



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Arbeit

Lebensbedingungen und Lebenszufriedenheit und deren
Messung in EU-SILC 2010

Verfasserin

Dorothea Steiger

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, am 15. April 2011

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: Univ.-Prof. Dr. Ivo Ponocny

Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG.....	1
THEORETISCHER HINTERGRUND.....	2
1. Begriffserklärung Glück.....	2
2. Glücksforschung.....	3
2.1. Geschichte und Disziplinen der Glücksforschung.....	4
3. Positive Psychologie.....	7
3.1. Subjektives Wohlbefinden.....	9
3.2. Das psychologische Gegenteil des Wohlbefindens: Depression.....	11
3.3. Erfassung subjektiven Wohlbefindens.....	13
3.3.1. Validität subjektiver Wohlbefindensmessungen.....	16
4. Einflussfaktoren subjektiven Wohlbefindens.....	17
4.1. Emotionen.....	17
4.1.1. Nachweis der Korrelation zwischen Emotionen und Gehirnaktivität durch Neurowissenschaften.....	18
4.1.2. Auswirkung des emotionalen Zustandes auf die Einschätzung der Lebenszufriedenheit.....	19
4.2. Objektive Lebensbedingungen.....	20
4.2.1. Erhebung objektiver Lebensbedingungen: EU-SILC.....	21
4.2.2. Soziale Beziehungen.....	22
4.2.3. Arbeit.....	26
4.2.4. Freizeit.....	30
4.2.5. Einkommen und finanzielle Situation.....	33
4.2.6. Gesundheit.....	39
4.2.8. Schlussfolgerung – objektive Lebensbedingungen.....	42
4.2.9. Stiglitz Report – Kritik am Bruttoinlandsprodukt als Wohlstandsindikator.....	43
4.3. Kognitionen.....	45
4.3.1. Soziale Vergleichsprozesse.....	45
4.3.2. Anpassung.....	48
4.3.3. Kontrollüberzeugungen und Attributionsstil.....	50
4.3.4. Rationalisierung.....	51
4.3.5. Ziele, Wahrnehmung der Ressourcen und Erwartungen der Zielerreichung.....	51
4.4. Persönlichkeitsmerkmale.....	52
4.4.1. Extraversion und Neurotizismus.....	53
4.4.2. Kognitive Aspekte der Persönlichkeit.....	53
4.4.3. Alter und Geschlecht.....	54

METHODE 55

5. Kognitives Testen bezüglich subjektiver Sicht der EU- SILC

Variablen.....	55
5.1. Fragestellung.....	56
5.2. Stichprobe	56
5.3. Durchführung.....	59

6. Interviews bezüglich subjektiver Sicht der Lebensbedingungen 60

6.1. Erstellung und Intention des Interviewleitfadens	61
6.2. Stichprobe	61
6.3. Durchführung.....	63
6.3.1. Entstehungssituation.....	63
6.3.2. Formale Charakteristika des Materials.....	63
6.4. Fragestellung.....	64

ERGEBNISSE UND INTERPRETATION 64

7. Ergebnisse & Interpretation der kognitiven Interviews zur subjektiven Sicht der EU-SILC 2010 Variablen 64

7.1. EU-SILC 2010 Frage M001	64
7.2. EU-SILC Frage M006	68
7.3. EU-SILC 2010 Frage M013	71
7.4. Beantwortung der Fragestellung.....	74

8. Ergebnisse und Interpretation der Interviews zur subjektiven Wahrnehmung der Lebensbedingungen 74

8.1. Analyseaspekte	74
8.1.1. Lebensbedingungen, welche zur Einschätzung der ALLGEMEINEN Lebenszufriedenheit („life-as-a-whole“) geführt haben.....	75
8.1.2. EREIGNISSE, welche zu einer Verbesserung / Verschlechterung des Wohlbefindens geführt haben	80
8.1.3. BERUF und genannte positive/negative Aspekte des Berufes/Studiums	81
8.1.4. FAMILIE, damit assoziierte Gefühle und SOZIALE SITUATION	83
8.1.5. WOHN-SITUATION und damit assoziierte Gefühle	85
8.1.6. FREIZEIT und die Dinge, die einen persönlich glücklich machen	86
8.1.7. FINANZIELLE SITUATION und Bewertung materieller Aspekte.....	87
8.1.8. Kontrollüberzeugungen	91
8.1.9. Anpassung	93
8.1.10. Rationalisierung	94
8.1.11. Soziale Vergleiche.....	95
8.1.12. Fähigkeiten und Ressourcen.....	98

DISKUSSION 99

SCHLUSSFOLGERUNG.....	101
ABSTRACT	102
LITERATUR	103
Interviewleitfaden.....	112
Kognitives Testen EU-SILC 2010.....	112
Interviewleitfaden Lebenszufriedenheit.....	117
Zusammenfassung	121
Kognitives Testen.....	121
Transkripte.....	125
Lebenszufriedenheit.....	125
Lebenslauf	138

Einleitung

Diese Arbeit entstand im Rahmen der Statistik Austria, welche die kognitive Testung des EU-SILC 2010 Fragebogens im Wintersemester 2009/2010 in Auftrag gab. EU-SILC ist eine Erhebung, durch die jährlich Informationen über die Lebensbedingungen der Privathaushalte in der Europäischen Union gesammelt werden. Neben der Erhebung der objektiven Lebensbedingungen geht EU-SILC 2010 auch auf die subjektive Komponente ein, nämlich auf die Lebenszufriedenheit im Allgemeinen und die Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensbereichen. Univ.-Prof. Dr. Ivo Ponocny leitete daraus ein Diplomarbeitsthema ab, welches ihr Hauptaugenmerk auf die *subjektive Komponente* legt – zum einen im Hinblick auf das Fragenverständnis des EU-SILC 2010 und die abgerufenen Ereignisse und Informationen aus dem Gedächtnis und zum anderen auf die Wahrnehmung bzw. Beurteilung der objektiven Lebensbedingungen.

Die erste Datenerhebung wurde im Rahmen der Statistik Austria durchgeführt und bezieht sich auf das Fragenverständnis des EU-SILC 2010, die Interpretation von Wörtern und Begriffen – die in den Fragen verwendet werden –, die Überlegungen – welche zur Beantwortung der Fragestellung geführt haben – und die Zufriedenheit mit der in den Fragen und Antwortalternativen beschriebenen Lebensbedingungen.

Das Hauptaugenmerk der zweiten Datenerhebung liegt in der Vertiefung des Konzeptes „Lebenszufriedenheit“ bzw. „subjektives Wohlbefinden“ und bezieht sich auf Lebensereignisse, Lebensbedingungen, Kognitionen und Gefühle, welche Einfluss auf das persönliche Lebensglück ausüben.

Theoretischer Hintergrund

1. Begriffserklärung Glück

Zum einen versteht man unter Glück den Glücksfall (entspricht dem lateinischen „fortuna“ oder dem englischen „luck“), worunter man ein unerwartetes positives Ereignis versteht. Wer jedoch Glück (luck) und Erfolg (success) hat, ist nicht unbedingt glücklich. Auf diese Facette gehen die folgenden Bedeutungsvarianten ein. Glück (happiness) kann auch ein angenehmes Erlebnis von kurzer Dauer sein – nämlich das Erleben von Freude. Diese Empfindung ist affektiver Art und kann sowohl bei meditativer Verinnerlichung und Entspannung, als auch bei euphorischen Zuständen entstehen. Die dritte Bedeutung von Glück bezieht sich auf ein langfristiges stabiles Gefühl der Zufriedenheit und ist demnach weniger affektiv sondern kognitiv geprägt (El-Giamal, 1994). Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Freude den emotionalen Teil des Glücks – nämlich das Glückserleben („*state*“) – darstellt, wohingegen Zufriedenheit die kognitive Seite des Glücks – nämlich das Lebensglück („*trait*“) – ist.

Die State-Trait-Konzeption charakterisiert das **aktuelle Glückserleben** durch (vgl. Mayring, 1991):

- *extrem positive Emotionen* – größte Freude, Überschwänglichkeit, Begeisterung, Entzücken, Aufgehen in der Emotion;
- *höhere Sensibilität* – höhere Aufmerksamkeit für Innen und Außen, Wachheit, Bewusstheit, Schärfung und Öffnung der Sinne;
- *positive Sicht* – selektiv positive Wahrnehmung und Erinnerung, Suche nach Verstärkung der positiven Emotion in der Außenwelt;
- *abstrakte „ideale“ Vorstellungen* – wie Schönheit, Einklang, Harmonie, Frieden, Einheit, Erhabenheit, Tiefe, Freiheit, Sinn, Transzendenz, Unendlichkeit;
- *gesteigertes Selbstwertgefühl* – Selbstzufriedenheit, positives Selbstkonzept, Identitätsgefühle;
- *soziale Aufgeschlossenheit* – Zugänglichkeit, Freundlichkeit, Soziabilität, Extraversion;
- *Spontaneität* – schnelle Entschlossenheit, Flexibilität – und
- *Produktivität* – schöpferische Kraft, Kreativität

Lebensglück als „trait“ ist nicht direkt beobachtbar, da es ein Konstrukt darstellt, welches erschlossen bzw. zugeschrieben wird. Es lassen sich folgende Merkmale des Lebensglücks festhalten (vgl. Mayring, 1991):

- *Erhöhte Wahrscheinlichkeit von Glückserleben* – Menschen mit hohem Lebensglück neigen dazu, sich immer wieder glücklich zu fühlen.
- *Im Lebenslauf entwickelt* – Lebensglück baut sich in der biographischen Entwicklung auf konkreten Erfahrungen des Glücks auf und ist deshalb auch nur sehr langsam veränderbar.
- *Auf einer grundlegenden Lebenszufriedenheit aufbauend* – Lebensglück beruht auf der Beurteilung, dass man mit dem eigenen Leben zufrieden ist.
- *Hinausgehen über Ich-Bezogenheit* – Die normative Komponente im Lebensglück ist unverzichtbar. Diese Komponente wird als ein über die Ich-Bezogenheit Hinausgehen bzw. als Transzendenz der subjektiven Grenzen definiert (vgl. Mayring, 1991).

In dieser Arbeit geht es zum einen um Glück im Sinne von **Lebensglück** bzw. **Lebenszufriedenheit**, beschäftigt sich aber zum anderen auch mit dem **Glückserleben**.

2. Glücksforschung

Glücksforschung ist die Erforschung der Bedingungen, unter denen sich die Menschen als glücklich bezeichnen und/oder glücklich sind. In den 1980er Jahren wurde diese durch die Arbeit des Soziologen Alfred Bellebaum stark intensiviert. Die Wissenschaft vom Glück strebt eine allgemeine Theorie des Glücks an. Das Fernziel besteht darin, das Phänomen **Glück** ganzheitlich erklären zu können. Die moderne Glückswissenschaft wird vor allem von den empirischen Wissenschaften vorangetrieben. Glück entsteht am Schnittpunkt von Biologie, Psychologie und den Sozialwissenschaften, was bedeutet, dass das menschliche Glück von genetischen Dispositionen, Verhaltensweisen und gesellschaftlichen Randbedingungen abhängig ist. Das Glück aus nur einer wissenschaftlichen Perspektive heraus erklären zu wollen, wäre fehlerhaft und eine zum Scheitern verurteilte Verkürzung. Eine intensive interdisziplinäre Zusammenarbeit der verschiedenen Humanwissenschaften ist also notwendig, um das Ziel der Glücksforschung zu erreichen (vgl. Thierbach, 2010).

2.1. Geschichte und Disziplinen der Glücksforschung

Die Geschichte der Glücksforschung kann man aufgrund der Vielzahl an Bedeutungen des Begriffes *Glück* in der gebräuchlichen Sprache als Geschichte der Verwirrung definieren. Ein Konsens bezüglich des Wortgebrauchs konnte nie erreicht werden (Veenhoven, 1991). Über das menschenbewegende Thema Glück ist schon seit Jahrhunderten viel nachgedacht, gesprochen und geschrieben worden – in unserem Kulturkreis weit zurückreichend bis in die antike *Philosophie* – mit ihren zahlreichen Ansichten über ein gelingendes bzw. erfülltes Leben (Bellebaum, 2002). Die wohl älteste Befassung mit der Frage des menschlichen Glücklichseins stammt aus der Philosophie.

Aristoteles (384 v. Chr. – 322 v. Chr.) definierte Glück als das, was der Mensch um seiner selbst willen anstrebt, und nicht um etwas anderes damit zu erreichen (*Die Nikomachische Ethik*, 1983). Er sah die „*eudaimonia*“, nämlich „*das vollkommene und selbstgenügsame Gut und das Endziel des Handelns*“ als Ziel allen Handelns (Nikomachische Ethik, 1983, S.16). Aristoteles sagte jedoch nicht, welche Art von Gut sich dazu eignet, um seiner selbst Willen angestrebt zu werden. Er beschrieb außerdem nicht, wie man dieses Glück erreichen kann, sondern meint eher, es sei eine Folge tugendsamen Lebens als etwas, das man bewusst anstreben solle (Laszlo, 2005).

Epikur (341 v. Chr. – 270 v. Chr.) war ein jüngerer Zeitgenosse des Aristoteles. Er definierte Glück als Abwesenheit von Schmerz und Bedürfnissen, nämlich als Ausdruck von Unerschütterlichkeit und körperlicher Gesundheit. Diese Philosophie liegt noch heute der Medizin zugrunde, die davon ausgeht, es genüge, Menschen zu heilen, um sie glücklich zu machen. Er legte damit eine Schwäche des epikureischen Glücksbegriff offen: Wenn man Schmerzfreiheit zum Glück und damit zum Ziel erklärt, dann wird die Ursache des Schmerzes zur Nebensache (vgl. Laszlo, 2005).

Seneca der Jüngere (4 v. Chr. – n. 65 n. Chr.), ein römischer Philosoph, Staatsmann und Stoiker beschrieb die Tugend als Weg zur Glückseligkeit. Für ihn bedeutete Glück das Glücklichsein von innen her, das von äußeren Einflüssen nicht erschüttert werden könne. Abhilfe versprechen sich die Stoiker von bewusst gepflegter Unempfindlichkeit gegenüber Einflüssen, sprichwörtlich geworden als „*stoische Ruhe*“ (Seneca, 1987).

Vorläufer hatte die Glücksforschung im *religiösen Bereich*. Priester erklärten schon im Altertum dem Volk, Glück sei nur durch eine Gnade der Götter zu erlangen, und diese nur durch kostenpflichtiges, priesterliches Tun (Mayring, 1991).

Politische Ideologien zentrierten sich auf die ideale Gesellschaft, welche das ultimative Glück versprechen würden.

Wirtschaftswissenschaftler entwickelten quantitative Messungen, um die Zufriedenheit der ganzen Nation zu messen, während *Sozialwissenschaftler* die Mängel der ökonomischen Indexe bemerkten. Diese vergleichsweise junge Forschungsrichtung befasst sich mit den verschiedenen sozialen Indikatoren zur Beschreibung der Lebensqualität (Strack, Argyle & Schwarz, 1991). Die soziologische Glücksforschung geht von der Überlegung aus, dass es möglich sein müsste, durch Befragung festzustellen, unter welchen Bedingungen Menschen mehr oder weniger glücklich sind. Sie entwickelten einen Zweig, der sich „empirische Glücksforschung“ nennt, wobei ihre häufigste Methode die *Befragung* darstellt. Da es dabei nicht darum geht, ob das angegebene Glück in irgendeiner Weise objektiv gerechtfertigt ist, bezeichnen Glücksforscher daher das von ihnen erfragte Glück als *subjektives Wohlbefinden* (Diener, 1984). Die soziologisch orientierte Umfrageforschung, bei der es um die subjektiven und objektiven Lebensbedingungen ganzer Bevölkerungsgruppe geht, ist mittlerweile zu einem festen Bestandteil der gesellschaftlichen Dauerbeobachtung geworden. Die 1972 ins Leben gerufene General Social Survey (GSS) des National Opinion Research Center (NORC) an der Universität Chicago ist über die Jahre hinweg in den USA zu einer gesellschaftlichen und politischen Institution geworden (Braun, 2002). Der eingesetzte Fragebogen enthält auch Fragen zum subjektiven Wohlbefinden. Beispielfhaft soll hier die Frage aus dem General Social Survey (GSS) vorgestellt werden: *"Alles in allem, wie würden Sie Ihren Zustand in letzter Zeit beschreiben - Würden Sie sagen, dass Sie a) sehr glücklich, b) ziemlich glücklich, oder c) nicht so glücklich sind?"* (vgl. Braun, 2002). Die amerikanische Forschung ging im Folgenden so weit, den Begriff Lebensqualität vorwiegend über das *subjektive Wohlbefinden* zu definieren. Lebensqualität existiere nur in der individuellen Lebenserfahrung, und die könne erheblich von den objektiven Lebensbedingungen abweichen (Campbell, 1981, nach Mayring, 1991). Lebensqualität hat sich so zu einem zweidimensionalen Konstrukt entwickelt, das die objektive und die subjektive Komponente in sich vereinigt. Die in vielen Ländern im Rahmen der Hochschulforschung und im Rahmen der Aktivitäten anderer Forschungseinrichtungen unternommenen Anstrengungen, subjektives Wohlbefinden zu messen und im Zeitablauf darzustellen, führten zu einer Fülle von Daten und

Publikationen. Forschungsinstrumente, Daten und einschlägige Veröffentlichungen gehen mittlerweile in die von **Ruut Veenhoven** – einem Wegbereiter der empirischen Glücksforschung in Europa – an der Europauniversität Rotterdam aufgebaute „World Database of Happiness“ ein. Im Zentrum dieser Datenbank steht die Erfassung entsprechender Studien, wodurch eine Basis für Metaanalysen geschaffen wird. Es entstand gleichsam eine Bibliographie mit bis zum Anfang des Jahres 2001 über 3 400 Titeln. Aufgenommen wurden Studien, in denen es um die subjektive Bewertung des Lebens als Ganzes („life-as-a-whole“) geht. Nicht aufgenommen wurden Studien, die sich auf die Zufriedenheit mit bestimmten Lebensbereichen (wie Familie, Arbeit, Freizeit) beziehen. In der Bibliographie wurden als Synonyme von Glück „**Lebenszufriedenheit**“ („life satisfaction“) und „**psychologisches Wohlbefinden**“ („psychological well-being“) geführt (vgl. Braun, 2002). Definiert wird Glück bzw. Happiness als „*the degree to which an individual judges the overall quality of his/her life as-a-whole favourable*“ (Veenhoven, 1991, S.10), was bedeutet, wie sehr das Individuum das Leben, welches es führt, schätzt. Mayring (1991) hält bezüglich Glücksforschung in den Wirtschafts- und Sozialwissenschaften fest, dass die meisten Menschen auf die direkte Glücksfrage der Umfrageforschung antworten, sie fühlen sich glücklich. Das führt zu den methodischen Schwierigkeiten: eine standardisierte Umfragetechnik, die im Wesentlichen nur eine Frage mit 3 Antwortvorgaben präsentiert, kann nur an der Oberfläche bleiben und unterliegt großen Fehlerquellen. Eine der wichtigsten Differenzierungen, die die sozialwissenschaftliche Wohlbefindensforschung deshalb vorgenommen hat, ist die Bereichsspezifität der Zufriedenheit, d.h. die Zufriedenheit mit bestimmten Lebensdomänen (vgl. Mayring, 1991).

Die **Psychologie** hingegen hat sich weniger mit den Bedingungen der Lebenszufriedenheit beschäftigt, sondern mit dem Gegenteil – nämlich den Determinanten der Unzufriedenheit (Diener, 1984). Mit der Begründung der **Positiven Psychologie** durch Martin Seligman in den 1990-er Jahren ergänzte die Psychologie diese offensichtlichen Defizite.

3. Positive Psychologie

Positive Psychologie ist die Selbstbezeichnung eines vom US-amerikanischen Psychologen Martin Seligman begründeten Forschungsprogramms. Dabei werden normativ positive Gegenstände der Psychologie – wie u. a. Glück – behandelt, die laut Seligman in der anfänglich konflikt- und störungsorientierten Psychologie wenig beachtet wurden. Ein weiterer bekannter Vertreter der Positiven Psychologie ist Maslow, welcher die Wichtigkeit des Wissens über gesunde Motivation betonte – „Jede Motivationstheorie, die der Aufmerksamkeit wert sein soll, muss die höchste Fähigkeit des gesunden starken Menschen behandeln wie auch die defensiven Manöver des verkrüppelten Geistes“ (Maslow, 1977, S.73) – und darauf aufbauend eine positive Theorie der Motivation formulierte (Abbildung 1).

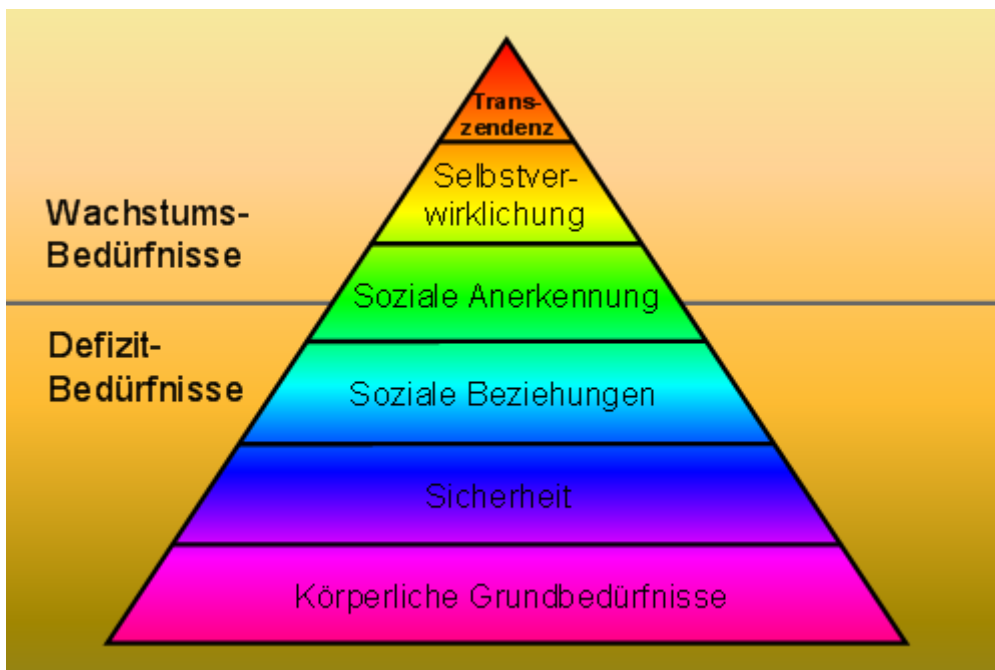


Abbildung 1: Bedürfnispyramide nach Maslow (1970)

Die *Maslowsche Bedürfnishierarchie* (Abbildung 1) ist ein Modell zur Erklärung menschlicher Motivation. Menschen versuchen demnach zuerst die Bedürfnisse der unteren Stufen zu befriedigen, bevor die nächsten Stufen Bedeutung erlangen. Die Bedürfnisse, die man gewöhnlich als Ausgangspunkt der Motivationstheorie benutzt, sind die sogenannten *physiologischen Triebe* (Nahrung, Schlaf, Kleidung, Wohnraum,...). Die physiologischen Bedürfnisse sind ohne Zweifel die mächtigsten unter allen. Das bedeutet insbesondere, dass in einem menschlichen Wesen, dem es im Leben extrem an allem mangelt, am

wahrscheinlichsten die physiologischen Bedürfnisse – vor allen anderen – die Hauptmotivation darstellen werden. Sobald die physiologischen Bedürfnisse relativ gut befriedigt sind, taucht ein neues Bedürfnisensemble auf – nämlich das **Sicherheitsbedürfnis** (festes Einkommen, Unterkunft, Schutz, Absicherung,...) – mit dem dominierenden Ziel, Sicherheit und Schutz zu erlangen.

Wenn sowohl die physiologischen als auch die Sicherheitsbedürfnisse zufriedengestellt sind, werden die **sozialen Bedürfnisse** (Familie, Partnerschaft, Liebe, Freundeskreis,...) auftauchen, und der ganze Zyklus wird sich rund um diesen neuen Mittelpunkt wiederholen. Man wird nach liebevollen Beziehungen mit den Menschen im Allgemeinen hungern, also nach einem Platz in der Gruppe oder Familie, und man wird sich sehr intensiv bemühen, dieses Ziel zu erreichen.

Alle Menschen in unserer Gesellschaft haben das Bedürfnis oder den Wunsch nach einer festen, gewöhnlich recht hohen Wertschätzung ihrer Person – nämlich nach **Selbstachtung** – und Achtung seitens anderer (**soziale Anerkennung**). Dieser Wunsch nach Anerkennung beinhaltet Bedürfnisse nach Leistung, Stärke, Respekt, Status, Wohlstand, Geld, Einfluss und viele mehr. Die Befriedigung der Bedürfnisse nach Selbstachtung und sozialer Anerkennung führt zu Gefühlen des Selbstvertrauens, der Stärke, der Fähigkeit und zum Gefühl nützlich und notwendig für diese Welt zu sein. Frustrierung dieses Bedürfnisses bewirkt Gefühle der Minderwertigkeit, der Schwäche und der Hilflosigkeit.

Auch wenn alle diese Bedürfnisse befriedigt sind, wird man häufig erwarten können, dass neue Unzufriedenheit und Unruhe entsteht, wenn der Einzelne nicht das tut, wofür er/sie als Individuum geeignet ist. Dies ist das Bedürfnis nach **Selbstverwirklichung** und beruht gewöhnlich auf der vorherigen Befriedigung der physiologischen Bedürfnisse und jener nach Sicherheit, Liebe und Achtung (vgl. Maslow, 1977).

Die unteren 3 Stufen der Pyramide (und auch Teile der vierten) nennt man **Defizitbedürfnisse**. Diese Bedürfnisse müssen befriedigt sein, damit man zufrieden ist. Wenn sie allerdings erfüllt sind, hat man keine weitere Motivation diese zu befriedigen – wenn man nicht mehr durstig ist, versucht man beispielsweise nichts mehr zu trinken. Unstillbare Bedürfnisse (**Wachstumsmotive**) können demgegenüber nie wirklich befriedigt werden. Diese treten auf der fünften Stelle auf, teilweise aber auch schon auf der vierten – das Bedürfnis eines Malers nach Kreativität ist nach einer bestimmten Anzahl Bildern nicht gestillt.

Kurz vor seinem Tod erweiterte Maslow (1970) seine Bedürfnispyramide um das Wachstumsbedürfnis **Transzendenz**, welches die Suche nach Gott bzw. nach einer das

individuelle Selbst überschreitenden Dimension oder nach etwas, das außerhalb des beobachtbaren Systems liegt, charakterisiert.

Die Positive Psychologie beschäftigt sich sowohl mit den Stärken als auch mit den Schwächen des Menschen. Das Hauptaugenmerk liegt dabei sowohl auf der Bestrebung, das Leben psychisch gesunder Menschen erfüllend zu gestalten als auch darauf, psychische Störungen zu heilen. Positive Psychologie zielt demnach darauf ab, nicht nur Interventionen zur Abnahme von Leid zu entwickeln, sondern auch jene, die zu einer Verbesserung des Wohlbefindens führen (Seligman, 2010). Die psychologische Wichtigkeit *subjektiven Wohlbefindens* wurde für die meisten Aspekte des sozialen Lebens und des Privatlebens erkannt und als Konsequenz dessen stößt dieses Thema bei mehreren Feldern der Psychologie auf Interesse (Strack, Argyle & Schwarz, 1991).

3.1. Subjektives Wohlbefinden

Eine Vielzahl an Untersuchungen hat versucht, einzelne Wohlbefindensdimensionen zu isolieren. Dabei wurde meist an einer größeren Stichprobe eine ganze Batterie an Wohlbefindensmessinstrumenten angewandt, um dann mittels Faktorenanalyse Gruppen von Testitems aufzuspüren und zu interpretieren. Die Ergebnisse der Untersuchung von Mayring zur Faktorenstruktur subjektiven Wohlbefindens im Jahre 1987 lassen auf einen *Vier-Faktoren-Ansatz* schließen (vgl. Mayring, 1991):

1) ein negativer emotionaler Wohlbefindensfaktor (Freiheit von Belastungen)

Belastungsfreiheit ist in seiner negativen Ausprägung über Belastung und Leiden definiert. In seiner positiven Ausprägung ist damit ein unspezifisches Wohlbefinden („Es geht mir gut, ich kann über nichts klagen“) gemeint, eine Unbeschwertheit, Offenheit und Aufmerksamkeit für neue Eindrücke.

2) ein positiver, kurzfristiger emotionaler Wohlbefindensfaktor (positiver Affekt, Freude, Lust)

Freuden sind stärkere emotionale Zustände, die an konkrete Situationen gebunden sind und daher relativ kurzfristig sind. Besondere Arten der Freude sind u. a. von Maslow (1970) als

Höhepunktserlebnisse („*peak experiences*“) und von Csikszentmihalyi (1991; 1996) als *flow* beschrieben worden (vgl. „*Emotionen*“, Kapitel 4.1.)

3) ein positiver langfristiger emotionaler und kognitiver Faktor (Glück)

Glück muss als ein über die Freuden hinausgehender Wohlbefindensfaktor gefasst werden. Er beinhaltet einerseits Erlebnisse höchster Freude (emotionaler Faktor), enthält aber zum anderen auch ein allgemeines Lebensgefühl – nämlich dass man immer wieder zu freudigen Erlebnissen fähig ist (kognitiver Faktor).

4) ein positiver kognitiver Wohlbefindensfaktor (Zufriedenheit).

Die *Lebenszufriedenheit* wird in der Regel über Prozesse des Abwägens definiert: Wie viele meiner Lebensziele habe ich erreicht? Wie schätze ich das Verhältnis positiver und negativer Faktoren in meinem Leben ein? Lebenszufriedenheit beruht daher auf einer globalen Beurteilung des eigenen Lebens anhand individuell gewählter Kriterien (Diener, 1984). Der Vergleich der wahrgenommenen Lebensbedingungen mit den individuellen Standards einer Person führt demnach in Abhängigkeit des Ausmaßes ihrer Übereinstimmung zur Angabe der Lebenszufriedenheit. In anderen Worten ausgedrückt stellt Lebenszufriedenheit ein bewusstes Urteil über das eigene Leben dar, dessen Beurteilungskriterien von der jeweiligen Person abhängen (Pavot & Diener, 1993). Diener (1984) postulierte, dass das Urteil der Lebenszufriedenheit getätigt wird, indem eine unvollständige Beurteilung der Affektbalance (positive und negative Emotionen) im Leben einer Person mit der Einschätzung, wie gut dieses Leben den Erwartungen und Zielen entspricht, kombiniert wird (Kahnemann & Krueger, 2006). Die Einschätzung der Lebenszufriedenheit erfordert daher zumindest ein Minimum an *Selbstreflexionsfähigkeit* (Veenhoven, 1989). Personen können entweder eine Einschätzung ihrer Zufriedenheit zu bestimmten Bereichen ihres Lebens abgeben oder ihr Leben als Ganzes („*life-as-a whole*“; Veenhoven, 1989) beurteilen (z.B. Mayring, 1991; Argyle, 2001). Die „*Satisfaction with Life Scale*“ (SWLS) ist eine valide und reliable Skala zur Erhebung der Lebenszufriedenheit (Diener, Emmons, Larsen & Griffin 1985).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass sich das subjektive Wohlbefinden im Sinne der hedonistischen Sichtweise in folgende Komponenten unterteilen lässt: zum einen in die emotionale oder affektive Komponente – Affekte, Stimmung, Freude, Glück – und zum anderen in die kognitiv-evaluative Komponente – Zufriedenheit, Akzeptanz, Kongruenz angestrebter und erreichter Lebensziele und positiver Lebensrückblick (Diener, 1984; Diener,

Suh, Lucas & Smith, 1999). Die emotionale oder affektive Komponente besteht aus positivem Affekt, negativem Affekt und aus Glück. Diese Komponente bezeichnet man als das *subjektive emotionale Wohlbefinden*. Die kognitiv-evaluative Komponente stellt das *Lebensglück* bzw. die *Lebenszufriedenheit* dar. In den ermittelten Faktoren kann man einen unterschiedlichen Zeitbezug feststellen. Es gibt kurzfristige – nämlich Affekte und Freude – und langfristige Wohlbefindensgrößen – nämlich Lebenszufriedenheit und positiver Lebensrückblick (Mayring, 1991). Ein Vorteil kognitiv-evaluativer Bewertung liegt darin, dass Langzeitperspektiven erfasst werden können. Im Gegensatz dazu sind affektive Bewertungen oft auf aktuelle Faktoren zurückzuführen und daher nur von kurzer Dauer. Es können außerdem negative emotionale Reaktionen von Personen ignoriert bzw. geleugnet werden, aber gleichzeitig unerwünschte Faktoren im Leben erkannt werden (Pavot & Diener, 1993).

Unter dem Ausdruck *psychologisches Wohlbefinden* wird nicht nur das Fehlen psychischer Störungen verstanden, sondern auch das Vorliegen positiver psychologischer Ressourcen, nämlich sowohl Komponenten des *hedonistischen* oder subjektiven Wohlbefindens – positiver Affekt, Lebenszufriedenheit und Glück – als auch Komponenten des *eudaimonischen* Wohlbefindens – wie Ryff's Scales of Psychological Well-Being (RPWB): Selbstachtung, positive Beziehungen, Autonomie, Ziele im Leben, Bewältigung alltäglicher Angelegenheiten und persönliches Wachstum (Ryff, 1989; Sin & Lyubomirsky, 2009).

3.2. Das psychologische Gegenteil des Wohlbefindens: Depression

Es gibt einige frühe Hinweise darauf, dass die Konzeption – nämlich Depression als Gegensatz zum Wohlbefinden zu fassen – sinnvoll ist. Fromm, welcher Glück über selbstverwirklichende Produktivität definierte, setzte bereits 1947 Depression als Gegenteil von Glück, da diese viel eher als Trauer oder Leiden aus einer inneren Sterilität und Unproduktivität resultiert (Mayring, 1991). Daneben gibt es einige empirische Hinweise auf eine hohe negative Korrelation von Glück und Depression (vgl. Ryff, 1989; Mayring, 1991).

Zur Erklärung von Depression wird ein multifaktorielles Geschehen angenommen, was bedeutet, dass man von einem Zusammenwirken mehrerer Ursachen ausgeht. Es spielen sowohl

- genetische Faktoren, als auch
- biologische – welche auf einer gestörten Neurotransmission beruhen –,
- psychologische – die Aspekte der Persönlichkeit, Nichtkontrolle & Hilflosigkeit,
- dysfunktionale kognitive Schemata und ein Mangel an positiver Verstärkung & negativer Interaktionen einschließen – und
- psychosoziale Faktoren – nämlich kritische Lebensereignisse & soziale Einflussfaktoren – eine Rolle (vgl. Hautzinger, 1998).

Nachfolgend sind zur Veranschaulichung der Konzeption – nämlich Depression als Gegensatz zum Wohlbefinden – die Indikatoren von Depression und Glück dargestellt (Abbildung 2).

<u>Depression</u>		<u>Glück</u>
• Dysphorie	→	• positive Stimmung
• Interessensverlust	→	• Ziele und Interessen
• Energieverlust/Müdigkeit	→	• Produktivität, Aktivität
• Gedächtnis/Konzentrationsschwierigkeiten	→	• Bewusstheit/Wachheit
• Tendenz zur negativen Verstärkung	→	• Tendenz zur positiven Verstärkung
• geringer Selbstwert	→	• hohes Selbstwertgefühl
• sozialer Rückzug	→	• hohe Soziabilität, Aufgeschlossenheit

Abbildung 2: Gegensätzliche Indikatoren von Depression und Glück (Mayring, 1991)

Eine Metaanalyse über 51 „*positive psychology interventions*“ (PPI) – nämlich Behandlungsmethoden oder intentionale Aktivitäten, welche darauf abzielen, positive Gefühle, positives Verhalten oder positives Denken zu entwickeln – zeigte, dass PPI das Wohlbefinden verbessert und depressive Symptome vermindert (Sin & Lyubomirsky, 2009). Außerdem wurden mehrere Faktoren festgestellt, welche den Einfluss der PPI beeinflussten – nämlich der *Depressionsstatus*, die *eigene Auswahl* und das *Alter der Teilnehmer*. Bezüglich Depressionsstatus lässt sich festhalten, dass dieser die Effektivität der PPI in die Richtung beeinflusst, dass depressive Menschen verbessertes Wohlbefinden und verminderte depressive

Symptome wahrnehmen, im Verhältnis zu nicht-depressiven Menschen. Dies mag durch einen „floor effect“ erklärt werden, welcher lautet, dass depressive Menschen mehr Raum für Verbesserungen aufweisen. Weiters profitieren Menschen, welche die Interventionen selbst gewählt haben – nämlich jene, die motivierter sind oder erwarten, die Intervention mache sie glücklicher – mehr von PPI als Menschen, die diese nicht selbst gewählt haben. Betreffend des Alters der Teilnehmer lässt sich festhalten, dass der Nutzen der PPI mit dem Alter linear zunimmt. Dies ist möglicherweise auf die größere Lebenserfahrung und die effektivere emotionale- und Selbstregulation zurückzuführen, welche mit zunehmendem Alter einhergehen. Die Ergebnisse legen nahe, dass Kliniker angeregt werden sollten, Methoden der positiven Psychologie in ihre klinische Arbeit zu integrieren, insbesondere wenn es sich um die Behandlung von Klienten handelt, die depressiv, verhältnismäßig älter oder welche sich bezüglich Verbesserungen hoch motiviert zeigen. Aus der Metaanalyse lässt sich weiters schlussfolgern, dass Kliniker PPI als individuelle Therapie fördern und diese über einen längeren Zeitraum anbieten sollten (vgl. Sin & Lyubomirsky, 2009).

3.3. Erfassung subjektiven Wohlbefindens

Wenn man Menschen fragt, was sie unter *Glücklichsein* verstehen, geben sie 2 Arten von Antworten. Sie beschreiben diese entweder als einen Zustand von Freude bzw. Hochstimmung oder als einen Zustand der Zufriedenheit. Ersteres ist eine Emotion, das Zweite stellt eine Kognition – als Resultat der Reflexion – dar. Einige Glücksmessungen betonen Freude („erlebtes Glück“), manche Zufriedenheit („globale Einschätzung“) und manche legen ihr Augenmerk auf eine Kombination beider (vgl. Argyle, 2001; Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone, 2006). Sie schließen alle die *Selbsteinschätzung* bzw. Selbstreflexion ein (vgl. Veenhoven, 1989). Im Rahmen der Erfassung des subjektiven Wohlbefindens können Menschen danach gefragt werden wie sie sich jetzt, heute oder über eine längere Periode hinweg fühlen (Argyle & Martin, 1991).

Zur Messung der Lebenszufriedenheit wurden von verschiedenen Autoren Single-Item Skalen konstruiert, wie beispielsweise Andrews und Withey's „faces“, die zwar von der „life-as-a-whole“-Frage Gebrauch machen, doch zeigt das Antwortformat die Charakteristik eines Affekt-Items (Argyle, 2001). Einschätzungen der Lebenszufriedenheit sind tendenziell stabiler als affektive Aspekte des Wohlbefindens (Ryff, 1989).

