhältnismäßig alt, ich war schon 28 Jahre alt, wie ich das erste Kind bekommen habe. Nein, 29! 29! Und, da hat, wenn ich beim Elternsprechtag war, im Kloster, wo die Tochter gegangen ist, hat sie gesagt: ‚Ich krieg einmal bald Kinder. Weil ich mag keine alte Mutter sein‘ In der Zwischenzeit ist sie eine wesentlich ältere Mutter als ich. Das **gefällt mir** irgendwo.*

Dieser spontane Vergleich mit der Tochter ist ein lateraler Vergleich mit positivem Effekt. In weiterer Folge tritt auch ein Spontanvergleich, bezogen auf gesundheitliche Aspekte, auf:

*Ja dass man gesund ist. (..) Dass man gesund und, und, was mir ich auch immer denk, so denk, dass ich die die Arbeit, die ich mir vornehme oder die anfällt, dass ich das auch tun kann. Weil es gibt ja **Leute in meinem Alter**, die leben gar nicht mehr oder die haben, ja, **die können es nicht tun**. (..) Net?*

Hier ist eindeutig ein Abwärtsvergleich mit schlechter gestellten Personen zu erkennen, da die Erzählerin in ihrem Alter (72) noch selbst Hausarbeiten etc. erledigen kann, bzw. sich noch guter Gesundheit erfreut und am Leben ist. Später stellt die Interviewerin auch die Vergleichsfrage aus dem Leitfaden, wobei die Erzählerin ihre Aufmerksamkeit sofort auf einen bestimmten Aspekt sozialer Vergleiche, nämlich Neid, lenkt.

I: Ahm, wie fühlen sie sich, wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen? Also, machen Sie das überhaupt? Oder

*E: Pf (...) (lachend) sind wir wieder beim Thema Nummer 1: Vergleichen. Ich bin niemandem etwas **neidig** (..) bei Gott nicht. Ja, eines bin ich einem Jeden neidig, der*

essen kann was er will und dünn ist. (.) (lacht) Das sage ich oft, nicht? Was weiß ich, mei Gott na, du kannst das essen oder so. Aber sonst, an und für sich (..).

Gut erkennbar ist hier auch der Widerspruch, der innerhalb von zwei Sätzen auftritt, wobei die Erzählerin zuerst behauptet nicht neidisch zu sein, bezüglich der Figur allerdings doch Vergleiche mit schlanken Personen anstellt, wodurch sie indirekt angibt, gerne die gleiche Figur haben zu wollen. Im weiteren Verlauf spricht die Erzählerin häufiger von der Neid-Thematik, wodurch sich auch sehr stark soziale Normen feststellen lassen, da Neid ein sozial unerwünschtes Konstrukt ist.

*Es geht uns gut. Und ich bin niemandem was **neidig**. Weil wenn ich etwas haben will, muss ich halt fleißig sein, dass ich mir das auch schaffen kann. Und Manches kann ich halt nicht haben. Weiß nicht, ein Luxusauto oder irgend sowas. Weil, da sind meine finanziellen Mittel nicht so. Und wenn andere mehr haben, weiß man eh gar nicht, ob sie deswegen zufriedener sind. Ich bin mit dem zufrieden, was ich habe. (.)*

Hier beschreibt die Erzählerin, dass sie für Wohlstand arbeiten muss, dass man sich etwas erst verdienen muss. Sie sagt auch, dass Leute mit mehr Besitz vielleicht gar nicht zufriedener seien, was interessant ist, da die Erzählerin selbst ihre Zufriedenheit mit *sehr zufrieden (1)* einstuft.

Soziale Normen treten in diesem Interview besonders in Zusammenhang mit den Themen Wohlstand und Wohllhaben auf, dass man mit mehr Geld auch nicht zufrieden sei, wie auch im nächsten Abschnitt erkennbar ist:

*Nein. (..) Nein. Naja (.....) Ahm, wenn man genug hat, ist, Geld, ist sicher nicht schlecht. Aber auf der anderen Seite, es gibt **Leute, die haben mehr Geld als wir**, und die sind auch nicht zufrieden.*

Ein weiterer Vergleich tritt in Zusammenhang mit einer anderen Thematik auf, in welcher es um Familie geht:

*E: (..) Naja, (..) na, sicher positiv. Weil man hat einmal das Gefühl, dass man gebraucht wird. Ich hab eine **Bekannte**, die hat keine Enkelkinder. Die hat wohl 2 Kinder, aber hat keine Enkelkinder. Und ist irgendwo (.) auch etwas traurig darüber, oder, oder (.) sagt sie auch: „Ich hätte auch gerne welche“, und hat keine, oder so. Also (...) wirkt*

sich schon positiv aus, weil ich mir denke: Naja, wir haben, mit den Kindern hat man ja auch natürlich oft, erlebt man ja ganz lustige Dinge und so weiter. Net? Also, ich meine (..) das, ja, also ich bin froh, dass ich Enkelkinder habe. Sagen wir mal so. Und dass, mein Gott na, jetzt werden, sind sie eh auch schon in einer Größe, wo sie einen nicht mehr so brauchen. Also (..) das (....) wirkt sich positiv aus auf mich. (.) Überhaupt auf uns, würde ich sagen, überhaupt.

Hier zeigt sich, dass die Erzählerin im Vergleich zu ihrer Bekannten froh darüber ist, eine Familie mit Enkelkindern zu haben, und die positiven Auswirkungen dessen zu genießen. Dieser Abwärtsvergleich bedient gewissermaßen auch das Selbstwertmotiv.

Insgesamt vergleicht sich die Erzählerin in diesem Interview relativ häufig, und weist dabei besonders in Bezug auf Wohlhaben und Wohlstand auch gesellschaftliche Normen auf (Neid als sozial unerwünschtes Konstrukt). Das Wohlbefinden der Frau scheint von Vergleichen nicht drastisch beeinträchtigt zu sein, auch schätzt sie sich selbst als *sehr zufrieden* (1) und *glücklich* (3) ein. Vorwiegend vergleicht sie sich mit verallgemeinerten Gruppen, oder ihr nahestehenden bzw. bekannten Personen gleichen Geschlechts.