Laut Diener (1984) ist Single-Item Skalen aus testtheoretischer Sicht mangelnde Reliabilität über einen längeren Zeitraum entgegenzuhalten. Es kann außerdem nicht davon ausgegangen werden, dass mittels eines einzigen Items alle Aspekte der Lebenszufriedenheit abgedeckt werden. Da viele Psychologen – trotz des Vorteils hoher Ökonomie – die mangelnde Reliabilität und die geringe Validität, welche mit Single-Item Skalen einhergehen, kritisierten, wurde die Multi-Item Skala eingeführt (Powdthavee, 2007). Eine weit verbreitete Multi-Item-Skala stellt die von Diener et al. (1995) entwickelte *SWLS* (Satisfaction With Life Scale) dar, welche der Erfassung der globalen Lebenszufriedenheit dient. Die SWLS ist ein eindimensionaler Beurteilungsfragebogen, der 5 Items zur Lebenszufriedenheit beinhaltet, welche auf einer 7-stufigen Ratingskala zu beantworten sind (vgl. Diener et al., 1985; Van Hoorn, 2007):

1. *In most ways my life is close to my ideal.*
2. *The conditions of my life are excellent.*
3. *I am satisfied with my life.*
4. *So far I have gotten the important things I want in life.*
5. *If I could live my life over, I would change almost nothing.*

Es gibt auch Skalen, welche die Zufriedenheit mit bestimmten Lebensbereichen erfassen, wobei in den vielen verschiedenen Studien unterschiedliche Domänen verwendet wurden. Mayring hält 1991 fest, dass die großen Repräsentativerhebungen jedoch in der Regel folgende Bereiche unterscheiden:

- Berufszufriedenheit (bzw. Zufriedenheit bei der Verrichtung alltäglicher Pflichten);
- Zufriedenheit mit der finanziellen Situation;
- Zufriedenheit mit der Partnerschaft (Eheglück);
- Zufriedenheit mit der familiären Situation;
- Zufriedenheit mit dem Freundes- und Bekanntenkreis;
- Zufriedenheit mit der Wohnsituation (auch der Verkehrsanbindung);
- Zufriedenheit mit Freizeit und Urlaub;
- Zufriedenheit mit der eigenen Gesundheit;
- Zufriedenheit mit der politisch-gesellschaftlichen Situation.

Eine andere Methode stellt die Herangehensweise dar, Leute danach zu befragen, was ihrer Meinung nach die wichtigsten Quellen ihrer Lebenszufriedenheit sind. Hall führte dies 1976 an einer britischen Stichprobe durch und folgerte daraus die am meisten genannten Domänen (vgl. Argyle, 2001):

- Familienleben
- finanzielle Situation
- Lebensstandards
- soziale Werte und Standards
- soziale Beziehungen
- Wohnverhältnisse
- Gesundheit
- Arbeit

Csikszentmihalyi et al. 1977 empfehlen, dass Wohlbefinden sowohl unter der Bedingung der „Realzeit“ als auch mittels Befragung erhoben werden sollte (Csikszentmihalyi & Mei-Ha Wong, 1991). Die „*Experience Sampling Method*“ (ESM) setzt voraus, dass die TeilnehmerInnen einen Laptop bei sich zu haben, der sie im Laufe eines Tages (oder der Tage) zu mehreren festgesetzten Zeitpunkten dazu auffordert, eine Reihe Fragen zu beantworten. Es handelt sich dabei sowohl um Fragen bezüglich des aktuellen Zufriedenheitsstatus der Personen, als auch betreffend der Aktivitäten, mit welchen sie gerade beschäftigt waren und mit welchen Leuten sie interagiert haben, bevor sie die Aufforderung erhalten haben (vgl. Csikszentmihalyi & Mei-Ha Wong, 1991; Powdthavee, 2007).

ESM vermindert zwar das Ausmaß des kognitiven Bias bei der Einschätzung der Zufriedenheit (wie beispielsweise den Erinnerungsbias bei der Beurteilung vergangenen Wohlbefindens) – welcher bei Befragungen üblicherweise erreicht wird – allerdings stellt sie eine kostspielige Methode dar, sofern sie auf eine große Bevölkerungsstichprobe angesetzt wird (Powdthavee, 2007).

Eine alternative Methode zur ESM stellt die „*Day Reconstruction Method*“ (DRM) dar, welche die TeilnehmerInnen dazu auffordert, ein Tagebuch zu führen, welches zum einen die Zusammenfassung der Episoden des vorangegangenen Tages beinhalten und zum anderen die Intensität ihrer Gefühle während jeder dieser Episoden beinhalten sollte (Kahneman & Krueger, 2006).

3.3.1. Validität subjektiver Wohlbefindensmessungen

Die Validität subjektiver Wohlbefindensmessungen kann teilweise dadurch bewertet werden, indem die Muster ihrer Korrelationen mit anderen Charakteristiken der Menschen und der Fähigkeit, zukünftige Ergebnisse vorauszusagen, geprüft werden. Es wurde festgestellt, dass globale Lebenszufriedenheit mit einer Vielzahl relevanter Messungen korreliert. Diener et al. (1999), Layard (2005) und Frey & Stutzer (2002) fanden Korrelate von hoher Lebenszufriedenheit und Glück, nämlich

- Lächeln
- Lächeln mit den Augen („unfakeable smile“)
- eingeschätzte Zufriedenheit einer Person durch Freunde
- häufiger verbaler Ausdruck positiver Emotionen
- Soziabilität und Extraversion
- Schlafqualität
- Zufriedenheit enger Verwandter
- selbstberichtete Gesundheit
- hoher Rang bezüglich Einkommen in einer Referenzgruppe
- aktives Engagement in der Religion
- kürzliche positive Veränderungen der Lebensumstände (höheres Einkommen, Eheschließung)

(vgl. Kahneman & Krueger, 2006).

Variablen, die mit niedrigem subjektivem Wohlbefinden korrelieren, beinhalten kürzliche negative Veränderungen der Lebensumstände, chronischen Schmerz und Arbeitslosigkeit, insbesondere wenn nur das Individuum arbeitslos ist. Das Geschlecht weist mit Lebenszufriedenheit und Glück keinen Zusammenhang auf (vgl. „*Persönlichkeitsmerkmale*“, Kapitel 4.4.). Die Auswirkungen des Alters sind komplex – die niedrigste Lebenszufriedenheit wird von jenen wahrgenommen, die Teenager zu Hause haben, wobei die Zufriedenheit danach wieder zunimmt (vgl. „*Familie*“, Kapitel 4.2.2.; „*Persönlichkeitsmerkmale*“, Kapitel 4.4.). Rayo und Becker (2005) schlagen eine Theorie vor, in welcher Vergleiche mit Peers (vgl. „*Soziale Vergleichsprozesse*“, Kapitel 4.3.1.) und die Anpassung an Lebensumstände (vgl. „*Adaption*“, Kapitel 4.3.2.) einen wesentlichen Teil der „happiness function“ darstellen (Kahnemann & Krueger, 2006).

Messungen des Temperaments und der Persönlichkeit (vgl. „*Persönlichkeitsmerkmale*“, Kapitel 4.4.) erklären oft mehr an Varianz der berichteten Lebenszufriedenheit als die Lebensbedingungen (vgl. „*objektive Lebensbedingungen*“, Kapitel 4.2.). Zum Beispiel weisen Messungen der psychologischen Depression (vgl. „*das psychologische Gegenteil des Wohlbefindens*“, Kapitel 3.2.) – wie etwa die Schwierigkeit den Enthusiasmus aufzubringen, Dinge fertig zu stellen – einen hohen Zusammenhang mit Lebenszufriedenheit auf (vgl. Kahnemann & Krueger, 2006).

4. Einflussfaktoren subjektiven Wohlbefindens

4.1. Emotionen

Viele Menschen definieren Lebenszufriedenheit über ihre erlebte *Freude*. Wie bereits erwähnt, stellt Freude – neben der Zufriedenheit mit dem Leben und dem Nichtvorhandensein negativer Affekte – eine der Hauptkomponenten des subjektiven Wohlbefindens dar (vgl. „*Subjektives Wohlbefinden*“, Kapitel, 3.1.).

Es gibt verschiedene Arten positiver Affekte, die vermutlich auf die Kognitionen zurückzuführen sind, welche mit dem grundlegenden physiologischen Zustand einhergehen. Eine Sorte positiver Affekte stellt die kurzzeitige freudige Erregung dar, welche sich meist im Lachen äußert. Eine andere Art der Freude wird bei der Ausübung gefährlicher Sportarten erlebt. Zuckerman (1979) beschreibt Menschen, die sich nach Spannung sehnen als „*sensation seekers*“ (Argyle, 2001). Bei manchen zeigt sich die positive Stimmung jedoch erst, wenn diese sicher gelandet sind, woraus man schlussfolgern kann, dass die positive Stimmung entweder auf die Erleichterung nach der Ausübung der Sportart oder auf die Spannung währenddessen zurückzuführen sei. Das Gegenteil davon stellt die entspannte positive Stimmung dar, welche beispielsweise beim Fernsehen erlebt wird (vgl. Argyle, 2001)

Ein wesentliches Moment der Freude scheint jedoch zu sein, dass diese nicht durch äußere Zwecke motiviert sein muss, sondern auch intrinsisch motiviert sein kann. So beschreibt Csikszentmihalyi (1996) Freude als Ergebnis Selbstzweck erfüllender Aktivitäten („*autotelische Aktivitäten*“) und als Gefühl des „Sich-Fließen-Lassens“ bzw. völliges „Aufgehen“ in der Tätigkeit („*flow experiences*“). Das vielleicht deutlichste Anzeichen von „flow“ ist das Verschmelzen von Handlung und Bewusstsein. Ein Mensch im „flow-Zustand“

hat keine dualistische Perspektive – er ist sich zwar seiner Handlungen bewusst, nicht aber seiner selbst. Ein Tennisspieler widmet demnach seine ganze ungeteilte Aufmerksamkeit dem Ball und seinem Gegner, ein Schachspieler konzentriert sich völlig auf die Strategie des Spiels. Damit das Handeln mit dem Bewusstsein verschmilzt, muss die Aufgabe zu bewältigen sein. Flow scheint nur dann aufzutreten, wenn eine Aufgabe im Bereich der Leistungsfähigkeit des Ausführenden liegt (vgl. „Freizeit“, Kapitel 4.2.4.). Das ist der Grund, warum man flow am häufigsten bei Aktivitäten mit klar festgelegten Handlungsregeln erlebt, wie beispielsweise in Ritualen, Spielen oder beim Tanz (vgl. Csikszentmihalyi, 1996).

Durch empirische Studien zeigte Csikszentmihalyi (1996), dass solche Freuden sowohl mit großen Ereignissen – wie beispielsweise Bergsteigen, Schach spielen oder Tanzen – als auch mit kleinen Ereignissen – wie zum Beispiel Tagträumen oder Lesen – verbunden sein können. Einige andere Forscher fanden einen ähnlichen Aspekt positiver Emotionen, wie beispielsweise Maslow (1970), der diese Empfindungen intensive Sinnerlebnisse („*peak experiences*“) definierte. Die Charakteristiken dieser Höhepunktserlebnisse sind:

- Aufgehen, fokussierte Aufmerksamkeit
- Bewusstsein der Macht
- starke Freude, Nutzen und Bedeutung
- Spontaneität, Mühelosigkeit und
- Integration und Identität

4.1.1. Nachweis der Korrelation zwischen Emotionen und Gehirnaktivität durch Neurowissenschaften

Neurowissenschaften belegen, dass die berichteten Gefühle der Menschen mit den Aktivitäten des Gehirns übereinstimmen, die heutzutage objektiv gemessen werden können. Positive Emotionen hängen mit der Gehirnaktivität der linken Seite des präfrontalen Kortex zusammen und negative Gefühle sind auf die Tätigkeit der rechten Seite des präfrontalen Kortex zurückzuführen (dies gilt für Rechtshänder). Um die Aktivität festzustellen, kann man Elektroden auf der Kopfhaut anbringen, um ein EEG zu erhalten, welches die elektrische Aktivität dieses Teiles des Gehirns misst. Eine Möglichkeit mit höherer Reliabilität ist es, den Sauerstofffluss aufzufangen, um die Energie zu ersetzen, welche in der elektrischen Aktivität verbraucht wurde. Dies kann durch die funktionelle Magnetresonanztomografie (fMRI)

gemessen werden. Eine weitere Vorgangsweise stellt die sogenannte Pet-Aufnahme dar, um den Blutfluss – mittels radioaktiver Isotope, die ins Blut gegeben werden – zu messen (Layard, 2003).

Alle diese eben angeführten Methoden zeigen zuverlässige Korrelationen zwischen berichteten Emotionen und Gehirnmessungen.

Diese objektiven Messungen zeigen zum einen, wie sich Gefühle über die Zeit ändern können und zum anderen ermöglichen sie es, die Zufriedenheit verschiedener Menschen zu vergleichen. Menschen, deren linke Seite besondere Aktivität aufweist („left-siders“) berichten mehr positive Emotionen als Menschen, deren rechte Seite spezielle Tätigkeit zeigt („right-siders“). „Left-siders“ lachen mehr und ihre Freunde schätzen diese als glücklicher ein. Im Gegensatz dazu, berichten „right siders“ eher mehr negative Gedanken, sie lachen weniger und werden von ihren Freunden als weniger glücklich eingeschätzt (vgl. Layard, 2003).

4.1.2. Auswirkung des emotionalen Zustandes auf die Einschätzung der Lebenszufriedenheit

Schwarz und Strack (1991) demonstrieren, dass Urteile über die Lebenszufriedenheit oft auf emotionalen Zuständen basieren, da dies einfacher ist als die Vorgangsweise, detaillierte Vergleiche anzustellen. Schwarz fand 1983 heraus, dass die Tatsache, eine Münze auf dem Kopierer gefunden zu haben, die berichtete Einschätzung der Lebenszufriedenheit einer Person stark erhöht, genauso wie die Tatsache, einen Schokoladenriegel zu erhalten (Schwarz & Strack, 1991).

Es stellt sich nun die Frage, wann die Menschen die Lebenszufriedenheit eher aus ihrer aktuellen Stimmung ableiten als aus ihrer Information.

Die Bewertung der allgemeinen Lebenszufriedenheit stellt eine sehr komplexe Aufgabe dar, welche eine große Anzahl an Vergleichen bezüglich vieler Dimensionen mit schlecht definierten Kriterien und die anschließende Integration der Ergebnisse dieser Vergleiche in ein zusammengesetztes Urteil erfordert. Eine bestimmte Person mag ihre aktuelle Situation im Vergleich damit, was er/sie erwartet einschätzen, damit was andere haben, damit was er /sie früher hatte und so weiter. Nun wirft sich die Frage auf, welche Domäne man für diese Vergleiche auswählt. Nachdem man alle diese Vergleiche gemacht hat, stellt sich die Frage, wie man seine Ergebnisse integrieren und welchen Wert man jedem dieser Resultate geben

soll. Aufgrund dieser komplexen Aufgabe tendieren die Menschen dazu, ihre Urteile auf Basis ihrer wahrgenommenen Stimmung zu bilden, außer wenn der Informationswert ihrer aktuellen Stimmung angezweifelt wird.

Einschätzungen spezifischer Lebensdomänen sind hingegen weniger komplex. Im Gegensatz zu Urteilen über die allgemeine Lebenszufriedenheit sind die Vergleichsinformationen für Urteile über bestimmte Lebensbereiche für gewöhnlich zugänglich und die Evaluationskriterien gut definiert. Aus diesem Grunde basieren Urteile bezüglich der Zufriedenheit spezifischer Lebensdomänen eher auf inter- und intraindividuellen Vergleichen als auf dem heuristischen Gebrauch des eigenen affektiven Zustandes zum Zeitpunkt des Urteils. Im Einklang damit fanden Schwarz, Strack, Kommer & Wagner 1987 heraus, dass das Ergebnis des Meisterschaftsspiels des Fußball-Nationalteams im Jahre 1982 zwar die allgemeinen Lebenszufriedenheitsurteile der Befragten beeinflussten, allerdings nicht ihre Zufriedenheitseinschätzungen bezüglich ihrer Arbeit und dem Einkommen (vgl. Schwarz & Strack, 1991).

Weiters ist es möglich, die Auswirkungen positiver oder negativer Events zu verstärken. Argyle und Martin (1991) fanden heraus, dass sowohl die Tatsache, über angenehme Ereignisse nachzudenken als auch mit anderen darüber zu sprechen, positive Stimmungen erzeugt. Strack, Schwarz und Gschneidinger wiesen 1985 nach, dass Personen – welche vorausgehend dazu angeregt wurden, über positive Aspekte ihres Lebens nachzudenken – sich als glücklicher und zufriedener mit ihrem Leben beschrieben als Personen, welche vorausgehend dazu angeregt wurden, über negative Aspekte nachzudenken (Schwarz & Strack, 1991).

4.2. Objektive Lebensbedingungen

Eine Vielzahl an Wohlbefindensforschern vertritt die Meinung, objektive Faktoren üben nur geringen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit aus. Individuelle Unterschiede in der Persönlichkeit, ebenso wie Emotionen und kognitive Prozesse seien wichtiger (vgl. Schwarz & Strack, 1991; Diener et al. 1999;). Diese Ansicht unterstützt zum einen die niedrige Korrelation zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit (vgl. „*Soziale Vergleichsprozesse*“, Kapitel 4.3.1.) und zum anderen das berichtete hohe Zufriedenheitsausmaß derjenigen mit schweren Beeinträchtigungen (vgl. „*Anpassung*“, Kapitel 4.3.2.) (Argyle, 2001).

4.2.1. Erhebung objektiver Lebensbedingungen: EU-SILC

EU-SILC ist eine Erhebung, durch die jährlich Informationen über die Lebensbedingungen der Privathaushalte in der Europäischen Union gesammelt werden. Auch die Republik Österreich nimmt – vertreten durch die Bundesanstalt Statistik Austria – an diesem Projekt teil. SILC ist die Abkürzung für "*Community Statistics on Income and Living Conditions*", was „Gemeinschaftsstatistiken über Einkommen und Lebensbedingungen“ bedeutet und eine wichtige Grundlage für die Europäische Sozialstatistik bedeutet.

Von besonderem Interesse sind in SILC die Wohnsituation, Ausgaben für das Wohnen, die Ausstattung der Haushalte, die Beschäftigungssituation und das Einkommen der Haushaltsmitglieder, aber auch Bildung, Gesundheit und Zufriedenheit. Aus diesen Angaben können Schlüsse über die Lebensbedingungen verschiedener Bevölkerungsgruppen, über Armut und soziale Ausgrenzung gezogen werden. Diese Indikatoren ermöglichen ein Monitoring von Fortschritten bei der Verringerung von Armut und sollen das Verständnis von Armut und sozialer Ausgrenzung im europäischen Raum verbessern sowie den Erfahrungsaustausch zwischen den Mitgliedsländern fördern. In Österreich wurde EU-SILC erstmals 2003 als einmalige Querschnittuntersuchung von Statistik Austria durchgeführt. Die Ergebnisse werden seitdem jährlich in Form eines Berichts sowie als Artikel zu Schwerpunktthemen in den Statistischen Nachrichten publiziert. Rund 4.500 Haushalte nehmen jährlich an SILC in Österreich teil. Dazu wird die entsprechende Anzahl an Adressen zufällig aus dem Zentralen Melderegister (ZMR) gezogen. Drei Viertel der befragten Haushalte werden wiederholt befragt (jedoch maximal vier Mal in Folge), um Veränderungen der Lebenssituation im Zeitverlauf feststellen zu können (integrierte Quer- und Längsschnitterhebung). EU-SILC ist eine Haushaltsbefragung, die persönlich mit Laptop (CAPI – Computer Assisted Personal Interviewing) oder telefonisch (CATI – Computer Assisted Telephone Interviewing) durchgeführt wird. Die Datenerhebung des EU-SILC setzt sich aus dem *Haushaltsregister* (Basisinformation für jeden Haushalt- Erreichbarkeit, Kontaktergebnis,...), dem *Personenregister* (Basisinformation für jedes Haushaltsmitglied- Geburtsjahr, Geschlecht, Verwandtschaft,...), dem *Haushaltsfragebogen* (Fragen zu Wohnungsmerkmalen, Wohnkosten, Lebensstandard, Einkommen von Kindern und Familienleistungen) und dem *Personenfragebogen* (Fragen zum Lebensunterhalt, Erwerbskalender- Lebensunterhalt in den Monaten des vorigen Jahres, Einkommen, Gesundheit, Demographische Daten, Bildung und Zufriedenheit) zusammen (vgl. Statistik Austria, 2011).

Im Folgenden wird nun auf die verschiedenen objektiven Lebensbedingungen – in Anlehnung an deren Erhebung in EU-SILC – einzeln eingegangen, ihr Einfluss auf die Lebenszufriedenheit aufgezeigt und ihre Bedeutung bzw. ihr Ausmaß, positive Gefühle zu erzeugen, erläutert.

4.2.2. Soziale Beziehungen

EU-SILC erhebt soziale Beziehungen, indem gezielt nach dem gegenwärtigen Familienstand und dem Vorliegen einer Lebensgemeinschaft gefragt wird (Datenerhebung EU-SILC, 2010).

Soziale Beziehungen – nämlich *Freundschaft, Partnerschaft* bzw. *Ehe und Familie* – beeinflussen alle 3 Komponenten des Wohlbefindens, nämlich positive Affekte (Freude), Glück bzw. Lebenszufriedenheit und Prävention von Kummer (Argyle, 2001).

• Freundschaft

1. Positiver Affekt

Das Zusammensein mit Freunden stellt eine der Hauptquellen der Freude dar. Die Antwort mag in den Dingen liegen, welche Freunde miteinander teilen, wie beispielsweise essen, trinken, vertrauliche Konversationen führen, tanzen und gemeinsame Freizeitaktivitäten – also eine Ansammlung angenehmer Tätigkeiten (Argyle & Furnham, 1982).

Eine zweite Erklärung liegt vermutlich in der nonverbalen Kommunikation. Menschen, die sich lieben oder sich mögen, lachen einander an, schauen sich an oder senden dem anderen positive nonverbale Signale. Wenn beispielsweise Person A Person B anlacht, ist Person B erfreut und belohnt Person A, indem sie Person A ebenfalls ein Lächeln schenkt. Außerdem wird durch die Tatsache, dass Person A lacht, ihre eigene Stimmung via Gesichtsfeedback verbessert (Laird, 1984; nach Argyle, 2001).

Eine dritte Erklärung lässt sich aus der Hypothese ableiten, dass enge soziale Interaktionen eine Basisquelle von positivem Affekt und von Bindung darstellen (Argyle & Martin, 1991).

2. Glück bzw. Lebenszufriedenheit

Einige Studien haben aufgezeigt, dass die Zufriedenheit bezüglich sozialer Beziehungen mit Glück und Lebenszufriedenheit zusammenhängt und Korrelationswerte zwischen 0,30 und

0,40 aufweist. Es besteht die Annahme, dass Glück – hervorgerufen durch Freunde – zum einen aus der *Häufigkeit* des amüsanten Kontakts mit ihnen resultiert (vgl. Argyle, 2001).

Argyle und Furnham (1983) nannten zum anderen *3 Zufriedenheitsdimensionen*, welche durch Freundschaften abgedeckt werden können:

1. materielle Hilfe (Freunde als Sicherheitsanker)
2. emotionale Unterstützung (Freunde als Vertrauenspersonen)
3. und geteilte Interessen (Freunde als Freizeitpartner)

Aus diesen Zufriedenheitsdimensionen kann man ableiten, dass der Einfluss sozialer Beziehungen auf die Lebenszufriedenheit darin liegt, dass Freunde erstens in Zeiten finanzieller Nöte materielle Hilfe leisten, zweitens bei Problemen soziale bzw. emotionale Unterstützung bieten und drittens mit ihnen Interessen geteilt werden und erfreuliche Aktivitäten mit ihnen unternommen werden können (Argyle & Martin, 1991).

3. Prävention von Kummer

Soziale Beziehungen üben positiven Effekt sowohl auf die Prävention von Krankheiten, als auch auf psychische Störungen und andere Formen des Kummers aus. Jemmott und Locke demonstrierten 1984, dass die Weise, in der soziale Unterstützung die Gesundheit aufrechterhält, nachvollziehbar ist: Stress beeinträchtigt das Immunsystem und macht die Menschen anfälliger für Krankheiten. Soziale Unterstützung stellt sie wieder her, indem sie die negativen Emotionen durch positive ersetzt (vgl. Jemmott & Locke, 1984; Argyle, 2001).

• Partnerschaft, Ehe und Familie

Die Zufriedenheit mit der Ehe und der Familie stellt den bedeutendsten Prädiktor der Lebenszufriedenheit dar (Diener, 1984). Im Folgenden wird nun auf den Einfluss eingegangen, welchen Familie, Ehe und Partnerschaft auf Affekte, Lebenszufriedenheit und psychische Gesundheit ausübt.

1. Positiver Affekt

Die stärkste Quelle positiver Emotionen ist, sich zu verlieben. Fehr (1988; nach Argyle, 2001) befragte eine Gruppe Leute nach den definierten Eigenschaften der Liebe, wobei Euphorie,

Aufregung, Zuneigung, Zufriedenheit, Lachen und so weiter genannt wurden. Diese anfängliche Intensität der Freude geht zwar im Laufe der Zeit zurück, eine Ehe bzw. eine feste Partnerschaft bringt aber trotzdem viel Freude. Das Ausmaß der Freude hängt dabei von der Häufigkeit und Intensität der belohnenden Interaktion ab.

Bezüglich Familie lässt sich festhalten, dass man im Kreise seiner Lieben viel Freude erleben kann. Die Antwort mag in den Tätigkeiten liegen, welche Eltern ihren Kindern anbieten bzw. was sie mit ihnen gemeinsam tun – nämlich lachen, spielen, essen, lernen, sprechen, und vieles mehr (vgl. Argyle, 2001).

2. Glück bzw. Lebenszufriedenheit

Viele Studien haben gezeigt, dass verheiratete Menschen im Durchschnitt glücklicher sind als jene die Single, verwitwet, getrennt, geschieden oder in einer Partnerschaft leben, ohne verheiratet zu sein (Veenhoven, 1989; Argyle, 2001).

Die größte Studie war die von Inglehart (1990) durchgeführte Analyse der Eurobarometer Befragungen. Die Studie zeigte, dass verheiratete Menschen die höchste Zufriedenheit aufweisen, dicht gefolgt von dem Zufriedenheitsausmaß derjenigen, die eine Partnerschaft – ähnlich einer Ehe – führen. Aus der Studie resultierte außerdem, dass verwitwete Menschen glücklicher sind als geschiedene oder in Trennung lebende Menschen. Dieses Ergebnis widerlegt die weit verbreitete Annahme, dass die Tatsache verwitwet zu sein, das schlimmste Schicksal sei, das einen treffen könne (Argyle, 2001).

Es stellt sich nun die Frage, warum Ehe den Menschen so viel Glück bereitet.

Wie schon erwähnt unterscheiden Argyle und Furnham (1982) – einhergehend mit sozialen Beziehungen – 3 Zufriedenheitsfaktoren, wobei die Ehe bezüglich dieser Faktoren die höchsten Zufriedenheitslevel erzeugen kann. Der erste Faktor stellt die instrumentelle Zufriedenheit dar, nämlich die Ehe im Sinne finanzieller Absicherung. Demnach sind Ehen am glücklichsten, in denen finanzielle Zufriedenheit herrscht. Der zweite Faktor meint die emotionale Zufriedenheit, wobei auf dieser Zufriedenheitsdimension soziale Unterstützung, Intimität und Sex als Prädiktoren einer glücklichen Ehe fungieren. Der dritte Faktor stellt das gemeinsame Ausüben von Freizeitaktivitäten und -unternehmungen dar, die den Ehepartnern Freude bereiten (Argyle & Furnham, 1983). Auf diesem Faktor ist die Zahl der gemeinsamen Interessen bzw. die Häufigkeit gemeinsamer Aktivitäten der Prädiktor einer glücklichen Ehe. Bezüglich negativer Aspekte der Ehe fanden Argyle und Furnham (1983) heraus, dass der Ehepartner einerseits die größte Quelle der Zufriedenheit darstellt, aber andererseits auch die größte Konfliktquelle sein kann. Bei vielen Menschen übertrifft allerdings die Zufriedenheits-

die Konfliktkomponente, was den klaren Gesamtnutzen der Ehe in Anbetracht der Lebenszufriedenheit belegt.

Verheiratete Menschen mit Kindern sind im Durchschnitt nicht glücklicher als verheiratete Menschen ohne Kinder (Veenhoven, 1989). Der Gesamteffekt, Kinder zu haben, auf die Zufriedenheit der Eltern beträgt demnach null. Dieser Effekt variiert jedoch mit dem Stadium des Familienlebenszyklus. Walker (1977; nach Argyle, 2001) zeigte, dass die mit der Ehe einhergehende Zufriedenheit über die Zeit zurückgeht und dann wieder ansteigt. Es ist dabei anzumerken, dass es 2 Perioden geringer ehelicher Zufriedenheit gibt – wenn die Kinder noch sehr klein sind, und wenn diese zu Jugendlichen herangewachsen sind. Untersuchungen in den USA zeigen, dass die Zufriedenheit derjenigen Mütter, deren Kinder noch zu Hause leben nicht höher ist als jene der Mütter, deren Kinder schon von zu Hause ausgezogen sind. Dies widerspricht der Annahme eines „*empty nest syndrom*“, wonach letztere niedrigere Zufriedenheitslevel aufweisen müssten (Veenhoven, 1989). Hoffman & Manis (1982; nach Argyle, 2001) zeigten, dass Kinder in Bezug auf mehrere Aspekte Quellen der Bereicherung darstellen, nämlich der Zuneigung, der Freude, der Unterstützung und der späteren finanzielle Hilfe in Notzeiten.

3. *Psychische Gesundheit*

Es besteht die Annahme, dass verheiratete Menschen im Durchschnitt bessere psychische Gesundheit aufweisen als jene, die nicht verheiratet sind. Cochrane (1988) berichtete die Eintritte in psychiatrische Kliniken verheirateter und nicht verheirateter Menschen in England. Die Studie demonstrierte, dass die Eintrittsrate geschiedener um das fünffache höher war als jene verheirateter Leute. Gove stellte 1972 dasselbe unter amerikanischen Männern fest, wobei dieser Effekt unter den Frauen schwächer war (Argyle, 2001). Dies wirft die Frage auf, ob der mit Ehe einhergehende emotionale Nutzen für Männer größer ist als für Frauen. Wood et al. (1989; nach Myers, 1993) schlussfolgerten – auf Basis der von ihnen getätigten statistischen Zusammenfassung aller Studien über Ehe, Geschlecht und Wohlbefinden – in einer stressbehafteten Ehe löse die Sensitivität der Frauen bezüglich negativer Emotionen eine höhere Rate an psychischen Störungen aus als dies von deren Ehemännern erlebt werde. Die Ehe trage bei Frauen weniger dazu bei, Selbstmord, Alkoholismus und andere Störungen zu reduzieren als bei Männern. Die Autoren stellten jedoch weiters fest, dass Frauen betreffend ihre Ehe, höhere Zufriedenheitswerte angaben als ihre Männer. Wood vermutet, die Erklärung

dieses Resultats mag darin liegen, dass Frauen sich an engen positiven Beziehungen mehr erfreuen als Männer (vgl. Myers, 1993).

Wichtiger als die Tatsache verheiratet zu sein, ist allerdings die *Qualität der Beziehung*. Menschen die angeben, eine glückliche Ehe zu führen, berichten kaum, mit dem Leben unzufrieden oder depressiv zu sein. In einer Studie fanden Brown und Harris (1978; nach Argyle, 2001) heraus, dass stressbehaftete Lebensereignisse bei Frauen zu Depressionen führen, wenn ihre Ehemänner nicht als Vertrauensperson – nämlich als „*jemand mit dem man über sich und seine Probleme sprechen kann*“ – fungieren. Dies unterstreicht die Wichtigkeit der emotionalen Unterstützung in einer Partnerschaft bzw. Ehe (vgl. Argyle, 2001).

Kinder können – wie schon oben angeführt – in bestimmten Entwicklungsstadien für ihre Eltern Stressquellen darstellen, zum einen wenn sie Babys sind und zum anderen wenn sie das Jugendalter erreicht haben (Veenhoven, 1989).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass soziale Beziehungen in engem Zusammenhang mit dem Wohlbefinden stehen (Diener, 1984). Durch lachende Gesichter, freundliche Stimmen und andere positive Signale verbaler oder non verbaler Art werden positive Emotionen erzeugt, was sich weiters vorteilhaft auf die Lebenszufriedenheit auswirkt. Psychische Gesundheit wird sehr stark durch soziale Unterstützung von Freunden und Familie beeinflusst.

4.2.3. Arbeit

Die Arbeit determiniert in einem bestimmten Ausmaß die Lebensbedingungen eines Menschen (Einkommen, soziales Milieu, körperliche Risiken,...) und trägt dazu bei, wie sich eine Person physisch (Gesundheit) und psychisch (z.B. Selbstachtung, Schicksal kontrolliert die Meinung) entwickelt. Die Arbeit bzw. die Arbeitszufriedenheit ist daher ein wichtiger Teil des Lebens und folglich für die Beurteilung des eigenen Lebens relevant (Veenhoven, 1989). Nach Fagin und Little (1984; nach Csikszentmihalyi & Mei-Ha Wong, 1991) erfüllt die Arbeit bestimmte Funktionen, nämlich:

- 1.) Arbeit als Identitätsquelle
- 2.) Arbeit als Beziehungsquelle außerhalb der Kernfamilie
- 3.) Arbeit als Quelle der obligatorischen Tätigkeit
- 4.) Arbeit als Möglichkeit, Fähigkeiten und Kreativität zu entwickeln
- 5.) Arbeit als Zeitstrukturierungsfaktor
- 6.) Arbeit als Gefühl eines Ziels
- 7.) Arbeit als eine Quelle des Einkommens und der Kontrolle

Es gibt viele Studien, die Arbeitszufriedenheit durch eine einzelne Frage messen, nämlich beispielsweise durch die Frage, wie sehr man den eigenen Job mag, ob man in diesem Job auch arbeiten würde, wenn es finanziell nicht notwendig wäre oder ob die befragten Personen denselben Beruf noch einmal wählen würden.

Um verschiedene Bereiche der Arbeitszufriedenheit zu erfassen, bevorzugen Psychologen allerdings mehr als ein Item. Es gibt eine Vielzahl längere Skalen, wobei die am weitesten verbreitete Skala der von Smith et al. (1969) entwickelte *Job Descriptive Index* ist. Diese Skala hat 72 Items, welche die Zufriedenheit mit der Arbeit selbst, der Bezahlung, der Aufstiegsmöglichkeiten, der Qualität der Supervision und der Beziehung zu den Arbeitskollegen ermisst. Die Zufriedenheit mit der Arbeit selbst stellt die intrinsische Arbeitszufriedenheit dar, und Bezahlung und Aufstiegsmöglichkeiten charakterisieren die extrinsische Arbeitszufriedenheit. Die sozialen Aspekte der Arbeit betreffen die Beziehung zu den Mitarbeitern und Supervisoren (vgl. Argyle, 2001).

Im Folgenden wird nun auf die Einflussfaktoren der *Arbeitszufriedenheit* genauer eingegangen.

• **Arbeitszufriedenheit**

Die Arbeitszufriedenheit wird von 3 Determinanten beeinflusst, nämlich von der Zufriedenheit mit der *Bezahlung*, mit der *Art des Berufes* und mit den *sozialen Aspekten* der Arbeit (Argyle, 2001).

1. Bezahlung

Die „overall“ Korrelation zwischen Bezahlung und Arbeitszufriedenheit ist niedrig, sie liegt für gewöhnlich zwischen 0,15 und 0,17. Daraus kann man schließen, dass die Bezahlung keinen relevanten Prädiktor der Arbeitszufriedenheit darstellt. Mitarbeiter von Arbeitsorganisationen vergleichen aber dennoch ihr Einkommen oft mit dem anderer Mitarbeiter und sind sehr erfreut, wenn sie denken, mehr zu verdienen als die anderen. Sie sind außerdem sehr in Sorge, weniger bezahlt zu bekommen als Arbeiternehmer, welche dieselben Arbeiten verrichten (vgl. Argyle, 2001). Arbeiter, die ein geringeres Gehalt bekommen als jene, die die gleiche Arbeit verrichten oder Arbeiternehmer, die denken ihre Bezahlung sei nicht fair, weisen niedrige Zufriedenheit mit der Bezahlung und folglich geringere Arbeitszufriedenheit auf (vgl. „Soziale Vergleichsprozesse“, Kapitel 4.3.1.).

2. Art des Berufes

An dieser Stelle steht die Frage im Mittelpunkt, was die verschiedenen Berufe begehrenswert oder unerwünscht macht. Eine bedeutende Eigenschaft stellt der Status des Jobs dar, welcher einige Faktoren – nämlich Bezahlung, Arbeitsbedingungen und gegenwärtige Eignung inkludiert. Eine Metaanalyse des Berufsstatus zeigte bezüglich der Arbeitszufriedenheit eine eher bescheidene Gesamtkorrelation von 0,18 (Haring, 1984; nach Argyle, 2001).

Hackman & Oldham (1976) sind der Meinung, dass Arbeitszufriedenheit aus der erlebten Sinnhaftigkeit der Aufgabe resultiert, was besonders für Arbeitnehmer mit einer stark ausgeprägten „*growth need strength*“ (deutsch: „Wunsch nach herausfordernder und interessanter Arbeit“) gilt (Hackman, 1977). Hackman (1977) schlägt fünf Eigenschaften des Jobs vor (Identität der Aufgabe, Signifikanz der Aufgabe, Vielfalt der Fähigkeiten, Autonomie und Feedback), welche Zufriedenheit erzeugen. Die letzte Metaanalyse zeigte die durchschnittlichen Korrelationen der fünf Eigenschaften des Jobs nach Hackman (1977) mit Arbeitszufriedenheit (Abbildung 3).

-) <u>Identität der Aufgabe</u> :	ein klares und identifizierbares Stück Arbeit durchzuführen:	0,3
-) <u>Signifikanz der Aufgabe</u> :	der Grad zu welchem der Job Einfluss auf das Leben anderer ausübt:	0,38
-) <u>Vielfalt der Fähigkeiten</u> :	Ausmaß, in welchem die Arbeit verschiedene Fähigkeiten erfordert:	0,41
-) <u>Autonomie</u> :	der Grad, zu welchem der Job Freiheit, Unabhängigkeit und Verfügungsfreiheit bietet:	0,46
-) <u>Feedback</u> :	das Ausmaß, in welchem Information über die Effektivität verfügbar ist:	0,41

Abbildung 3: durchschnittliche Korrelationen der 5 Eigenschaften mit Arbeitszufriedenheit (Loher et al., 1985; nach Argyle & Martin, 1991)

Aus den Ergebnissen (Abbildung 3) kann man folgern, dass nicht die am besten bezahlten Jobs die höchste Zufriedenheit erzeugen, sondern jene, bei denen erwartet wird, dass sie die höchste intrinsische Zufriedenheit im Sinne von Hackman (1977) geben.

3. Soziale Aspekte der Arbeit

Für europäische Arbeitnehmer ist die Tatsache, „gute Beziehungen“ mit dem Management und Arbeitskollegen zu führen, der stärkste Prädiktor der Arbeitszufriedenheit. Die Arbeitszufriedenheit ist höher, wenn Arbeitnehmer Gruppen mit Zusammenhalt angehören, hervorgerufen beispielsweise durch Kooperation und vertrauliche Nähe.

Eine Vielzahl an Studien zeigte, dass die Aktivitäten mit den Arbeitskollegen (gegenseitige Hilfestellungen, Diskussionen, gemeinsames Kaffee trinken oder essen, miteinander scherzen,...) sowohl zu einer höheren Arbeitszufriedenheit beiträgt als auch mehr Kooperation, gegenseitige Hilfe und Produktivität fördert. Positive Effekte auf Arbeitszufriedenheit und Produktivität wurden festgestellt, wenn Arbeitnehmer in „zeitverschwendende“ Spiele und Scherze eingebunden werden (vgl. Argyle, 1989). Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass soziale Aspekte des Berufes Zufriedenheit mit der Arbeit und Kooperation erzeugen.

• Auswirkungen der Arbeit bzw. der Arbeitszufriedenheit auf das Wohlbefinden

Im Großen und Ganzen fördert Arbeit die psychische Gesundheit und wirkt sich positiv auf die Lebenszufriedenheit aus, was sich darin zeigt, dass es Menschen gut geht, wenn sie zu arbeiten beginnen und es ihnen schlecht geht, wenn sie ihren Job verlieren (Argyle, 2001). Arbeitslose Menschen stellen die unglücklichste Gruppe dar, auch wenn Einkommensunterschiede kontrolliert werden. Daraus lässt sich ableiten, dass *Arbeitslosigkeit* einen massiv negativen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden ausübt, für viele Menschen geht dies über die damit verbundenen augenscheinlichen finanziellen Schwierigkeiten hinaus (vgl. Campbell, Converse & Rodgers, 1976).

Für manche Menschen ist Arbeit jedoch stressig und kann die Quelle psychischer Erkrankungen darstellen. Viele Studien haben Eigenschaften der Jobs untersucht, welche diese anstrengend machen. Die Hauptquellen psychischer Belastungen stellen zum einen arbeitsbezogene Überbelastungen und zum anderen die sich immer wiederholenden Tätigkeiten – einhergehend mit Langeweile und Fehlen an Autonomie –, mögliche Gefahren am Arbeitsplatz, umweltbedingte Stressoren (z.B. Hitze, Staub, Lärm,...) und Rollenkonflikte – als Auslöser von Angst, Depression und Irritation – dar (Argyle, 2001).

Bezüglich des Zusammenhangs zwischen Persönlichkeit und Stress ist festzuhalten, dass es für Arbeitnehmer wichtig ist, Jobs zu haben, die zu ihrer Persönlichkeit passen (im Sinne von Aufgabenschwierigkeit, Belastungen,...). Im Falle geringer Passung ist die Arbeitszufriedenheit niedrig und die Niedergeschlagenheit hoch (Caplan et al., 1975).

Soziale Unterstützung von Arbeitskollegen oder Supervisoren können einen großen Beitrag leisten, Arbeitsstress zu lindern (vgl. Argyle, 1989; Argyle, 2001).

4.2.4. Freizeit

Freizeitaktivitäten können als jene Tätigkeiten definiert werden, die Menschen in ihrer freien Zeit unternehmen – weil sie es machen wollen, um ihrer selbst Willen, aus Spaß, zur Unterhaltung, zur Selbstverbesserung oder aufgrund von Zielen, die sie selbst gewählt haben – aber nicht aufgrund materiellen Gewinns (Argyle & Martin, 1991).

Argyle unterscheidet 2001 zehn verschiedene Formen der Freizeitbeschäftigungen, nämlich:

-) fernsehen
-) Musik und Radio hören
-) lesen und lernen
-) Hobbies
-) Sozialleben
-) Sport und Bewegung
-) Zuschauersport
-) Religion
-) ehrenamtliche Arbeit
-) Urlaub und Touristik

Im Folgenden werden nun die Auswirkungen, welche die Freizeitgestaltung bzw. Freizeitaktivitäten auf das subjektive Wohlbefinden ausüben, erläutert und es wird weiters auf die 4 Erklärungsansätze (soziale Motivation, Motivation durch den Einsatz von Fähigkeiten und Fertigkeiten, intrinsische Motivation, Spannung und Entspannung) ihres Einflusses auf die Zufriedenheit eingegangen.

• Auswirkung der Freizeitaktivitäten auf das subjektive Wohlbefinden

Der Einfluss der Freizeitgestaltung auf die Zufriedenheit mit der Freizeit und ferner auf die Lebenszufriedenheit liegt in der unmittelbaren Erzeugung *positiver Emotionen*.

Die Auswirkungen der Freizeitaktivitäten auf die *Zufriedenheit* sind jedoch kleiner, wobei soziale Vereine den größten Einfluss ausüben. Die meisten Effekte auf die Zufriedenheit hängen auch bei den anderen Freizeitaktivitäten von den sozialen Beziehungen ab (Argyle, 1996). Bezüglich *psychischer Gesundheit* lässt sich festhalten, dass Sport Depressionen reduziert, wobei dieser Effekt nicht auf die soziale Zufriedenheit zurückgeht. Eine Erklärung dieses Phänomens mag entweder darin liegen, dass größere Fitness eine höhere physiologische Kapazität erzeugt, um Stress zu bewältigen oder weil ein stärkeres Gefühl der Bewältigung Menschen glauben lässt, damit fertig zu werden (vgl. Argyle, 2001). Die psychische Gesundheit ist außerdem bei Menschen höher, welche sozialen Vereinen und/oder religiösen Gruppen angehören (Veenhoven, 1989).

• **Erklärungen der Auswirkungen von Freizeitaktivitäten auf das subjektive Wohlbefinden**

1. Soziale Motivation

Argyle hielt 1996 fest, dass Freizeitaktivitäten die Zufriedenheit deshalb beeinflussen, da viele Tätigkeiten die Befriedigung sozialer Bedürfnisse auf verschiedene Arten ermöglichen. Es gibt eine Reihe solcher sozialer Bedürfnisse, darunter Bedürfnisse nach Zugehörigkeit, engen Beziehungen, Dominanz und Macht, Status und Ruhm, Altruismus, Wettbewerb und Kooperation. In Abhängigkeit der Form des sozialen Bedürfnisses wird eine Person jene Form der Freizeitaktivität wählen, welche diesem entsprechen. Schauspielerei, Politik, Tennis oder Squash, Mannschaftsspiele, kirchliche Gruppen – jede dieser Tätigkeiten befriedigt andere soziale Bedürfnisse (vgl. Argyle, 1996; Argyle, 2001).

2. Motivation durch den Einsatz von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Bandura (1977) erläuterte, dass Motivation – wie Mühe in sportliche Aktivitäten zu stecken – von „Selbstwirksamkeit“ abhängt. Der Glaube, etwas gut zu können („**Selbstwirksamkeitserwartung**“) basiert zum Beispiel auf vergangenem Erfolg. Man fand heraus, dass Selbstwirksamkeit als Prädiktor dafür fungiert, ob Patienten an das Bewegungsprogramm – welches ihnen verordnet wurde – anknüpfen und beginnen sich zu engagieren (vgl. Bandura, 1977; Schwarzer, 2004).

Es ist möglich, dass fachgerechte Ausübung von Freizeitbeschäftigungen zu einer Erhöhung des Selbstwertgefühls führt und infolgedessen Zufriedenheit erzeugt wird. Dies kann durch erfolgreiche Ausübung, oder lediglich durch das Mitmachen – sich das Kostüm oder die Spielkleidung anzuziehen – ausgelöst werden, ebenso wie durch die Tatsache, Mitglied einer besonderen Gruppe zu sein, besondere Fähigkeiten zu erwerben und Aufführungen vor Publikum zu haben. Viele Freizeitaktivitäten bereiten jedoch trotzdem Freude, ohne gut darin zu sein. Mit häufiger Durchführung der Aktivität kommt es zum Aufbau und zur Verbesserung der Fähigkeiten und dies resultiert in einer Erhöhung der Freude (vgl. Argyle, 2001).

3. Intrinsische Motivation

Viele Freizeitaktivitäten erzeugen intrinsische Zufriedenheit, einige führen sogar zu einem Gefühl des **Aufgehens** („**flow**“) in der Aktivität (vgl. „*Emotionen*“, Kapitel 4.1.). Man fand heraus, dass einige soziale Aktivitäten (wie zum Beispiel mit geliebten Personen gut

auszukommen), ebenso wie einige nicht soziale Aktivitäten (wie zum Beispiel ein schönes Musikstück zu hören) diese Eigenschaft aufweisen (vgl. Argyle & Crossland, 1987; Argyle, 2001).

Laut Csikszentmihalyi (1975) stellt die Wahrnehmung einer Person über das Ausmaß, in welchem ihre Fähigkeiten mit den Herausforderungen korrespondieren, eine sehr wichtige Dimension der Evaluation der Zufriedenheit dar. Wenn die Fähigkeiten größer als die Herausforderungen angesehen werden, fühlen sich die Menschen gelangweilt. Wenn die Herausforderungen größer als die Fähigkeiten wahrgenommen werden, sind die Menschen wütend. Wenn sowohl die Herausforderungen als auch die Fähigkeiten als gering eingeschätzt werden, tendieren die Menschen dazu, desinteressiert zu sein. Wenn Menschen wahrnehmen, dass große Herausforderungen auf hohe Fähigkeiten treffen, dann erleben die Menschen den höchsten Grad subjektiver Zufriedenheit, nämlich *flow* (vgl. Csikszentmihalyi und Mei-Ha Wong, 1991).

4. Spannung und Entspannung

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Zufriedenheit mit der Freizeit, welcher nicht aus der Arbeitszufriedenheit entspringt, ist die *Entspannung*. Eine Australische Studie bezüglich Freizeitbedürfnissen zeigte, dass das Bedürfnis nach Entspannung und es leicht zu nehmen als eines der wichtigsten Bedürfnisse eingeschätzt wurde (Kabanoff, 1982).

Es gibt aber natürlich auch Freizeitbeschäftigungen mit Spannungsfaktor. Je nachdem in welcher Stimmung sich eine Person gerade befindet (d.h. welches Bedürfnis gerade aktiviert ist), wählt sie entweder spannungs- oder entspannungserzeugende Aktivitäten.

4.2.5. Einkommen und finanzielle Situation

Die Erhebung des Einkommens bzw. der finanziellen Situation erfolgt in EU-SILC über Fragen bezüglich – arbeitsbezogenem Einkommen (unselbständige Tätigkeit, selbständige Tätigkeit, Vermögen), privater Pensionsvorsorge, Einkommen aus Präsenz-/Zivildienst, Transferleistungen (im Zusammenhang mit Arbeitslosigkeit, Pension, Krankheit/Unfall/Invalidität und Bildung), Wochengeld, Kindergeld/Karenzgeld, Sozialhilfe, sonstigen Leistungen der öffentlichen Hand, Unterhaltszahlungen und sonstigen erhaltenen bzw. geleisteten Transfers zwischen privaten Haushalten, Rückerstattung bzw. Nachzahlung

von Lohn- und Einkommenssteuern und sonstigem Einkommen (Datenerhebung EU-SILC, 2010).

Wirtschaftswissenschaftler gingen davon aus, dass die Zufriedenheit der Menschen über das Geld, welches sie besitzen, gemessen werden kann. Andere scheinen ebenfalls anzunehmen, dass Geld die Menschen glücklich macht – es herrscht eine weitverbreitete Teilnahme in den Nationalen Lotterien und im Fußballtoto, da die Werbenden als Kaufanreiz üblicherweise hohe Gewinne bieten. Regierungen und politische Parteien scheinen als Hauptziele die Erhöhung individuellen und nationalen Reichtums zu verfolgen. Lohnverhandlungen verlaufen oft sehr heftig – manche in so hohem Ausmaß, dass die Arbeiter durch ihre beharrliche Verhandlung ihren Job verlieren. Die Leute arbeiten sowohl länger als auch schneller, wenn ihnen ein Lohnanreiz geboten wird (Furnham & Argyle, 1998, nach Argyle, 2001).

Forschungen unterstützen jedoch nicht immer diese öffentliche Voreingenommenheit betreffend des Geldes. Campbell et al. (1976) zeigten beispielsweise in ihrer „*Quality of American Life*“ Studie auf, dass die finanzielle Situation bezüglich ihrer Wichtigkeit für die Lebenszufriedenheit unter 12 möglichen Quellen die 11. Stelle zugesprochen wurde.

An dieser Stelle wird nun die Frage aufgeworfen, ob Geld die Leute glücklich macht bzw. in welchem Ausmaß sich die finanzielle Situation auf die Lebenszufriedenheit auswirkt.

Viele Umfragen – welche mit dem Ziel, diese Frage zu beantworten – durchgeführt wurden, legen den Schluss nahe, dass der Zusammenhang zwischen Einkommen und subjektivem Wohlbefinden entweder sehr gering oder nicht existent ist (vgl. Myers, 1992; Diener et al., 1999; Argyle, 2001; Layard, 2005).

Im Folgenden wird nun auf den Einfluss, welchen das Einkommen bzw. die finanzielle Situation auf die Lebenszufriedenheit ausübt, genauer eingegangen und weiters werden die Erklärungsansätze der Auswirkungen des Geldes auf das subjektive Wohlbefinden genauer erläutert.

• Einfluss des Einkommens bzw. der finanziellen Situation auf die Lebenszufriedenheit

Einkommen weist einen engeren Zusammenhang mit finanzieller Zufriedenheit auf, als mit allgemeiner Lebenszufriedenheit (Argyle, 2001).

Die Ergebnisse amerikanischer Umfragen zeigen, dass die Korrelation zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit am unteren Ende der Einkommensverteilung am stärksten ist. Diese Effekte des Einkommens wurden in vielen Kulturen nachgewiesen und blieben auch bestehen, wenn die Einflüsse der Bildung und die anderer Variablen konstant gehalten wurden. Daraus kann man schlussfolgern, dass innerhalb wohlhabender Länder die Korrelation zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit zwar generell gering ist, jedoch erweist sich dieser Zusammenhang am unteren Ende der Einkommensskala als größer. Statistik Austria (2011) spricht in diesem Sinne von den armutsgefährdeten Personen, nämlich Personen, welche ein niedriges Haushaltseinkommen beziehen. Die in der europäischen Sozialberichterstattung verwendete Armutsgefährdungsschwelle liegt bei 60% des Medians des äquivalisierten Jahreseinkommens (bedarfsgewichtetes Pro-Kopf-Einkommen) und beträgt laut EU-SILC 2008 in Österreich 951 Euro pro Monat für einen Einpersonenhaushalt. In Österreich sind 12% der Bevölkerung armutsgefährdet, das entspricht rund 993.000 Personen (vgl. Statistik Austria, 2011).

In ärmeren Ländern erweist sich die Korrelation zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit als höher. Dies lässt sich dahingehend interpretieren, dass arme bzw. armutsgefährdete Menschen eine geringere Lebenszufriedenheit aufweisen.

Layard (2003) postulierte, dass ein Einkommen über 15,000\$ pro Kopf keinen Garant für höhere Lebenszufriedenheit darstellt, ein Einkommen unter 15,000\$ wirkt sich jedoch nachteilig auf das subjektive Wohlbefinden aus (vgl. Layard, 2003).

Eine andere Möglichkeit, die Auswirkungen des Einkommens auf die Lebenszufriedenheit zu erheben, stellt der **Ländervergleich** bezüglich der Korrelation zwischen durchschnittlichem Einkommen und durchschnittlicher Lebenszufriedenheit dar. Es wurde eine Vielzahl solcher Studien durchgeführt, welche bis zu 55 Nationen umfassten und jede davon zeigte eine hohe Korrelation von etwa 0,60 (Diener & Biswas-Diener, 2000; nach Argyle, 2001). Der Vergleich armer mit reichen Nationen zeigt, dass Einwohner wohlhabender Länder im Durchschnitt glücklicher sind als jene ärmerer Länder. Der Ländervergleich geht allerdings mit beträchtlichen Validitätsproblemen einher.

Nun stellt sich die Frage, warum aus dem Ländervergleich eine hohe Korrelation mit dem Einkommen resultiert und Umfragen einzelner Personen einer Nation geringe Korrelationen aufweisen? Dies mag zum Teil auf statistische Artefakte zurückzuführen sein. Eine Hauptquelle der Zufriedenheitsvariation stellen Unterschiede in der Persönlichkeit dar, wie Extraversion und Neurotizismus. Im Ländervergleich wird daraus der Durchschnitt berechnet und dadurch eine Hauptquelle des „errors“ aufgehoben. Aufgrund dessen wird die Korrelation mit Einkommenserhöhung erzielt.

Dies stellt jedoch nicht die gesamte Erklärung dar. Eine weitere Begründung mag darin liegen, dass die Tatsache, in reichen Ländern zu wohnen, positive Auswirkungen auf die Lebenszufriedenheit ausübt, was allerdings über individuellen Reichtum hinausgeht. Damit sind öffentliche Güter wie Gesundheitseinrichtungen, Bildung, Sicherheit, Parks, Freizeiteinrichtungen und so weiter gemeint. Die Korrelation kann aber auch den Charakteristiken wohlhabender Länder zugeschrieben werden, wie größerer Einkommensgleichheit, Demokratie, politischer Freiheit und Individualismus (vgl. Argyle, 2001).

Eine andere Art herauszufinden, ob Einkommen Glück und Lebenszufriedenheit erzeugt, stellt die Analyse der *Auswirkungen der Einkommensänderungen* dar. Inglehart (1990) demonstrierte, dass 85% der Europäer, die angaben, ihre finanzielle Situation sei jetzt besser, zufriedener waren, verglichen mit jenen, die berichteten, ihre finanzielle Situation sei um einiges schlechter als früher. Layard (2005) hält bezüglich des *World Value Survey* fest, dass ein Rückgang des eigenen Gehalts um ein Drittel gegenüber dem durchschnittlichen Einkommen einen Rückgang des Glücksempfindens um zwei Punkte auf der Skala von 10 bis 100 verursacht.

Clark (1996; nach Argyle, 2001) untersuchte die Daten 9000 britischer Erwachsener und fand heraus, dass Arbeitszufriedenheit für jene am höchsten war, welche während des letzten Jahres die größte Lohnerhöhung erfahren haben. Die Daten wiesen jedoch darauf hin, dass die Steigerung der Zufriedenheit nur von kurzer Dauer war, da eine Art der Anpassung einsetzte (vgl. „Anpassung“, Kapitel 4.3.2.).

Eine Einkommenserhöhung mag jedoch vermehrte materielle Erwartungen erzeugen und diese Tatsache führt dazu, dass Menschen nach einer Einkommenserhöhung weniger zufrieden sind als davor (Argyle, 2001). Easterlin (2000) fand eine Korrelation zwischen Einkommen und Erwartung, nämlich in die eben angeführte Richtung – die Dinge, die Leute haben wollen, nehmen mit der Einkommenserhöhung zu.

Eine weitere Erklärung des schwachen Effekts des Geldes innerhalb der Länder stellt die Tatsache dar, dass Zufriedenheit aus dem Vergleich mit anderen resultiert (vgl. „*Soziale Vergleichsprozesse*“, Kapitel 4.3.1.).

• **Auswirkung der finanziellen Situation auf die Psyche**

Weaver (1998; nach Argyle, 2001) demonstrierte, dass von jenen Menschen mit geringerem Einkommen eher Depressionen berichtet wurden, ebenso wie mehrere Erkrankungen und geringere Lebenszufriedenheit.

Menschen der unteren Arbeiterklasse weisen mehr Stress auf, ausgelöst durch die Tatsache zum einen Geldprobleme zu haben und zum anderen geringere finanzielle Ressourcen aufzuweisen, um sich mit anderen Schwierigkeiten auseinanderzusetzen (Argyle, 2001). Dieser Effekt kann zum Teil durch die geringere Wahrnehmung der Kontrolle erklärt werden (vgl. „*Kontrollüberzeugung*“, Kapitel 4.3.4.).

• **Erklärungsansätze der Auswirkungen des Geldes auf die Lebenszufriedenheit**

Um die Auswirkungen des Geldes auf die Lebenszufriedenheit zu erklären, ist die **Bedürfnispyramide nach Maslow** (1970) von Bedeutung (vgl. „*Positive Psychologie*“, Kapitel 3.).

Bezogen auf den Zusammenhang von Geld und Lebenszufriedenheit vertritt Veenhoven (1995) die Meinung, dass Geld dann Lebenszufriedenheit verursacht, wenn es zur Befriedigung grundlegender und universeller Bedürfnisse beitragen kann, wie Essen, ein Dach über dem Kopf und Kleidung (**physiologische & Sicherheitsbedürfnisse**). Dies ist mit der Feststellung konsistent, dass der Zusammenhang zwischen Zufriedenheit und Einkommen innerhalb Gesellschaften nur am unteren Ende der Skala besteht (abgesehen von einem möglichen kleinen Anstieg der Zufriedenheit unter den sehr reichen Menschen) und dass diese Korrelation in ärmeren Ländern größer ist. Maslow's Theorie (1977) kann dieses Phänomen erklären: Wenn niedrigere Bedürfnisse – wie physiologische und anschließend Sicherheitsbedürfnisse – befriedigt sind, dann werden höhere aktiviert, nämlich jene der sozialen Akzeptanz, der Selbstachtung und der Selbstverwirklichung. Bezogen auf die vorhergehend erwähnten Ergebnisse bedeutet dies, dass Geld auf niedrigere Bedürfnisse jener

Menschen trifft, welche keine höheren Bedürfnisse entwickelt haben. Wenn die niedrigen Bedürfnisse aber nicht befriedigt werden können, führt dies zu starken Belastungen bzw. Leiden und folglich zu massiver Unzufriedenheit (vgl. Argyle, 2001).

EU-SILC geht ebenfalls auf die Möglichkeit der Befriedigung verschiedener Bedürfnisse durch Geld ein und fragt gezielt nach dem Leisten bzw. Nicht-Leisten-Können bestimmter Dinge:

37	Können Sie und die anderen Haushaltsmitglieder sich leisten...	JA	NEIN	K.A.
37.1.	...einmal im Jahr eine Woche Urlaub an einem anderen Ort zu machen, wenn Sie für die Unterkunft bezahlen müssen? FILTER: wenn nicht Ja, weiter bei 37.6., sonst weiter bei 37.2.	1	2	-1
37.6.	...Haben Sie und die anderen Haushaltsmitglieder andere Möglichkeiten, eine Woche Urlaub an einem anderen Ort zu verbringen, z.B. Zweitwohnsitz, bei Freunden oder durch Zuschüsse?	1	2	-1
37.2.	... jeden zweiten Tag Fleisch, Fisch, Geflügel, oder eine entsprechende vegetarische Speise zu essen?	1	2	-1
37.3.	...bei Bedarf neue Kleidung zu kaufen?	1	2	-1
37.4.	...die gesamte Wohnung angemessen warm zu halten?	1	2	-1
37.5.	...einmal monatlich Freunde oder Verwandte zu sich nach Hause zum Essen einzuladen?	1	2	-1

(Datenerhebung EU-SILC, 2010)

Die Theorie von Maslow erklärt jedoch nicht, warum das durchschnittliche Einkommen und die Zufriedenheit im Ländervergleich in bestimmtem Ausmaß – über die gesamte Einkommensskala hinausgehend – zusammenhängt. Dies kann, wie bereits erwähnt, durch die Auswirkungen, welche nationales Einkommen auf die verschiedenen Möglichkeiten ausübt, erklärt werden – nicht nur bezüglich Essen und Wohnen, sondern auch bezüglich

Freizeiteinrichtungen, Bildung, medizinische Einrichtungen, Transportmittel und Umweltbedingungen (vgl. Argyle, 2001).

Maslow's Theorie sagt weiters voraus, in reicheren Ländern, wo Geld eine weniger wichtige Zufriedenheitsquelle einnehme, seien andere (höhere) Bedürfnisse stärkere Prädiktoren. Oishi et al. (1999; nach Argyle, 2001) zeigten auf, dass in reicheren Nationen die Zufriedenheit mit Selbstachtung und Unabhängigkeit stärkere Korrelate der Lebenszufriedenheit darstellten. Dennoch können einige nicht-biologische Bedürfnisse, welche Selbstverwirklichung beinhalten, mit Hilfe von Geld befriedigt werden, wie zum Beispiel im Bezug auf Freizeit. Freizeitaktivitäten können nämlich teuren materiellen Besitz oder andere Unkosten erfordern, wie beispielsweise Segeln und Reiten.

Menschen wollen deshalb mehr Geld, da sie entweder denken, es mache sie glücklicher, weil sie der Meinung sind, das, was sie sich mit dem Geld kaufen, verschaffe ihnen Glück, weil sie vermuten, Geld auszugeben, erzeuge kurzzeitig positive Gefühle oder weil sie denken, Geld erhöhe ihre Kontrolle über Ereignisse (Diener & Biswas-Diener, 2000; nach Argyle 2001).

Geld wird auch deshalb geschätzt, weil es Erfolg und sozialen Status symbolisiert, wie beispielsweise Kleidung, Autos, Häuser und andere Besitztümer, die der *Selbstdarstellung* bzw. als *Statussymbole* dienen und die Wahrnehmung und Reaktion anderer Leute beeinflussen.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Geld grundlegende Bedürfnisse (Nahrung, Kleidung, Unterkunft) befriedigen kann, wobei dies bei den Einwohnern der meisten Länder ohnehin anzutreffen ist. Meist sind höhere Bedürfnisse aktiviert (Selbstachtung, Selbstverwirklichung), welche mit Geld nicht befriedigt werden können, was sich im geringen Zusammenhang zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit äußert.

4.2.6. Gesundheit

In EU-SILC erfolgt die Erhebung des Gesundheitszustandes über Fragen bezüglich des Gesundheitszustandes und der Inanspruchnahme medizinischer Leistungen (Datenerhebung EU-SILC, 2010)

Okun et al. (1984, nach Argyle, 2001) führten eine Metaanalyse durch und zeigten, dass die Korrelation zwischen Gesundheit und Lebenszufriedenheit 0,32 beträgt. Der Zusammenhang

war jedoch höher, wenn subjektive Messungen der Gesundheit herangezogen wurden – *subjektive Gesundheit* stellt nämlich einen Teil der Lebenszufriedenheit dar. Physische Gesundheit ist nicht gleichzusetzen mit psychischer Gesundheit: während Neurotiker ihre Krankheiten meist übertreiben, mögen jene mit hohem Blutdruck oder Cholesterinspiegel annehmen, ihnen gehe es besser als der physische Gesundheitszustand anzeige (vgl. Argyle, 2001).

EU-SILC geht ebenfalls eher von der subjektiven Einschätzung des Gesundheitszustandes aus:

102 *Jetzt möchte ich Ihnen ein paar Fragen zu ihrer Gesundheit stellen. Wie ist ihre Gesundheit im Allgemeinen?*

Sehr gut	1
Gut	2
Mittelmäßig	3
Schlecht	4
Sehr schlecht	5
Keine Angabe	-1

(Datenerhebung EU-SILC, 2010)

Die Korrelation zwischen Gesundheit und Lebenszufriedenheit ist jedoch bei älteren Menschen höher und erweist sich als eine der wichtigsten Prädiktoren ihrer Lebenszufriedenheit. Eine Erklärung hierfür könnte sein, dass diese eher mit Gesundheitseinschränkungen konfrontiert sind (Mayring, 1991).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass unsere Gesundheit zwar sehr wichtig ist, sie aber meist nicht den entscheidenden Glücksfaktor darstellt. Dies mag daran liegen, dass wir beachtliche Fähigkeiten haben, mit körperlichen Einschränkungen zu leben (Loewenstein, 1999; nach Layard, 2005). Unterstützung hierfür bieten zum einen die Ergebnisse von Irwin et al. (zitiert nach Layard, 2005) – welche demonstrierten, dass Patienten 3 Jahre nach ihrer Krebsoperation höhere Zufriedenheitswerte aufwiesen als eine gesunde Kontrollgruppe – und jene von Brickman et al. (1978), die zeigten, dass gelähmte Unfallopfer mit ihrem Leben glücklicher waren als man in Anbetracht ihres Schicksals angenommen hatte (vgl. „Adaption“, Kapitel 4.3.2.)

4.2.7. Wohnsituation

Zur Erhebung der Wohnsituation finden sich in EU-SILC einige Fragen betreffend der Wohnungsmerkmale – nämlich Gebäudeart, Nutzfläche, Vorhandensein Bad/WC, Rechtsverhältnis – und bezüglich der Wohnkosten – abhängig vom Rechtsverhältnis an der Wohnung, Wohnkostenbelastung, Zuschüsse, Zahlungsrückstände (Datenerhebung EU-SILC, 2010).

Hall (1976; nach Argyle, 2001) zeigte, dass die Wohnsituation eine der am meisten genannten Domänen darstellt. Genau genommen kann sie als Teil des Lebensstandards angesehen werden. Mehrere Studien haben demonstriert, auf welche Weise spezielle Aspekte des Wohnens zur Zufriedenheit mit den Wohnverhältnissen beitragen können. Die britische Umfrage von Hall zeigte, dass jene Leute, welche keine Badewanne oder Dusche hatten, geringe Zufriedenheit mit ihren Badezimmern aufwiesen, was aber deutlich weniger Einfluss auf die Gesamtzufriedenheit und noch weniger Effekt auf die Lebenszufriedenheit ausübt (vgl. Argyle, 2001). Campbell et al. (1976) demonstrierten auf ähnlichem Wege, dass die Zufriedenheit bezüglich Wohnsituation von Variablen wie – verfügbare Räume pro Person, Größe der Räume und Heizung – abhängt.

Die Korrelation zwischen Wohnverhältnissen und Lebenszufriedenheit beträgt etwa 0,30.

Weiters wird in EU-SILC genauer auf den *Lebensstandard* eingegangen. Es finden sich Fragen bezüglich des Vorhanden- bzw. Nichtvorhandenseins bestimmter Besitztümer im Haushalt aus finanziellen Gründen – wie zum Beispiel Handy, Festnetztelefon, Farbfernseher, PC, Internetanschluss, DVD Player, Waschmaschine (auch Gemeinschaftswaschküche), Geschirrspülmaschine, Privater PKW (auch privat genutzter Firmenwagen) – das Nicht-Leisten-Können von Urlaub, neuer Kleidung, angemessener Heizung und so weiter (Datenerhebung EU-SILC, 2010).

Im Folgenden wird nun zur Veranschaulichung eine der Fragen bezüglich vorhandener bzw. nicht vorhandener Geräte im Haushalt dargestellt:

36 *Sagen Sie mir bitte, ob sich folgende Geräte in Ihrem Haushalt befinden.
Falls sich eines dieser Geräte nicht in Ihrem Haushalt befindet, sagen Sie mir bitte, ob Sie es aus finanziellen Gründen nicht haben oder ob Sie es nicht haben wollen.*

Farbfernseher

Ja, im Haushalt vorhanden	1
Nein, aus finanziellen Gründen nicht vorhanden	2
Nein, der Haushalt will das nicht haben	3
Keine Angabe	-1

(Datenerhebung EU-SILC, 2010)

4.2.8. Schlussfolgerung – objektive Lebensbedingungen

Aus den Ergebnissen bezüglich objektiver Lebensbedingungen kann man ableiten, dass diese nur mäßigen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit ausüben. Die Korrelation zwischen Lebensbedingungen und Wohlbefinden wird jedoch erhöht, wenn man die *kognitive Komponente* berücksichtigt. Das entscheidende Kriterium hierfür stellt die *subjektive Wahrnehmung* bzw. *Einschätzung der objektiven Lebensbedingungen* dar und wurde bereits unter dem Punkt Gesundheit (Kapitel 4.2.6.) nachgewiesen. Der Zusammenhang zwischen Lebensbedingungen und subjektivem Wohlbefinden erhöht sich nämlich, wenn anstatt objektiver Messungen subjektive Einschätzungen der Lebensbedingungen (subjektive Messungen) herangezogen werden (Mayring, 1991; Powdthavee, 2007).

EU-SILC berücksichtigt daher neben der Erhebung objektiver Lebensbedingungen auch die subjektive Einschätzung dieser, indem zum Abschluss gezielt nach der Zufriedenheit mit den einzelnen Bereichen und dem Leben als Ganzes gefragt wird. Es werden ein paar konkrete Fragen zur Zufriedenheit gestellt, wobei 2 dieser Fragen hier zur Illustration angeführt sind:

120 *Ich möchte Ihnen nun ein paar Fragen zu Ihrer Zufriedenheit mit verschiedenen Lebensbereichen stellen* (INT: LISTE 25 vorlegen!)
Bitte sagen Sie mir...

Wie zufrieden sind sie gegenwärtig, alles in allem, mit ihrem persönlichen Einkommen?

Sind Sie...

Sehr zufrieden	6
Ziemlich zufrieden	5
Eher zufrieden	4
Eher unzufrieden	3
Ziemlich unzufrieden	2
Sehr unzufrieden	1
Keine Angabe	-1
Weiß nicht	-3

Wie zufrieden sind sie gegenwärtig, alles in allem, mit ihrem Leben?

Sind Sie...

Sehr zufrieden	6
Ziemlich zufrieden	5
Eher zufrieden	4
Eher unzufrieden	3
Ziemlich unzufrieden	2
Sehr unzufrieden	1
Keine Angabe	-1
Weiß nicht	-3

(Datenerhebung EU-SILC, 2010)

4.2.9. Stiglitz Report – Kritik am Bruttoinlandsprodukt als Wohlstandsindikator

Das Problem, objektive Lebensbedingungen als Indikatoren des Wohlbefindens anzunehmen (welches – wie bereits erwähnt – aus dem geringen Zusammenhang dergleichen resultiert), zeigt sich in internationalen Wohlstandsvergleichen – nämlich aufgrund der Tatsache, das BIP als Einheit des internationalen Wohlstandsvergleichs zwischen den Ländern einzusetzen.

Im Februar 2008 bat der Präsident der Republik Frankreich Nicholas Sarkozy – der mit dem aktuellen Stand der statistischen Information bezüglich Ökonomie und Gesellschaft nicht zufrieden war – Joseph Stiglitz (Präsident der Kommission), Amartya Sen (Berater) und Jean Paul Fitoussi (Koordinator) darum, eine Kommission zu schaffen, die daraufhin als „*The Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*“ (CMEPSP) bezeichnet wurde. Die Ziele der Kommission waren: 1.) die Beschränkungen des BIP als Indikator ökonomischer Leistung und sozialer Entwicklung zu identifizieren, welche auch die Messprobleme beinhalten sollten; 2.) die Feststellung, welche zusätzlichen Informationen für die Gewinnung relevanter Indikatoren sozialer Fortschritte benötigt werden; 3.) die Beurteilung der Durchführbarkeit alternativer Messungen und 4.) die Diskussion darüber wie man die statistische Information in angemessener Weise aufbereitet.

Es gibt oft Diskrepanzen zwischen standardisierten Messungen wichtiger sozioökonomischer Variablen – wie u. a. ökonomisches Wachstum, Inflation, Arbeitslosigkeit – und verbreiteten Sichtweisen. In anderen Worten ausgedrückt bedeutet dies, dass beispielsweise standardisierte Messungen auf geringere Inflation oder stärkeres Wachstum hindeuten, als dies die Leute selbst wahrnehmen. Daraus kann man ableiten, dass es oft Differenzen zwischen statistischen Messungen sozio-ökonomischer Phänomene und der Wahrnehmung der Einwohner bezüglich derselben gibt. Als Beispiel hierfür dienen Verkehrsstaus. Diese mögen zwar das BIP aufgrund vermehrten Benzingebruchs steigern, allerdings nicht die Lebensqualität. Wenn sich Einwohner bezüglich Luftqualität besorgt zeigen und die Luftverschmutzung zunimmt, liefern statistische Messungen, welche Luftverunreinigung keine Beachtung schenken, ungenaue Einschätzungen bezüglich des Wohlbefindens der Einwohner.

Die Kommission hofft, mit ihrem Report – unter 4 ausgewählten Gruppen – auf ein empfängliches Publikum zu stoßen. Er ist sowohl an politische Oberhäupter und politische Entscheidungsträger adressiert, als auch an akademische Gemeinschaften, Statistiker und Bürgergesellschaftsorganisationen.

Eine Hauptbotschaft des Reports lautet, dass die Zeit für unser Messsystem reif ist „*to shift emphasis from measuring economic production to measuring people’s well-being*“. Und diese Erhebungen des Wohlbefindens sollten in einem Kontext der Nachhaltigkeit gemessen werden (Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress).

Daraus lässt sich die Forderung ableiten, dass bei internationalen Wohlstandserhebungen (d.h. wie gut es den Menschen in den Ländern geht) zukünftig die subjektive Wahrnehmung der Leute bezüglich ihres Lebensstandards berücksichtigt werden sollte (vgl. Stiglitz et al., 2010).

Im Folgenden wird nun auf weitere kognitive Prozesse eingegangen, die das Wohlbefinden beeinflussen und sich folglich auf die Einschätzung der Lebenszufriedenheit auswirken.

4.3. Kognitionen

Viele Autoren wiesen den Einfluss kognitiver Prozesse auf die Lebenszufriedenheit nach und folgerten daraus einige kognitive Variablen die als Glückskorrelate gelten (z.B. Easterlin, 1995; Brickman et al., 1978).

Im Folgenden wird nun auf die verschiedenen kognitiven Variablen einzeln eingegangen, welche sich auf das Wohlbefinden auswirken – nämlich soziale Vergleichsprozesse, Adaption, Attributionen, Kontrollüberzeugungen und Erwartung der Fähigkeiten und Ressourcen.

4.3.1. Soziale Vergleichsprozesse

Die soziale Vergleichstheorie besagt, dass Menschen ihre Eigenschaften oder ihre Lebensbedingungen über den Vergleich mit anderen beurteilen (Argyle, 2001).

Es besteht die Annahme, dass die Einschätzung des Lebens von dem Grad abhängt, zu welchem jemand denkt, besser dran zu sein als andere Leute. Verbesserungen der Lebensbedingungen aller Leute würden daher nicht zur Zufriedenheit führen, da der Abstand zu den Referenzpersonen derselbe bleiben würde (Veenhoven, 1991). Bezüglich des Zusammenhangs von Einkommen und Zufriedenheit folgerte Cheung (1998) aus seinen Untersuchungen, dass Einkommen und Zufriedenheit zwar positiv korrelieren, allerdings korreliert diese nicht mit der Höhe des Einkommens, sondern mit den relativ zum Einkommen anderer Personen größeren eigenen finanziellen Möglichkeiten. Wenn im Vergleich zu anderen Personen das eigene Einkommen gleich hoch oder niedrig ist, dürfte die Zufriedenheit auch bei generell steigender Kaufkraft gleich bleiben oder sogar sinken.

Diese Folgerung steht im Einklang mit der Feststellung von Easterlin (1974), welcher aufzeigte, dass die Amerikaner in den Nachkriegsjahrzehnten nicht glücklicher waren, trotz Verdoppelung des Einkommens pro Kopf („*Easterlin-Paradoxon*“; Easterlin, 1995). Wirtschaftliche Veränderungen führen nach Easterlin nicht zu Befindensänderungen. Trotz Wachstum des materiellen Wohlstandes in einem Land, bleibt das Lebensglück konstant. Personen vergleichen ihre materiellen Möglichkeiten untereinander, und wenn sich ihre

Möglichkeiten im Kontrast zu denen von Referenzgruppen verbessern, steigt auch das Wohlbefinden. Eine absolute Verbesserung der wirtschaftlichen Bedingungen aller tangiert das subjektive Lebensglück anscheinend kaum. Auch der Anstieg der Löhne in einem Land wirkt sich laut Easterlin nicht signifikant auf die Lebenszufriedenheit aus. Besserverdienende sind glücklicher als schlecht verdienende Arbeitnehmer, aber wenn die Löhne insgesamt angehoben werden, bleibt die Zufriedenheit unverändert (Easterlin, 1995; Kirchler, 2003). Dabei sei jedoch anzumerken, dass Easterlin relativ wohlhabende Nationen und keine wirklich armen Länder untersuchte (Veenhoven, 1989). Beim Vergleich armer und reicher Länder zeigt sich nämlich eine Korrelation zwischen subjektivem Glück und absoluten Wirtschaftsgrößen in die Richtung, dass in armen Kontinenten das Befinden niedriger ist als in reichen Kontinenten (vgl. „*Einkommen und finanzielle Situation*“, Kapitel 4.2.5.).