9.10.4 Vierzigstes Interview

Bewertung Glück: 4

Bewertung Zufriedenheit: 3

Das letzte Interview welches zur Fallanalyse untersucht wird, stammt von einem Mann (24) vom Land, der sich häufig in Bezug auf berufliche Themen vergleicht, wie anhand der Textbeispiele veranschaulicht werden soll. Bereits kurz nach Beginn des Interviews berichtet er spontan von seiner beruflichen Ausbildung, und welche Vorteile er sich dadurch erwartet:

*Ich denk so, was ich hab das hab ich. **Matura hat nicht jeder.** Da ist die (unverständlich) dann auch wieder da. Und Aussichten auf einen besseren Beruf sind dann auch da. Und dass ich mir, Maurer ist harte Arbeit, da brauchen wir gar nicht reden. Dass ich dann bis zu meiner Pension, wie ich es bei vielen Arbeitskollegen sehe, **wie ich es bei vielen anderen sehe**, wenn ich das bis zu meiner Pension die schweren*

Stähle, Pfosten, sonstiges, heben muss. Das will ich nicht unbedingt. Das ist, das ist nicht mein. Das ist ein (...) ja, das ist halt nicht was ich in Zukunft machen möchte. Und drum möchte ich jetzt, ein bisschen was aufbauen, ich will irgendwo was haben, das was nicht jeder hat. und dann, wenn ich das hab, dann kann ich weiter schauen.

In diesem Textausschnitt sind bereits zwei unterschiedliche Vergleiche zu erkennen, die sich beide an der Thematik Beruf und Ausbildung orientieren, und beide abwärts gerichtete Vergleiche sind. Unterschiedlich sind sie in Hinblick auf die gewählten Vergleichspersonen, wobei zuerst eine Allgemeingruppe (jeder) und danach bekannte Personen (Arbeitskollegen) herangezogen werden. Auch hinsichtlich der Motive kann man einerseits jenes der Selbstevaluierung und andererseits das der Selbstverbesserung erkennen. Auf die Vergleichsfrage antwortet der Erzähler mit ähnlichen Themen:

I: Vergleichst du dich auch manchmal mit anderen Leuten?

E: Sehr selten?

I: Und wenn das vorkommt, wie, wie?

*E: Wenn ich mich mit Leuten vergleiche, dann nur mit den Leuten, **die mehr im Leben erreicht haben**, als was ich jetzt erreicht habe. Mit allen Leuten, die weniger erreicht haben im Leben als ich jetzt habe, mit denen vergleiche ich mich gar nicht. Weil es für mich, meiner Meinung nach keinen Sinn ergibt. Weil dann sehe ich nur was ich besser gemacht habe als wie er, und nicht das, **was ich noch besser machen könnte**. Weil jetzt sage ich, das und das und das habe ich erreicht, dann kann ich mir, ja wie soll ich denn sagen, so eine Art Gegenüberstellung machen. Was hab ich, was hat er in seinem Alltag zumindest gemacht. Beantwortung, stellt man das übereinander und kann dann besser beurteilen, als wenn ich mit einem normalen Arbeiter vergleiche. Sagen wir jetzt mal ein Beispiel. **Ein ganz ein normaler Arbeiter**, einen ganz einen stinknormalen Arbeiter, der was seinen Beruf lernt, nachher von mir aus in einen Schichtbetrieb oder in eine Lagerhalle oder irgendwas, ist egal, und bis zu Pension diese Arbeit durchdrückt, Dann hab ich ja im Prinzip **jetzt ja schon mehr erreicht**, als was er in seinem ganzen Leben erreicht hat. Weil ich hab in zwei Fächern die Matura und ich hab zwei Lehrabschlussprüfungen. Und das hat er nicht. Macht für mich keinen Sinn, wenn ich mich mit so einer Person vergleiche.*

Hier kann man wiederum das Selbstverbesserungsmotiv erkennen, wobei der Erzähler sich mit Menschen vergleichen möchte, von denen er lernen, zu denen er aufsehen kann. Somit handelt es sich um einen aufwärts gerichteten Vergleich mit positivem Effekt. Im nächsten Schritt konkretisiert er seinen Gedanken anhand eines Beispiels, wobei er sich abwärts mit einer imaginären Person (Verallgemeinerung) vergleicht. Hier kann man sehr gut das Motiv der Selbstwertsteigerung erkennen, das durch diesen Abwärtsvergleich auch gut erfüllt wird. Ein aufwärts gerichteter Vergleich tritt noch gegen Ende des Interviews auf, als über Politik gesprochen wird:

*Ich sag es so, der S. hat ja, die eigene Partei gegründet. Ob er gut ist, ja, nein, weiß man nicht. Ich hab auch schon negative Sachen gehört, stimmt teilweise auch wieder nicht. Äh, **wenn ich die Macht besitzen würde, die der S. hat, ich würde auch irgendeine Partei machen** (lächelt) Aber die Macht besitzen, ja, das ist nicht immer leicht, das ist auch klar.*

Dieser Vergleich weist das Motiv der Selbstevaluierung auf, da er sich in Relation zu dem Politiker setzt, jedoch nicht angibt, diese Position wirklich erreichen zu wollen. Insgesamt vergleicht sich dieser Erzähler sehr themenspezifisch in Bezug auf Ausbildung und Beruf, und es gibt keine Hinweise darauf, dass er auch nahestehende Vergleichspersonen heranziehen würde. Er scheint sich häufiger abwärts zu vergleichen, um seinen Selbstwert zu unterstützen, und Aufwärtsvergleiche nur in Zusammenhang mit Selbstverbesserungsmotiven anzustellen.