Die soziale Vergleichstheorie wurde 1954 durch Leon Festingers Arbeit „*A Theory of Social Comparison Processes*“ begründet und wird seitdem ständig weiterentwickelt. Die Grundannahmen der Theorie lauten, dass Individuen das Bedürfnis haben, die eigenen Meinungen und Fähigkeiten zu bewerten. Aus diesem Grunde vergleichen sie sich mit anderen Personen.

Der Vergleich mit Mitmenschen hat nach Festinger 3 mögliche Funktionen (vgl. Festinger, 1954; Herkner, 2001; Mussweiler, 2003):

1. Wer realistische Informationen über sein gegenwärtiges Selbst benötigt, vergleicht sich mit Gleichgestellten bzw. peers.
2. Wer sein Selbstwertgefühl schützen oder verbessern will, vergleicht sich mit Menschen, die im interessierenden Merkmal unterlegen sind. Dies charakterisiert den *abwärts* gerichteten Vergleich.
3. Wer wissen will, welche Möglichkeiten er hat bzw. welche Verbesserungen möglich sind, vergleicht sich mit Menschen, die im interessierenden Merkmal überlegen sind; dies stellt den *aufwärts* gerichteten Vergleich dar.

Wills (1981) bestätigte die Hypothese, dass Menschen ihr subjektives Wohlbefinden erhöhen können, indem sie sich mit weniger wohlhabenden Leuten vergleichen. Weiters unterstützten seine Ergebnisse die Annahme, dass abwärts gerichtete Vergleichsprozesse dann hervorgerufen werden, wenn eine Verminderung des subjektiven Wohlbefindens wahrgenommen wird. Er schlussfolgerte aus seinen Studien, dass Menschen generell die

Tendenz aufweisen, sich mit Bessergestellten zu vergleichen, wobei jene mit geringem Selbstwertgefühl eher den abwärts gerichteten Vergleich tätigen.

Menschen wählen ihre eigenen *Vergleichsziele* aus. Bezüglich des Lohnvergleichs muss einer Person eine entsprechende Bezugsgruppe bekannt sein. Robbins (1993; nach Kirchler, 2003) führt bezüglich Lohngerechtigkeit 4 mögliche Vergleichspunkte an und meint, je nach Schulbildung, Dauer eines Arbeitsverhältnisses und Höhe des Lohnes würden Personen unterschiedliche Bezugspunkte wählen:

- Eine Person kann ihren Input und Output mit ihrem Input und Output in einer anderen Position im selben Betrieb
- oder in einem anderen Betrieb vergleichen.
- Eine Person kann ihre Ergebnisse und Leistungen aber auch mit denen einer Person oder Gruppe von Personen innerhalb des Betriebes oder
- außerhalb des Betriebes vergleichen (vgl. Kirchler, 2003).

Arbeitnehmer mit hohem Gehalt und hoher Schulbildung verfügen über mehr Arbeitsinformation als andere und wählen ihre Vergleichsstandards daher außerhalb der Organisation, in der sie tätig sind. Jene Arbeitnehmer, die seit langem in einem Betrieb tätig sind, vergleichen ihren Lohn mit dem der Kollegen. Wer seit kurzem in einem Betrieb arbeitet, sucht seine Vergleichspunkte in der eigenen Arbeitsvergangenheit (Kirchler, 2003). Adams (1963; nach Kirchler, 2003) beschreibt in seiner *Equity-Theorie* Vergleichsprozesse zwischen eigenen Beiträgen und Ergebnissen mit den Beiträgen anderer und deren Ergebnissen. Auf die Problematik der Lohngerechtigkeit bezogen, werden Vergleiche zwischen der eigenen Leistung und dem Lohn und der Leistung anderer und deren Lohn angestellt. Grundaussage der Theorie ist, dass Personen Gerechtigkeit bzw. Zufriedenheit erleben, wenn das Verhältnis zwischen der eigenen Leistung und dem eigenen Leistungsergebnis (z.B. dem Lohn) dem Verhältnis der Leistung anderer und deren Lohn entspricht. Inequity-Gefühle, Diskordanz oder Ungerechtigkeit werden erlebt, wenn der Vergleich mit Anderen Disproportionalität ergibt. Diskordanz, Ungerechtigkeit und in Folge Unbehagen werden auch dann erlebt, wenn eine Person verglichen mit anderen einen höheren Lohn erhält. In unterschiedlichen Studien hat sich bestätigt, dass eine proportionale, dem eigenen Input und dem anderer Personen im Verhältnis entsprechende Gewinnverteilung oder Bezahlung allen anderen Ergebnisverteilungen gegenüber bevorzugt wird. Überbezahlung

scheint zu etwas geringerer Zufriedenheit zu führen als gerechte Entlohnung; Unterbezahlung führt eindeutig zu Ärger- und Frustrationsgefühlen und damit zu Unzufriedenheit (vgl. Kirchler, 2003)

Michalos (1985; nach Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999) überarbeitete die „*multiple discrepancy theory of satisfaction*“, welche er von den alten Griechen, Wilson (1967), Campbell et al. (1976) und anderen übernommen hatte. Gemäß der **Multiplen Diskrepanztheorie (MDT)** von Michalos (1985) vergleichen sich Individuen mit mehreren Standards – nämlich mit anderen Leuten, vergangenen Bedingungen, mit Erwartungen, optimalen Zufriedenheitsniveaus, mit Bedürfnissen und Zielen. Zufriedenheitsurteile basieren demnach auf Diskrepanzen zwischen aktuellen Bedingungen und den eben angeführten Vergleichsstandards. Eine Diskrepanz, welche ein aufwärts gerichteter Vergleich mit sich bringt, resultiert in einer Abnahme des subjektivem Wohlbefindens, wohingegen eine Abweichung, verbunden mit einem abwärts gerichteten Vergleich mit einer Erhöhung der Zufriedenheit einhergeht (vgl. Diener et al., 1999). Demnach stellen hohe Erwartungen eine Bedrohung für das subjektive Wohlbefinden dar (Wilson 1976; nach Diener et al., 1999). Diener und Fujita (1995) betonen jedoch, dass vermutlich nicht der Erwartungslevel subjektives Wohlbefinden voraussagt, sondern der Grad, zu welchem die Erwartungen realistisch getätigt und in Kongruenz mit den persönlichen Ressourcen stehen.

Aktuelle Studien zeigen weiters, dass der Prozess des Voranschreitens in Richtung der Erwartungen für das subjektive Wohlbefinden wichtiger ist, als der Endzustand der Zielerreichung (Csikszentmihalyi, 1990; nach Diener et al., 1999). Dementsprechend sind Menschen mit hohen Erwartungen und geringen aktuellen Ergebnissen zufrieden, sofern sie angemessene Fortschritte in Richtung ihrer Ziele machen. Außerdem könnten geringe Erwartungen eine Reihe vergangener Misserfolge widerspiegeln. Aus diesem Grunde lässt sich festhalten, dass geringe Erwartungen nicht geeignet sind, positives Wohlbefinden vorauszusagen (vgl. Diener et al., 1999).

4.3.2. Anpassung

Die **Anpassungsleveltheorie** besagt, dass Zufriedenheit relativ ist und wir die Tendenz besitzen, uns an alles zu gewöhnen (Veenhoven, 1991).

Brickman und Campbell (1971) sprechen in diesem Sinne von der *hedonistischen Tretmühle*, wo Vorgänge ähnlich der sensorischen Anpassung ablaufen – wenn Menschen emotionale Reaktionen auf „life events“ erleben (Brickman & Campbell, 1971; Diener, Lucas & Scollon, 2006). Genauso wie sich die Nase schnell an Gerüche gewöhnt und diese danach aus dem Bewusstsein verschwinden, suggerieren Brickman und Campbell (1971), dass sich das Emotionssystem an die aktuellen Lebensumstände einer Person anpasst und dass alle Reaktionen relativ zur vorhergehenden Erfahrung dieser Person anzusehen sind. Im Sinne der Tretmühlentheorie argumentierte Easterlin (1995), dass sich Menschen an ihre materiellen Güter gewöhnen. Sie passen die Erwartungen an ihre Möglichkeiten an und demnach steigt ihr Anspruchsniveau – an dieser Stelle, die Höhe des Einkommens, welches sie ihrer Meinung nach zum Leben brauchen – mit ihrem Einkommen.

Die ursprüngliche Tretmühlen-Theorie postulierte weiters, dass Menschen zwar kurzzeitig auf positive und negative Events reagieren, nach einer Zeit kehren sie jedoch wieder zur Neutralität zurück. Neuere Studien zeigten jedoch, dass drei Viertel der untersuchten Stichproben eine Emotionsbalance (positive Stimmungen und Emotionen – negative Stimmung und Emotionen) oberhalb der Neutralität aufweisen.

Nichtsdestotrotz stellen sowohl Zufriedenheit als auch Unzufriedenheit lediglich kurzlebige Reaktionen auf veränderte Situationen einer Person dar (vgl. Diener et al., 2006).

Als Unterstützung dieser Theorie können folgende Ergebnisse genannt werden: Die Tatsache, dass Lotteriegewinner kaum glücklicher zu sein scheinen als der Durchschnitt und die Beobachtung, dass Tetraplegiker dazu tendieren, sich mit ihrem Schicksal in Einklang zu bringen. Nach einiger Zeit waren tetraplegisch gelähmte Menschen nämlich beinahe so glücklich wie die Allgemeinbevölkerung (vgl. Brickman et al., 1978). Außerdem erklärt die Tretmühlen-Theorie die Beobachtung, dass Menschen mit vielen Ressourcen manchmal nicht glücklicher sind als jene mit wenigen und dass Leute mit massiven Problemen manchmal völlig glücklich sind (Diener et al., 2006).

Menschen können sich jedoch nicht an alle Situationen anpassen. Es gibt nämlich *Minimumschwellenwerte* der Bedürfnisbefriedigung, da sich niemand an Hungersnot, Einsamkeit und Ungerechtigkeit gewöhnen kann (Veenhoven, 1991).

4.3.3. Kontrollüberzeugungen und Attributionsstil

• Kontrollüberzeugungen

Laut Rotter (1966) liegt eine *internale Kontrollüberzeugung* dann vor, wenn ein Individuum ein positives oder negatives Ereignis als Konsequenz des eigenen Verhaltens wahrnimmt, während eine *externe Kontrollüberzeugung* vorliegt, wenn dieses Ereignis vom eigenen Verhalten als unabhängig wahrgenommen wird, d.h. als der eigenen Kontrolle entzogen. Die Wahrnehmung spielt hierbei eine große Rolle: Es ist innerhalb dieses Konstrukts unerheblich, ob ein Ereignis tatsächlich der eigenen Kontrolle unterliegt oder nicht, sondern allein, ob das Individuum dies glaubt (Rotter, 1966).

Bezogen auf die Lebenszufriedenheit lieferten Bostic und Ptacek (2001) Hinweise darauf, dass zwischen der Variabilität des subjektiven Wohlbefindens und der externalen Kontrollüberzeugung ein Zusammenhang besteht. Bei der Analyse der Daten der Bonner Gerontologischen Längsschnittstudie (*BOLSA*) kam Fisseni (1987; nach Schulz-Hausgenoss, 2005) u.a. zu dem konkreten Schluss, dass für das subjektive Wohlbefinden niedrige Externalität vorteilhaft ist.

Es konnte außerdem aufgezeigt werden, dass Menschen, die sich wirksam fühlen (d.h. die internale Kontrollüberzeugung aufweisen), nicht nur glücklicher, sondern auch optimistischer sind, was die Zukunft betrifft (Flammer, 1990). Eine bestimmte Form der internalen Kontrollüberzeugung stellt die temporale Selbstbestimmtheit dar. Die Überzeugung, die Kontrolle über die eigene Zeit zu besitzen, macht einen – insbesondere mit der Freizeit und mit dem Leben in seiner Ganzheit – zufriedener (Eriksson et al., 2007). Andere Autoren gingen einen Schritt weiter, folgerten aus ihren Studien, dass Menschen, die glauben, ihr Leben beeinflussen zu können, sich im Allgemeinen wohler fühlen (Flammer, 1990; Ryff, 1989). Internale Kontrolle stellt demnach eine Persönlichkeitsvariable dar, die mit der Lebenszufriedenheit korreliert (Argyle, 2001).

• Attributionsstil

Der Attributionsstil einer Person ist ausschlaggebend dafür, ob Lebenszufriedenheit erfahren wird oder nicht.

Es ist schon lange bekannt, dass depressive Menschen die Tendenz besitzen, negative Ereignisse sich selbst zuzuschreiben – sie denken, es wäre ihr eigener Fehler gewesen. Aufgrund zugeschriebener internaler Verursachung negativer Ereignisse besteht die Annahme, dass dies erneut auf verschiedene Arten auftreten wird. Diese Tatsache führt zu einer Verringerung des subjektiven Wohlbefindens (vgl. Argyle, 2001).

Argyle et al. (1989) demonstrierten, dass glückliche Menschen sich die Schuld nicht auf diese Art zuschreiben. Sie machen sich für die positiven Ereignisse in ihrem Leben verantwortlich, was zu einer Erhöhung des subjektiven Wohlbefindens führt.

4.3.4. Rationalisierung

Der Begriff Rationalisierung bezeichnet in der Psychologie kognitive Vorgänge, bei denen Erfahrungen, Erlebnissen oder Verhaltensweisen nachträglich rationale Erklärungen zugeschrieben werden. Diese müssen keinesfalls wirklich die Ursache für das Erlebnis, die Erfahrung oder die Verhaltensweise darstellen, sondern sind oft konstruiert und persönlich eingefärbt. Die vermeintliche Logik reduziert kognitive Dissonanzen und vermittelt der Person einen Sinn. In der Psychoanalyse versteht man unter Rationalisierung einen Abwehrmechanismus, bei dem ein ängstigender Affekt oder eine verbotene Triebbefriedigung durch scheinbar logische Argumente abgewehrt werden. Es werden scheinbar objektive und nachvollziehbare Argumente gefunden, um das eigene Verhalten zu erklären (vgl. Psychologie-Lexikon, 2011). Bezogen auf Lebenszufriedenheit lässt sich daraus schließen, dass Menschen die Tendenz besitzen, ihren Handlungen bzw. Lebensbedingungen rationale Erklärungen zuzuschreiben, um ihr subjektives Wohlbefinden zu erhöhen oder aufrechtzuerhalten.

4.3.5. Ziele, Wahrnehmung der Ressourcen und Erwartungen der Zielerreichung

Sowohl die Art und der Aufbau der Ziele, als auch der Erfolg, mit welchem man diese erreichen kann und das Ausmaß des Fortschrittes in Richtung der Zielverwirklichung beeinflusst möglicherweise Emotionen und Lebenszufriedenheit. Das allgemein gültige konzeptionelle Modell besagt, dass es Menschen gut geht, wenn sie in Richtung ihrer Ziele voranschreiten, wohingegen es ihnen schlecht geht, wenn sie es nicht schaffen, ihre Ziele zu

erreichen. Daher können Ziele als wichtige Referenz des Affektsystems angesehen werden (vgl. Diener et al., 1999).

Ressourcen sind materielle, soziale oder persönliche Eigenschaften einer Person, welche er/sie nutzen kann, um seine/ihre Ziele zu erreichen. Ressourcen können externen Besitz (z.B. Geld), soziale Rollen (z.B. ein Vorsitzender zu sein) und Persönlichkeitseigenschaften darstellen (Diener & Fujita, 1995). Diener und Fujita (1995) folgern aus ihrer Studie, dass die eigenen Ressourcen Prädiktoren des subjektivem Wohlbefindens darstellen, allerdings ist der Zusammenhang stärker, wenn die Ressourcen im Einklang mit dem eigenen ideographischen Streben bzw. mit den eigenen Zielen stehen.

Die Erwartung, bestimmte Fähigkeiten bzw. Ressourcen zu besitzen, um die eigenen Ziele zu erreichen, stellt eine wichtige kognitive Komponente bei der Einschätzung der Lebenszufriedenheit dar. Damit ist gemeint, dass die eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten als „*Bewertungsobjekte*“ dienen, anhand derer die Lebenszufriedenheit eingeschätzt wird. Das Hauptaugenmerk liegt demnach auf der subjektiven Beurteilung bzw. auf der Erwartung, was man durch Taten und Sein erreichen kann und welches Leben man führt bzw. führen kann (vgl. Sen, 1985).

4.4. Persönlichkeitsmerkmale

Immer mehr Wohlbefindensforscher tendieren dazu, Glück bzw. Lebenszufriedenheit als eine relativ stabile, im Lebenslauf aufgebaute Persönlichkeitseigenschaft zu fassen (vgl. Diener, 1984; Diener et al., 1999). In den großen gerontologischen Längsschnittuntersuchungen (z.B. Costa & McCrae, 1980) hat sich immer wieder eine erstaunlich hohe intraindividuelle Stabilität des Glücks herausgestellt. Ein konzeptuelles Modell zur Erklärung des Zusammenhangs zwischen Persönlichkeit und subjektivem Wohlbefinden besagt, dass manche Menschen Prädisposition dafür besitzen, glücklich oder unglücklich zu sein, was vermutlich auf die angeborenen individuellen Unterschiede im Nervensystem zurückzuführen ist (Costa & McCrae, 1980; Diener et al., 1999).

Im Folgenden wird nun auf die persönlichkeitsbezogenen Korrelate der Lebenszufriedenheit – nämlich Extraversion, Neurotizismus und einige kognitive Aspekte der Persönlichkeit – kurz eingegangen. Außerdem wird der Einfluss des Alters und des Geschlechts auf die Lebenszufriedenheit näher erläutert.

4.4.1. Extraversion und Neurotizismus

Extraversion korreliert mit der Lebenszufriedenheit – insbesondere mit dem positiven Affekt – wohingegen Neurotizismus einen negativen Zusammenhang mit der Lebenszufriedenheit aufweist (Costa & McCrae, 1980; Diener, 1984; Argyle, 2001). Extraversion ist dabei über Soziabilität, Tempo, Vitalität und sozialer Eingebundenheit definiert und verschafft positive Affekte im Leben. Das Augenmerk liegt dabei auf dem sozialen Aspekt der Extraversion und nicht auf ihrer Impulsivitätskomponente (Emmons & Diener, 1983; nach Diener 1984).

Geringer Neurotizismus bedeutet einen Mangel an Ängstlichkeit, Feindseligkeit, Impulsivität und psychosomatischen Beschwerden und verhindert in diesem Sinne negative Affekte. Neuere Forschungen haben ebenfalls ergeben, dass es in diesem Modell vor allem die Soziabilität ist, die über die Glücksgefühle bestimmt. Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Menschen mit einer auf andere zugehenden, sozialen Persönlichkeit zum Glücklichen neigen (vgl. Mayring, 1991).

4.4.2. Kognitive Aspekte der Persönlichkeit

Es wurden Korrelationen der Lebenszufriedenheit mit verschiedenen kognitiven Aspekten der Persönlichkeit festgestellt. Diese können in weiterem Sinne als Teile des Wohlbefindens definiert werden (Ryff, 1989). Es zeigten sich hohe Korrelationen mit:

- dem *Selbstwertgefühl* (Zufriedenheit mit dem Selbst),
- der *internalen Kontrollüberzeugung* (vgl. „Kontrollüberzeugungen“, Kapitel 4.3.4.),
- dem *Optimismus* und
- den *Zielen im Leben* (vgl. Diener, 1984; Ryff, 1989; Argyle, 2001).

Glückliche Menschen sind aufgeschlossen und suchen den Kontakt mit anderen Menschen (vgl. „Extraversion und Neurotizismus“, Kapitel 4.4.1.). Sie weisen außerdem ein positives Selbstbild, hohe Selbstachtung und ein befriedigendes Identitätsgefühl auf. Sie beschreiben sich selbst positiv und diese Beschreibungen entsprechen ihren Idealen. Das positive Selbstwertgefühl glücklicher Menschen basiert dabei aber nicht notwendig auf einer Selbstüberschätzung bzw. einer Realitätsverzerrung (Fordyce, 1974; nach Mayring, 1991). Weiters nehmen glückliche Menschen an, ihr Leben beeinflussen zu können (Flammer, 1990).

Sie sind außerdem optimistisch in Hinblick auf ihre Zukunft, betrachten andere aus einem positiven Blickwinkel und rufen nur positive Geschehnisse, welche sich in der Vergangenheit ereignet haben, aus ihrem Gedächtnis ab. Weiters haben glückliche Menschen Ziele in ihrem Leben, welche zum einen realistisch sind und für die sie zum anderen die entsprechenden Ressourcen besitzen (Argyle, 2001).

Sowohl die Persönlichkeit als auch die Situation beeinflussen die Lebenszufriedenheit. Sie interagieren in dem Sinne, dass bestimmte Personen eher auf angenehme Situationen ansprechen als andere – ebenso als dass Zufriedenheit teilweise durch die Wahl und Manipulation von Situationen und Beziehungen entsteht. Es ist außerdem bekannt, dass Menschen mit sozialen Ängsten oder jene, denen soziale Fähigkeiten fehlen, viele soziale Situationen vermeiden, die andere als angenehm empfinden (vgl. Argyle, 2001).

4.4.3. Alter und Geschlecht

Lebenszufriedenheit und positive Affekte nehmen im Alter geringfügig zu, wohingegen negative Affekte abnehmen. Dieser Effekt ist bei Männern stärker ausgeprägt als bei Frauen. Die Erhöhung der Lebenszufriedenheit ist trotz geringer Einkommen und schlechter Gesundheit älterer Menschen nachweisbar. Eine Erklärung hierfür mag in der Tatsache liegen, dass sich die Menschen im Laufe der Zeit ihren Lebensbedingungen anpassen (vgl. „Adaption“, Kapitel 4.3.2.). Geschlechtsunterschiede sind zwar klein, allerdings berichten Frauen mehr negative Affekte und besitzen eine höhere Tendenz, an Depressionen zu erkranken, Sie weisen aber dennoch eine geringfügig höhere Lebenszufriedenheit auf und scheinen ein stärker ausgeprägtes Glückserleben zu erfahren (vgl. Diener, 1984; Argyle, 2001).

Methode

5. Kognitives Testen bezüglich subjektiver Sicht der EU-SILC Variablen

Im Rahmen dieser Arbeit wurden zuerst mit 10 einer Zufallsstichprobe entstammenden Testpersonen halbstandardisierte *kognitive Interviews* durchgeführt, um die subjektive Bedeutung der EU-SILC 2010 Variablen zu erforschen. Das Hauptaugenmerk lag demnach darauf, festzustellen, ob die subjektive Sicht der Testpersonen bezüglich der EU-SILC 2010 Variablen mit den Intentionen von Eurostat übereinstimmt.

Kognitive Interviews führt man in der Entwicklungsphase eines Fragebogens durch, um Einblick in die kognitiven Prozesse zu bekommen, die beim Beantworten von Fragen ablaufen. Speziell ist dabei von Interesse, wie Befragte

- Fragen oder Begriffe interpretieren und verstehen
- Informationen und Ereignisse aus dem Gedächtnis abrufen
- Entscheidungen darüber treffen, wie sie antworten
- ihre „intern“ ermittelte Antwort formalen Antwortkategorien zuordnen (Prüfer & Rexroth, 2005, S.3).

Der Forscher kann dadurch prüfen, ob eine Frage erfasst, was sie zu erfassen intendiert und ob die Befragten die Angaben erhalten, welche sie zur akkuraten Fragenbeantwortung befähigen. Das eigentliche Ziel kognitiver Interviews besteht daher darin, durch die Angaben der Befragten Hinweise auf verschiedenste Frage-Probleme zu erhalten (vgl. Prüfer & Rexroth, 2005).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass das kognitive Testen dabei helfen kann, durch das Vorschlagen von alternativen und unmissverständlichen Formulierungen die Entwicklung von Fragebögen zu verbessern.

5.1. Fragestellung

Wie bereits angedeutet wird im Rahmen der kognitiven Testung die Fragestellung geprüft, ob das Verständnis der Testpersonen bezüglich der EU-SILC Variablen mit den Intentionen von Eurostat übereinstimmt.

5.2. Stichprobe

Die 10 Testpersonen, welche bezüglich der EU-SILC 2010 Fragen kognitiv getestet wurden, entstammen einer Zufallsstichprobe.

Zur Verdeutlichung der Stichprobenzusammensetzung werden die Testpersonen anhand soziodemographischer Charakteristika beschrieben und grafisch veranschaulicht dargestellt.

• Geschlecht

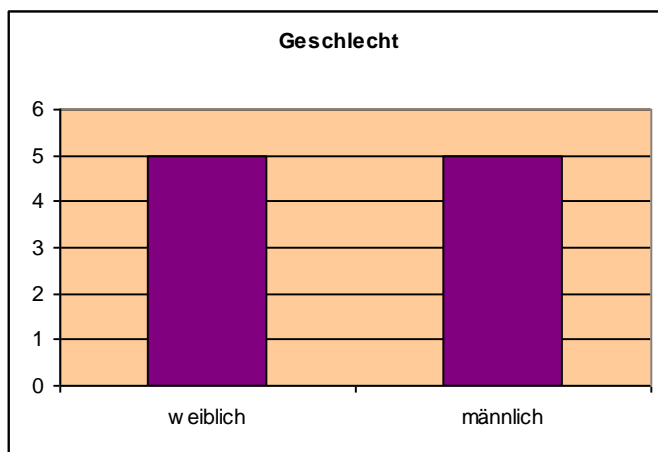


Abbildung 4: Geschlechterverteilung innerhalb der Stichprobe

Die Stichprobe setzt sich aus gleich vielen Männern und Frauen zusammen (Abbildung 4).

• Alter

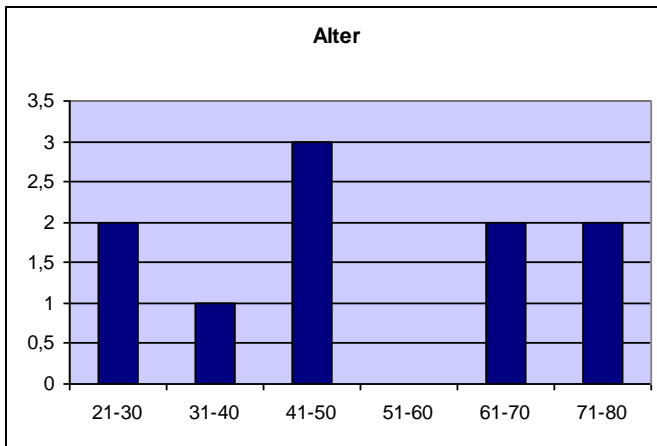


Abbildung 5: Altersverteilung innerhalb der Stichprobe

In der Stichprobe finden sich Personen verschiedener Altersgruppen, wobei der Altersgruppe „41-50“ die meisten Testpersonen zuzuordnen sind, der Altersgruppe „31-40“ hingegen eine Testperson zugehörig ist (Abbildung 5). Den Altersgruppen „21-30“, „61-70“ und „71-80“ sind jeweils gleich viele Testpersonen zuzuordnen.

• Bildung

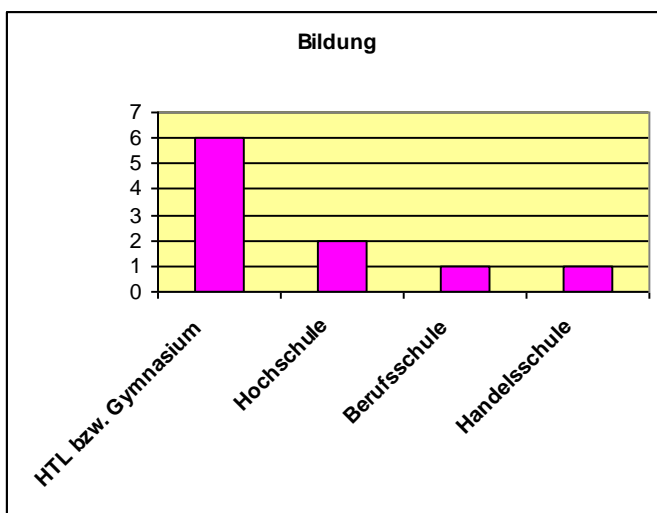


Abbildung 6: Verteilung der höchsten absolvierten Schule innerhalb der Stichprobe

Bezüglich ihrer höchsten absolvierten Ausbildung wurde von den Testpersonen die *HTL- bzw. Gymnasiummatura* am Häufigsten genannt, gefolgt vom *Hochschulabschluss*, welcher von 2

Testpersonen genannt wurde (Abbildung 6). Die Nennung des *Berufsschul-* und *Handelsschulabschluss* weist unter den Testpersonen die geringste Häufigkeit auf.

• Einkommen

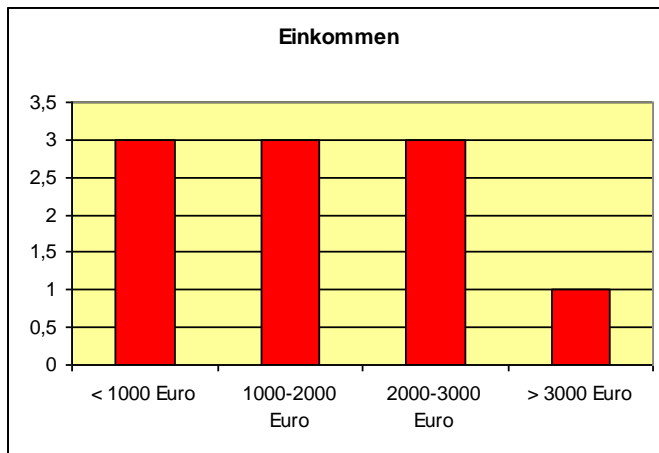


Abbildung 7: Einkommensverteilung innerhalb der Stichprobe

Die Einkommensverteilung innerhalb der Stichprobe ist nahezu ausgeglichen (Abbildung 7). Ein Einkommen *unter 1000 Euro*, ein Einkommen *zwischen 1000 und 2000 Euro* und ein Einkommen *zwischen 2000 und 3000 Euro* wurden jeweils gleich häufig genannt. Lediglich ein Einkommen von über 3000 Euro wurde von nur einer Testperson angegeben.

• Familienstand

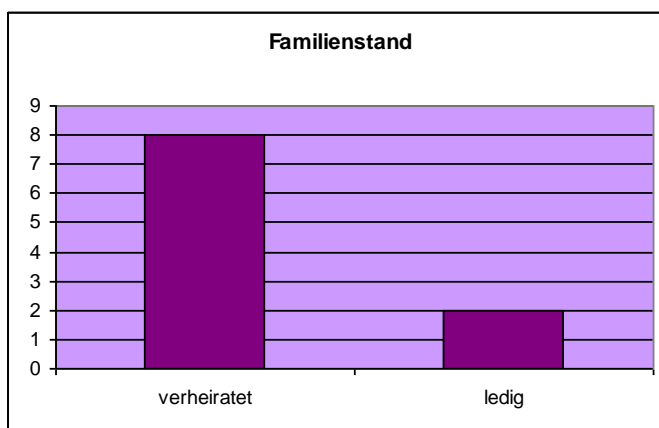


Abbildung 8: Familienstand der Testpersonen

Bei den Testpersonen handelt es sich um 5 Paare – 4 davon sind verheiratet und 1 Paar ist zwar ledig, lebt jedoch in einer festen Partnerschaft (Abbildung 8).

5.3. Durchführung

Die Testpersonen wurden hinsichtlich der EU-SILC 2010 Fragen bezüglich des Umgangs mit dem laufenden Einkommen (Frage *M001*), der Aufteilung der Einkommen im Haushalt (Frage *M006*) und der Entscheidungsverteilung in der Partnerschaft (Frage *M013*) interviewt. Im Vorfeld der Interviewführung wurde ein Leitfaden erstellt, welcher sich auf Fragen bezüglich des Fragenverständnisses, des Verständnisses der einzelnen in den Fragen und Antwortalternativen verwendeten Begriffe und der Beantwortung der Fragen durch die Testpersonen selbst bezogen (vgl. *Anhang*). Die Interviews wurden auf Tonband aufgenommen und in computergeschriebene Form transkribiert. Die Transkripte wurden mit inhaltsanalytischen Verfahren – nämlich der Inhaltsanalyse nach Mayring (2003) – ausgewertet.

Das Ziel der *Inhaltsanalyse nach Mayring* (2003) ist die Analyse von Material, welches aus irgendeiner Art von Kommunikation stammt. Allerdings geht es dabei nicht nur um eine Analyse des Inhalts. Nach Mayring will die Inhaltsanalyse Kommunikation analysieren und dabei systematisch d.h. sowohl regel- als auch theoriegeleitet vorgehen. Das Ziel der Inhaltsanalyse ist es, Rückschlüsse auf bestimmte Aspekte der Kommunikation zu ziehen (vgl. Mayring, 2003). „*Qualitative Inhaltsanalyse will Texte systematisch analysieren, indem sie das Material schrittweise mit theoriegeleitet entwickelten Kategoriensystemen bearbeitet.*“ (Mayring, 2002, S.114). Es lassen sich 3 *Grundformen* des Interpretierens unterscheiden:

-) **Zusammenfassung:** Ziel der Analyse ist es, das Material so zu reduzieren, dass die die wesentlichen Inhalte erhalten bleiben, durch Abstraktion einen überschaubaren Corpus zu schaffen, der immer noch Abbild des Grundmaterials ist.
-) **Explikation:** Ziel der Analyse ist es, zu einzelnen fraglichen Textteilen (Begriffen, Sätzen,...) zusätzliches Material heranzutragen, das das Verständnis erweitert, das die Textstelle erläutert, erklärt und ausdeutet.

-) **Strukturierung:** Ziel der Analyse ist es, bestimmte Aspekte aus dem Material herauszufiltern, unter vorher festgelegten Ordnungskriterien einen Querschnitt durch das Material zu legen oder das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen.

(Mayring, 2003)

Zur Veranschaulichung findet sich im Anhang die Zusammenfassung eines dieser 10 Interviews.

6. Interviews bezüglich subjektiver Sicht der Lebensbedingungen

Im Rahmen dieser Arbeit wurden außer den kognitiven Interviews bezüglich der EU-SILC 2010 Variablen auch noch teilstandardisierte Interviews über die einzelnen Lebensbedingungen durchgeführt, mit der Intention, subjektives Erleben der (objektiven) Lebensbedingungen zu erfassen. Im Mittelpunkt der Interviews stand daher die subjektive Sicht der Testpersonen. Die Testpersonen wurden zum einen angeregt, über ihre Gedanken und Gefühle bezüglich ihrer Lebensbedingungen zu sprechen und zum anderen durch gezieltes Fragen ermutigt, die Auswirkungen ihrer Lebensbedingungen auf ihr subjektives Wohlbefinden zu beschreiben, um Rückschlüsse daraus ziehen zu können, inwiefern bei den Testpersonen die objektiven Lebensbedingungen mit ihrem subjektiven Erleben übereinstimmen. Vorab wurde ein Interviewleitfaden erstellt, welcher u. a. Fragen bezüglich der Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensbedingungen, der Auswirkungen der einzelnen Lebensbedingungen auf das eigene Wohlbefinden und der Gefühle, die mit den einzelnen Lebensbedingungen assoziiert werden, enthält.

6.1. Erstellung und Intention des Interviewleitfadens

Im Vorfeld der Interviews wurde in Anlehnung an EU-SILC und den Erkenntnissen aus der Literatur ein Leitfaden erstellt (vgl. *Anhang*). Der Interviewleitfaden enthält zum einen Fragen zur Einschätzung der allgemeinen Lebenszufriedenheit („*life-as-a-whole*“; nach Veenhoven, 1989) und zum anderen wird auf die Beurteilung der Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensbereichen eingegangen – nämlich Familienleben und soziale Beziehungen, Arbeit, Wohnverhältnisse finanzielle Situation bzw. Lebensstandard, Freizeit und Gesundheit (vgl. Datenerhebung EU-SILC, 2010).

Die Intention des Fragebogens liegt darin, alle Aspekte des Wohlbefindens zu erfassen: Er zielt sowohl auf die Erhebung objektiver Lebensbedingungen („*Haben Sie einen bezahlten Job?*“; „*Wie ist ihr Familienstand?*“) und deren subjektive Wahrnehmung („*Sind Sie der Meinung genug zu verdienen?*“; „*Sind Sie mit ihrer freien Zeit zufrieden?*“), als auch auf die parallel ablaufenden kognitiven Prozesse ab („*Welche Aspekte haben Sie zur Einschätzung Ihrer Lebenszufriedenheit herangezogen?*“; „*Woran haben Sie die Beurteilung, ob Sie genug verdienen, gemessen?*“). Da – wie schon mehrmals erwähnt – Affekte eine Hauptkomponente subjektiven Wohlbefindens darstellen (vgl. „*Subjektives Wohlbefinden*“, Kapitel 3.1.), finden sich im Interviewleitfaden weiters Fragen nach den emotionalen Reaktionen bezogen auf das gesamte Leben bzw. auf die einzelnen Lebensbedingungen („*Welche Gefühle werden bei Ihnen ausgelöst, wenn Sie über Ihr Leben nachdenken?*“; „*Welche Gefühle assoziieren Sie, wenn Sie an Ihre Besitztümer denken?*“; „*Welche Aspekte Ihres Jobs erzeugen positive und welche negative Gefühle?*“).

6.2. Stichprobe

In der Stichprobe finden sich 5 Personen (davon 2 Paare), welche bezüglich der subjektiven Sicht der EU-SILC Variablen bereits kognitiv getestet wurden. Die restlichen 4 Personen entstammen einer Zufallsstichprobe. Die Abbildungen 9 bis 12 stellen die Geschlechterverteilung innerhalb der Stichprobe (Abbildung 9), die Altersverteilung (Abbildung 10), den Bildungsstand (Abbildung 11) und den Familienstand der Befragten (Abbildung 12) dar.

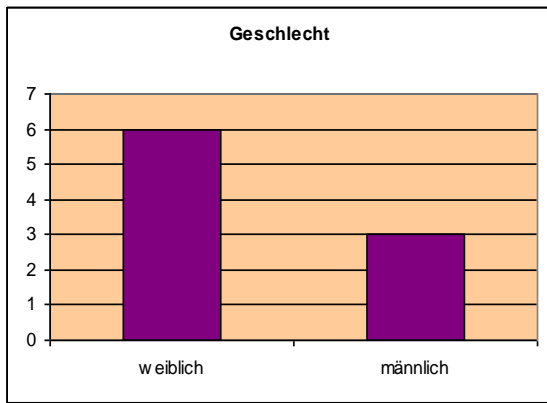


Abbildung 9: Geschlechterverteilung innerhalb der Stichprobe

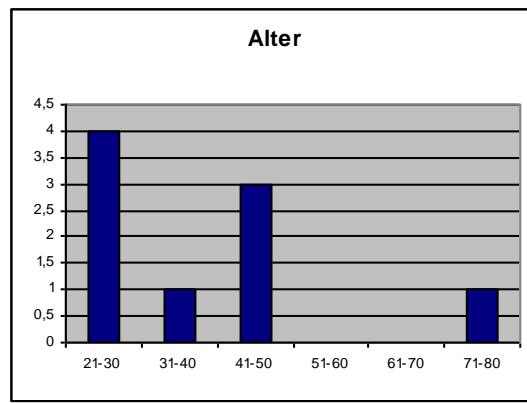


Abbildung 10: Altersverteilung innerhalb der Stichprobe

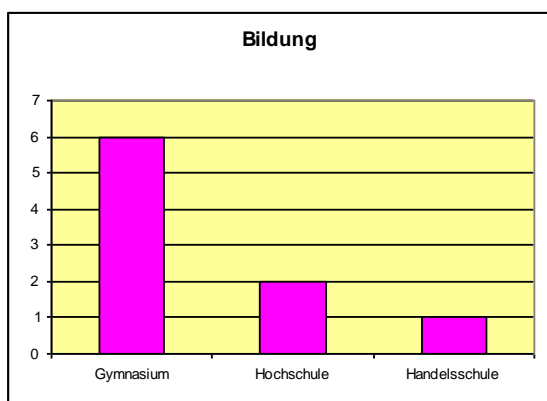


Abbildung 11: Verteilung der höchsten absolvierten Schule innerhalb der Stichprobe

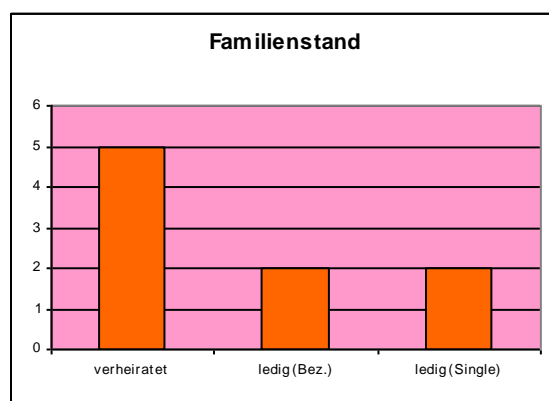


Abbildung 12: Familienstand der Testpersonen

In der Stichprobe finden sich doppelt so viele Frauen wie Männer (Abbildung 9), welche zwischen 21 und 80 Jahre alt sind, wobei die Altersbereiche „51-60“ und „61-70“ nicht vertreten sind (Abbildung 10). Bezüglich höchster absolvierter Schule, weisen innerhalb der Stichprobe doppelt so viele Personen den Gymnasiumsabschluss auf, als den Hochschulabschluss (Abbildung 11). Die Mehrzahl der Testpersonen lebt in einer festen Partnerschaft, wobei 5 davon verheiratet sind (Abbildung 12).