10 Interpretation

Die Ergebnisse sowohl aus der quantitativen als auch der qualitativen Analyse zeigen ein eingehendes Bild von sozialen Vergleichen. Die Häufigkeitsverteilungen waren nur in wenigen Bereichen signifikant, was sicherlich auch auf die geringe Stichprobengröße zurückzuführen ist, stellen jedoch deskriptiv eine gute Unterstützung für die qualitativen Textbeispiele der Interviews dar. In einigen Bereichen zeigten sich auch mittlere Effektstärken (bis .50), welche wiederum für das Vorhandensein gewisser Effekte sprechen, die anschließend interpretiert werden sollen.

Die Ergebnisse können auch in Zusammenhang mit den vorausgegangenen theoretischen Inhalten betrachtet werden. Hierbei bestätigt sich zunächst besonders die Theorie von Wills (1981; vgl. Kapitel 2.3.1), wonach Abwärtsvergleiche das Wohlbefinden verbessern können. Dies zeigt sich auch in den quantitativen Ergebnissen, da in Tabelle 15 zwischen Vergleichseffekt und Vergleichsrichtung ein signifikantes Ergebnis mit mittlerer Effektstärke erreicht wird. Viele Abwärtsvergleiche gingen mit einem positiven Effekt einher, wohingegen sich Aufwärtsvergleiche sowohl positiv als auch negativ auswirkten.

Einen besonders interessanten Aspekt sozialer Vergleiche stellt die Vergleichsart dar, wobei sowohl spontan generierte als auch intendierte Vergleichsprozesse in den Interviews auftraten. In der quantitativen Analyse waren keine signifikanten Ergebnisse zu erhalten, allerdings erbrachte die qualitative Analyse doch interessante Resultate. Man kann schnell erkennen, dass sich manche Personen ihrer Vergleichsprozesse bewusster sind als andere, oder welche Vergleichspersonen je nach Vergleichsart herangezogen werden. Ein Problem hierbei war, dass intendierte Vergleiche doppelt (in der bereinigten Stichprobe beinahe viermal) so häufig vorkamen, wie spontane Vergleiche, da sich einige Personen erst anhand der Interviewfrage ihrer Vergleichsprozesse bewusst wurden.

Ein sehr interessantes Ergebnis zeigt sich im Zusammenspiel der drei Kategorien Vergleichsrichtung, Effekt und Vergleichsart. Bei der intendierten Vergleichsfrage traten häufiger positive Aufwärtsvergleiche auf, dies kann für Vorbilder, Idole oder Motivation durch andere sprechen. Bei spontanen Vergleichen zeigten sich hingegen öfter abwärts gerichtete Vergleiche mit positivem Effekt (vgl. Tabelle 16). Der Grund

dafür könnte beispielsweise im Vorliegen sozialer Normen liegen, da man sich nicht auf Kosten anderer besser fühlen sollte, und daher auf die Interviewfrage sozial erwünschter antwortet, als dies bei spontanen Vergleichen möglich ist. Andererseits könnte hier auch das Problem bei der Fragestellung selbst liegen, da einige InterviewerInnen den Begriff Vorbild oder Idol bereits in der Frage stellten, wie im Fallbeispiel von *Interview_1* (vgl. Kapitel 9.10.1 S. 91). Weiters zeigt sich auch eine gewisse Anzahl an Aufwärtsvergleichen mit negativem Effekt, dies spricht wiederum dafür, dass sich intendierte Aufwärtsvergleiche sowohl positiv als auch negativ auswirken können, wobei spontane Vergleiche meist abwärtsgerichtet positiv (Selbstwert) oder aufwärtsgerichtet negativ (Neid) sind. Somit scheinen Unterschiede bezüglich der Art eines Vergleiches zu bestehen, auch wenn dies in den statistischen Ergebnissen nicht nachzuweisen war.

Dieser Sachverhalt ist natürlich weiters sehr wichtig, wenn es um die Erhebung sozialer Vergleiche geht, da diese Ergebnisse bei der Untersuchungsplanung und der Wahl eines geeigneten Verfahrens berücksichtigt werden sollten. Somit scheinen in narrativen Interviews spontan auftretende Vergleiche zwar sehr authentisch zu sein, jedoch ist es schwieriger, spontane Vergleiche zu erheben. Wenn man direkt nach sozialen Vergleichen fragen möchte, ist es notwendig Suggestivfragen zu vermeiden, um die Antwort der Befragten nicht schon im Vorhinein in eine gewisse Richtung zu lenken. Hierbei besteht weiters auch die Gefahr sozial erwünschten Antwortens. Trotz dieser Probleme konnten aus den Interviews sowohl spontane als auch intendierte soziale Vergleiche erhoben werden, wenngleich der Aufwand der Transkription und des Codierens die Ökonomie der Erhebung negativ beeinflusst.

Als weiterer Aspekt der sozialen Vergleiche wurden die Vergleichsstandards untersucht, wobei diese sich bereits aus theoretischen Vorlagen ableiten ließen. Ein Ergebnis war, dass sehr häufig Verallgemeinerungen bzw. Gruppen anderer Personen als Vergleichsstandard herangezogen wurden. Interessanterweise wurden kaum fremde Personen in einem Vergleich angeführt. Es zeigte sich beispielsweise, dass bei spontanen Vergleichen wichtige Vergleichspersonen herangezogen werden, wie in *Interview_16* (vgl. Kapitel 9.10.2) ersichtlich wurde, als der Bruder eine zentrale Rolle in den Vergleichsprozessen des Mannes ausmachte. In der Selbstwerterhaltungstheorie wurde postuliert, dass die Nähe zur gewählten Vergleichsperson wichtig für die

Auswirkung sozialer Vergleiche ist (Tesser, 1991). Somit kann man in *Interview_16* erkennen, dass der Mann die Relevanz der Leistungen seines Bruders verringert, um die negativen Auswirkungen des Vergleichs zu mindern. Bei den quantitativen Ergebnissen zeigte sich, dass bei bekannten Personen der Effekt eines Vergleichs meist positiv war, wobei hier wiederum das Problem darin liegen kann, dass mehr als doppelt so viele positive als negative Vergleiche auftraten. Weiters interessant in Bezug auf die Wahl der Vergleichspersonen war ein Unterschied zwischen den Geschlechtern. Frauen verwendeten sowohl Bekannte als auch verallgemeinerte Gruppen als Vergleichsstandards, während Männer häufiger nur Verallgemeinerungen heranzogen.

Bezüglich der Vergleichsrichtung scheinen Effekte vorhanden zu sein, die sich in Zusammenhang mit dem Gebiet als signifikant erwiesen, da in der bereinigten Stichprobe am Land vorwiegend Aufwärtsvergleiche und in der Stadt hauptsächlich lateral gerichtete Vergleiche angestellt wurden, wobei dies möglicherweise jedoch nur auf den Datenausschluss zurückzuführen ist. Auch die Vergleichseffekte erwiesen sich hierbei als signifikant mit mittlerer Teststärke, da Aufwärtsvergleiche negativ, Lateralvergleiche jedoch positiv waren.

Das Motiv sozialer Vergleiche kann sehr gut vor dem Hintergrund der theoretischen Inhalte betrachtet werden, da sowohl die quantitativen wie auch die qualitativen Ergebnisse zeigten, dass für das Motiv der Selbstverbesserung Aufwärtsvergleiche angestellt werden. Hier wurde ein signifikantes Ergebnis mit mittlerer Effektstärke erreicht (vgl. Tabelle 23). Auch in den Interviews war gut erkennbar, dass Aufwärtsvergleiche meist das Verbesserungsmotiv bedienen, und somit eine gewisse Vorbildwirkung eintritt. Zur Evaluierung hingegen werden häufiger Personen herangezogen, die ähnliche Leistungen erbringen (vgl. Kapitel 2.5), hier zeigt sich in Tabelle 23 auch, dass für das Evaluierungsmotiv häufig laterale Vergleiche auf derselben Ebene angestellt werden. Ein Zusammenhang mit spezifischen Vergleichspersonen für das jeweilige Vergleichsmotiv konnte statistisch jedoch nicht nachgewiesen werden, da hier weder eine Signifikanz, noch eine nennenswerte Effektstärke vorliegen.

Als ein wichtiger Aspekt der sozialen Vergleiche leitet sich aus den Theorien von Wills (1981) und Tesser (1991) der Selbstwert ab, wobei damit auch das Motiv der

Selbstwertsteigerung in Zusammenhang steht (vgl. Kapitel 2.2.3 und Kapitel 2.3). In den Daten selbst kamen nur wenige Vergleiche vor, die den Selbstwert stützten.

Die weiteren Kategorien wie Normen, Widersprüche und Zeitebene wiesen in den Häufigkeiten meist schiefe Verteilungen auf. So waren die meisten Vergleiche aktuell und enthielten kaum Normen oder Widersprüche. Die Effektgrößen waren meist sehr klein bis klein und es wurde lediglich eine Signifikanz erreicht bei Widersprüchen und der Zeitebene mit den Altersgruppen mit einer mittleren bis sehr großen Effektstärke.

Der Aspekt sozialer Vergleiche, der nun am engsten mit subjektivem Wohlbefinden in Verbindung steht, ist der Vergleichseffekt. Sinnvollerweise betrachtet man diesen konkret gemeinsam mit anderen Dimensionen sozialer Vergleiche, um detaillierte Aussagen treffen zu können. In der quantitativen Analyse wurde der Vergleichseffekt im Zusammenhang mit der Vergleichsrichtung signifikant, wobei auch eine mittlere Effektstärke erreicht wurde. Wie bereits weiter oben angeführt, unterscheiden sich Effekt und Richtung auch je nach Vergleichsart. Daher ist nicht davon auszugehen, dass soziale Vergleiche das Wohlbefinden ausschließlich positiv oder negativ beeinflussen. Weiters ist der Effekt auch nicht direkt von der Richtung abhängig, wie schon im Theorieteil angeführt wurde (vgl. Kapitel 2.4). Die Auswirkungen eines sozialen Vergleichs sind Ergebnis eines komplexen Zusammenspiels der verschiedenen angeführten Einflussfaktoren.

Zuletzt sollen weiters die soziodemographischen Aspekte Geschlecht und Gebiet betrachtet werden. Hierbei zeigten sich kaum signifikante Ergebnisse, die auf Effekte schließen lassen. Möglicherweise kann man die Tendenz zu Vergleichsprozessen eher an individuellen Unterschieden der Persönlichkeit (vgl. Kapitel 2.6) als am Geschlecht festmachen. Es zeigten sich in der quantitativen Analyse sowohl bei Männern als auch bei Frauen Vergleichsprozesse, und auch in der qualitativen Analyse (vgl. *Interview_16*) erkennt man, dass auch Männer sich sozialer Vergleiche sehr bewusst sind, obwohl man intuitiv annehmen könnte, dass dies bei Frauen häufiger der Fall ist. Einzig bei den Vergleichsthemen fand sich ein signifikantes Ergebnis bezüglich des Geschlechts, wonach Frauen sich häufiger auf objektiver und Männer auf subjektiver Ebene vergleichen. Dies erklärt sich jedoch möglicherweise dadurch, dass Charakteristika wie Figur und Körpergewicht anhand ihrer Messbarkeit zur Kategorie objektiver Themen zählen, und dies ein wichtiger Vergleichsparameter für Frauen ist. Hierbei ist natürlich

wiederum festzuhalten, dass dies auch gewissen sozialen Normen unterliegt, da ein gewisses gesellschaftliches Schönheitsideal vorherrscht, welches nur schwer zu erreichen ist (vgl. *Interview_2*, Kapitel 9.7).