6.3. Durchführung

6.3.1. Entstehungssituation

Bei den Gesprächen handelt es sich um teilstandardisierte Interviews. *Teilstandardisierte Interviews* dienen vor allem der Exploration von Sachverhalten oder der Ermittlung von Bezugssystemen des Interviewten am Anfang einer Untersuchung. Bei dieser Vorgehensweise gibt es nur mehr einen Fragenkatalog bzw. Gesprächsleitfaden, der eine Struktur in das Gespräch bringen soll. An vorher festgelegten Stellen ist es dem Interviewer erlaubt, den Wortlaut der Fragen zu verändern, Zusatzfragen zu erstellen, oder nachzuhaken wenn etwas nicht verstanden wurde. Der Vorteil dieser Vorgangsweise ist darin zu sehen, dass dem Interviewten mehr Raum für eigene Formulierungen gegeben wird. Daher geht das halbstandardisierte Interview mehr in die Tiefe als das standardisierte, und es darf auch vom vorgegebenen Gesprächsleitfaden abgewichen werden. Nachteilig ist die sich daraus ergebende eingeschränkte Vergleichbarkeit der einzelnen Interviews, da sie nicht mehr standardisiert sind (vgl. Stangl, 2011).

Die Interviews wurden im Rahmen dieser Arbeit von der Autorin selbst durchgeführt. Sie fanden bei den Interviewten zu Hause statt.

6.3.2. Formale Charakteristika des Materials

Die Interviews wurden auf Tonband aufgenommen und anschließend in computergeschriebene Form transkribiert. Diese Protokolle haben einen Umfang von 82 Seiten und wurden mit inhaltsanalytischen Verfahren – nämlich der Inhaltsanalyse nach Mayring (2003) – ausgewertet.

Zur Veranschaulichung findet sich im Anhang eines der 9 Interviews in transkribierter Form.

6.4. Fragestellung

Die Richtung der Fragestellung geht dahin, durch den Text Aussagen über die Wichtigkeit der subjektiven Sicht der Lebensbedingungen für die Zufriedenheitseinschätzung bzw. Zufriedenheitsmessung zu treffen und die emotionalen, kognitiven und motivationalen Komponenten, welche bei den Testpersonen beteiligt sind, aufzuzeigen. Es soll anhand der Interviews die Fragestellung beantwortet werden, inwieweit die subjektive Sicht der Lebensbedingungen mit den objektiven Lebensbedingungen übereinstimmt.

Ergebnisse und Interpretation

7. Ergebnisse & Interpretation der kognitiven Interviews zur subjektiven Sicht der EU-SILC 2010 Variablen

Im Folgenden werden nun die Ergebnisse der kognitiven Interviews bezüglich der EU-SILC 2010 Fragen dargestellt und interpretiert.

7.1. EU-SILC 2010 Frage M001

*Wie regelt ihr Haushalt den Umgang mit den Einkommen aller Haushaltsmitglieder?
(Einkommen sind Erwerbseinkommen, Pensionen, Sozialleistungen, Zinsen, Dividenden und Gewinne aus Wertanlagen, regelmäßige private Geldleistungen etc.)*

- | | |
|---|----------|
| <i>Alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen.</i> | <i>1</i> |
| <i>Ein Teil der/des Einkommen/s gilt als gemeinsam, über den Rest verfügt jedes Haushaltsmitglied selbst.</i> | <i>2</i> |
| <i>Jedes Haushaltsmitglied verfügt selbst über das eigene Einkommen.</i> | <i>3</i> |
| <i>Wir beziehen keinerlei Einkommen im Haushalt.</i> | <i>4</i> |

(EU-SILC, 2010)

1) Das **Fragenverständnis** wurde erhoben, in dem die Testpersonen gezielt danach gefragt wurden, wie sie die Frage verstehen bzw. ob sie die Frage in eigenen Worten wiedergeben können.

Laut EU-SILC 2010 zielt die Frage auf den Umgang mit dem laufenden Einkommen zum jetzigen Zeitpunkt ab. Aufgrund der von den Testpersonen wiedergegebenen Frage in eigenen Worten kann man schließen, dass das Fragenverständnis der Testpersonen mit der Intention von EU-SILC 2010 übereinstimmt („*Was geschieht mit dem Einkommen aller Haushaltsmitglieder?*“, „*Was passiert mit dem Einkommen der Personen, die zusammen in einem Haushalt leben?*“, „*Wie managt man im gemeinsamen Haushalt den Umgang mit dem Einkommen aller Haushaltsmitglieder?*“). Die Testpersonen gaben einheitlich an, die Frage sei völlig klar formuliert, woraus man schließen kann, dass Frage **M001** in ihrer Formulierung als eindeutig und verständlich angesehen werden kann.

2) Zur Erhebung der subjektiven **Wortdefinitionen** der einzelnen Begriffe, wurde bei Frage M001 gezielt danach gefragt, was die Testpersonen unter den verschiedenen Begriffen in der Frage und den Antwortalternativen verstehen und was sie in Bezug auf ihre aktuellen Lebensbedingungen damit in Verbindung bringen:

EU-SILC 2010 hat bei der Formulierung der Frage in Klammer gesetzt, was genau unter den Begriff **Einkommen** fällt und dadurch gab es unter den Testpersonen keine Unklarheiten und Unsicherheiten darüber, was unter dem Begriff **Einkommen aller Haushaltsmitglieder** zu verstehen ist („*Das ist jenes Geld, welches jede Person, die im Haushalt lebt, netto ausbezahlt bekommt. Wenn ich an meine aktuellen Lebensbedingungen denke, ist damit das Einkommen meines Mannes und mein eigenes Einkommen gemeint. Meine Kinder leben zwar im gemeinsamen Haushalt, sind aber Studenten und haben dadurch noch keine eigenes Erwerbseinkommen.*“). „*Damit sind Erwerbseinkommen, Pensionen, Sozialleistungen und so weiter aller im Haushalt Lebenden Personen gemeint. Darunter verstehe ich die Pension meiner Frau und meine eigene Pension.*“).

Bezüglich des in der ersten Antwortalternative verwendeten Begriffes **gemeinsames Einkommen** („*Alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen*“)

gab es Diskrepanzen zwischen der Definition der Testpersonen und der Intention von EU-SILC 2010. Sowohl Testperson 1 als auch Testperson 3 haben die Bezeichnung **gemeinsames Einkommen** mit einem gemeinsamen Konto gleichgesetzt, auf welches – bezogen auf die aktuellen Lebensbedingungen – das Einkommen des Partners und das eigene Einkommen kommen und welches beiden Partnern zugänglich sei und somit beide darüber

verfügen (*„Ich verstehe darunter ein gemeinsames Konto, in welches alle Verdienste jedes Haushaltsmitgliedes einfließen und welches allen im Haushalt lebenden erwerbstätigen Personen zugänglich ist und alle darüber gleichermaßen verfügen bzw. darüber bestimmen können. Sowohl mein Einkommen als auch das Einkommen meines Mannes kommen auf unser gemeinsames Konto, über welches beide gleichermaßen verfügen bzw. davon Ausgaben tätigen.“*). *„Unter dem Begriff verstehe ich ein gemeinsames Haushaltskonto, über das alle Haushaltsmitglieder gleichermaßen verfügen...“*). In der EU-SILC Description of Target Variables von Eurostat (2009) steht aber ausdrücklich, dass dieses gemeinsame Einkommen nicht für alle Haushaltsmitglieder zugänglich sein und nicht auf einem gemeinsamen Bankkonto liegen muss. Aufgrund dieses Ergebnisses wurde Code 1 (d.h. Antwortalternative 1) um die Anmerkung, dass es sich nicht um ein gemeinsames Sparbuch handeln muss, ergänzt (*„Alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen, unabhängig davon, ob sie auf einem gemeinsamen Konto liegen, oder nicht.“*)

Unter dem in Antwortalternative 3 verwendeten Ausdruck **über das eigene Einkommen selbst** verfügen (Code 3: *„Jedes Haushaltsmitglied verfügt über das eigene Einkommen“*) verstand Testperson 1 ein eigenes Konto, auf welches alle Verdienste kommen (*„Damit ist gemeint, dass man ein eigenes Konto besitzt, auf welches das eigene Einkommen kommt und dass man somit alleine über sein Einkommen bestimmen kann“*). In der EU-SILC Description of Target Variables von Eurostat (2009) steht aber, dass die Unterscheidung zwischen **gemeinsames Einkommen & über das eigene Einkommen selbst verfügen** nicht darin besteht, dass man das Einkommen auf dasselbe Konto wie der Partner und/oder auf ein anderes Konto gibt, sondern ob man über die Verwendung des eigenen Einkommens selbst entscheiden kann oder nicht. Testperson 1 hat aber angemerkt, dass sie unter der Bezeichnung **über das eigene Konto selbst verfügen** zwar ein eigenes Konto verstehe, aber über die Verwendung dieses Geldes auf diesem Konto alleine bestimmen könne. Dies legt den Schluss nahe, dass sie daher die Zielvariablen *„gemeinsames Einkommen“* und *„über das eigene Einkommen selbst verfügen“* nur zum Teil anders verstanden hat, als jene Definition von Eurostat (2009) dies voraussetzte. Durch die Ergänzung von Code 1, dass es sich beim *„gemeinsamen Einkommen“* nicht um ein gemeinsames Sparbuch handeln muss, wurde auch die Verständnisproblematik von Code 3 (*„Jedes Haushaltsmitglied verfügt selbst über das eigene Einkommen“*) behoben, da die Befragten daraus folgern können, dass es sich auch bei der alleinigen Verfügung über das eigene Einkommen nicht um ein eigenes Sparbuch handeln müsse.

3) Zur Beantwortung der Fragestellung wurden die Testpersonen gezielt danach gefragt, wie sie diese Frage beantworten würden.

Die Antworten gingen dahin, dass 8 von 10 Testpersonen angaben, alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen. Von diesen 8 Testpersonen beschrieben 2 davon den Umgang mit dem laufenden Einkommen so, dass es in ihrer Partnerschaft keine Trennung in „mein Einkommen“ und „das Einkommen des Partners“ gebe (*„In meinem Haushalt gibt es nämlich nicht „das Einkommen meiner Frau“ und „mein Einkommen“, es existiert nur „unser Einkommen“, welches sich aus unser beider Einkommen zusammensetzt und über das wir beide gleichermaßen verfügen“*). 3 Testpersonen beschrieben bei der Frage ihr gemeinsames Konto, auf welches das gemeinsame Einkommen komme und zu welchem beide Zugang haben (*„Sowohl mein Einkommen als auch das Einkommen meines Mannes kommen auf unser gemeinsames Konto, über welches wir beide gleichermaßen verfügen bzw. davon Ausgaben tätigen.“*). Die anderen 3 Testpersonen sprachen bei der Frage nach dem Umgang mit dem laufenden Einkommen alleine die in gleichem Ausmaß bestehende Verfügbarkeit über das gemeinsame Einkommen in ihrer Partnerschaft an (*„Das Einkommen meiner Frau und mein Einkommen werden als unser gemeinsames Einkommen gesehen, über das wir beide in gleicher Weise verfügen. Ausgaben werden in Absprache mit dem anderen getätigt.“*).

Die beiden anderen Testpersonen antworteten mit *„Ein Teil des Einkommens gilt als gemeinsam, über den Rest verfügt jedes Haushaltsmitglied selbst.“* Die beiden gaben an, in ihrem Haushalt sei es so geregelt, dass mit dem gemeinsamen Einkommen Anschaffungen betreffend des gemeinsamen Haushaltes getätigt werden und mit einem Teil finanzieren sie sich ihre persönlichen Anschaffungen (*„In meinem Haushalt wird es so gehandhabt, dass ein Teil als gemeinsames Einkommen gilt, mit dem Ausgaben betreffend unseres gemeinsamen Haushaltes finanziert werden und über einen Teil des eigenen Einkommens darf jeder selbst bestimmen, das heißt jeder finanziert sich die Dinge, die nur einen selbst betreffen wie Kleidung, Schuhe, Sportausrüstung und so weiter.“*)

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass jene Paare, welche verheiratet sind, ihre Einkommen als gemeinsames Einkommen ansehen, und das Paar, das unter die Alterskategorie 21-30 fällt und nicht verheiratet ist, beansprucht einen Teil des eigenen Einkommens für persönliche Ausgaben.

4) Die Zufriedenheit betreffend den Umgang mit dem laufenden Einkommen wurde erhoben, indem die Testpersonen gezielt danach gefragt wurden, ob sie damit zufrieden sind.

Die Testpersonen gaben alle an, mit der Art und Weise, wie in ihrem Haushalt mit dem laufenden Einkommen umgegangen werde, zufrieden zu sein.

7.2. EU-SILC Frage M006

Ich möchte ihnen nun ein paar Fragen über die Aufteilung der Einkommen in ihrem Haushalt stellen. Wenn sie an ihr persönliches Einkommen denken, wie viel davon geht NICHT in das gemeinsame Haushaltsbudget ein?

<i>Mein gesamtes Einkommen fließt nicht mit ein.</i>	<i>1</i>
<i>Mehr als die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>2</i>
<i>Ungefähr die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>3</i>
<i>Weniger als die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>4</i>
<i>Mein gesamtes Einkommen fließt in das gemeinsame Haushaltsbudget ein.</i>	<i>5</i>
<i>Ich habe kein persönliches Einkommen.</i>	<i>6</i>

(EU-SILC, 2010)

1) Das **Fragenverständnis** wurde erhoben, indem die Testpersonen danach gefragt wurden, ob sie die Frage in eigenen Worten wiedergeben können.

Aufgrund der Verhaltensbeobachtung (die Testpersonen lasen sich die Frage und die Antworten oftmals durch, verzogen dabei das Gesicht und schüttelten den Kopf) und aufgrund der Erhebung des Frageverständnisses wurde sehr schnell deutlich, dass die Testpersonen die Fragestellung als zu kompliziert, umständlich formuliert und irritierend ansahen („*Ich weiß zwar, worauf diese Frage hinaus will, jedoch finde ich sie viel zu umständlich und kompliziert gestellt. Ich habe mir sowohl die Frage als auch die Antwortalternative öfter durchlesen müssen, um sie zu verstehen. Ich finde es sehr schwierig auf eine negative Frage eine Ja-Antwort zu geben.*“, „*Damit ist gemeint, welcher Teil des Einkommens nicht als gemeinsames Haushaltsgeld gilt. Ich habe mir die Frage und die Antwortalternativen sehr oft durchlesen müssen, da mich die vielen NICHT irritiert haben.*“).

Frage M006 war den Eurostat (2009) Vorgaben („*Which proportion of your personal income do you keep separate?*“) angepasst und daher im Deutschen negativ formuliert. Aufgrund der Ergebnisse in den kognitiven Interviews wurde von der Statistik Austria beschlossen, die Frage positiv zu formulieren („*Welcher Teil Ihres persönlichen Einkommens fließt in das gemeinsame Haushaltsbudget ein?*“).

2) Zur Erhebung der subjektiven **Wortdefinitionen** der einzelnen Begriffe wurde bei Frage M006 ebenfalls gezielt danach gefragt, was die Testpersonen unter den verschiedenen Begriffen in der Frage und den Antwortalternativen verstehen und was sie in Bezug auf ihre aktuellen Lebensbedingungen damit in Verbindung bringen:

Aus den Antworten der Testpersonen wird ersichtlich, dass es Probleme bei der Definition des in der Frage und in den Antwortalternativen verwendeten Begriffs „*gemeinsames Haushaltsbudget*“ gab. 4 von 10 Testpersonen wussten nämlich nicht, was mit dem Begriff gemeint sei und welche Ausgaben eigentlich darunter fallen. Testperson 7 definierte „*gemeinsames Haushaltsbudget*“ als „*jene Ausgaben, welche fürs alltägliche Leben notwendig sind*“. Ausgaben, die nur sie alleine betreffen, wie z.B. Friseurbesuche, zählte sie zu den Ausgaben, welche mit dem gemeinsamen Haushaltsbudget beglichen werden, da das ihrer Meinung nach zum alltäglichen Leben dazugehöre. Aufgrund dessen antwortete sie mit „*Mein gesamtes Einkommen fließt in das gemeinsame Haushaltsbudget ein*“ („*Bezogen auf meine Lebensbedingungen ist es so, dass mein gesamte Einkommen in das gemeinsame Haushaltsbudget einfließt, denn ich verstehe auch das Geld für meine Friseurbesuche und meinen Kleidungskauf darunter, wobei ich nicht weiß ob ich das dazu zählen darf, weil diese nur mir selbst nutzen. Es sind aber Dinge des alltäglichen Lebens und deswegen zähle es zu Ausgaben, die unter das gemeinsame Haushaltsbudget.*“) Testperson 3 hingegen verstand unter „*gemeinsames Einkommen*“ „*jene Ausgaben, welche den gemeinsamen Haushalt bzw. beide Ehepartner betreffen*“. Friseurbesuche definierte sie als Ausgaben, welche nur ihr selbst dienen und fallen deshalb ihrer Meinung nach nicht unter Ausgaben, die mit dem „*gemeinsamen Haushaltsbudget*“ finanziert werden. Deshalb gab sie die Antwort „*Weniger als die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ins gemeinsame Haushaltsbudget ein*“, da sie diesen Teil ihres Einkommens für Anschaffungen und Einkäufe nutze, die nur für sie selbst seien („*Mit dem Ausdruck jener Teil des Einkommens, welcher nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget eingeht, ist jener Geldbetrag gemeint, mit welchem man Anschaffungen rein für sich selbst macht. Bezogen auf meine aktuellen Lebensbedingungen ist es so, dass ich*

einen kleinen Geldbetrag für mich selber habe, mit welchem ich Friseurbesuche, meinen Kleiderkauf oder meine Bücher finanziere.“).

Da Testperson 8 nicht wusste, ob sie Ersparnisse für die gemeinsame Zukunft als Fixkosten des Alltags ansehen sollte und somit unter das „gemeinsame Haushaltsbudget“ fallen oder ob dies zu dem Teil zähle, welcher nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget einfließe, tat sie sich bei der Beantwortung der Frage sehr schwer (*„Wenn ich an meine Lebensbedingungen denke, habe ich nun Probleme festzulegen, wie es bei mir zu Hause ist, denn ich weiß nicht, ob Sparen für die Zukunft unter Ausgaben des gemeinsamen Haushaltsbudget fällt. Wenn ja, dann fließt mein gesamtes Einkommen ins gemeinsame Haushaltsbudget ein und wenn nein, dann fließt ungefähr die Hälfte meines Einkommens nicht ein, da ich es ja spare.“*).

In der EU-SILC Description of Target Variables von Eurostat (2009) steht, dass unter „gemeinsames Haushaltsbudget“ Geld für gemeinsame Ausgaben des Haushaltes und Einkommen und Ersparnisse, die nicht nur eine Person im Haushalt betreffen, zu verstehen ist. Unter dem „Teil des Einkommens, welcher nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget einfließt“ ist jener Teil des Einkommens gemeint, mit dem der/die RespondentIn machen kann was er/sie will, wobei dieser nicht physisch vom gemeinsamen Budget getrennt sein muss. Aufgrund der Definitionsprobleme des Begriffs „gemeinsames Haushaltsbudget“ wurde die Erklärung des Begriffs in Klammer gesetzt, wobei die Frage **M006** nun folgendermaßen lautet:

„Welcher Teil ihres persönlichen Einkommens fließt in das gemeinsame Haushaltsbudget ein (Haushaltsbudget bedeutet Geld für gemeinsame Ausgaben des Haushaltes inklusive Ersparnisse)?“ (vgl. EU-SILC 2010).

3.) Bei der **Beantwortung** der Fragestellung gaben 5 Testpersonen an, ihr gesamtes Einkommen fließe in das gemeinsame Haushaltsbudget ein, wobei Testperson 8 aufgrund der Definitionsprobleme des Begriffs „gemeinsames Haushaltsbudget“ (wie bereits näher erläutert), angab, die Frage nicht beantworten zu können. Aufgrund ihrer Schilderungen kann man aber daraus schließen, dass bei ihr auch das gesamte Einkommen in das gemeinsame Haushaltsbudget einfließt. 3 der Testpersonen gaben an, weniger als die Hälfte ihres Einkommens fließe nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget ein, wobei sie sich damit persönliche Ausgaben finanzieren (*„Bei mir ist es so, dass weniger als die Hälfte meines Einkommens nicht einfließt und über diesen Teil verfüge ich selbst und mache Anschaffungen für mich selbst.“*). Eine Testperson gab an, bei ihr fließe ungefähr die Hälfte ihres Einkommens nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget ein, womit sie sich ebenfalls ihre persönlichen Wünsche finanziere (*„Darunter verstehe ich jenen Geldbetrag, über den ich*

selbst bestimmen kann und mit welchem ich Anschaffungen für mich selbst mache, nämlich Kleidung, Sportausrüstung, Schuhe, Motorrad und so weiter.“).

4.) Bezüglich der **Zufriedenheit** gaben alle Testpersonen an, mit ihrem Haushaltsbudgetmanagement zufrieden zu sein.

7.3. EU-SILC 2010 Frage M013

Wenn sie an ihren Partner/ihre Partnerin denken. Wer trifft in ihrer Partnerschaft eher die Entscheidungen wenn es um alltägliche Einkäufe geht?

<i>Ich entscheide eher.</i>	<i>1</i>
<i>Wir entscheiden beide.</i>	<i>2</i>
<i>Mein/e Partner/in entscheidet eher.</i>	<i>3</i>

(EU-SILC, 2010)

1) Bei dieser Frage gaben alle Testpersonen einheitlich an, die Frage sei klar und verständlich formuliert.

2) Bezüglich Wortverständnis und subjektiver Sicht bezogen auf die aktuellen Lebensbedingungen haben alle Testpersonen unter dem Begriff **alltägliche Einkäufe** jene Einkäufe verstanden, welche täglich bzw. häufig im Haushalt anfallen („*Darunter fallen meiner Meinung nach Besorgungen die alltäglich sind, das heißt diejenigen Einkäufe, die man häufig bzw. jeden oder fast jeden Tag macht. Bezogen auf meine Lebenssituation sind das Lebensmittel, Pflegeprodukte- wie Seife, Duschgel, Shampoo-, Geschirrspülmittel und Tiernahrung*“). Dies stimmt auch mit der Intention von Eurostat (2009) überein, was den Schluss nahe legt, dass dieser Begriff für die Testpersonen klar und verständlich ist und es keiner Ergänzung von Beispielen bedarf.

Zur Erhebung der subjektiven Definitionen der Antwortalternativen wurden die Testpersonen gezielt danach gefragt, was sie unter der **Gewohnheit, Entscheidungen alleine zu treffen**, verstehen (Code 1: „*Ich entscheide eher*“). Aus den Angaben der Testpersonen kann man

ableiten, dass die Antwortalternativen von den Testpersonen in Übereinstimmung mit der Intention von Eurostat verstanden wurden (*„Darunter verstehe ich, dass man mit dem Partner nicht bespricht, welche Produkte ausgewählt werden, sondern dass man alleine für sich entscheidet, was gekauft wird. Genauso verhält es sich nämlich in meiner Partnerschaft, denn da entscheide ich, was an alltäglichen Produkten gekauft wird.“*).

In der EU SILC Description of Target Variables von Eurostat (2009) ist vermerkt, im Falle der abwechselnden Entscheidungsmacht – wenn die Entscheidungen einmal von einem und einmal vom anderen Partner getroffen werden – der Code 2 (*„Wir entscheiden beide“*) anzugeben ist, welchen Testperson 9 und Testperson 10 in Einklang mit ihren Schilderungen auch nannten (*„Darunter verstehe ich, dass eine Person alleine die Kaufentscheidungen trifft. In meiner Partnerschaft ist es nicht so, denn mein Freund und ich gehen abwechselnd einkaufen und je nachdem wer einkaufen geht, trifft auch die Kaufentscheidung für die verschiedenen alltäglichen Produkte.“*)

Dies legt den Schluss nahe, dass es bei den Antwortalternativen weder Ergänzungen von Beispielen noch Umformulierungen bedarf.

3) Bezüglich der **Beantwortung** der Frage lässt sich festhalten, dass 4 von 5 Paaren angaben, in ihrer Partnerschaft treffe die Frau alleine die Entscheidung über die alltäglichen Einkäufe und nur ein Paar gab an, dass beide – nämlich abwechselnd, je nachdem wer von den beiden einkaufen gehe – die Kaufentscheidung trage. Wenn man sich die Altersverteilung der Paare ansieht, wird deutlich, dass nur das junge Paar, welches in die Alterkategorie *21-30 Jahre* fällt, angab, die Entscheidungsverteilung in ihrer Partnerschaft bezüglich alltäglicher Einkäufe sei ausgeglichen. Wenn man dazu die Begründungen der 4 Paare – die erläuterten, die Frau entscheide eher – betrachtet, wird deutlich, dass die Frauen deshalb die Entscheidungsmacht bezüglich der alltäglichen Einkäufe besitzen, weil sie für den Haushalt verantwortlich seien und deshalb den Überblick darüber haben, was an alltäglichen Einkäufen benötigt werde (*„Bezogen auf meine Lebensbedingungen ist es so, dass meine Frau den Haushalt alleine führt und deswegen weiß sie ganz genau, welche Produkte benötigt werden und bestimmt deshalb auch deren Kauf.“*). Die Angaben dieser Testpersonen deuten in die Richtung des früheren Klischeebildes der Frau hin, nämlich dass die Frau für den Haushalt verantwortlich ist. Die jüngsten Testpersonen (Testperson 9 und Testperson 10) geben aber anhand ihrer Angaben einen Hinweis darauf, dass heutzutage durchaus auch der Mann für Haushaltsentscheidungen und Haushaltsangelegenheiten zuständig ist (*„...mein Freund und*

ich gehen abwechselnd einkaufen, je nachdem wer einkaufen geht, trifft auch die Kaufentscheidung für die verschiedenen alltäglichen Produkte.“).

In den kognitiven Interviews wurde bewusst auch die Entscheidungsverteilung bei teureren Konsumgütern („*nicht alltäglichen Einkäufen*“) erhoben, um festzustellen, wer bei diesen Einkäufen eher entscheidet. Die Testpersonen definierten unter dem Begriff „*nicht alltägliche Einkäufe*“ Fernseher, Laptop, Auto, Möbelstücke, Haushaltsgeräte,...usw. Aus den Antworten der Testpersonen kann man schließen, dass bei den nicht alltäglichen Einkäufen je nach Interessens- und Arbeitsbereich entschieden wird („*Wenn es sich um Gebrauchsgegenstände handelt wie zum Beispiel Waschmaschine, Küchengeräte und so weiter entscheide eher ich, da ich mich damit besser auskenne. Wenn es sich aber um ein Gut handelt wie zum Beispiel Stereoanlage oder Computer, entscheidet eher mein Mann, weil er sich damit besser auskennt als ich.*“). Dies bietet wiederum einen Hinweis auf das frühere Klischeebild der Frau, welches der Frau den Haushalt zuschreibt, weswegen sie die Entscheidung bezüglich der Haushaltsgeräte trifft. Das jüngste Paar antwortete, die Entscheidungen über die nicht alltäglichen Konsumgüter abwechselnd zu treffen bzw. in Abhängigkeit davon, von welchem Geld diese finanziert werden („*Wenn die Anschaffungen uns beide betreffen und diese vom gemeinsamen Einkommen finanziert werden, treffen wir gemeinsam die Kaufentscheidung, wie zum Beispiel den Kauf des Autos, des Fernsehers und der Urlaubsbuchung. Die Wahl für ein bestimmtes Gut bzw. einer bestimmten Anschaffung wird nur getroffen, wenn wir wirklich beide dafür sind. Wenn es um Käufe geht, welche ich mir von meinem Geld finanziere, dann treffe ich natürlich alleine die Entscheidung. Aber das sind ja dann auch Anschaffungen, die nur mir selbst dienen bzw. nutzen.*“). Die Angaben des jüngsten Paares deuten wiederum auf das Weggehen von diesem früheren Klischeebild der Frau und die Gleichstellung der Partner bezüglich Haushaltsentscheidungen hin.

Bezüglich der Angaben der Testpersonen gab es keinerlei Diskrepanzen unter den Partnern, was bedeutet, dass unter allen Paaren die Äußerungen des einen Partners mit den Erläuterungen des anderen Partners übereinstimmten.

4) Bezüglich der Zufriedenheit gaben sowohl jene Testpersonen, bei denen die Entscheidungsverteilung bezüglich der alltäglichen Einkäufe einseitig ist („*Ich bin damit sehr zufrieden und für meinen Mann ist das eine große Entlastung, denn er hat überhaupt keinen Bezug zum Haushalt. Das macht mir aber überhaupt nichts aus –ganz im Gegenteil- ich bin eine begeisterte Köchin und ich führe den Haushalt gerne.*“) als auch jene Testpersonen, die

beide entscheiden („*Ich bin damit sehr zufrieden, da die Entscheidungsverteilung in jedem Bereich ausgeglichen ist*“.) an, damit zufrieden zu sein.

7.4. Beantwortung der Fragestellung

Aus den kognitiven Interviews kann man ableiten, dass es sehr wohl Diskrepanzen bezüglich dem subjektiven Verständnis der Leute und der Intentionen von EU-SILC 2010 gibt.

Die Ergebnisse unterstreichen die Wichtigkeit, Fragebögen kognitiv vorzutesten, um zu gewährleisten, dass die Fragen so formuliert bzw. die darin enthaltenen Wörter so gewählt werden, dass mögliche Verständnisprobleme oder Missverständnisse reduziert bzw. vermieden werden. Kognitive Tests tragen daher zu einer Verbesserung der Validität eines Tests bei (z.B. Prüfer & Rexroth, 2005), was anhand der Resultate der kognitiven Interviews im Rahmen der Statistik Austria verdeutlicht wird.

Bezüglich der Zufriedenheit gaben die meisten Personen an, mit ihren Lebensbedingungen zufrieden zu sein, was in Anbetracht vorhergehender Studien auch zu erwarten war (z.B. Mayring, 1991).

8. Ergebnisse und Interpretation der Interviews zur subjektiven Wahrnehmung der Lebensbedingungen

8.1. Analyseaspekte

Im Folgenden werden nun die Angaben der Testpersonen – nämlich die berichteten Einschätzungen der Lebenszufriedenheit bzw. der Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensdomänen, die mit den Lebensbereichen assoziierten Gefühle, die angeführten Lebensereignisse (welche zu einer Verbesserung bzw. Verschlechterung des subjektiven Wohlbefindens geführt haben) und die erschlossenen kognitiven Prozesse (welche für das subjektive Wohlbefinden relevant sind und zur Beurteilung der Lebenszufriedenheit geführt haben) – dargestellt, analysiert und interpretiert.

8.1.1. Lebensbedingungen, welche zur Einschätzung der ALLGEMEINEN Lebenszufriedenheit („life-as-a-whole“) geführt haben

Die Testpersonen wurden gezielt danach gefragt, woran sie bei der Beurteilung ihrer Lebenszufriedenheit gedacht haben (Abbildung 13 und Abbildung 14).

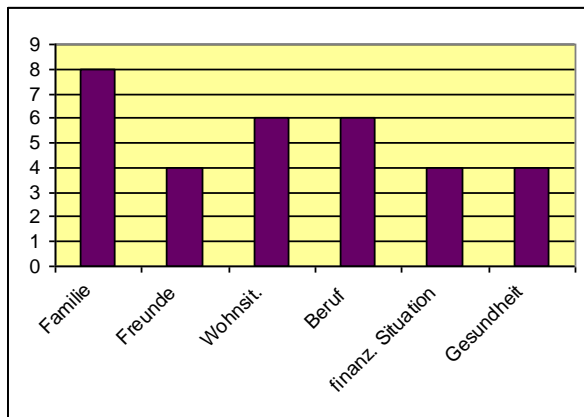


Abbildung 13: von den Testpersonen genannte Aspekte, welche ihre Lebenszufriedenheitseinschätzung positiv beeinflusst haben und Häufigkeit ihrer Nennungen

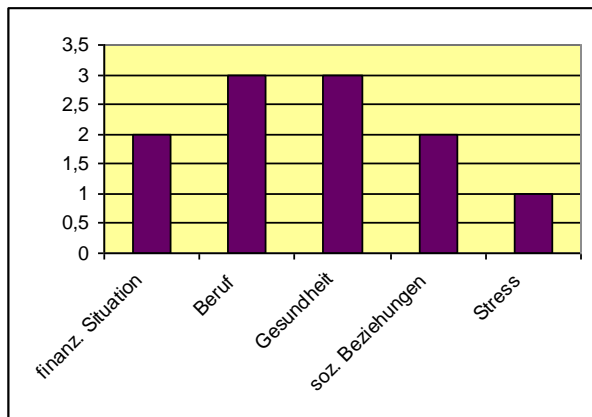


Abbildung 14: von den Testpersonen genannte Aspekte, welche ihre Lebenszufriedenheitseinschätzung negativ beeinflusst haben und Häufigkeit ihrer Nennungen

Die genannten Lebensdomänen, welche bei den Testpersonen zur Einschätzung der allgemeinen Lebenszufriedenheit geführt haben, betreffen **Familie, Freunde, Beziehungen, Wohnsituation, Beruf, finanzielle Situation, Freizeit, Stress und Gesundheit** (Abbildung 13).

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die in der Literatur genannten Bereiche – Familie, Freunde (d.h. die Sozialkontakte), Wohnsituation, Beruf, finanzielle Situation und Gesundheit (vgl. „Objektive Lebensbedingungen“, Kapitel 4.2.) – die für die Lebenszufriedenheit wichtig sind, sich wie erwartet in den Antworten der Testpersonen bestätigten. Je nach ihrem Auftreten und der Intensität der Ausprägung bestimmt sich die Höhe der Einschätzung der Lebenszufriedenheit.

Die Interviewergebnisse zeigen im Einklang mit der Literatur, dass objektive Lebensbedingungen weder die Zufriedenheit mit den einzelnen Bereichen noch die globale Lebenszufriedenheit voraussagen können. Die **subjektive Wahrnehmung** der einzelnen Lebensbereiche bzw. die Wichtigkeit der einzelnen Lebensbereiche für die Personen selbst (d.h. die **subjektive Wichtigkeit** für die Person) ist von Bedeutung, ob die Lebenszufriedenheit

bzw. die Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensdomänen hoch oder niedrig eingeschätzt wird. Zu diesem Schluss kommt man, wenn man die Lebenszufriedenheitseinschätzungen der Testpersonen untereinander vergleicht, denn dann wird deutlich, dass sie die verschiedenen Komponenten in ihrem Einfluss auf ihre Lebenszufriedenheit unterschiedlich gewichten.

Zur Veranschaulichung sind nun die Angaben der Testpersonen bezüglich positiver und negativer Aspekte des Lebens und deren Gegenüberstellung mit der Einschätzung der allgemeinen Lebenszufriedenheit einzeln angeführt.

Testperson 1 nannte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Familie und ihr Haus (*„Hm, ich habe an meinen Mann, meine Kinder, meine Eltern – also an meine gesamte Familie und an mein Haus- gedacht.“*), wohingegen sie als negative Aspekte ihre finanzielle Situation und ihre berufliche Situation nannte (*„...ich habe beruflich nicht das erreicht was ich wollte und finanziell könnte es auch besser sein...“*).

Dennoch gab sie ihrer Lebenszufriedenheit den Wert 8, was den Schluss nahe legt, dass sie der Familie und der Wohnsituation im Vergleich zur finanziellen Situation und dem Beruf einen viel höheren Wichtigkeitswert zuordnet, sonst hätten die negativen Aspekte in ihrem Leben – nämlich Beruf und finanzielle Situation – ihre allgemeine Lebenszufriedenheit auf einen niedrigeren Wert reduzieren müssen.

Testperson 2 gab an, sie sei mit allem in seinem Leben zufrieden außer mit ihrem Beruf, da ihr die berufliche Selbstverwirklichung fehle. Sie schätzte ihre Lebenszufriedenheit mit 7 ein und es wird dadurch deutlich, dass sie dem Beruf bzw. der beruflichen Selbstverwirklichung bezüglich allgemeiner Lebenszufriedenheit einen höheren Stellenwert zuschreibt als dies bei Testperson 1 zutrifft (*„...Naja, wie Sie vorher an meiner Lebenszufriedenheitseinschätzung gesehen haben, wirkt sich das schon negativ aus. Es passt nämlich sonst alles in meinem Leben, aber meine nicht vorhandene berufliche Selbstverwirklichung reduziert eben mein Wohlbefinden schon deutlich...“*).

Testperson 3 gab an, sie sei sowohl mit ihrer Familie, ihrem Haus, der Gesundheit aller Familienmitglieder als auch ihrer finanziellen Situation sehr zufrieden. Dennoch gab sie ihrer Lebenszufriedenheit nur den Wert 7, da sie berichtete, ihr Mann zeige Symptome einer beginnenden Demenz. Die Testperson gab zwar an, alle Familienmitglieder seien gesund und sie sei damit zufrieden, aber aufgrund ihrer Schilderungen bezüglich ihres Mannes und ihrer

dadurch reduzierten Lebenszufriedenheitseinschätzung ergibt sich ein anderes Bild. Daraus lässt sich ableiten, dass die Testperson der Gesundheit aller Familienmitglieder große Wichtigkeit für ihre eigene Lebenszufriedenheit zuschreibt, denn obwohl sonst alles in ihrem Leben perfekt erscheint, wirkt sie durch den Gesundheitszustand ihres Mannes sehr belastet – wahrscheinlich sogar mehr, als sie im Interview erläuterte. Dieser Schluss wird deshalb getätigt, da die Testperson während des Gesprächs ziemlich belastet wirkte und einmal sogar während des Interviews zu weinen begann (*„...Nein, das mit meinem Mann ist das einzige, aber das ist sehr belastend für mich, weil ich mir denke, dass er mich – wenn der Abbau weiterhin so fortschreitet – vielleicht in 2 Jahren nicht einmal mehr erkennt...“*)

Testperson 4 nannte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Familie, ihren Beruf und ihr Haus, wohingegen sie als negativen Aspekt die gesundheitlichen Probleme ihrer Frau nannte. Dennoch schätzte sie ihre Lebenszufriedenheit mit 8 ein. Dies legt den Schluss nahe, dass bei der Testperson die Gesundheit der Familienmitglieder nicht allzu großen Einfluss auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit hat, denn sonst würden sich die gesundheitlichen Probleme ihrer Frau negativer auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit auswirken (wie bei Testperson 3). Die Testperson gab auch selbst im Interview an, ein ziemlich materieller Mensch zu sein, der viel Wert auf einen hohen Lebensstandard lege, welchen sie sich durch ihren gut bezahlten Job auch ermöglichen könne. Da sie materiellen Dingen – welche sie sich zur Genüge leisten könne – so hohe Wichtigkeit beimisst, wird ihr hoher Lebenszufriedenheitswert nachvollziehbar (*„...ich bin ja – wie Sie vielleicht schon analysiert haben- schon ein ziemlich materieller Typ, der eben viel Wert auf einen bestimmten Lebensstandard legt.“*). Es könnte aber auch durchaus sein, dass sie die gesundheitlichen Probleme ihrer Frau mehr belasten, als sie im Interview angegeben hat. Diesen Schluss könnte man nämlich daraus ziehen, da die Testperson im Interview angab, mit niemandem über Probleme zu reden (*„...Wie gesagt, ich hätte schon Menschen, denen ich mich in Problemsituationen anvertrauen könnte und die auf mich eingehen würden...Ich weiß nicht woran das liegt, aber das war schon immer so bei mir, ich habe nie über Probleme geredet.“*). Es könnte daher durchaus sein, dass sie nicht über ihre wahren Probleme bezüglich des Gesundheitszustandes ihrer Frau reden wollte und daher ihre Lebenszufriedenheit hoch einschätzte, um Fragen aus dem Weg zu gehen.