In Bezug auf die Unterscheidung zwischen Stadt und Land wurden ebenfalls kaum signifikante Werte erreicht. Es zeigten sich in der quantitativen Analyse nur Gebiet und Vergleichsrichtung als signifikant bei einer mittleren Effektstärke, da hierbei am Land häufiger aufwärtsgerichtete und in der Stadt lateral ausgerichtete Vergleiche angestellt wurden. Möglicherweise liegt dies an den herangezogenen Vergleichsstandards, da in der Stadt das Leben anonymmer als auf dem Land ist, wobei sich dies in den Daten nicht abzeichnete. Auch in der qualitativen Analyse wurden jeweils zwei Interviews vom Land und aus der Stadt herangezogen. Dabei konnten jedoch auch keine Besonderheiten festgestellt werden, die sich auf die Gebietszugehörigkeit zurückführen ließen.

10.1 Beantwortung der Forschungsfragen

Anhand dieser sowohl qualitativen und quantitativen Ergebnisse sollen zunächst die Forschungsfragen beantwortet werden, die bereits in Kapitel 4 vorgestellt wurden.

Welche Unterschiede gibt es zwischen direkten Fragen nach sozialen Vergleichen und dem Auftreten indirekter sozialer Vergleiche im Interview?

Hierbei zeigte sich in der quantitativen Analyse zwar kein signifikanter Unterschied, jedoch konnte durch die Häufigkeiten und die qualitative Analyse aufgezeigt werden, dass besonders in Zusammenhang mit Vergleichsrichtung und Vergleichseffekt gewisse Effekte bestehen. Intendiert produzierte Vergleiche sind im Gegensatz zu spontanen Vergleichen möglicherweise mehr mit sozialer Erwünschtheit oder gesellschaftlichen Normen behaftet. Dies ist besonders für die Untersuchungsplanung wichtig zu berücksichtigen.

Welchen Einfluss haben soziale Vergleiche auf das subjektive Wohlbefinden?

Es zeigte sich, dass soziale Vergleiche sich sowohl positiv als auch negativ auswirken können. Dies wiederum hängt zum Teil auch von der Vergleichsrichtung bzw. dem Vergleichsmotiv ab. Insgesamt scheint der Einfluss sozialer Vergleiche auf das Wohlbefinden ein sehr komplexes Zusammenspiel zu sein.

Wie vergleicht man sich mit anderen Personen?

Es treten sowohl abwärts, aufwärts und lateral gerichtete Vergleiche auf, die sich dadurch unterscheiden, welche Auswirkungen daraus entstehen oder welches Vergleichsmotiv man befriedigen möchte.

Welche Vergleichsstandards werden herangezogen?

Es werden sowohl nahestehende und bekannte Personen zum sozialen Vergleich herangezogen. Oftmals werden auch verallgemeinerte Personengruppen als Vergleichsstandards genutzt. Mit fremden (Einzel-)Personen werden kaum soziale Vergleiche angestellt.

Welche Unterschiede in sozialen Vergleichen gibt es zwischen Stadt und Land?

Sowohl anhand der quantitativen als auch der qualitativen Daten konnten keine Unterschiede zwischen den Gebieten dargestellt werden. Zwar werden am Land eher aufwärtsgerichtete und in der Stadt lateral gerichtete Vergleiche angestellt, jedoch ist nicht erklärbar worauf dies zurückzuführen wäre.

Welche Unterschiede in sozialen Vergleichen gibt es zwischen Männern und Frauen?

Ein signifikantes Ergebnis zeigte sich im Zusammenhang mit den Themen, da Männer häufiger subjektive und Frauen häufiger objektive Vergleichsthemen ansprechen. Dies liegt allerdings möglicherweise an den schon erwähnten Themen wie Figur und Gewicht, welches zu objektiven Charakteristika zählt. Andere Auffälligkeiten zeigten sich nicht, da das Erhebungsmaterial nicht gezielt darauf ausgerichtet war.

Die die Forschungsfragen umfassende Fragestellung soll im Anschluss beantwortet werden, wobei vorher noch separat auf Probleme bei der Erhebung und Messbarmachung dieser Konstrukte, sowie einige Möglichkeiten zur Verbesserung eingegangen werden soll.

10.2 Vorteile, Probleme und Schwierigkeiten

Das Forschungsinteresse bestand aus der Messbarmachung und Erhebung von sozialen Vergleichen und subjektivem Wohlbefinden. Um der methodischen Ausrichtung gerecht zu werden, sollen nun noch speziell die Vorteile und Probleme besprochen werden, die sich aus dem Design der Erhebung ergeben haben.

Zunächst kann man positiv anführen, dass qualitative Interviews einen sehr tiefen Einblick in Vergleichsprozesse und das Wohlbefinden bieten können, was anhand von reinen Fragebogenstudien meist nicht so umfassend möglich ist. Aus diesem Vorteil ergibt sich jedoch auch gleichzeitig der erste Nachteil, da die Erhebung und auch die Auswertung dieses Materials zeitaufwändiger sind, als beispielsweise in Fragebogenstudien. Es lassen sich allerdings auch Daten daraus ableiten, die sowohl quantitativ als auch qualitativ eingehend untersucht werden können.

Auch aufgrund der Tatsache, dass soziale Vergleiche oftmals unbewusst ablaufen, erscheint es sehr hilfreich, diesen Sachverhalt durch direkte Befragung zu untersuchen. Durch den umfassenden Interviewleitfaden konnten auch spontane Vergleiche abseits der Vergleichsfrage produziert werden, welche interessantes Material ergaben.

Ein weiterer problematischer Punkt war die Stichprobengröße. Aufgrund von Datenausschluss, ökonomischen Hintergründen und der notwendigen Unabhängigkeit zur Signifikanztestung reduzierte sich die Größe der Stichprobe auf 38 Personen. Dadurch wurden auch kaum signifikante Ergebnisse erreicht, und die Voraussetzungen zur üblichen Berechnung von Kontingenztafeln waren nicht gegeben, da die Häufigkeiten in den einzelnen Feldern zu gering ausfielen.

Als positiv herauszustreichen ist auch noch die Verbindung zu theoretischen Inhalten. In der Stichprobe zeichneten sich Ergebnisse ab, die bereits bestehende Theorien (z.B. Wills, 1981) bestätigten.