Testperson 5 nannte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Familie, ihre Wohnsituation und ihren Beruf, wohingegen sie als negativen Aspekt ihre Gesundheit nannte (*„...Ich kann zur*

Zeit nur Schonkost essen und das auch nur ganz langsam...“). Dennoch gab sie ihrer Lebenszufriedenheit den Wert 9, woraus ersichtlich wird, dass sie der Gesundheit im Vergleich zu Familie, Wohnen und Beruf einen sehr geringen Einflusswert auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit zuschreibt. Es könnte natürlich auch sein, dass die Testperson dadurch mehr belastet ist, als sie zugibt, da sie im Interview sehr viel und ausführlich über ihre Magenprobleme berichtete.

Testperson 6 gab an, zu den positiven Aspekten ihres Lebens zählen ihre Familie, ihre Freunde und ihr Beruf. Sie erläuterte, die Tatsache keinen Freund zu haben mache sie oft traurig (*„Hm, naja, manchmal bin ich traurig, weil ich keinen Partner habe und noch keine Familienplanung in Sicht ist.“*). Die Testperson gab weiters an, ihr mache es nichts aus nicht viel zu verdienen und materielle Dinge haben eher geringeren Stellenwert in ihrem Leben (*„...Naja, es stört mich jetzt nicht wirklich, denn für mich alleine brauche ich ja nicht mehr Geld und es ist mir auch zur Zeit nicht wichtig wie viel ich verdiene... Im Gegensatz zu einer harmonischen Familie und guten Freunden auf die man sich in jeder Lebenslage verlassen kann haben materielle Dinge für mich einen geringen Stellenwert.“*). Dies legt den Schluss nahe, dass für sie – ganz im Gegensatz zu Testperson 4 – materielle Dinge im Moment geringen Einfluss auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit haben. Trotz einiger materiell unerfüllter Wünsche – nämlich eine Eigentumswohnung und ein Auto zu besitzen – schätzte die Testperson ihre Lebenszufriedenheit mit 8 ein.

Testperson 7 nannte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Familie, ihre Freunde und ihren Beruf, wohingegen sie als negative Aspekte den zeitweise auftretenden beruflichen Druck und Stress angab (*„...Es gibt halt Zeiten, wo ich mehr zu tun und folglich dann gestresst bin und Zeiten, wo ich nicht so viel zu tun habe. Da bin ich dann auch nicht gestresst.“*). Sie schätzte ihre Lebenszufriedenheit mit 9 ein, was bedeutet, dass sie mit ihrem Leben sehr zufrieden ist und im gesamten Interview ließen sich auch keine Diskrepanzen diesbezüglich feststellen.

Testperson 8 erläuterte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Freunde, ihre Haustiere und ihre Wohnung. Die negativen Aspekte ihres Lebens betreffen ihre schlechte finanzielle Situation (*„...ich würde sehr gerne aufwändige Gerichte mit vielen Zutaten kochen und schönere qualitativ hochwertige Kleidung tragen, aber ich kann es mir nicht leisten. Das macht mich schon zu einem gewissen Grad unzufrieden...“*). Sie schätzte ihre Lebenszufriedenheit daher nur mit 5 ein, was bedeutet, dass sie der finanziellen Situation als

Einflussfaktor für ihre Lebenszufriedenheit große Wichtigkeit beimisst –im Gegensatz zu Testperson 1. Das könnte aber auch daran liegen, dass sie laut ihren Angaben derzeit am absoluten Minimum lebe.

Testperson 9 nannte als positive Aspekte ihres Lebens ihre Familie, ihre Freunde, ihre Beziehung und ihre beiden Studien, wohingegen sie als negative Aspekte ihre finanzielle Situation und ihre studiumsbedingte Abhängigkeit von den Eltern angab („...*Ich bin 22 Jahre alt und würde gerne auf eigenen Beinen stehen. Aber es geht halt nicht anders, denn mit 2 Studien fehlt mir die Zeit, nebenbei zu arbeiten und mir mein Studium selbst zu finanzieren.*“). Die Testperson schätzte ihre Lebenszufriedenheit mit 6 ein und daraus wird ersichtlich, dass für sie die finanzielle Situation und die finanzielle Unabhängigkeit wichtige Einflussfaktoren für ihre Lebenszufriedenheit darstellen. Sie gab auch selbst im Interview an, dass ihr materielle Dinge sehr wichtig seien und dass ihr Lebenstraum darin bestehe, einen Beruf zu ergreifen, in dem sie viel verdiene, ganz im Gegensatz zu Testperson 6 („...*Materielle Dinge sind mir schon ziemlich wichtig, deshalb ist es ja für mich auch so schwierig und es belastet mich, dass ich im Moment quasi nichts besitze und mir nichts leisten kann.*“).

Aus den Antworten der Testpersonen kann man ableiten, dass es im Großen und Ganzen allen gut geht, was aber nicht überraschend ist, denn dies scheint ein generelles Resultat bei den Befragungen bezüglich globaler Einschätzung der Lebenszufriedenheit zu sein (z.B. Mayring, 1991).

8.1.2. EREIGNISSE, welche zu einer Verbesserung / Verschlechterung des Wohlbefindens geführt haben

Die Testpersonen wurden angeregt, die Veränderungen in ihrem Leben zu berichten, welche zu einer Verbesserung bzw. einer Verschlechterung ihres Wohlbefindens geführt haben (Abbildung 15 und Abbildung 16).

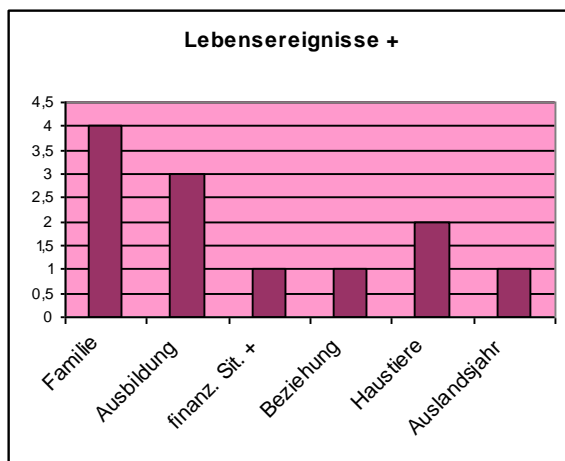


Abbildung 15: Ereignisse, die bei den Testpersonen zu einer Verbesserung des Wohlbefindens geführt haben und Häufigkeit ihrer Nennungen → genannte Ereignisse zu Kategorien zusammengefasst dargestellt

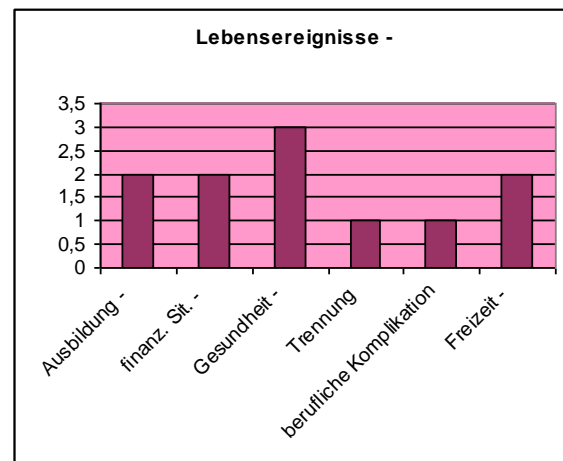


Abbildung 16: Ereignisse, die bei den Testpersonen zu einer Verschlechterung des Wohlbefindens geführt haben und Häufigkeit ihrer Nennungen → genannte Ereignisse zu Kategorien zusammengefasst dargestellt

Bei genauer Betrachtung der genannten Ereignisse, welche zu einer Verbesserung bzw. Verschlechterung des Wohlbefindens der Testpersonen geführt haben, wird deutlich, dass sich die genannten Lebensereignisse zu den **Kategorien Familie, Ausbildung, finanzielle Situation, Gesundheitszustand und Beziehungen** zusammenfassen lassen. Ansonsten wurden noch **Freizeit, berufliche Komplikationen, Haustiere** und ein **Auslandsjahr** als bedeutende Ereignisse genannt (Abbildung 15 und Abbildung 16).

Aus den Antworten der Testpersonen kann man ableiten, dass negative Veränderungen innerhalb der Kategorien (wie z.B. die Verschlechterung der finanziellen Situation, Einschränkung der Freizeit,...etc.) mit einer Verschlechterung des Wohlbefindens einhergehen.

8.1.3. BERUF und genannte positive/negative Aspekte des Berufes/Studiums

Die Testpersonen wurden nach jenen Aspekten ihrer Berufe gefragt, welche positive bzw. negative Gefühle bei ihnen auslösen (Abbildung 17 und Abbildung 18).

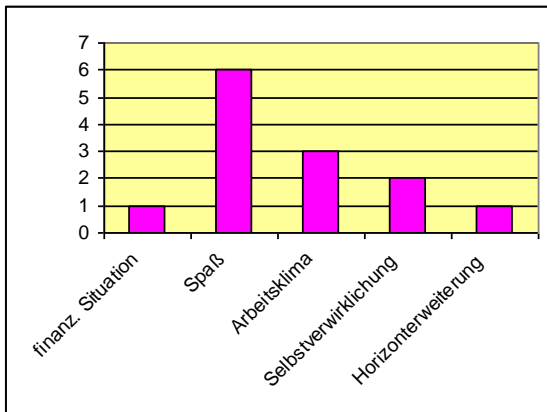


Abbildung 17: von den Testpersonen genannte positive Aspekte ihres Jobs und Häufigkeit ihrer Nennungen → positive Aspekte in Kategorien zusammengefasst dargestellt

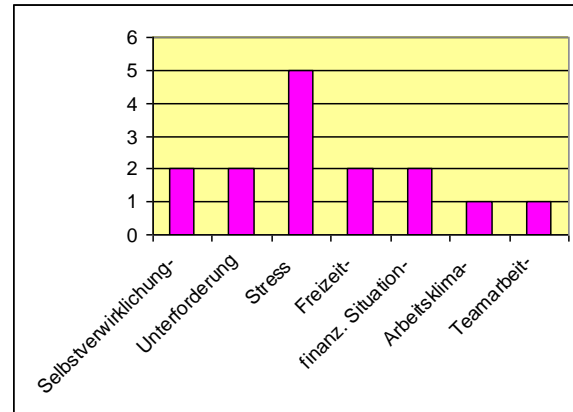


Abbildung 18: von den Testpersonen genannte negative Aspekte ihres Jobs und Häufigkeit ihrer Nennungen → negative Aspekte in Kategorien zusammengefasst dargestellt

Die Interviews zeigten, dass 6 Personen ihren Beruf (bzw. Studium) in ihrer Beurteilung der Lebenszufriedenheit berücksichtigten, was die in der Literatur angeführte Bedeutung der Arbeit für die Lebenszufriedenheit unterstreicht. Die Angaben der Testpersonen demonstrieren, dass Zufriedenheit mit der Arbeit zu einer höheren Einschätzung der Lebenszufriedenheit führt und Arbeitsunzufriedenheit resultiert in einer geringeren Lebenszufriedenheitseinschätzung („...ich konnte nur den Wert 7 angeben, denn mit meinem Beruf bin ich nicht so zufrieden“; „...ich habe an mein schönes Familienleben, an meine Wohnsituation und an meinen Beruf, der mir Freude bereitet, gedacht...“).

Wenn man die Angaben der Testpersonen genauer betrachtet, kann man die von ihnen genannten positiven Aspekte ihrer Berufe zu den Oberbegriffen **Selbstverwirklichung**, **Spaß an der Arbeit**, **Arbeitsklima** und **Horizonterweiterung** zusammenfassen. Die von ihnen angegebenen negativen Aspekte der Arbeit lassen sich zu den Kategorien **Selbstverwirklichung-**, **Unterforderung**, **Arbeitsklima-**, **Stress**, **Freizeit-**, **finanzielle Situation-** und **Teamarbeit-** zusammenfassen (Abbildung 17 und Abbildung 18). Daraus wird

ersichtlich, dass die Zufriedenheits- bzw. Unzufriedenheitsurteile der Testpersonen bezüglich ihrer Arbeit u. a. die in der Literatur beschriebenen Determinanten der Arbeitszufriedenheit (vgl. „Arbeit“, Kapitel 4.2.3.) – nämlich Bezahlung, Art des Berufes und soziale Aspekte der Arbeit – widerspiegeln.

Die Angaben der Testpersonen deuten darauf hin, dass sämtliche von ihnen genannten positiven und negativen Aspekte ihrer Arbeit ausschlaggebend für die Arbeitszufriedenheit bzw. Arbeitsunzufriedenheit sind, je nachdem in welcher Kombination bzw. in welchem Ausmaß sie auftreten und welche Wichtigkeit die Personen den einzelnen Aspekten zuschreiben (d. h. für manche Personen ist die Freude an der Arbeit das wichtigste Kriterium, um mit der eigenen Arbeit zufrieden zu sein, für manche stellt die berufliche Selbstverwirklichung die bedeutendste Instanz dar). Das Augenmerk liegt dabei auf der **Wichtigkeit** dieser Aspekte für die Person selbst.

Bezüglich Maslows Bedürfnispyramide (vgl. „Positive Psychologie“, Kapitel 3.) lässt sich festhalten, dass weder bei allen Testpersonen das Bedürfnis nach **Sicherheit** (Grundbedürfnis) durch die Arbeit befriedigt wird („...*ich verdiene sehr wenig, da ich nur Teilzeit arbeite...in der Übergangszeit ist meist vor Ende des Monats schon das monatliche Geld aufgebraucht und das ist sehr belastend...*“), noch wird das Wachstumsbedürfnis **Selbstverwirklichung** bei allen Testpersonen befriedigt („...*es passt sonst alles in meinem Leben, aber meine nicht vorhandene berufliche Selbstverwirklichung reduziert eben mein Wohlbefinden schon deutlich...*“), was folglich negativen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit ausübt.

8.1.4. FAMILIE, damit assoziierte Gefühle und SOZIALE SITUATION

• Familie

Zur Erhebung der Zufriedenheit mit der Familiensituation wurden die Testpersonen gezielt danach gefragt, welche Gefühle sie beim Gedanken an ihre Familie vernehmen (Abbildung 19).

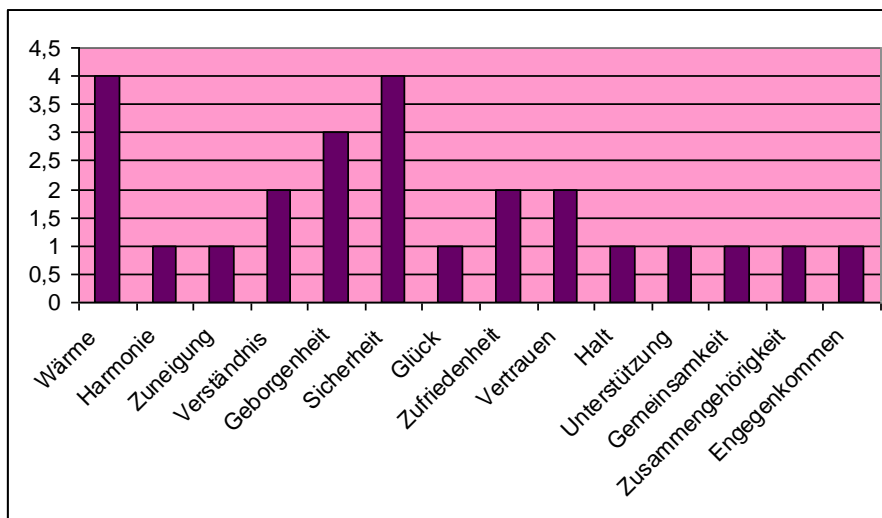


Abbildung 19: genannte Gefühle, welche beim Gedanken an die eigene Familie assoziiert werden und Häufigkeit deren Nennungen

Bei der Analyse der genannten Gefühle kann man ganz klar erkennen, dass es sich dabei nur um positive Gefühle handelt, welche mit der eigenen Familie in Verbindung gebracht werden (Abbildung 19). Wenn man sich die Aspekte ansieht, welche die Lebenszufriedenheitseinschätzung der Testpersonen positiv beeinflusst haben, wird ersichtlich, dass fast alle Testpersonen, welche positive Gefühle bezüglich ihrer Familie angegeben haben, diese auch als positiven Einflussfaktor auf ihre allgemeine Lebenszufriedenheit genannt haben. Dies unterstreicht die Annahme aus der Literatur, dass die Familie den wichtigsten Aspekt der Lebenszufriedenheit darstellt (vgl. „*Familie*“, Kapitel 4.2.2.). Die Angaben der Testpersonen zeigen weiters, dass trotz einiger Nennungen, die im eigenen Leben als negativ empfunden werden, ein harmonisches Familienleben zu einer Erhöhung der Lebenszufriedenheitseinschätzung führt. Aus den Interviews wird außerdem ersichtlich, dass alle Testpersonen die schönen Momente in ihrem Leben mit ihrer Familie in

Zusammenhang brachten, was wiederum die Wichtigkeit der Harmonie innerhalb der Familie für die eigene Lebenszufriedenheit unterstreicht:

... das sind Momente, die ich mit meiner Familie verbringen darf...

... wenn die ganze Familie zusammenkommt, wenn wir gemeinsam Geburtstage feiern und wenn ich mit meinem Mann zusammen auf Reisen gehe...

... die schönen Momente betreffen mein gesamtes Privatleben, das sind die schönen Stunden, die ich mit meiner Familie verbringe und meine Freizeitbeschäftigungen...

• **Soziale Situation**

Bezüglich sozialer Situation gaben alle Testpersonen bis auf Testperson 9 an, mit der Häufigkeit und Intensität ihrer Sozialkontakte zufrieden zu sein. Dies zeigt sich auch anhand der Tatsache, dass fast alle Testpersonen bei der Lebenszufriedenheitseinschätzung Ehe, Partnerschaft, Familie und/oder Freunde als positive Aspekte ihres Lebens genannt haben.

Bezogen auf Maslows Bedürfnispyramide (1970) kann man aus den Angaben der Testpersonen schlussfolgern, dass die sozialen Bedürfnisse bei nahezu allen Testpersonen befriedigt sind:

... ich habe zum Glück viele Vertrauenspersonen in meinem Leben...

... ich habe sehr viel Kontakt zu meinen Freunden und meiner Familie...ich verbringe sehr viel Zeit mit ihnen...

... meine Freizeit widme ich den wichtigen Personen in meinem Leben und unternehme viel mit ihnen...

8.1.5. WOHSITUATION und damit assoziierte Gefühle

Zur Erhebung der Zufriedenheit mit der Wohnsituation wurden die Testpersonen angeregt, ihre Gefühle beim Gedanken an ihre Wohnsituation zu beschreiben (Abbildung 20).

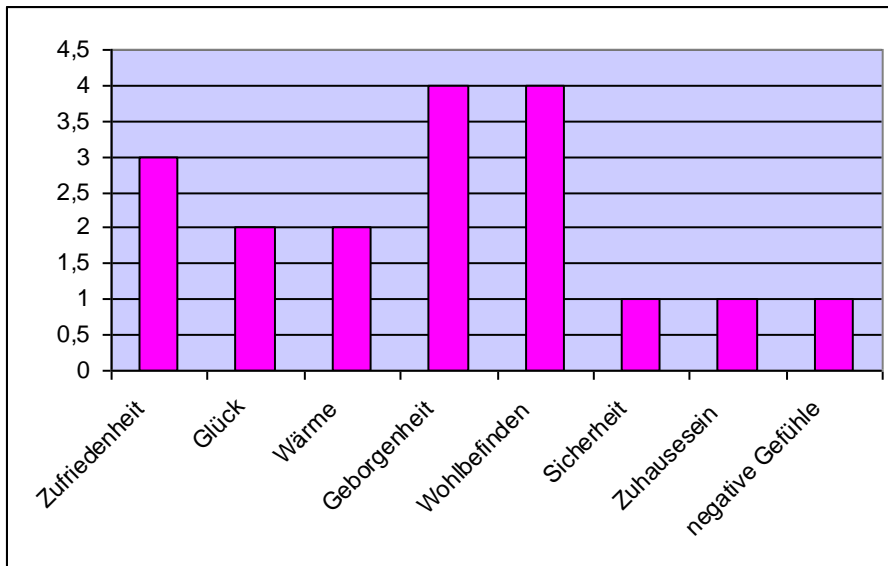


Abbildung 20: genannte Gefühle, welche beim Gedanken an die eigene Wohnsituation assoziiert werden und Häufigkeiten deren Nennungen

Bei der Analyse der genannten Gefühle (Abbildung 20) wird ersichtlich, dass bis auf Testperson 9 alle Testpersonen beim Gedanken an ihre Wohnverhältnisse schöne positive Gefühle assoziierten. Beim Gedanken an ihre Unterkunft hatten die meisten Testpersonen ein Lächeln im Gesicht und gerieten regelrecht ins Schwärmen.

Wenn wir nun die Beurteilung der Lebenszufriedenheit heranziehen, wird ersichtlich, dass 6 Testpersonen angaben, dabei an ihre Wohnsituation gedacht zu haben. Dies legt im Einklang mit der Literatur (vgl. „*Wohnsituation*“, Kapitel 4.2.7.) den Schluss nahe, dass ein schönes Haus bzw. eine schöne Wohnung positiven Einfluss auf die Lebenszufriedenheit ausübt, wohingegen eine Unterkunft, welche sich durch Platzmangel auszeichnet, negativen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit hat. Dies belegt wiederum – im Einklang mit der Bedürfnispyramide nach Maslow (1970), nach der das Bedürfnis nach einer angemessenen Unterkunft als „Sicherheitsbedürfnis“ eingestuft wird – die Wichtigkeit einer angemessen großen und gemütlichen Unterkunft für die eigene Lebenszufriedenheit:

... ich würde an meiner Wohnsituation nichts verändern, denn unser Haus ist groß genug für uns alle und ich fühle mich daheim sehr wohl...

... wenn ich an mein Haus denke, werden bei mir absolute Glücksgefühle ausgelöst, nämlich Gefühle der Geborgenheit und des Wohlbefindens...

... ich würde rein gar nichts an meiner Wohnung verändern wollen, denn ich bin damit wunschlos glücklich... ich verbinde damit Gefühle des Zuhause-seins, der Wärme und Geborgenheit...

... das hat negativen Einfluss auf mein Wohlbefinden, denn jedes Mal wenn ich in meinem winzigen Zimmer sitze, fühle ich mich räumlich eingeengt...

8.1.6. FREIZEIT und die Dinge, die einen persönlich glücklich machen

Die Testpersonen wurden nach jenen Tätigkeiten gefragt, welche sie in ihrer Freizeit ausführen und welche sie persönlich glücklich machen (Abbildung 21).

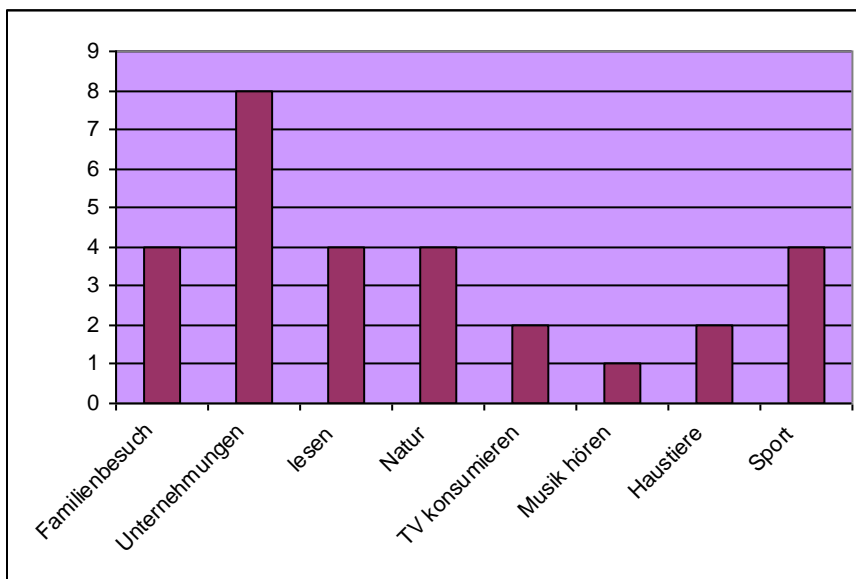


Abbildung 21: Aktivitäten, die die Testpersonen glücklich machen und denen sie in ihrer Freizeit nachgehen (dargestellt als Häufigkeiten ihrer Nennungen)

Die von den Testpersonen genannten Freizeitbeschäftigungen lassen sich in die Kategorien **Familienbesuch** (wie gemütliches Zusammensitzen mit der Familie, gemeinsames Feiern der Geburtstage, gemeinsames Essen,...etc.), **Unternehmungen** (mit Freunden und/oder Familie), **lesen**, **Natur** (d.h. Aktivitäten in der freien Natur), **TV konsumieren**, **Musik hören**, **Haustiere**

(d.h. sich mit den Haustieren beschäftigen) und *Sport* zusammenfassen (Abbildung 21). Dies sind auch jene Aktivitäten, welche bei den Testpersonen positive Gefühle auslösen und folglich zum Glücklichein beitragen. Sie können im Sinne von „flow“ (vgl. Csikszentmihalyi, 1991; 1996) – dem persönlichen Aufgehen in der Tätigkeit – gesehen werden (vgl. „Emotionen“, Kapitel 4.1.) Die Testpersonen nannten sowohl Tätigkeiten, welche die soziale Komponente beinhalten (z.B. Familienbesuch und Unternehmungen), als auch Tätigkeiten ohne augenscheinlichen sozialen Bezug (z.B. lesen).

Das durch Stress, Zeitmangel oder Gesundheitsprobleme bedingte Nicht-Ausüben-Können der Freizeitaktivitäten löst hingegen negative Gefühle aus und behindert folglich das persönliche Glücklichein. Bei der Frage nach den Tätigkeiten, welche die Testpersonen nur ausüben, weil sie es müssen und nicht weil sie es wollen, antworteten die meisten mit „Hausarbeiten“ oder „Auto putzen“, was sich aber laut der Testpersonen nicht negativ auf ihre Zufriedenheit bezüglich Freizeit auswirke. Aufgrund der Angaben der Testpersonen kann man in Einklang mit der Literatur daraus schließen, dass die Freizeitgestaltung bzw. die Freizeitbeschäftigungen wesentlich zur persönlichen Lebenszufriedenheit beitragen:

... wenn ich beruflichen Stress habe und dann zu müde bin die Dinge zu machen, die ich gerne tue, löst das bei mir negative Gefühle aus...

... durch meine Freizeitaktivitäten kann ich mich erholen und abschalten...

... wenn ich durch meine Magenschmerzen die Dinge nicht ausüben und genießen kann, die ich gerne mache, dann löst das negative Gefühle in mir aus und mir geht es sehr schlecht...

... ich habe so gut wie keine Freizeit und es geht mir deshalb sehr schlecht. Ich fühle mich dadurch eingeschränkt und ich kann nichts tun, was ich gerne mache...

8.1.7. FINANZIELLE SITUATION und Bewertung materieller Aspekte

• *Finanzielle Situation*

Aufgrund der Angaben der Testpersonen kann im Einklang mit der Literatur geschlussfolgert werden, dass eine gute finanzielle Situation positiven Einfluss auf das Wohlbefinden ausübt, wohingegen eine schlechte finanzielle Situation – einhergehend mit Geldproblemen und der Sorge darüber, grundlegende Bedürfnisse nicht befriedigen zu können – negativen Einfluss auf die Lebenszufriedenheit ausübt:

... Wenn das monatliche Geld nicht ausreicht, fühle ich mich schlecht und mache mir Vorwürfe, warum ich mir die Ausgaben nicht besser eingeteilt habe. Außerdem bin ich sehr unruhig und gestresst, weil ich ja das Monat finanziell meistern muss, ohne dass mein Mann davon erfährt...

... Die Tatsache, dass ich mir alles leisten kann, was ich haben möchte, hat positive Auswirkungen auf mein Wohlbefinden, denn ich fühle mich dadurch unbeschwert und sorgenfrei. Ich brauche mir keine Gedanken darüber zu machen, wie ich es schaffen könnte, mir Dinge leisten zu können, die ich gerne haben möchte.

... Es heißt ja immer so schön, dass Geld nicht alles ist. Es ist ja auch nicht alles, aber die Lebensqualität und die Lebenszufriedenheit ist schon höher wenn man nicht ständig Geldsorgen und Geldprobleme hat. Das habe ich selber erlebt, denn ich kenne ja beide Seiten und mein ähm gesamtes W o h l b e f i n d e n –wie ihr Psychologen immer so schön sagt (lacht)- ist jetzt schon höher.

• Bewertung materieller Aspekte

Aus den Antworten der Testpersonen lässt sich ableiten, dass materielle Güter eine bedeutende Rolle im Leben der Testpersonen spielen, allerdings gebe es für sie noch Wichtigeres, und an dieser Stelle wurden von ein paar Testpersonen nicht-materielle Dinge wie Gesundheit, ein harmonisches Familienleben und/oder Freunde – auf die man sich in allen Lebenslagen verlassen kann – genannt. Die Testpersonen gaben an, ihnen sei es sehr wichtig, alles zu besitzen, was sie zum täglichen Leben brauchen. An dieser Stelle wurden von der Mehrheit der Testpersonen folgende Güter genannt:

- Nahrungsmittel
- Pflegeartikel
- Kleidung
- Unterkunft (Wohnung bzw. Haus)
- Herd
- Geschirrspüler
- Waschmaschine
- Kühlschrank

Aus den Angaben der Testpersonen kann man aber ableiten, dass es sich auf das eigene Wohlbefinden positiv auswirkt, wenn man sich darüber hinaus (d.h. neben den genannten Dingen, die man zum täglichen Leben „unbedingt“ braucht) noch ein wenig Luxus gönnen kann. Nachfolgend sind sämtliche Anschaffungen genannt, die die einzelnen Testpersonen unter „sich ein bisschen Luxus gönnen“ verstehen:

- Haus mit Garten
- Fernseher/High Tech Plasmabildschirmfernseher
- DVD Player
- Stereo-Anlage
- Handy/I-Phone
- Auto (teuer)
- Urlaub (teuer)
- Sauna
- Solarium

Aus den Antworten der Testpersonen zeigt sich weiters, dass die Testpersonen subjektive Definitionen des Begriffes „*sich ein wenig Luxus gönnen*“ bzw. „*Luxusartikel*“ haben. Für eine Testperson stellt ein normaler Fernseher (d.h. kein moderner Plasmabildschirmfernseher) oder ein Handy einen Luxusartikel dar, eine andere Testperson versteht hingegen unter Luxus einen teuren 5-Sterne-Hotel-Urlaub in Griechenland, einen großen teuren High Tech Plasmabildschirmfernseher oder ein großes, teures Auto.

Die Antworten der Testpersonen lassen sich außerdem dahingehend interpretieren, dass es für das eigene Wohlbefinden nicht ausschlaggebend ist, wie viele und wie hochwertige Luxusartikel sich jemand leisten kann, sondern ob es einem wichtig ist, viele und hochwertige Luxusartikel zu besitzen und ob sich jemand die Luxusartikel leisten kann, die ihm/ihr persönlich wichtig sind.

Bei der Zufriedenheitseinschätzung liegt also das Hauptaugenmerk folglich nicht auf der Quantität und/oder Qualität der Luxusartikel per se, sondern auf der persönlichen (subjektiven) Wichtigkeit der bestimmten Luxusartikel für die Person selbst („...*ich würde nicht auf einen Fernseher verzichten wollen. Es müsste zwar kein teurer High Tech Fernseher sein, aber es ist mir persönlich wichtig einen zu besitzen...*“).

Die Ergebnisse der Interviews zeigen weiters, dass es sowohl Leute gibt, für deren Wohlbefinden es wichtig ist viele und/oder teure Luxusartikel zu besitzen („...*naja, ich lege viel Wert auf schöne Luxusurlaube und die kosten halt schon recht viel Geld. Da mir aber so ein 5- Sterne Hotel Urlaub am Meer wichtig ist, leiste ich ihn mir. Genauso verhält es sich mit technischen Geräten. Da ich technischer Angestellter bin, interessiere ich mich im Besonderen für High Tech Geräte, wie zum Beispiel ein Laptop mit den besten Funktionen und die neueste Handy Version...*“) als dass es auch Leute gibt, die mit weniger und/oder billigen Luxusartikeln vollauf zufrieden sind („...*aber ich brauche nicht allzu viel um*

glücklich zu sein. Alles was ich als nutzlos und für mich als Geldverschwendung erachte, nämlich unnötige Luxusgüter, wie ein Whirlpool, ein Swimming Pool im Garten, ein i-Phone, ein High Tech Plasmabildschirmfernseher, Urlaube in 5-Sterne Hotels und so weiter brauche ich nicht und würde ich auch nicht kaufen...“; „...wenn ich mir etwas anschaffe, muss das nicht das Beste und Teuerste sein...“).

Zusammengefasst festgehalten können aus den Antworten der Testpersonen folgende wichtige Schlussfolgerungen gezogen werden:

Wenn es jemandem wichtig ist, viele und/oder teure Güter zu besitzen (d.h. dass materielle Güter sehr wichtig sind) wird das Nicht-Leisten-Können von Luxus zu einer starken negativen Beeinflussung des Wohlbefindens führen (*„...Materielle Dinge sind mir schon ziemlich wichtig, deshalb ist es für mich auch so schwierig und es belastet mich, dass ich im Moment quasi nichts besitze und mir nichts leisten kann...“*). Dies kann man dahingehend interpretieren, dass es sowohl Leute gibt, für deren Wohlbefinden es wichtig ist, im Luxus zu leben (*„...ich bin ja – wie Sie vielleicht schon analysiert haben- schon ein ziemlich materieller Typ, der eben viel Wert auf einen bestimmten Lebensstandard legt...“*) als dass es auch Leute gibt, die mit weniger Luxus vollauf zufrieden sind (*„...Ich besitze eh alles was ich zum Leben brauche. Mehr will ich gar nicht, weil ich es nicht brauche. Das wären ja dann unnötige Dinge und für mich rausgeworfenes Geld...“*). Das Augenmerk liegt hier auf der **subjektiven Bedeutung** materieller Güter bzw. des Luxus und folglich auf der Unterscheidung **materieller** und **nicht-materieller Menschen**.

Weiters zeigen die Interviewresultate die Auswirkungen des Leisten- bzw. Nicht-Leisten-Könnens der Anschaffungen, die einem **persönlich wichtig** sind. Wenn man sich etwas leisten kann, das einem selbst persönlich wichtig ist, führt das zu einer Verbesserung des Wohlbefindens (*„...Es hat positive Auswirkungen auf mein Wohlbefinden, denn ich lege sehr viel Wert auf Kleidung und Schuhe, das ist für m i c h persönlich sehr wichtig...“; „...Hm, zusammenfassend kann ich sagen, dass es ein echt gutes Gefühl ist, wenn man sich alles leisten kann, was einem persönlich wichtig ist...“*), wohingegen die Tatsache, sich etwas nicht leisten zu können, das man brauchen bzw. gerne haben würde, zu einer Verschlechterung des Wohlbefindens führt (*„...ja, ganz Recht, denn es macht mich unzufrieden, da ich das Auto brauchen würde, es mir aber nicht leisten kann...“*).

Nachdem nun die Affekte, die Lebensereignisse und die subjektive Wahrnehmung der objektiven Lebensbedingungen erläutert wurden, wird nun auf einige weitere kognitive

Prozesse bzw. Komponenten eingegangen, die Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden der Testpersonen ausüben.

8.1.8. Kontrollüberzeugungen

Internale Kontrollüberzeugung meint die Annahme, dass ein Ereignis durch eigenes Handeln herbeigeführt werden kann, wohingegen beim Vorliegen **externaler Kontrollüberzeugung** ein Ereignis als unabhängig vom eigenen Tun wahrgenommen wird (vgl. „Kontrollüberzeugungen und Attributionen“, Kapitel 4.3.3.).

Im Folgenden werden nun jene Antworten der Testpersonen – die auf internale bzw. externale Kontrollüberzeugungen schließen lassen – mit den Annahmen aus der Literatur verglichen und analysiert.

Aus den Antworten der Testpersonen wird – in Einklang mit der Literatur – deutlich, dass das subjektive Gefühl der Handlungskontrolle positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden ausübt. Die Antworten der Testpersonen zeigen, dass – wenn man etwas haben möchte und die Handlung setzen kann, dieses auch zu erwerben – diese Tatsache positive Auswirkungen auf das eigene Wohlbefinden ausübt. Die Kontrolle darüber zu haben, bestimmte Dinge nicht zu kaufen, um Geld zu sparen beeinflusst das Wohlbefinden ebenfalls positiv:

... wenn ich mir etwas leisten kann, hat das positive Auswirkungen auf mein Wohlbefinden, denn ich kann mir etwas kaufen, das ich haben will. Das gibt mir irgendwie das Gefühl, der der (5 Sekunden Pause) Macht (lacht). Naja, Macht ist jetzt vielleicht ein wenig heftig formuliert, aber damit meine ich, wenn ich spüre, dass ich etwas haben will bzw. brauche und dann auch die Handlung setzten kann und es mir auch anschaffen kann, gibt mir das ein gutes Gefühl (lächelt)...

... wenn ich mir etwas nicht kaufe, das ich mir theoretisch leisten könnte, hat das positive Auswirkungen auf mein Wohlbefinden. Mir wird dadurch bewusst, dass ich mein Geld nicht für etwas rauswerfe, das ich nicht unbedingt brauche...

Aus den Antworten der Testpersonen kann man außerdem ableiten, dass die Tatsache des Nicht-Leisten-Könnens nicht zwingend zur negativen Beeinflussung des Wohlbefindens führen muss, sondern auch als Motivationsanreiz dienen kann, Geld zu sparen, um sich bestimmte Dinge eines Tages leisten zu können:

... Ich würde sagen die Tatsache, dass ich mir e t w a s das ich haben möchte, nicht sofort leisten kann hat für mich vielleicht sogar einen kleinen ä h m Motivationsanreiz. Eben die Motivation zu sparen, damit ich es mir dann leisten kann.

...Wenn ich mir etwas nicht leisten kann, hat das keine Auswirkungen auf mein subjektives Wohlbefinden, denn dann spare ich halt einfach darauf hin, um es mir dann irgendwann leisten zu können...