Die Schwierigkeiten in der vorliegenden Erhebung können möglicherweise dahingehend beseitigt werden, indem mithilfe der vorliegenden Ergebnisse ein neues Erhebungsinstrument generiert wird. Man könnte Fragebögen ähnlich dem INCOM (vgl. Anhang A) überarbeiten, und spezifischere Fragen zu verschiedenen Aspekten sozialer Vergleiche entwickeln. Diese könnten dann in einem Interviewsetting verwendet werden. Hierbei wäre wichtig, die Augenscheinvalidität so gut als möglich

zu verringern, um weiterhin auch spontane Vergleiche erheben zu können. Als Hilfestellung dazu könnten jene Fragen aus dem Interviewleitfaden (vgl. Anhang C) verwendet werden, bei denen spontane Vergleichsprozesse auftraten.

Bezüglich des Erhebens von subjektivem Wohlbefinden erscheint die qualitative Methode mit dem Erzählanstoß praktikabel, da bereits vorherrschende Möglichkeiten der Messung von Wohlbefinden (vgl. Kapitel 1.4) unter Umständen nur unzureichend für ein umfassendes Ergebnis sind. Die weitere Herausforderung besteht darin, wie Wohlbefinden als Auswirkung von sozialen Vergleichen erhoben werden kann, wobei hier anhand der Codierung des Vergleichseffekts auch interessante Ergebnisse erhalten worden sind.

Abschließend gilt es nun aus diesen gesammelten Erkenntnissen die zentrale Forschungsfrage zu beantworten:

Welchen Einfluss haben soziale Vergleiche auf das subjektive Wohlbefinden und welche Erhebungsproblematik besteht dabei?

Grundsätzlich können sich soziale Vergleiche auf unterschiedliche Art und Weise auf das Wohlbefinden auswirken, und wie auch im Theorieteil ersichtlich, verschiedene Strategien eingesetzt werden, um das Wohlbefinden mithilfe von sozialen Vergleichen zu verbessern oder nicht zu verschlechtern. Die Erhebungsproblematik besteht dahingehend, dass zur Messung von sozialen Vergleichen und subjektivem Wohlbefinden bereits zahlreiche Verfahren vorliegen, und daher nun versucht wurde, qualitative Instrumente zu verwenden, wobei sich dies zu einem gewissen Grad sehr gut bewährte.

Grundsätzlich scheinen mit qualitativen Methoden in diesem Zusammenhang interessante Ergebnisse erreicht werden zu können, jedoch ist der qualitative Ansatz für die Erhebung sozialer Vergleiche noch nicht gänzlich perfektioniert. Es bestehen gewisse Erhebungsproblematiken die sich später auch auf die Auswertung auswirken können (z.B. kleine Stichprobengröße).

11 Schlussfolgerung

Die Erhebung sozialer Vergleiche und subjektiven Wohlbefindens anhand von qualitativen Interviews ist ein interessantes Forschungsgebiet, welches umfassende Ergebnisse produziert. So konnte gezeigt werden, dass es Unterschiede zwischen der direkten Frage nach sozialen Vergleichsprozessen und spontan auftretenden Vergleichen gibt, und weiters wie und mit wem sich Personen generell vergleichen.

Auch die Auswirkungen auf das Wohlbefinden bzw. die Effekte eines sozialen Vergleichs zeigten sich als vielfältig und von verschiedenen Faktoren, wie z.B. der Vergleichsrichtung abhängig. Aufgrund der Tatsache, dass soziale Vergleiche oftmals unbewusst ablaufen, erscheint qualitative Methodik in diesem Zusammenhang interessant und hilfreich, um den Sachverhalt durch direkte Befragung zu untersuchen.

Bezüglich demographischer Charakteristika wie Geschlecht oder Gebiet konnten keine hinreichenden Ergebnisse erzielt werden, interessante Resultate hierzu könnten jedoch möglicherweise mit einer Verbesserung der Erhebungsmethode erreicht werden.

Insgesamt scheint es eine aufwändige Herangehensweise zu sein, was wiederum zu Lasten der Ökonomie einer Erhebung fällt. Dies zeigte sich in einer zu geringen Stichprobengröße, diese führte wiederum zu wenig signifikanten Ergebnissen.

Schlussfolgernd kann man die Ergebnisse dahingehend weiterverwenden, anhand der vorliegenden qualitativen Erhebungsmethodik bereits vorhandene Verfahren zu adaptieren und an die Thematik sozialer Vergleiche anzupassen. Somit können noch detailliertere Ergebnisse erhalten werden, welche umgesetzt und möglicherweise zur Förderung des Wohlbefindens oder der Prävention eingesetzt werden können.

Literaturverzeichnis

- Bellebaum, A. (2010). Glücksforschung. In A. Bellebaum, & R. Hettlage (Hrsg.), *Glück hat viele Gesichter* (S. 31-74). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Bessenoff, G. R. (2006). Can the Media affect us? Social Comparison, Self-Discrepancy, and the thin Ideal. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 239-251.
- Bortz, J., & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery Winners and Accident Victims: Is Happiness Relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 917-927.
- Bucher, A. A. (2009). *Psychologie des Glücks*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Buunk, B. P., Collins, R. L., Taylor, S. E., VanYperen, N. W., & Dakof, G. A. (1990). The Affective Consequences of Social Comparison: Either Direction Has Its Ups and Downs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1238-1249.
- Buunk, A. P., & Dijkstra, P. (2007). Affiliation, zwischenmenschliche Anziehung und enge Beziehungen. In K. Jonas, W. Stroebe, & M. Hewstone (Hrsg.), *Sozialpsychologie* (S. 329-358). Heidelberg: Springer.
- Buunk, A. P., Dijkstra, P., Bosch, Z. A., Dijkstra, A., & Barelds, D. P. (2012). Social comparison orientation as related to two types of closeness. *Journal of Research in Personality*, 46, 279-285.
- 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, 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39, 391-406.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

- Diener, E., Tay, L., & Oishi, S. (2013). Rising Income and the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 267-276.
- Duden Online. (2013). Abgerufen am 13. Februar 2013 von <http://www.duden.de/rechtschreibung/Wohlbefinden>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Fröhlich, W. D. (2008). *Wörterbuch Psychologie*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Früh, W. (2011). *Inhaltsanalyse. Theorie und Praxis*. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- Fujita, F. (2008). The Frequency of Social Comparison and Its Relation to Subjective Well-Being. In M. Eid, & R. J. Larsen (Hrsg.), *The Science of Subjective Well-Being* (S. 239-257). New York: The Guilford Press.
- Gibbons, F. X., & Buunk, B. P. (1999). Individual Differences in Social Comparison: Development of a Scale of Social Comparison Orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.
- Gilbert, P., Price, J., & Allan, S. (1995). Social Comparison, Social Attractiveness and Evolution: How might they be related? *New Ideas in Psychology*, 13, 149-165.
- Hektner, J. M., Schmidt, J. A., & Csikszentmihalyi, M. (2007). *Experience sampling method. Measuring the quality of life*. Thousand Oaks: SAGE.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004). A Survey Method for Characterizing Daily Life Experience: The Day Reconstruction Method. *Science*, 306, 1776-1780.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Locke, K. D., & Nekich, J. C. (2000). Agency and Communion in Naturalistic Social Comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 864-874.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction. *Psychological Science*, 15, 8-13.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.

- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic Consequences of Social Comparison: A Contrast of Happy and Unhappy People. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1141-1157.
- Mayring, P. (1991). *Psychologie des Glücks*. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Mayring, P. (2002). *Einführung in die Qualitative Sozialforschung*. Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Mayring, P. (2010). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Mussweiler, T. (2001). Focus of Comparison as a Determinant of Assimilation Versus Contrast in Social Comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 38-47.
- Mussweiler, T., Rüter, K., & Epstude, K. (2004). The Ups and Downs of Social Comparison: Mechanisms of Assimilation and Contrast. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 832-844.
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy People. *American Psychologist*, 55, 56-67.
- Ponocny, I., Weismayer, C., Dressler, S., & Stross, B. (2012). *About validity of subjective survey responses: Description of a methodological pilot study*. Unveröffentlichte Studie, MODUL Universität Vienna.
- Raibley, J. R. (2012). Happiness is not Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 13, 1105-1129.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Schneider, S., & Schupp, J. (2011). The Social Comparison Scale: Testing the Validity, Reliability, and Applicability of the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM) on the German Population. *SOEPpapers on Multidisciplinary Panel Data Research No. 360*.

- Schwarz, N., & Strack, F. (2003). Reports of Subjective Well-Being: Judgmental Processes and Their Methodological Implications. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Hrsg.), *Well Being. The Foundations of Hedonic Psychology* (S. 61-84). New York: Russell Sage Foundation.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Tesser, A. (1991). Emotion in Social Comparison and Reflection Processes. In J. Suls, & T. A. Wills (Hrsg.), *Social Comparison. Contemporary Theory and Research* (S. 115-148). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Tesser, A., Millar, M., & Moore, J. (1988). Some Affective Consequences of Social Comparison and Reflection Processes: The Pain and Pleasure of Being Close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 49-61.
- Triandis, H. C. (2000). Cultural Syndromes and Subjective Well-being. In E. Diener, & E. M. Suh (Hrsg.), *Culture and Subjective Well-being* (S. 13-36). Cambridge, Massachusetts: The MIT Press.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Wheeler, L. (1991). A Brief History of Social Comparison Theory. In J. Suls, & T. A. Wills (Hrsg.), *Social Comparison. Contemporary Theory and Research* (S. 3-22). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social Comparison in Everyday Life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 760-773.
- Wills, T. A. (1981). Downward Comparison Principles in Social Psychology. *Psychological Bulletin*, 90, 245-271.
- Wood, J. V. (1989). Theory and Research Concerning Social Comparisons of Personal Attributes. *Psychological Bulletin*, 106, 231-248.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Häufigkeitsverteilung Glück und Zufriedenheit.....	45
---	----

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Gegenüberstellung quantitativ-qualitativ.....	35
Tabelle 2: Stichprobenverteilung	42
Tabelle 3: Altersgruppen getrennt nach Geschlecht	42
Tabelle 4: Altersgruppen getrennt nach Gebiet	43
Tabelle 5: Familienstand getrennt nach Geschlecht	43
Tabelle 6: Familienstand getrennt nach Gebiet	43
Tabelle 7: Höchste abgeschlossene Ausbildung getrennt nach Geschlecht	44
Tabelle 8: Höchste abgeschlossene Ausbildung getrennt nach Gebiet	44
Tabelle 9: Kreuztabelle Richtung x Effekt.....	51
Tabelle 10: Stichprobenverteilung nach Datenausschluss	55
Tabelle 11: Häufigkeiten der Vergleiche aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen	55
Tabelle 12: Art des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	57
Tabelle 13: Kontingenztabelle Kategorie "Art" mit den Kategorien "Richtung", "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"	58
Tabelle 14: Richtung des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	59
Tabelle 15: Kontingenztabelle der Kategorie "Richtung" mit den Kategorien "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"	60
Tabelle 16: Häufigkeiten Richtung x Effekt aufgeteilt nach Vergleichsart	61
Tabelle 17: Häufigkeiten Richtung x Vergleichsperson(en) aufgeteilt nach Vergleichsart.....	62
Tabelle 18: Effekt des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	63
Tabelle 19: Kontingenztabelle Kategorie "Effekt" und "Vergleichsperson(en)"	65
Tabelle 20: Häufigkeiten Vergleichsperson(en) x Effekt aufgeteilt nach Vergleichsart.....	65
Tabelle 21: Gewählte Vergleichsperson(en) aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	66
Tabelle 22: Motiv des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	68
Tabelle 23: Kontingenztabelle Vergleichsmotiv x Vergleichsrichtung.....	69
Tabelle 24: : Kontingenztabelle Vergleichsmotiv x Vergleichsperson(en)	70
Tabelle 25: Thema des Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen	70
Tabelle 26: Normen eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen	72
Tabelle 27: Widersprüche eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	73
Tabelle 28: Zeitebene eines Vergleichs aufgeteilt nach Geschlecht, Gebiet und Altersgruppen.....	74