...Wenn ich es mir nach langem Sparen dann endlich leisten kann, macht mich das dann umso glücklicher...

Um die negativen Auswirkungen der externalen Kontrollüberzeugung auf das subjektive Wohlbefinden zu demonstrieren, wurden die Testpersonen gezielt danach gefragt, wie es ihnen gehen würde, wenn sie etwas haben wollen, ihnen aber bewusst werde, dass sie sich dieses auch nicht durch Sparen leisten könnten.

Die Antworten der Testpersonen deuten darauf hin, dass das Wohlbefinden nur beeinträchtigt wird, wenn man wahrnimmt, dass die Kontrolle über die eigene Handlung nicht mehr gegeben ist, d.h. wenn Externalität der Ereignisse wahrgenommen wird:

...Das wäre schon ein Problem für mich, denn ich hätte dann dauernd im Hinterkopf, dass ich etwas bräuchte, es mir aber auch mit Sparen niemals leisten könnte. Das würde mich mit Sicherheit deprimieren und mein Wohlbefinden beeinträchtigen...

Die Interviewresultate untermauern demnach die Hinweise von Bostic & Ptacek (2001), dass zwischen dem subjektiven Wohlbefinden und der externalen Kontrollüberzeugung ein Zusammenhang besteht, nämlich in jene Richtung, dass externale Kontrollüberzeugungen zu einer eher negativen Beeinflussung des eigenen Wohlbefindens führen.

Bezüglich des Zusammenhangs zwischen subjektivem Wohlbefinden und der internalen Kontrollüberzeugung kann aufgrund der Interviewresultate in Einklang mit der Literatur (z.B. Ryff, 1989; Flammer, 1990; Argyle, 2001) geschlossen werden, dass interne Kontrollüberzeugungen zu einer positiven Beeinflussung des eigenen Wohlbefindens führen.

8.1.9. Anpassung

Bezogen auf die Lebensbedingungen kann man die Gewöhnung bzw. Habituation als die Anpassung an bestimmte Lebensverhältnisse definieren, bis wir sie kaum noch wahrnehmen (vgl. „Anpassung“, Kapitel 4.3.2.). Die Antworten der Testpersonen zeigen die Anpassung an bestimmte Lebensverhältnisse in die Richtung, dass ein luxuriöser Lebensstil nach einer Zeit als „normal“ und „nichts Besonderes“ angesehen wird. Diese Resultate stehen in Einklang mit der *hedonistischen Tretmühlentheorie* (Brickman & Campbell, 1971; Diener, Lucas & Scollon, 2006).

...es hat eigentlich schon positive Auswirkungen auf mein Wohlbefinden, allerdings ist das jetzt nicht so was Besonderes für mich, denn wir machen jedes Jahr so teure Sommerurlaube, meistens sogar 2 Urlaube, einmal im Juli wohin und einmal im August...Ja, das meine ich damit. Die Urlaube sind zwar wunderschön, aber sie sind für mich quasi normal und haben deshalb wahrscheinlich auch nicht so große Auswirkungen auf mein Wohlbefinden...Größere Auswirkungen hätten wahrscheinlich Dinge, die ich kaufe oder unternehme, die ich mir vorher vielleicht nicht leisten habe können und für mich dann ähm quasi neu und außergewöhnlich sind...

Die Antworten der Testpersonen lassen sich dahingehend interpretieren, dass Anschaffungen und Unternehmungen, die man oft tätigt, nach einer Zeit quasi Normalitätscharakter bekommen und das subjektive Wohlbefinden als Folge dessen nur leicht steigern. Hingegen steigern Anschaffungen und Unternehmungen, die für die Person quasi neu und außergewöhnlich sind (d.h. die keinen Normalitätscharakter haben) das Wohlbefinden in höherem Ausmaß.

Aus den Antworten der Testpersonen lässt sich weiters ableiten, dass jedoch die Tatsache, sich plötzlich die Anschaffungen nicht mehr leisten zu können, die für einen Normalitätscharakter haben, starke negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden ausübt:

...wenn ich mir vorstelle, ich könnte mir diesen Lebensstandard nicht ermöglichen, dann hätte das sehr sehr starke Auswirkungen auf mein Wohlbefinden. (5 Sekunden Pause) Das würde meine gesamte Lebenszufriedenheit schon ziemlich beeinträchtigen...

An dieser Stelle muss man jedoch anmerken, dass es sich dabei um eine fiktive Frage handelte. Die Testperson wurde dazu angeregt sich vorzustellen, sie könne sich die Dinge, die sie gerne haben wolle, nicht leisten („Nun stellen Sie sich einmal vor, Sie würden Dinge

haben wollen, sie können sich diese aber nicht leisten... Was würde das für Ihr Wohlbefinden bedeuten?“).

Die Antworten der Testpersonen lassen sich dahingehend interpretieren, dass Anschaffungen bzw. Unternehmungen in Einklang mit dem persönlichen Lebensstandard (d.h. die für die „normal“ sind) nur zu einer geringen Verbesserung des Wohlbefindens führen, wohingegen ein plötzliches „Nicht-Mehr-Ermöglichen-Können“ dieses Lebensstandards, an den man sich gewöhnt hat, wahrscheinlich zu einer Verschlechterung des Wohlbefindens führen wird.

Genauso verhält es sich mit einer plötzlichen Verbesserung des Lebensstandards:

...mir ging es damals lange nicht so gut wie jetzt, denn unser Haushaltsgeld war ständig knapp. Für mich selbst leistete ich mir damals überhaupt nichts... Als die Kinder dann im Schulalter waren, habe ich mir einen Job in einem Büro gesucht und mein Mann ist dann 1 Jahr später politisch aktiv geworden und zum Bürgermeister unseres Dorfes gewählt worden. Naja, danach hatten wir mehrere Einkommensquellen (lächelt), nämlich das Gehalt meines Mannes als Hauptschullehrer, sein Gehalt als Bürgermeister und mein Gehalt im Büro. Wir haben dann zum Haus bauen begonnen und alles wurde auf einmal leichter (lächelt)... Mir ging es wunderbar, meine gesamte Lebenszufriedenheit und ähm meine Lebenslust stiegen. Ich hatte nicht mehr das Gefühl eingeschränkt zu sein und musste nicht ständig in meinen Wünschen zurückstecken...

Dies legt den Schluss nahe, dass eine Verbesserung des Lebensstandards über die eigenen Gewohnheiten hinaus, zu einer starken Verbesserung des subjektiven Wohlbefindens führt. Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass die Veränderung der gewohnten Lebensbedingungen ausschlaggebend für die Verbesserung bzw. Verschlechterung des subjektiven Wohlbefindens ist.

8.1.10. Rationalisierung

Die Interviewresultate lassen sich dahingehend interpretieren, dass die Testpersonen bestimmte rationale Erklärungen anstellen, um zu verhindern, dass das eigene Wohlbefinden durch bestimmte negative Lebensbedingungen beeinträchtigt wird:

*...oft ist es ja so, dass man im Leben entweder das Eine hat oder das Andere. Ich bin halt vor der Entscheidung gestanden, entweder Beruf oder Familie und ich habe mich für die Familie entschieden. Ich habe mir halt meinen Traum von einer harmonischen glücklichen Familie verwirklicht...
...bringt ja nichts wenn ich ständig deprimiert bin...*

...ich schaffe das schon...

...ich versuche halt dann aber ganz einfache Gerichte zu kochen, wo ich nicht viel Geld ausgeben muss und irgendwie schaffe ich es dann eh und ein Monat ist ja auch schnell um (lächelt)...

8.1.11. Soziale Vergleiche

Auf die Frage ob sich die Testpersonen bezüglich ihres Besitzes mit anderen Leuten vergleichen, verneinte die Mehrheit der Testpersonen. Erst auf die Frage, wie es ihnen dabei gehe, wenn sie registrieren, was sich andere Leute anschaffen bzw. was sie besitzen („Wie geht es Ihnen denn dabei, wenn Sie registrieren was die anderen besitzen und was Sie selbst haben?“) gingen sie auf die Frage ein. Man kann also festhalten, dass die InterviewpartnerInnen zwar zurückwiesen, sich mit anderen Leuten bezüglich des Besitzes bzw. Anschaffungen zu vergleichen, allerdings demonstrieren die Resultate, dass die Testpersonen soziale Vergleiche durchaus praktizieren.

• Vergleich mit Personen, die weniger Einkommen beziehen und dadurch weniger besitzen

Die dargestellten Antworten der Testpersonen unterstreichen, dass der Vergleich mit Leuten, die besitzmäßig weniger haben, zu einer Verbesserung des eigenen Wohlbefindens führt. Weiters kann man im Einklang mit der Theorie daraus schließen, dass es durch diesen abwärts gerichteten Vergleich zu einem *Schutz bzw. einer Verbesserung* des Selbstwertes kommt (z.B. Festinger, 1954; Herkner, 2001; Mussweiler, 2003), was anhand der Verbesserung des Wohlbefindens gezeigt wird (...*“Wenn ich merke, dass ich mehr habe als die anderen, gibt mir das schon ein gutes Gefühl. Das zeigt mir, was ich alles erreicht habe, und das macht mich wiederum stolz...”*). Laut den Antworten der Testpersonen wird ihnen nämlich dadurch bewusst, wie gut es ihnen selbst im Gegensatz zu den Vergleichspersonen geht und dies steigert das eigene Wohlbefinden. Ebenso führt das Bewusstwerden, weniger zu besitzen als die anderen, zu einer Verschlechterung des eigenen Wohlbefindens (...*“Es reduziert mein Wohlbefinden deutlich, denn wenn ich sehe, was sich die anderen alles leisten können, dann wird mir noch mehr bewusst, wie sehr ich eigentlich am Minimum lebe...”*“).

Die Tatsache, sich eher mit Personen zu vergleichen, die besitzmäßig etwas weniger haben, weist auf das Streben der Testpersonen hin, ihren Selbstwert zu schützen bzw. ihr Wohlbefinden aufrechtzuerhalten oder zu verbessern.

Informationen über den Vergleich mit Personen, die mehr Besitz haben, konnte den Testpersonen nur durch fiktive Fragen entlockt werden:

I: ... Stellen Sie sich einmal vor, Sie würden dasselbe besitzen wie Sie aktuell besitzen, die anderen Leute besäßen aber fast alle mehr als Sie. Hätte das Auswirkungen auf Ihr Wohlbefinden bzw. auf Ihre Zufriedenheit mit Ihrem eigenen Besitz?

Tp: Schwierig, schwierig (lacht). Naja, ich glaube es hätte eine ähm Abnahme meines Wohlbefindens und meiner Zufriedenheit zur Folge, denn wenn ich die ganze Zeit registriere, dass fast alle anderen mehr haben als ich, dann würde mich das schon ein wenig frustrieren.

Da es sich um eine fiktive Frage handelte, können die Schlussfolgerungen diesbezüglich nur spekulativ gezogen werden. Die beschriebene fiktive Abnahme des eigenen Wohlbefindens beim Vergleich mit Personen, die besitzmäßig mehr haben, stimmt jedoch sowohl mit der Literatur als auch mit jener Testperson überein, welche weniger besitzt als ihre Vergleichspersonen.

• Anschaffungen von Freunden schaffen Wünsche

Eine Testperson gab an, wenn sie sehe, was sich ihre Freunde anschaffen, erzeuge das bei ihr den Wunsch, gewisse Dinge ebenfalls zu besitzen:

...mein Gefühl sagt mir dann oft, dass ich das auch haben möchte. Es ist nämlich oft so, dass ich mir dieselben Sachen auch kaufe, wenn ich sehe, dass sich eine meiner Freundinnen das auch kauft. Das bringt mich dann auf den Geschmack, es mir auch anzuschaffen. Das ist zwar ein ziemlich kindisches Verhalten –das weiß ich eh-, aber ich kanns nicht ändern und es ist mir auch nicht peinlich das anzusprechen (lacht).

Auf die Frage, ob es die Testperson unzufrieden mache, wenn sie wahrnehme, dass ihre Freunde etwas besitzen, was sie selbst nicht besitze, antwortete sie, es sei gut möglich, allerdings sei ihr das aber nicht bewusst („...Hm, ich weiß nicht ob man es unzufrieden nennen kann...Wo b e i, da ich viel Dinge dann ja auch haben möchte, wenn sie jemand aus meinem Freundeskreis hat, macht mich das vielleicht schon irgendwie unzufrieden, sonst

würde ich das ja nicht dann auch haben wollen, o d e r?). Die Antwort der Testperson weist auf Rationalisierung hin, da sie einer Verhaltensweise – nämlich den Kauf von Gütern, wenn sie diese bei Freunden gesehen hat – im Nachhinein (d.h. während des Interviews) eine rationale Erklärung, welche sie als Ursache für diese Verhaltensweise erachtet, zuschreibt – nämlich Unzufriedenheit damit, dass sie diese Güter selbst nicht besitzt (vgl. „Rationalisierung“, Kapitel 4.3.4. & Kapitel 8.1.10)

• **Vergleich in relevanten Dimensionen**

Der Vergleich in relevanten Dimensionen meint den Vergleich mit Ähnlichem nämlich – bezogen auf die Interviewresultate – den Vergleich des eigenen Hauses mit dem der anderen bzw. den der eigenen Wohnung mit der der anderen:

*...h m m, naja, wenn ich sehe, dass die anderen Leute aus meiner Nachbarschaft nicht so ein schönes großes Haus haben wie ich, dann geht es mir schon ein wenig besser
...das hört sich aber jetzt ein wenig gemein an...*

Die Testpersonen gaben beide an, beim Vergleich in relevanten Dimensionen besser abgeschnitten zu haben, als die Vergleichspersonen, was – im Einklang mit der Literatur – zu einer Verbesserung des Wohlbefindens führt:

*...vergleiche ich schon, ob die Wohnung größer oder schöner ist als meine Wohnung
...da werden bei mir Überlegenheitsgefühle ausgelöst, weil ich finde, dass ich die schönste Wohnung von sämtlichen Leuten aus meinem Bekanntenkreis habe...*

• **Vergleich mit armen Leuten**

Die Angabe einer Testperson deutet darauf hin, dass der Vergleich mit sehr armen Leuten nicht zu einer Verbesserung des eigenen Wohlbefindens führt, sondern Mitleid erzeugt:

...Ich frage mich, warum es mir besitzmäßig so gut geht und ihnen so schlecht. Das ist doch nicht gerecht...

8.1.12. Fähigkeiten und Ressourcen

Die Annahme, bestimmte Fähigkeiten und Ressourcen zu besitzen, um gesetzte Ziele oder Vorstellungen zu erreichen, wirkt sich positiv auf das subjektive Wohlbefinden aus (vgl. „Ziele, Ressourcen und Erwartungen der Zielerreichung“, Kapitel 4.3.5.).

...ich möchte so schnell wie möglich mit meinen Studien fertig sein, um danach einen Beruf zu ergreifen, wo ich viel verdienen kann und dann endlich auf eigenen Beinen stehen kann...

...zu einer Verbesserung meines Wohlbefindens haben weiters meine Studien geführt, denn dadurch kann ich mir einmal meinen Berufsraum verwirklichen...

Durch die Interviewresultate wird – im Einklang mit der Literatur (vgl. Sen, 1985) – deutlich, dass das Bewusstsein der bestehenden Fähigkeiten und Möglichkeiten, sich einen bestimmten Lebensstandard zu ermöglichen, zu einer Verbesserung des eigenen Wohlbefindens führt. Um dies darzustellen, ziehen wir an dieser Stelle die Antworten von **Testperson 9** heran:

Er beschrieb im Interview wenig bis gar keine Freizeit, eine schlechte finanzielle Situation, schlechte Wohnverhältnisse und Gefühle der Abhängigkeit von den Eltern und des Eingeschränktheits. Dennoch schätzte er seine Lebenszufriedenheit mit 6 ein, was in Anbetracht seiner objektiv gesehenen schlechten Lebensbedingungen ziemlich hoch erscheint. Dies lässt sich dahingehend interpretieren, dass ihm bewusst ist bzw. dass er erwartet, sich durch seine Fähigkeiten und Ressourcen (d.h. durch seine Zielstrebigkeit, seinen Ehrgeiz und seine Lernfähigkeit bzw. durch sein Studium) in Zukunft seinen gewünschten Lebensstandard ermöglichen zu können. Dieses Bewusstsein bzw. diese Erwartung, bestimmte Dinge mit den eigenen Fähigkeiten und Ressourcen erreichen zu können, übt trotz seiner schlechten finanziellen Situation („...Dadurch dass ich Student bin und kein Einkommen habe –außer das Geld, das sich von meinen Eltern bekomme und das ist nicht viel- habe ich v i e l e materiell unerfüllte Wünsche.“), seiner nahezu nicht vorhandenen Freizeit („...Naja, Freizeit habe ich eigentlich so gut wie keine. Nennen wir meine Freizeit einfach kurze Lernpause...“) und seine durch Platzmangel charakterisierten Wohnverhältnissen („...Die Wohnung ist für 3 Personen ziemlich klein. Mein Zimmer ist eine Art Kabinett, wo gerade einmal ein Bett, ein Kasten und ein Schreibtisch Platz hat...“) positiven Einfluss auf sein subjektives Wohlbefinden aus („...Es motiviert mich, bezüglich Studium Vollgas zu geben, damit ich endlich fertig bin, einen tollen Beruf ergreifen kann, um mir dann all die Dinge einmal leisten zu können...“).

Diskussion

Das Anliegen der vorliegenden Arbeit war es, durch qualitative Interviews die subjektive Komponente zu erheben – zum einen bezüglich des Verständnisses der EU-SILC 2010 Variablen und zum anderen betreffend der Zufriedenheit mit den objektiven Lebensbedingungen und dem Leben als Ganzes. Aus diesem Grund wurden kognitive Tests bezüglich der subjektiven Sicht der EU-SILC 2010 Variablen durchgeführt, indem das Fragenverständnis, die subjektive Definition der einzelnen Wörter und die kognitiven Ablaufprozesse, welche zur Beantwortung der Fragestellung geführt haben, erhoben wurden. Die Ergebnisse zeigten, dass die untersuchte Stichprobe teilweise unterschiedliche subjektive Definitionen der Wörter besaß, was sich in der Beantwortung der Fragestellung widerspiegelt und folglich in Validitätseinbußen resultiert. Dies unterstreicht die Wichtigkeit kognitiver Vortestungen von Fragebögen.

Zur Erhebung der subjektiven Sicht bzw. der Zufriedenheit mit den objektiven Lebensbedingungen wurden teilstandardisierte Interviews durchgeführt. Das Hauptaugenmerk lag dabei zum einen auf der Feststellung subjektiven Wohlbefindens bzw. der Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensbereichen und zum anderen auf der Erhebung jener Komponenten und Prozesse, welche Einfluss auf die Beurteilung der Lebenszufriedenheit bzw. auf die Einschätzung der Zufriedenheit mit den objektiven Lebensbedingungen ausüben. Aus der Literatur ist bereits bekannt, dass objektive Lebensbedingungen keinen guten Prädiktor für das subjektive Wohlbefinden darstellen (vgl. „*Objektive Lebensbedingungen*“, Kapitel 4.2.). Das Fungieren des Bruttoinlandsprodukts als Wohlstandsindikator wird demnach jüngst heftig kritisiert (vgl. „*Stiglitz Report*“, Kapitel 4.2.7.).

Aufgrund der geringen Korrelation zwischen Lebensbedingungen und Wohlbefinden wird die subjektive Wahrnehmung der objektiven Lebensbedingungen als wichtiger Einflussfaktor der Lebenszufriedenheit postuliert. Psychologen und Forscher (z.B. Sen, 1985; Ryff, 1989; Schwartz & Strack, 1991; Argyle, 2001; Diener et al., 2006) nennen als weitere Indikatoren subjektiven Wohlbefindens *Emotionen* (joy), *kognitive Prozesse* (soziale Vergleichsprozesse, Kontrollüberzeugungen und Attributionsstil, Anpassung, Wahrnehmung der eigenen Ressourcen) und *Persönlichkeitsmerkmale* (Extraversion, kognitive Aspekte der Persönlichkeit).

Im Rahmen dieser Arbeit wurde versucht, die Erhebung der eben genannten Einflussfaktoren durch gezieltes Nachfragen während der Interviewführung zu gewährleisten. Die Ergebnisse

zeigten wie erwartet, dass im Großen und Ganzen alle Testpersonen antworteten, mit dem eigenen Leben zufrieden zu sein. Erst durch gezieltes Nachfragen bzw. „Nachhaken“ und das umfassende Eingehen auf die einzelnen Lebensbereiche konnten zum einen die einzelnen Lebensbedingungen, mit welchen die Testpersonen nicht so zufrieden sind, die Gefühle bezüglich der einzelnen Lebensbereiche und die Wichtigkeit der einzelnen Lebensbedingungen für die Beurteilung der eigenen Lebenszufriedenheit festgestellt werden. Zum anderen konnten Rückschlüsse auf die bei der Zufriedenheitseinschätzung ablaufenden kognitiven Prozesse gezogen werden. Hier spiegelt sich ein Vorteil des qualitativen Testens gegenüber quantitativen Erhebungen wider – nämlich die Gewinnung wertvoller Informationen durch offene Fragen, Verhaltensbeobachtungen und gezieltes Nachfragen.

Zur Beurteilung der Lebenszufriedenheit zogen die Testpersonen die Bereiche *Familie & soziale Situation, Beruf, Wohnverhältnisse, finanzielle Situation, Freizeit und Gesundheit* heran, was sich mit vorhergehenden Studien verschiedener Autoren deckt (z.B. Mayring, 1991; Argyle, 2001). Weiters konnten in Einklang mit der Literatur soziale Vergleichsprozesse, Adaptionen, Kontrollüberzeugungen, Rationalisierungen und Erwartungen der Ressourcen festgestellt werden, welche bei den Testpersonen Einfluss auf das subjektive Wohlbefinden ausübten und sich folglich auf die Einschätzung der Lebenszufriedenheit auswirkten. Da bei einigen Testpersonen die objektiven Lebensbedingungen NICHT mit deren subjektiven Einschätzungen übereinstimmten, kann man auf die von einigen Autoren postulierte Wichtigkeit der *subjektiven Wahrnehmung der objektiven Lebensbedingungen* zur Erhebung des Wohlbefindens schließen (z.B. Mayring, 1991; Powdthavee, 2007).

Schlussfolgerung

Aufgrund der geringen Korrelation zwischen Lebensbedingungen und Wohlbefinden sollte die Erhebung der subjektiven Lebenszufriedenheit anhand objektiver Lebensbedingungen nach dem heutigen Stand der Forschung gänzlich aufgegeben werden. Da sich die Korrelation stark erhöht wenn man die *kognitive Komponente* – nämlich die subjektive Wahrnehmung objektiver Lebensbedingungen – berücksichtigt, ist die Forderung an Psychologen und Wissenschaftler gerechtfertigt, dass sie in der Erhebung der Lebenszufriedenheit „subjektiver“ werden sollen.

Aus den vorliegenden qualitativen Interviews, den verschiedenen Ansätzen und vorhergehenden Studien kann man folgern, dass es mehrere Prädiktoren subjektiven Wohlbefindens gibt, was in Anbetracht der Tatsache, dass subjektives Wohlbefinden ein mehrdimensionales Konstrukt darstellt (vgl. u.a. Mayring, 1991; Diener, 1984; Diener et al., 1999), auch zu erwarten gewesen wäre. Dies legt den Schluss nahe, dass es nicht möglich ist, Lebenszufriedenheit anhand eines Indikators zu erheben bzw. vorauszusagen, da diese aus einem Zusammenspiel objektiver Lebensbedingungen, kognitiver Prozesse, Persönlichkeitsmerkmalen und der aktueller Stimmung resultiert.

Aus den Ergebnissen und der Literatur kann man weiters ableiten, dass es nicht vorteilhaft ist, subjektives Wohlbefinden rein quantitativ zu erheben, da durch die geschlossene Fragetechnik wichtige Informationen verloren gehen und die meisten Leute antworten werden, mit dem eigenen Leben bzw. mit den einzelnen Lebensbereichen im Großen und Ganzen zufrieden zu sein. Aufgrund des geschlossenen Antwortformats können weiters keine Rückschlüsse gezogen werden, welche Überlegungen bzw. Kognitionen bei den befragten Personen zur Einschätzung ihrer Lebenszufriedenheit geführt haben. Eine sinnvolle Alternative wäre die Kombination quantitativer und qualitativer Verfahren, um sowohl die durchschnittliche Zufriedenheit einer Population bezüglich des Lebens als Ganzes und der verschiedenen Lebensbereiche zu messen als auch die Kognitionen, Lebensereignisse, Emotionen und persönlichkeitsrelevanten Aspekte, welche zu dieser Einschätzung geführt haben, zu erheben. Eine solche Vorgangsweise käme wahrscheinlich einer mehrdimensionalen Erhebung subjektiven Wohlbefindens am nächsten.

Abstract

Hintergrund und Ziel: Das Hauptaugenmerk dieser Arbeit liegt auf der subjektiven Wahrnehmung bzw. Einschätzung objektiver Gegebenheiten. Ziel der vorliegenden Studien war es zum einen festzustellen, ob es Diskrepanzen zwischen dem subjektiven Verständnis der EU-SILC 2010 Variablen und den Intentionen von Eurostat gibt und zum anderen, ob sich die subjektive Wahrnehmung der Lebensbedingungen von den objektiven Lebensbedingungen unterscheidet. Weiters wurde Augenmerk auf deren Bedeutung für das subjektive Wohlbefinden bzw. deren Einfluss auf die Beurteilung der Lebenszufriedenheit gelegt.

Methoden: Zur Erhebung des subjektiven Verständnisses der EU-SILC 2010 Variablen wurden 3 der EU-SILC-2010 Fragen an einer Stichprobe von 10 Personen kognitiv vorgetestet. Um die subjektive Wahrnehmung der objektiven Lebensbedingungen und folglich deren Einfluss auf die Einschätzung der Lebenszufriedenheit zu eruieren, wurden an einer Stichprobe von 9 Personen teilstandardisierte Interviews durchgeführt.

Ergebnisse: Die kognitiven Interviews zeigten, dass es sehr wohl Diskrepanzen zwischen dem subjektiven Verständnis der EU-SILC-2010 Variablen und den Intentionen von Eurostat gibt, was sich negativ auf die zutreffende Beantwortung der Fragestellung auswirkt. Aus den qualitativen Interviews betreffend Lebenszufriedenheit bzw. der bereichsspezifischen Zufriedenheit resultierte im Einklang mit der Literatur, dass sich die subjektive Wahrnehmung der Lebensbedingungen von den rein objektiven Lebensbedingungen unterscheiden kann.

Diskussion und Schlussfolgerung: Die Ergebnisse postulieren die Wichtigkeit kognitiver Vortestungen von Fragebögen, da sich das subjektive Verständnis von Fragen bzw. einzelner Wörter oft von den Intentionen der Autoren unterscheidet. Diese Diskrepanzen können sich negativ auf die Validität der Fragebögen auswirken.

Sowohl die vorliegenden Ergebnisse als auch die Literatur betonen die Wichtigkeit der kognitiven Komponente für die Erhebung des Wohlbefindens. Die in vorhergehenden Studien berichtete niedrige Korrelation zwischen Lebenszufriedenheit und objektiven Lebensbedingungen ebenso wie die Ergebnisse der vorliegenden Studie sprechen für das endgültige Aufgeben, Wohlbefinden mittels rein objektiver Indikatoren zu erheben.

Literatur

Argyle, M. & Furnham, A. (1982). The ecology of relationships: choice of situation as a function of relationship. *British Journal of Social Psychology*, 21, 259-262

Argyle, M. & Furnham, A. (1983). Sources of satisfaction and conflict in long-term relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 45, 481-493

Argyle, M. & Crossland, J. (1987). Dimensions of positive emotions. *British Journal of Social Psychology*, 26, 127-137

Argyle, M.: *The Social psychology of Work*. 2. Auflage. Harmondsworth: Penguin, London 1989

Argyle, M. & Martin M. The psychological causes of happiness. In Fritz Strack, Michael Argyle & Norbert Schwarz (Eds.). *Subjective well-being: an interdisciplinary perspective*. Oxford u.a.: Pergamon Press, 1991, pp 77-100

Argyle, M. *The Social Psychology of Leisure*. Penguin, London 1996

Argyle, M. *The Psychology of Happiness*. Routledge, London & New York 2001

Aristoteles. *Die Nikomachische Ethik*, Übersetzung und Nachwort von Franz Dirlmeier, Philipp Reclam jun., Stuttgart 1983

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Bulletin*, 84 (2), 191-215

Bellebaum, A. (Hg.). *Glücksforschung: Eine Bestandsaufnahme*. UVK Verlagsgesellschaft mbH, Konstanz 2002.

- Bostic, T. J. & Ptacek, J. T. (2001). Personality Factors and Short-Term Variability in Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 2 (4), 355-373
- Braun, H. *Empirische Glücksforschung Unterfangen*. In: Alfred Bellebaum (Hrsg.). *Glücksforschung. Eine Bestandsaufnahme*, UVK Verlagsgesellschaft mbH, Konstanz 2002, pp 43-57
- Brickman, P. & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaption level theory: A symposium*. Academic Press, New York, pp 287-302
- Brickman, P., Coates, D. D. & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 (8), 917-927
- Campbell, A., Converse, P. E. & Rodgers, W. L. *The quality of american life*. Russell Sage Foundation, New York 1976
- Caplan, R. D., Cobb, S., French, J. R. P., Harrison, R. V. & Pinnean, S. R. *Job demands and worker health*. US Department of Health, Education and Welfare 1975
- Cheung, C. (1998). Impacts of class on Hong Kong people's well-being. *Human Relations*, 51, 89-119
- Cochrane, R. *Marriage, separation and divorce*. In S. Fisher & J. Reason (eds.) *Handbook of life stress, cognition and health*. Chichester: Wiley, 1988
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980), Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 338, pp 668-678
- Csikszentmihalyi, M. & Wong, M.H. The situational and personal correlates of happiness: a cross-national comparison. In Fritz Strack, Michael Argyle & Norbert Schwarz (Eds.). *Subjective well-being, an interdisciplinary perspective*. Oxford u.a.: Pergamon Press, 191, pp 193-212

Csikszentmihalyi, M. *Das flow-Erlebnis*. Klett-Cotta, Stuttgart 1996

Datenerhebung, EU-SILC (2010). *Erhebungsunterlagen und Plausibilitätschecks*. Zugriff am 20.02.2011

http://www.statistik.at/web_de/frageboegen/private_haushalte/eu_silc/index.html#index1
[fragebogen_eu-silc_2010_045828[1].pdf]

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen A. J. & Griffin S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75

Diener, E. & Fujita, F. (1995). Resources, Personal Strivings, and Subjective Well-Being: A Nomothetic and Idiographic Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (5), 926-935

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. (1999). Subjective Well-Being – Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 1999; 125 (2), 276-302

Diener E., Lucas, R. E. & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaption Theory of Well-Being, *American Psychologist*, 61 (4), 305-314

Easterlin, R. A. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behaviour and Organization*, 27, 35-47

Easterlin, R. A. (2000). The Worldwide Standard of Living Since 1800. *Journal of Economic Perspectives*, 14 (1), 7-26

Easterlin, R. A. (2003). Explaining Happiness. National Academy of Sciences of the USA, 100 (19),

El Giamal, M. (1994). *Die Psychologie des Wohlbefindens*. Zugriff am 13.01.2011

<http://www.unifr.ch/spc/UF/94avril/el-giamal.html>

- Eriksson, L., Rice, J. M. & Goodin, R. E. (2007). Temporal Aspects of Life Satisfaction. *Social Indicators Research*, 80, 511-533
- Eurostat (2009). *Description of Target Variables: Cross-sectional and Longitudinal*. 2010 operation (Version October 2009)
- EU-SILC (2010). *Modul zur Intrahaushaltsverteilung von Ressourcen*. Version vom 10.12.2009
- Festinger, L. (1954). *A Theory of social Comparison Processes*. Zugriff am 19.01.2011 http://www.mapageweb.umontreal.ca/delasabr/PSY2007/Axe1_PSY2007/Festinger,%201954.pdf
- Flammer, A. (1990). *Erfahrung der eigenen Wirksamkeit. Eine Einführung in die Psychologie der Kontrollmeinung*. Bern: Huber
- Hackman, J.R. *Work Design*. In J. R. Hackman & J. L. Suttle (eds), *Improving life at work*. Santa Monica: Goodyear, 1977
- Hautzinger, M. *Depression*. Hogrefe Verlag für Psychologie, Göttingen/Bern/Toronto/Seattle 1998
- Herkner, W. *Lehrbuch Sozialpsychologie*. Verlag Hans Huber, Bern/Göttingen/Toronto/Seattle 2001
- Inglehart, R. *Culture Shift in Advanced Industrial Society*. Princeton University Press, Princeton 1990
- Jemmott, J. B. & Locke, S. E. (1984). Psychosocial factors, immunology mediation, and human susceptibility to infectious diseases: how much do we know? *Psychological Bulletin*, 95, 78-108
- Kabanoff, B. (1982). Occupational and sex differences in leisure needs and leisure satisfaction. *Journal of Occupational Behaviour*, 3, 233-245

Kahneman, D. & Krueger, A. B. (2006). Developments in the Measurement of Subjective Well-Being, 20 (1), 3-24

Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D., Schwarz N. & Stone, A. A. (2006). Would you be happier if you were richer? *CEPS Working Paper*, 25

Kirchler, E. M. *Wirtschaftspsychologie: Grundlagen und Anwendungsfelder der Ökonomischen Psychologie*. (3., unveränderte Auflage). Hogrefe-Verlag, Göttingen 2003

Layard, R. *Happiness: Has social Science a clue?* London School of Economics, 2003

Layard, R. *Die glückliche Gesellschaft*. Campus Verlag GmbH, Frankfurt/Main 2005

Laszlo, H. *Das große Buch vom Glücklichsein*. Verlag 55PLUS Buchverlagsgesellschaft mbH, Wien 2005.

Maslow, A. H.: *Motivation and personality*. Harper & Row, New York 1970

Maslow, A.H. *Motivation und Persönlichkeit* 1970, übersetzt von Paul Krunotorad, Walter-Verlag AG, Olten 1977

Mayring, P. *Psychologie des Glücks*. Verlag W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart, Berlin, Köln 1991

Mayring, P. *Einführung in die Qualitative Sozialforschung*. Beltz, Weinheim 2002

Mayring, P. *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken*. Beltz, Weinheim 2003

Mussweiler, T. (2003). Comparison processes in social judgement: Mechanisms and consequences. *Psychological Review*, 110 (3), 472-489

Myers, D. G. PH. D. *The Pursuit of Happiness*. David G. & Carol P. Myers Charitable Foundation, USA 1992

Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172)

Powdthavee, N. (2007). *Economics of Happiness: A Review of Literature and Applications*. Institute of Education, University of London.

Prüfer, P. & Rexroth, M. (2005). Zugriff am 16.01.2011

http://www.gesis.org/fileadmin/upload/forschung/publikationen/gesis_reihen/howto/How_to_15PP_MR.pdf?download=true

Psychologie-Lexikon (2011). Zugriff am 20.01.2011

<http://www.lexikon-psychologie.de/Rationalisierung/>

Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 33 (1), 300-303

Ryff, C. (1989). *Happiness Is Everything, or Is It?* Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1090-1081

Schulz-Hausgenoss, A. (2005). *Lebensqualität bei psychischen Erkrankungen im Alter*.

Zugriff am 12.01.2011

<http://www.u3l.uni-frankfurt.de/downloads/Schulz-Hausgenoss2.pdf>

Schwarzer, R. *Psychologie des Gesundheitsverhaltens*. Hogrefe Verlag GmbH & Co.KG, Göttingen/Bern/Torronto/Seattle/Oxford/Prag 2004

Seligman, M. E.P. *FLOURISH: THE SEARCH FOR WELL BEING*. Wien 2010

Sen, A. *Commodities and Capabilities*. North Holland, Amsterdam 1985

Seneca. *Vom glückseligen Leben*. Kröner, Stuttgart 1987

Sin, N.L. & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing Well-Being and Alleviating Depressive Symptoms With Positive Psychology Interventions: A Practice-Friendly Meta-Analysis. *Journal of Clinical Psychology: in Session*, 65 (5), 467-487

Stangl, W. *Das halbstandardisierte Interview*. Zugriff am 12.02. 2011

<http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/FORSCHUNGSMETHODEN/Interview.shtml>

Statistik Austria (2011). Zugriff am 29.03.2011

http://www.statistik.at/web_de/frageboegen/private_haushalte/eu_silc/index.html#index1

Statistik Austria (2011). Zugriff am 29.03.2011

http://www.statistik.at/web_de/statistiken/soziales/gender-statistik/armutsgefaehrung/index.html

Stiglitz, J., Sen, A., Fitoussi J.P. *Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress*. Zugriff am 20.02. 2011

http://www.stiglitz-sen-fitoussi.fr/documents/rapport_anglais.pdf

Strack, F., Argyle, M. und Schwarz, N. (Eds.): *Subjective well-being, an interdisciplinary perspective*. Oxford u.a.: Pergamon Press 1991

Thierbach, P. *Auf dem Weg zu einer allgemeinen Theorie des Glücks: Eine Bestandsaufnahme der Glücksforschung*. Grin Verlag, München 2010

Van Hoorn, A. (2007). *A short introduction to subjective well-being: its measurement, correlates and policy uses*. University of Rome "Tor Vergata", 2007

Veenhoven, R.: *Conditions of Happiness*. D. Reidel Publishing Company, Dordrecht/Boston/Lancaster 1989

Veenhoven, R. Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots. In Fritz Strack, Michael Argyle & Norbert Schwarz (Eds.). *Subjective well-being, an interdisciplinary perspective*. Oxford u.a. : Pergamon Press, 1991, pp 7-26

Veenhoven, R. (1995). The cross-national pattern of happiness: Test of predictions implied in three theories of happiness. *Social Indicators Research*, 34, 33-68

Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90 (2), 245-271

Anhang

Im Anhang befinden sich die Materialien, welche bei der Erhebung zum Einsatz kamen, nämlich

- der Interviewleitfaden des kognitiven Testens bezüglich der EU-SILC 2010 Variablen und
- der Interviewleitfaden der halstandardisierten Interviews betreffend der allgemeinen Lebenszufriedenheit und der Zufriedenheit mit den einzelnen Lebensdomänen

sowie Auszüge aus den Datenmaterialien, nämlich

- Zusammenfassung des Transkripts einer Testperson im Rahmen des kognitiven Testens und
- Transkript einer Testperson im Rahmen der halstandardisierten Interviews.

Interviewleitfaden

Kognitives Testen EU-SILC 2010

- der Testperson Informationen geben betreffend der Intention der kognitiven Testung und kurze Vorstellung des EU-SILC- Fragebogens; Zusicherung der Anonymität;

Frage M001:

*Wie regelt ihr Haushalt den Umgang mit den Einkommen aller Haushaltsmitglieder?
(Einkommen sind Erwerbseinkommen, Pensionen, Sozialleistungen, Zinsen, Dividenden und Gewinne aus Wertanlagen, regelmäßige private Geldleistungen etc.)*

<i>Alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen.</i>	<i>1</i>
<i>Ein Teil der/des Einkommen/s gilt als gemeinsam, über den Rest verfügt</i>	<i>2</i>
<i>Jedes Haushaltsmitglied selbst.</i>	
<i>Jedes Haushaltsmitglied verfügt selbst über das eigene Einkommen.</i>	<i>3</i>
<i>Wir beziehen keinerlei Einkommen im Haushalt.</i>	<i>4</i>

- Könnten sie die Frage in eigenen Worten wiedergeben?/ Was verstehen sie darunter?/ Was – glauben sie- könnte mit dieser Frage gemeint sein?
- In der Frage wird der Ausdruck „*Einkommen aller Haushaltsmitglieder*“ verwendet.
 - a.) Wie würden sie diesen Begriff mit eigenen Worten definieren?
 - b.) Was verstehen sie unter „*Einkommen aller Haushaltsmitglieder*“ wenn sie an ihre aktuelle Lebenssituation denken?
- Was verstehen sie unter dem Begriff „*gemeinsames Einkommen*“?
- Was denken sie, ist mit der Bezeichnung „*über das eigene Einkommen selbst verfügen*“ gemeint?
- Wie würden sie diese Frage beantworten?
- Wie sind sie zu ihrer Antwort gekommen?/ Welche Ereignisse, Sachverhalte oder Vorkommnisse haben sie erinnert bzw. welche Überlegungen haben sie angestellt, um diese Antwort zu geben?