Anhang

Anhang A – Fragebogen INCOM

„Die meisten Menschen vergleichen sich ab und an mit anderen. Zum Beispiel vergleichen sie wie sie sich fühlen, ihre Meinungen, Fähigkeiten und/oder ihre Situation mit der anderer Menschen. Es gibt nichts was besonders „gut“ oder „schlecht“ wäre an dieser Art von vergleichen und einige Menschen tun dies öfter als andere. Wir möchten nun herausfinden, wie oft Sie sich mit anderen Menschen vergleichen. Um dies zu erfahren, möchten wir Sie bitten uns mitzuteilen wie sehr Sie den folgenden Aussagen zustimmen.“

Bitte antworten Sie anhand der folgenden Skala:

Der Wert 1 bedeutet: stimme überhaupt nicht zu

Der Wert 5 bedeutet: stimme voll und [sic] ganz zu.

Mit den Werten zwischen 1 und 5 können Sie Ihre Meinung abstufen.

1. Ich vergleiche häufig das Wohlergehen meiner Angehörigen (Partner, Familienangehörige, etc.) mit dem von anderen.
2. Ich achte immer sehr stark darauf, wie ich Dinge im Vergleich zu anderen mache.
3. Wenn ich herausfinden möchte, wie gut ich etwas erledigt oder gemacht habe, dann vergleiche ich mein Ergebnis mit dem anderer Personen.
4. Ich vergleiche häufig meine sozialen Fähigkeiten und meine Beliebtheit mit denen anderer Personen.
5. Ich bin nicht der Typ Mensch, der sich oft mit anderen vergleicht.
6. Ich vergleiche mich häufig selbst mit anderen in Bezug auf das, was ich im Leben (bislang) erreicht habe.
7. Ich tausche mich gerne häufig mit anderen über Meinungen und Erfahrungen aus.
8. Ich versuche häufig herauszufinden, was andere denken, die mit ähnlichen Problemen konfrontiert sind wie ich.
9. Ich möchte immer gerne wissen wie sich andere in einer ähnlichen Situation verhalten würden.
10. Wenn ich über etwas mehr erfahren möchte, versuche ich herauszufinden was andere darüber denken oder wissen.
11. Ich bewerte meine Lebenssituation niemals im Vergleich zu der anderer Personen.

(Schneider & Schupp, 2011, S. 31)

http://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.368747.de/diw_sp0360.pdf abgerufen am 8.2.2013

Anhang B – Demographischer Fragebogen

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

Anhang C – Interviewleitfaden

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

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

Nachfragen:

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

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

Schlussfrage:

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

Anhang D – Stichprobe

Nachfolgend eine Übersicht der Interviews, welche das Gebiet, Nummerierung, Geschlecht sowie Alter beinhaltet. (*...ausgeschlossenes Interview; ~...mehrere Vergleiche)

Stadt			Land		
Nr.	Geschlecht	Alter	Nr.	Geschlecht	Alter
1~	weiblich	21	27	weiblich	84
2	weiblich	21	28*	weiblich	47
3	weiblich	48	29~	weiblich	72
4	weiblich	44	30	weiblich	57
5	weiblich	59	31*	weiblich	78
6	weiblich	68	32~	weiblich	19
7~	weiblich	30	33~	weiblich	23
8	weiblich	35	34	weiblich	29
9	weiblich	33	35*	weiblich	52
10	weiblich	71	36	weiblich	20
11	weiblich	51	37*	weiblich	41
12	weiblich	49	38	weiblich	55
13	weiblich	33	39~	weiblich	30
14*	männlich	84	40~	männlich	24
15	männlich	22	41*	männlich	20
16~	männlich	21	42*	männlich	30
17~	männlich	67	43~	männlich	31
18*	männlich	74	44*	männlich	53
19	männlich	25	45*	männlich	65
20	männlich	62	46	männlich	28
21~	männlich	38	47*	männlich	61
22*	männlich	38	48*	männlich	62
23	männlich	42	49	männlich	27
24*	männlich	23	50	männlich	52
25	männlich	50	51	männlich	49
26	männlich	48	52	männlich	19

Abstract English

The main aim of this work is to show characteristics of measuring techniques used in inquiries and the subsequent link of subjective well-being and social comparisons. It should illustrate the influence this link has on the above-mentioned parameters. Apart of that the questions whether there are differences between, rural areas and cities, men and women, the occurrence of spontaneous or intentional analogies, as well as the standards of comparison should be answered. The focus will be on the methodological framework.

Using an excessive data pool, a random sample of narrative interviews (n=52) that were categorized according to region and sex, has been drawn and transliterated on the basis of a class-system. Accordingly an investigation using a quantitative analysis of occurrence rates as well a qualitative content-analysis has been conducted.

The results show that social comparisons can have positive as well as negative effects on subjective well-being. The benefit of the qualitative methods that were used is that they are capable of allowing a deep insight into social comparisons and well-being. Due to a relatively limited amount of samples no significant results could be measured and furthermore no noteworthy magnitudes of effect were shown. Still according to these scientific findings, improvements of methods that are currently used could be achieved

Lebenslauf

Angaben zur Person

Name: Eva Anna Klug
Geburtsdatum und Ort: 12.10.1989 in Wien
Staatsangehörigkeit: Österreich

Ausbildung

1995 – 1999 Volksschule Zeiselmauer
1999 – 2007 Bundesgymnasium und Bundesrealgymnasium Tulln
seit 2007 Studium der Psychologie an der Universität Wien

Berufliche Erfahrungen

2011 6-Wochen-Praktikum an der Erwachsenenpsychiatrie des
Landeskrankenhauses Donauregion Tulln
2013 laufendes Praktikum am verkehrspsychologischen Institut
„sicher unterwegs“ in Wien