- Hatten sie Probleme damit, diese Ereignisse, Sachverhalte oder Vorkommnisse, die zur Antwortfindung geführt haben, zu erinnern oder hatten sie diese sofort im Kopf? / Wie leicht oder schwierig war es für sie, diese Frage zu beantworten?
- Wie sicher sind sie sich ihrer Antwort?
- Wie haben sie sich dabei gefühlt, diese Frage zu beantworten?
- Wie –glauben sie- werden sich andere Leute fühlen, diese Frage zu beantworten? / Glauben sie, wird es für diese leicht oder schwierig sein, diese Frage zu beantworten?
- Abschlussfrage: Sind sie mit dieser Situation - betreffend des Umgangs mit dem laufenden Einkommen- zufrieden?

Frage M006:

Ich möchte ihnen nun ein paar Fragen über die Aufteilung der Einkommen in ihrem Haushalt stellen. Wenn sie an ihr persönliches Einkommen denken, wie viel davon geht NICHT in das gemeinsame Haushaltsbudget ein?

<i>Mein gesamtes Einkommen fließt nicht mit ein.</i>	<i>1</i>
<i>Mehr als die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>2</i>
<i>Ungefähr die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>3</i>
<i>Weniger als die Hälfte meines Einkommens fließt nicht ein.</i>	<i>4</i>
<i>Mein gesamtes Einkommen fließt in das gemeinsame Haushaltsbudget ein.</i>	<i>5</i>
<i>Ich habe kein persönliches Einkommen.</i>	<i>6</i>

- Worauf –glauben sie- zielt diese Frage ab? / Wie würden sie diese Frage mit eigenen Worten wiedergeben?
- In der Frage wird der Ausdruck „gemeinsames Haushaltsbudget“ verwendet. Wie würden sie diesen Begriff definieren?
- Was verstehen sie unter „jenem Teil des Einkommens, welches nicht in das gemeinsame Haushaltbudget eingeht“?
- Wie würden sie diese Frage beantworten?
- Wie sind sie zu dieser Antwort gekommen? / Woran haben sie gedacht bzw. welche Überlegungen waren für diese Antwortfindung ausschlaggebend?
- Auf welchen Zeitraum beziehen sich die von ihnen angestellten Überlegungen, die zur Antwortbildung geführt haben?

- Wie leicht oder schwierig war es für sie, diese Antwort zu geben?
- Wie sicher sind sie sich ihrer Antwort?
- Wie haben sie sich bei der Beantwortung dieser Frage gefühlt?
- Abschlussfrage: Sind sie mit dieser Aufteilung des Einkommens in ihrem Haushalt zufrieden?

Frage M013:

Wenn sie an ihren Partner/ihre Partnerin denken. Wer trifft in ihrer Partnerschaft eher die Entscheidungen wenn es um alltägliche Einkäufe geht?

<i>Ich entscheide eher.</i>	<i>1</i>
<i>Wir entscheiden beide.</i>	<i>2</i>
<i>Mein/e Partner/in entscheidet eher.</i>	<i>3</i>

- Was verstehen sie unter „alltägliche Einkäufe“?/ Stellen sie sich kurz ihre derzeitigen Lebensbedingungen vor. Welche „alltäglichen Einkäufe“ fallen bei ihnen so an?
- Was verstehen sie unter *Entscheidungen* bzw. *die Gewohnheit, Entscheidungen alleine zu treffen*?
- Wie würden sie diese Frage beantworten?
- An welche konkreten Kaufentscheidungen haben sie bei der Beantwortung dieser Frage gedacht? / Welche konkreten Kaufentscheidungen waren für diese Antwortfindung ausschlaggebend?/ Welche Überlegungen haben sie angestellt, um diese Antwort zu geben?/ (Wo genau ziehen sie die Grenzen zwischen den Antwortalternativen (entscheiden gemeinsam/eher PartnerIn entscheidet/ eher selber entscheiden) bezogen auf ihre aktuellen Lebensbedingungen bzw. ab wann (d.h. ab welcher Häufigkeit an Kaufentscheidungen, die allein/gemeinsam/vom anderen getroffen werden) würden sie ganz allgemein sagen, dass gemeinsam entschieden wird, dass man selber entscheidet und ab wann würden sie sagen, dass der/die PartnerIn entscheidet?)
- Hatten sie Probleme damit, konkrete Kaufentscheidungssituationen zu erinnern oder kamen diese ihnen sofort in den Sinn?
- Auf welchen Zeitraum beziehen sich die von ihnen angestellten Überlegungen bezüglich der Entscheidungen über alltäglicher Einkäufe, die zur Antwortfindung geführt haben?
- War die Gewohnheit, Entscheidungen alleine zu treffen in ihrer Partnerschaft -bezüglich alltäglicher Einkäufe-, schon immer so verteilt oder hat sie sich mit der Zeit verändert?

- Wer macht normalerweise diese Einkäufe, sie, ihr/e PartnerIn oder beide gemeinsam?/ Wer geht schlussendlich einkaufen, wenn die Entscheidung für ein bestimmtes Produkt bereits getroffen wurde?
- Wie leicht oder schwierig war es für sie, diese Frage zu beantworten?
- Sind sie sich ihrer Antwort sicher oder verspüren sie eine gewisse Unsicherheit darüber, ob ihre Antwort auch wirklich die Entscheidungsverteilung in ihrer Partnerschaft wieder spiegelt?
- Wie haben sie sich bei der Beantwortung dieser Frage gefühlt?
- Was verstehen sie unter *nicht alltäglichen* Einkäufen, wenn sie an ihre aktuellen Lebensbedingungen denken?
- Wer trifft da eher die Entscheidungen über den Kauf dieser Güter?
 - a.) An welche konkreten Kaufentscheidungen haben sie gedacht, um diese Antwort zu geben?
 - b.) War die Gewohnheit, Entscheidungen alleine zu treffen in ihrer Partnerschaft bezüglich dieser *nicht-alltäglichen Einkäufen* schon immer so verteilt oder hat sich im Gegensatz zu früher etwas verändert?
 - c.) wer macht normalerweise diese Art von Einkäufen (wenn die Entscheidung für ein bestimmtes Gut bereits gefallen ist), sie, ihr/e PartnerIn oder beide gemeinsam?
- Nun führen sie sich nochmals ihre aktuellen Lebensbedingungen vor Augen. Was denken sie, welche Art von Kaufentscheidungen wird in ihrer Partnerschaft von wem getroffen?/
- Gibt es in ihrer Partnerschaft manchmal Konflikte über einzelne Entscheidungen?
- Abschlussfrage: Sind sie mit dieser Aufteilung der Kaufentscheidungen über *alltägliche & nichtalltägliche* Einkäufe in ihrer Partnerschaft zufrieden oder würden sie gerne etwas daran ändern?

Zusatzfragen: (nicht in EU-SILC 2010)

- Wie zufrieden sind sie mit ihren allgemeinen Lebensbedingungen?
 -) Welche Ereignisse, Vorkommnisse oder Sachverhalte haben sie erinnert, um zu dieser Antwort zu kommen?/ Welche Überlegungen haben sie zur Beantwortung dieser Frage angestellt?
 -) Würden sie gerne etwas an ihren aktuellen Lebensbedingungen verändern?

- Sind sie der Meinung genug zu verdienen?
 -) Welche Überlegungen haben sie angestellt, um diese Antwort zu geben?
 -) Haben sie sich bei der Einschätzung, ob sie genug verdienen mit anderen Personen verglichen oder haben sie ihr Einkommen, unabhängig von den anderen bewertet?

Interviewleitfaden

Lebenszufriedenheit

• Allgemeine Lebenszufriedenheit

- 1.) Wie zufrieden sind Sie mit ihrem Leben insgesamt? (Einschätzung auf einer Skala von 1-10, wobei 1= sehr unzufrieden und 10= sehr zufrieden)
- 2.) Was sind die guten (schönen) Momente/Gedanken in Ihrem Leben?
- 3.) Was sind die schlechten Momente/Gedanken in Ihrem Leben?
- 4.) Welche Aspekte haben Sie zur Einschätzung ihrer Lebenszufriedenheit herangezogen d.h. woran haben Sie bei der Einschätzung Ihrer Lebenszufriedenheit gedacht (z.B. an Partner, finanzielle Situation, Kinder, bestimmte Erlebnisse usw.)?
- 5.) Welche Gefühle werden bei Ihnen ausgelöst, wenn sie über ihr Leben nachdenken?
- 6.) Welche bisherigen Veränderungen in Ihrem Leben haben zu einer Verbesserung/Verschlechterung Ihres Wohlbefindens geführt?

• Arbeit

- 7.) Haben Sie einen bezahlten Job?
- 8.) Wie viele Stunden arbeiten Sie pro Woche?
- 9.) Machen Sie sich darüber Gedanken (Sorgen), dass Sie ihren Job vielleicht verlieren könnten oder ist es ein sicherer Job?
- 10.) Wie fühlen Sie sich wenn sie von der Arbeit nach Hause kommen?
- 11.) Sind Sie der Meinung genug zu verdienen?
- 12.) Woran haben Sie die Beurteilung ob Sie genug verdienen gemessen? (Vergleiche?)
- 13.) Wie wichtig ist es für Sie viel zu verdienen?
- 14.) Welche Gefühle werden bei Ihnen erzeugt, wenn Sie an Ihre Arbeit denken?
- 15.) Welche Aspekte in ihrem Job erzeugen positive & welche negative Gefühle?

• Wohnverhältnisse

- 16.) Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt?
- 17.) Wie viele Räume hat Ihre Unterkunft in der Sie leben?
- 18.) Sind Sie der Meinung in einer angemessen großen Unterkunft zu leben?
- 19.) Würden Sie gerne etwas an Ihrer Wohnsituation verändern?
- 20.) Welche Gefühle werden bei Ihnen ausgelöst wenn Sie an ihre Wohnverhältnisse denken?

• Finanzielle Situation

- 21.) Es gibt manche Dinge, die sich viele Leute nicht leisten können... Wie ist das bei Ihnen? Haben Sie viele „materiell unerfüllte“ Wünsche, weil Sie es sich nicht leisten können?
- 22.) Sind Sie der Meinung, alles was Sie zum Leben brauchen zu besitzen oder gibt es Dinge, die Sie bräuchten (wollen), die Sie sich aber nicht leisten können?
 - a.) Welche konkreten Anschaffungen hätten Sie gerne, können es sich aber aus finanziellen Gründen nicht leisten?
 - b.) Was bedeutet das für ihr (subjektives) Wohlbefinden, wenn Sie sich etwas Bestimmtes (die vorher genannten Anschaffungen, die Sie gerne hätten) nicht leisten können?
 - c.) Was haben Sie sich in letzter Zeit an Anschaffungen geleistet?
 - d.) Was bedeutet es für Ihr (subjektives) Wohlbefinden wenn Sie sich etwas Bestimmtes (die vorher genannten Anschaffungen) leisten können?
 - e.) Welche Dinge könnten Sie sich theoretisch leisten, sie wollen diese aber nicht kaufen, da sie Ihnen zu teuer sind?
 - f.) Was bedeutet es für Ihr subjektives Wohlbefinden, sich Dinge nicht zu kaufen, weil Sie ihnen zu teuer sind (obwohl Sie es sich leisten könnten)?
- 23.) Wie wichtig sind Ihnen materielle Dinge bzw. welche Rolle spielen diese in Ihrem Leben?
- 24.) Wie zufrieden sind Sie mit dem was Sie besitzen? (Einschätzung auf einer von 1-10, wobei 1=sehr unzufrieden und 10=sehr zufrieden)
- 25.) Welche Aspekte haben Sie zu dieser Einschätzung herangezogen?

- 26.) Wie wichtig sind für Sie Vergleichsprozesse (der Vergleich mit anderen)?
- 27.) Welche Gefühle werden bei Ihnen erzeugt, wenn Sie an ihre Besitztümer denken?
- 28.) Welche Gefühle werden bei Ihnen erzeugt, wenn Sie sich mit anderen Personen vergleichen?

• **Soziale Situation**

- 29.) Wie ist ihr Familienstand?
- 30.) Führen Sie eine glückliche Ehe/Beziehung?
- 31.) Wie viele enge Freunde haben Sie?
- 32.) Wenn es um Leute geht die nicht in Ihrem Haushalt leben... Wie oft haben Sie direkten Kontakt zu diesen Menschen (Verwandte, Freunde, Bekannte,...) ?
- 33.) Wie oft haben Sie mit diesen Menschen Kontakt über das Telefon, Post oder e-Mail?
- 34.) Hätten Sie gerne mehr Kontakt zu diesen Menschen?
- 35.) An wen können Sie sich bei Problemen wenden? Wem vertrauen Sie sich an?
- 36.) Welche Gefühle werden bei Ihnen ausgelöst, wenn Sie an Ihre Familie denken?
- 37.) Was erzeugt bei Ihnen innerhalb der Familie positive Gefühle & was erzeugt negative Gefühle?

• **Alltag und Freizeit**

- 38.) Was machen Sie in Ihrer Freizeit?
- 39.) Was macht Sie persönlich glücklich? Was erzeugt bei Ihnen im Alltag positive Gefühle?
- 40.) Was erzeugt bei Ihnen im Alltag negative Gefühle?
- 41.) Sind Sie mit ihrer freien Zeit zufrieden oder hätten Sie gerne mehr Zeit für sich selbst?
- 42.) Welche Dinge in Ihrem Leben machen Sie gerne & wie viel Zeit schenken Sie diesen Tätigkeiten?
- 43.) Welche Dinge in Ihrem Leben machen Sie nur, weil Sie es tun müssen & Zeit nehmen diese Tätigkeiten in Anspruch?

- 44.) Wie fühlen Sie sich, wenn Sie Abends in Bett gehen (wie sieht da ihre Gefühls- bzw. Stimmungslage aus) bzw. wie fühlen Sie sich, wenn Sie morgens aufstehen?

• **Gesundheitszustand**

- 45.) Wie würden Sie Ihren Gesundheitszustand beschreiben?
- 46.) Haben Sie irgendein chronisches physisches oder psychisches Problem, eine Krankheit oder eine Behinderung?
- 47.) Werden Sie durch dieses Problem in ihren täglichen Aktivitäten behindert/beeinträchtigt?

Zusammenfassung

Kognitives Testen

- Frau K.; 49Jahre; verheiratet; abgeschlossenes Geschichtestudium; 2 Kinder (Studentinnen, 21 & 24 Jahre); teilzeitbeschäftigt;

Auf die von mir gestellte Frage, wie die Testperson die **Frage M001** verstehe bzw. ob die Testperson die Frage M001 mit eigenen Worten wiedergeben könne, antwortete sie nach kurzem Überlegen, dass die Frage darauf abziele, *was mit dem Einkommen der Personen, die zusammen in einem Haushalt leben, passiere*. Unter dem Ausdruck „*Einkommen aller Haushaltsmitglieder*“ verstehe sie jenes Geld (Lohn, Pension, Sozialhilfe,...) welches jede Person, die im Haushalt lebt, netto ausbezahlt bekommt. Wenn die Testperson an ihre aktuellen Lebensbedingungen denke, sei damit das Einkommen ihres Mannes und ihr eigenes Einkommen gemeint. Sie berichtet, ihre Kinder leben zwar im gemeinsamen Haushalt, sind aber Studenten und haben dadurch noch kein eigenes Erwerbseinkommen. Studienbeihilfen und Kindergeld kommen ebenfalls auf dieses gemeinsame Konto.

Bei den von mir gestellten Fragen zu den vier Antwortalternativen gibt die Testperson an, unter dem Begriff „*gemeinsames Einkommen*“ ein gemeinsames Konto zu verstehen, in welches alle Verdienste jedes Haushaltsmitgliedes einfließen und über welches alle im Haushalt lebenden arbeitstätigen Personen verfügen. Mit dem Ausdruck „*über das eigene Einkommen selbst verfügen*“ sei ihrer Meinung nach gemeint, dass man über ein eigenes Konto verfügt auf welches die gesamten Verdienste einfließen und man somit selbst über sein Einkommen bestimmen kann.

Die Testperson gab an, für ihren Haushalt treffe die Antwort „*Alle Einkommen gelten als gemeinsames Einkommen*“ zu, da sowohl ihr eigenes Einkommen als auch das Einkommen ihres Mannes auf ein gemeinsames Konto kommt, über welches beide gleichermaßen verfügen. Sie fügt hinzu, in ihrer Partnerschaft sei es schon immer so gewesen, dass Ausgaben von diesem gemeinsamen Konto in Absprache gemeinsam getätigt werden. Die Testperson gibt an, keine Schwierigkeiten bei der Beantwortung dieser Frage gehabt zu haben, zum Einen weil die Frage ihrer Meinung nach, verständlich formuliert sei, und zum Anderen, weil ihr Mann und sie aufgrund des Bestehens eines gemeinsamen Kontos schon immer

gleichermaßen über beider Einkommen verfügen haben. Somit habe sie ganz spontan und ohne viel zu überlegen auf diese Frage antworten können.

Auf die Frage, ob die Testperson mit dieser Situation –betreffend des Umgangs mit dem laufenden Einkommen- zufrieden sei, antwortete sie sie verdiene aufgrund ihrer Teilzeitbeschäftigung nur 1/3 des Einkommens ihres Mannes, habe sich aber dafür immer um die Kinder und um den Haushalt gekümmert. Jetzt, wo die Kinder aus dem Haus sind, habe sie die Haustiere (vor allem der Schäferhund ihres Mannes braucht sehr viel Zuwendung und Bewegung) zu betreuen und den Haushalt zu führen. Deshalb finde sie es fair, dass beide gleichermaßen über die Einkommen beider verfügen, obwohl sie viel weniger verdient als ihr Mann. Sie fügt hinzu, mit dieser Situation zufrieden zu sein.

Auf die von mir gestellte Frage, wie die Testperson die Frage **M006** verstehe bzw. worauf ihrer Meinung nach diese Frage abziele, antwortete sie nach mehrmaligem Durchlesen der Frage, dass sie zwar wisse worauf diese Frage hinaus wolle, jedoch sei sie der Meinung diese Frage sei sehr umständlich und kompliziert gestellt. Sie habe sich sowohl die Frage als auch die Antwortalternativen öfter durchlesen müssen, um sie zu verstehen. Die Frage sei negativ formuliert, ebenso wie die Antwortalternativen und sie finde es sehr schwierig auf eine negative Frage eine JA- Antwort (trifft zu) zu geben. Ihrer Meinung nach sollte die Frage folgendermaßen lauten:

Über welchen Teil meines Einkommens kann ich selber verfügen?

- a.) *Ich verfüge über mein gesamtes Einkommen selbst.*
- b.) *Ich verfüge über mehr als die Hälfte meines Einkommens selbst.*
- c.) *Ich verfüge über ungefähr die Hälfte meines Einkommens selbst.*
- d.) *Ich verfüge über weniger als die Hälfte meines Einkommens selbst.*
- e.) *Ich verfüge nicht selbst über mein Einkommen.*
- f.) *Ich habe kein persönliches Einkommen.*

Auf die Frage, was ihrer Meinung nach mit dem Ausdruck „gemeinsames Haushaltsbudget“ gemeint ist, gibt die Testperson an, darunter alles Geld zu verstehen, welches man fürs tägliche Leben benötigt, nämlich Nahrungsmittel, Miete, Ausgaben für die Kinder, Ausgaben für die Haustiere...etc. Unter „jenem Teil des Einkommens, welches nicht in das gemeinsame Haushaltsbudget eingeht“ verstehe sie jenes Geld, welches man für sich selbst hat und über welches man selber verfügen kann d.h. dass man niemandem Rechenschaft abgeben muss, was man mit diesem Geld macht.

Die Testperson berichtet ihr gesamtes Einkommen fließe in das gemeinsame Haushaltsbudget ein. Sie erläutert nochmals, nur 1/3 des Einkommens ihres Mannes zu verdienen und sie finde,

es wäre nicht richtig, wenn ihr Einkommen nicht einfließen würde. Sie gibt an, wenn sie einen bestimmten Betrag für etwas brauche, was nicht den Haushalt betrifft (z.B. Geld für Kleidung, Friseur,...etc.) beziehe sie dieses Geld in Absprache mit ihrem Mann aus dem Haushaltsbudget. Die Testperson gibt an, sowohl das Einkommen ihres Mannes als auch ihr eigenes Einkommen fließe in das gemeinsame Haushaltsbudget ein, und je nach Bedürfnis wird nach Absprache auch ein kleiner Teil für sich selbst (d.h. Ausgaben welche nicht den Haushalt betreffen) genutzt. Sie erläutert, Probleme mit dem Verständnis der Formulierung der Fragestellung und der Antwortalternativen gehabt zu haben, jedoch die Antwortfindung war für sie völlig klar, da sich in letzter Zeit nichts an ihren aktuellen Lebensbedingungen verändert hatte. Sie gibt an, ihr Einkommen fließt seit 1997 ins gemeinsame Haushaltsbudget ein und das hat sich bis heute nicht verändert. Davor war sie nicht berufstätig und hatte kein eigenes Einkommen.

Die Testperson hätte zwar gerne Geld, über welches sie selber verfügen (d.h. mit welchem sie machen könne, was sie wolle) könne, jedoch mit ihrem geringen Einkommen sei das nicht möglich. Sie könnte zwar statt einer Teilzeitbeschäftigung einer Vollzeitbeschäftigung nachgehen um mehr zu verdienen, jedoch sei das aufgrund ihrer anderen Verpflichtungen nicht möglich.

Auf die von mir gestellte Frage, was die Testperson unter dem in Frage **M013** verwendeten Ausdruck „*alltägliche Einkäufe*“ verstehe, antwortete sie darunter fallen ihrer Meinung nach Besorgungen die alltäglich sind d.h. diejenigen Einkäufe die man häufig bzw. jeden oder fast jeden Tag macht. Bezogen auf ihre aktuellen Lebensbedingungen gibt sie Lebensmittel, Pflegeprodukte (Seife, Duschgel, Shampoo,...), Geschirrspülmittel und Tiernahrung an. Unter dem Begriff „*Entscheidung*“ versteht die Testperson die Wahl für ein bestimmtes Produkt und unter der „*Gewohnheit Entscheidungen alleine zu treffen*“ versteht sie, dass man mit dem Partner nicht bespricht, was ausgewählt wird, sondern dass man alleine für sich entscheidet. Die Testperson erläutert, in ihrer Partnerschaft alleine die Entscheidungen zu treffen, was täglich eingekauft wird. Ihr Mann habe gar keinen Einblick, was täglich an Produkten benötigt wird, da sie alleine für den Haushalt verantwortlich sei und deshalb die Entscheidungen über die alltäglichen Einkäufe trifft und diese Einkäufe auch selbst erledige. Sie gibt an, die Entscheidungsverteilung in ihrer Partnerschaft sei schon immer so verteilt gewesen und es habe sich seit der Hochzeit vor 25 Jahren nichts daran verändert, deshalb habe sie auch keinerlei Probleme damit gehabt, diese Frage zu beantworten.

Da die Testperson „*alltägliche Einkäufe*“ nur mit Einkäufen in Zusammenhang brachte, welche täglich oder fast täglich anfallen und welche keine größeren Investitionen

voraussetzten, fragte ich sie noch nach der Entscheidungsverteilung bei „*nicht alltäglichen Einkäufen*“. Auf die Frage, was die Testperson unter „*nicht alltäglichen Einkäufen*“ verstehe, nannte sie größere bzw. teurere Anschaffungen, welche nicht täglich anfallen, wie Fernseher, Laptop, Auto, Möbel,...etc. Sie gibt an, bei teuren Investitionen gemeinsam zu entscheiden und meist gemeinsam die Vor- und Nachteile bestimmter Güter gemeinsam aufzuzählen, und sich wirklich nur für ein bestimmtes Gut zu entscheiden, wenn wirklich beide damit einverstanden sind. Oft wird auch nach Interessens- und Arbeitsbereich entschieden. Wenn es sich um einen Gebrauchsgegenstand handle, wie z.B. Waschmaschine, Küchengeräte,...entscheide eher sie, da sie sich damit besser auskenne. Wenn es sich aber um ein Gut, welches in den Interessens- oder Arbeitsbereich ihres Mannes falle, handle (wie z.B. Stereoanlage oder Computer- er kenne sich damit besser als sie) entscheide eher ihr Mann. Die Testperson gibt nochmals an, sie entscheide alleine den Kauf der alltäglichen Produkte wie Lebensmittel, Pflegemittel etc. und die teuren Güter wie Fernseher, Auto etc. werden von beiden Partnern gemeinsam getroffen. Es gebe in ihrer Partnerschaft fast nie Konflikte über einzelne Kaufentscheidungen. Wenn doch einmal Meinungsverschiedenheiten über ein bestimmtes Produkt aufkommen, entscheide jener der Partner, welcher sich besser mit diesem Produkt auskenne. Die Testperson gibt an, mit dieser Aufteilung der Kaufentscheidungen zufrieden zu sein, weil je nach Interessens- und Arbeitsbereich entschieden wird.

Die Testperson gibt an, generell mit ihren aktuellen Lebensbedingungen zufrieden zu sein. Sie habe zwar ein paar Probleme mit einigen Verwandten und manchmal sei das Geld ein bisschen knapp, aber sonst passe eigentlich alles in ihrem Leben. Sie sei sowohl mit ihrem Familienleben, welches sie als harmonisch beschrieb als auch mit ihrem Arbeitsplatz und ihrer Wohnsituation zufrieden. Verglichen mit bestimmten anderen Leuten ginge es ihr sehr gut. Sie gibt an, sie würde eigentlich nichts verändern wollen, außer vielleicht ihre Beziehung zu den Verwandten, welche nicht so großartig sei. Außerdem hätte sie gerne ein eigenes kleines Auto, um mobiler zu sein.

Auf die Frage, ob die Testperson glaube, genug zu verdienen, antwortete sie, gemessen an ihrer Arbeitszeit verdiene sie genug. Sie würde zwar gerne mehr verdienen, aber dann müsste sie mehr arbeiten, und das sei bei ihr leider nicht möglich.

Transkripte

Lebenszufriedenheit

I... Interviewer

B1... Befragte

Interview 1: weiblich; 49 Jahre; verheiratet; 2 Kinder; teilzeitbeschäftigt

1 I: Ich werde Ihnen jetzt einige Fragen bezüglich Ihrer Lebenszufriedenheit
2 stellen. Die Fragen beziehen sich auf die allgemeine Lebenszufriedenheit, die
3 Arbeitszufriedenheit, die Zufriedenheit mit den Wohnverhältnissen, die Zufriedenheit
4 mit der finanziellen Situation, der sozialen Situation, des Alltags und der Freizeit und
5 des Gesundheitszustandes.

6 Wenn Sie so an ihr Leben denken- wie würden Sie Ihre Lebenszufriedenheit auf einer
7 Skala von 1-10 einschätzen?

8 B1: Ich nehme mal an 1 ist sehr unzufrieden und 10 ist sehr zufrieden (lacht).

9 I: Ja, genau. Welchen Wert würden Sie I h r e r Lebenszufriedenheit geben?

10 B1: (5 Sekunden Pause) Da sage ich acht.

11 I: Woran haben Sie bei dieser Einschätzung gedacht bzw. welche Aspekte Ihres
12 Lebens haben Sie zur Bewertung herangezogen?

13 B1: Hm, ich habe an meinen Mann, meine Kinder, meine Eltern –also an meine
14 gesamte Familie und an mein Haus gedacht.

15 I: Damit sind Sie also sehr zufrieden...

16 B1: Ja genau, meine Familie und mein Umfeld könnte n i c h t besser sein (lächelt).

17 I: Obwohl es nicht besser sein könnte, haben Sie Ihre Lebenszufriedenheit nicht
18 mit 10 eingeschätzt...

19 B1: Nein, das habe ich bewusst nicht, denn ich habe beruflich nicht das
20 erreicht was ich wollte und finanziell könnte es auch besser sein.

21 I: Was wollten Sie denn beruflich erreichen?

22 B1: Naja, ich habe Geschichte studiert und als ich meine Diplomprüfung hatte, war
23 ich bereits schwanger. 2 Jahre nach der Geburt meiner Tochter bekam ich ein
24 Jobangebot bei der Landesregierung. (5 Sekunden Pause) Wenn ich damals den Job
25 angenommen hätte, dann hätte ich keine Zeit für die Familie gehabt. Ich habe dann

26 mein zweites Kind bekommen und bin weiterhin zu Hause bei den Kindern geblieben.
27 Ich habe mich eben für die Familie entschieden und nicht für den Beruf. (5 Sekunden
28 Pause) Als meine Kinder in die Schule gekommen sind, habe ich einen Teilzeitjob als
29 Sekretärin angenommen und hatte so immer genug Zeit für meine Familie.

30 I: Ich verstehe. Und was meinen Sie mit „finanziell könnte es auch besser sein“?
31 B1: N a j a, dadurch dass ich in meinem Job nicht allzu viel verdiene, sind wir auf
32 das Gehalt meines Mannes angewiesen. Wir haben ein Haus zu erhalten, eine
33 Wohnung in Wien und beide Kinder werden von uns bei ihren Studien finanziell
34 unterstützt. Da kommt schon einiges an Ausgaben zusammen (lacht).

35 I: (nickt). Was sind denn ganz allgemein die schönen Momente in Ihrem Leben?
36 Damit meine ich Momente in denen es Ihnen gut geht und wo Sie schöne Gedanken
37 vernehmen?

38 B1: Hm, das sind Momente die ich mit meiner Familie verbringen darf (lächelt). Zu
39 meinen schönsten Momenten zähle ich Urlaube mit meiner Familie, gemütliches
40 Beisammensitzen und tratschen (lacht), gemeinsames Essen und gemeinsame
41 Spaziergänge. Schöne Gedanken verbinde ich damit, wenn mir meine Familie zeigt,
42 was ich Ihnen bedeute. Da genügt meist schon eine kleine Geste.

43 (5 Sekunden Pause) Meine Familie zeigt es mir übrigens ziemlich oft, wie wichtig ich
44 ihnen bin (lächelt).

45 I: Das ist sicher ein schönes Gefühl. Aber es gibt sicher – wie bei jedem
46 Menschen – auch in Ihrem Leben Momente, in denen es Ihnen nicht gut geht. Damit
47 meine ich Momente, in denen Sie negative Gefühle vernehmen...

48 B1: Ja, da haben Sie recht. Ich fühle mich schlecht, wenn jemand aus meiner
49 Familie oder ich gesundheitliche Probleme haben oder wenn es jemanden aus meiner
50 Familie psychisch nicht gut geht. Negative Gedanken herrschen bei mir außerdem
51 vor, wenn das Monat noch nicht um ist, das monatliche Geld aber schon aufgebraucht
52 ist.

53 I: Kommt das eigentlich oft vor?
54 B1: Nein, zum Glück nicht. Meistens in der Übergangszeit, so September/Oktober,
55 wenn man die Wintergewandeneinkäufe macht und dann das Geld nur so dahingeht. Ja
56 und dann noch April/Mai, da ja zu dieser Zeit viele Feiertage sind und man ja für die
57 ganze Familie groß aufkochen möchte.

58 I: Wenn es vorkommt- wie fühlen Sie sich dann? Was geht dann in Ihrem
Kopf vor?

59 B1: Wie Sie sich vielleicht vorstellen können, geht es mir in solchen Situation nicht
60 gut. Ich versuche dann zu sparen wo es nur geht und versuche das Monat irgendwie
61 finanziell zu meistern. Es ist auch schon vorgekommen, dass ich meine Mutter gebeten
62 habe, mir etwas zu borgen. Das ist mir dann sehr unangenehm, da ich dann das Gefühl
63 habe, dass ich nicht einmal in meinem Alter alleine über die Runden kommen kann.
64 (5 Sekunden Pause) Wenn ich so zurückdenke, habe ich mir aber sicher nicht öfters als
65 ca. 5 Mal etwas von ihr ausgeborgt, weil das ist für mich die allerletzte Alternative
66 (lacht). Da suche ich vorher lieber sämtliche Hosensäckeln ab, ob vielleicht irgendwo
67 noch etwas drinnen ist, bevor ich meine Mutter um Geld bete.

68 I: Was bedeutet das für Ihr Wohlbefinden, wenn einmal das Monatsgeld nicht
69 ausreicht?

70 B1: Naja, ich fühle mich schlecht und mache mir Vorwürfe, warum ich mir die
71 Ausgaben nicht besser eingeteilt habe. Außerdem bin ich sehr unruhig und gestresst,
72 weil ich ja das Monat finanziell meistern muss, ohne dass mein Mann davon erfährt.
73 Wenn er das nämlich mitbekommen würde, würde er mir nämlich auch vorwerfen dass
74 ich mit dem Geld nicht umgehen kann und das möchte ich vermeiden. Ich mache mir
75 dann nämlich selbst eh schon genug Vorwürfe, da brauch ich dann nicht auch noch
76 Streit mit meinem Mann. Bis jetzt hat er noch nie etwas davon bemerkt und das ist
77 auch gut so.

78 I: Diese Situation ist sicher nicht so einfach für Sie...

79 B1: Nein, ist sie nicht und ich bin innerlich dann sehr angespannt. Ich versuche halt
80 dann aber ganz einfache Gerichte zu kochen, wo ich nicht viel Geld ausgeben muss
81 und irgendwie schaffe ich es dann eh und ein Monat ist ja auch schnell um (lächelt).

82 I: Ich verstehe. Welche Gefühle werden eigentlich bei Ihnen ausgelöst wenn Sie
83 so über Ihr Leben nachdenken?

84 B1: Hm, ich spüre eigentlich schon Zufriedenheitsgefühle.

85 I: Was meinen Sie mit „Eigentlich“?

86 B1: Naja, die finanzielle Situation ist halt wie vorher erwähnt nicht so optimal. Ich
87 denke aber dann immer – wenn ich damals diesen Job bei der Landesregierung
88 angenommen hätte, dann ginge es uns zwar finanziell besser, allerdings hätte ich dann
89 meine Kinder nicht in dem Maß aufwachsen sehen, wie ich es miterlebt habe. Oft ist
90 es ja so, dass man im Leben entweder das Eine hat oder das Andere. Ich bin halt vor
91 der Entscheidung gestanden, entweder Beruf oder Familie und ich habe mich für die

92 Familie entschieden. Ich habe mir halt meinen Traum von einer harmonischen
93 glücklichen Familie verwirklicht.

94 I: Denken Sie manchmal daran, wie es wäre wenn Sie in größerem Ausmaß
95 berufstätig wären?

96 B1: Ja, vor allem jetzt wo die Kinder aus dem Haus sind, habe ich oft diesen
97 Gedanken mich endlich beruflich zu verwirklichen und mehr zu verdienen.

98 I: Wie geht es Ihnen dabei?

99 B1: Naja, ich fühle mich Hin- und Hergerissen. Auf der Einen Seite fühle ich mich
100 in meinem Beruf unterfordert und diese Tatsache gibt mir kein gutes Gefühl. Auf der
101 Anderen Seite bin ich aber das jetzt schon so gewohnt und habe Angst vor den
102 Anforderungen, die ein neuer Job mit sich bringen würde. (5 Sekunden Pause)
103 Eigentlich ist es ja so wie es ist eh gemütlich. Ich gehe halbtags arbeiten und habe
104 dann noch genug Zeit für den Haushalt, meine Haustiere und für mich selbst. Meine
105 Kinder werden dann eh auch bald arbeiten gehen und dann brauchen sie unsere
106 finanzielle Unterstützung eh nicht mehr. Da fällt ja dann schon einiges an Ausgaben
107 weg und dann wäre das Geld sicher nie mehr knapp. Ein neuer Job würde nämlich
108 meinen ganzen geregelten Tagesablauf durcheinanderbringen und alles verändern. Ich
109 denke halt mit fast 50 Jahren brauch ich das jetzt nun auch nicht mehr.

110 I: Also werden Sie lieber bei diesem Job als Sekretärin bleiben?

111 B1: Vermutlich schon, aber vielleicht werde ich auch noch mal auf die Uni gehen
112 und mich intellektuell weiterbilden. Ich weiß es noch nicht...

113 I: Sie sind sich diesbezüglich noch unschlüssig...

114 B1: Ja und deshalb möchte ich nicht näher drauf eingehen, weil ich selbst noch
115 nicht weiß was ich zukünftig beruflich verändern werde bzw. ob ich überhaupt was
116 verändern möchte.

117 I: Ich verstehe. Welche bisherigen Veränderungen haben denn zu einer
118 Verbesserung bzw. Verschlechterung Ihres Wohlbefindens geführt?

119 B1: Zu den positiven Veränderungen zählen ganz eindeutig meine Hochzeit, die
120 Geburt meiner Kinder, die Anschaffung unseres Schäferhundes und der Hauskauf.
121 Negative Veränderungen hat es natürlich auch gegeben, das war der Tod meiner
122 Schwiegermutter und die Streitigkeiten wegen dem Erbe.

123 I: Wie ging es Ihnen dabei?

124 B1: Ich war sehr traurig, denn meine Schwiegermutter war ein lieber Mensch der
125 mir sehr viel bedeutet hat. Die Erbschaftsstreitigkeiten waren für mich eine sehr große

126 Belastung, denn ich war und bin noch immer sehr enttäuscht über den Charakter von
127 Leuten, von denen ich so etwas niemals erwartet hatte. Dieser Streit ging über mehrere
128 Wochen und ich fühlte mich damals sehr schlecht. Mein Mann und ich haben nach
129 dem Prozess den Kontakt zu ihnen abgebrochen und danach ging es mir dann besser.

130 I: Fallen Ihnen vielleicht sonst noch bedeutende Veränderungen ein?

131 B1: Hm, nein, das wars eigentlich. Reicht aber eh (lacht).

132 I: Okay, dann werde ich Ihnen jetzt ein paar Fragen bezüglich Ihres Jobs stellen.
133 Wie viele Stunden arbeiten Sie eigentlich in der Woche?

134 B1: 20 Stunden in der Woche, denn ich bin wie vorher gesagt teilzeitbeschäftigt.

135 I: Machen Sie sich Gedanken oder Sorgen, dass Sie den Job vielleicht verlieren
136 könnten?

137 B1: Nein, nein das ist eh ein sicherer Job.

138 I: Wie fühlen Sie sich wenn Sie von der Arbeit nach Hause kommen?

139 B1: (5 Sekunden Pause) Ich fühle mich abgehetzt.

140 I: Sie fühlen sich abgehetzt?

141 B1: Naja, nach der Arbeit muss ich schnell einkaufen gehen, dann mit dem Hund
142 spazieren gehen und anschließend das Essen für meinen Mann kochen. Dazwischen
143 erledige ich noch täglich anfallende Hausarbeiten, wie Wäsche waschen, bügeln und
144 so weiter.

145 I: Verstehe. Wenn Sie an Ihr Gehalt denken...Sind Sie der Meinung genug zu
146 verdienen?

147 B1: Ich verdiene relativ wenig, aber das liegt daran, dass ich nicht Vollzeit arbeite.
148 Wenn ich aber an meine Arbeitszeit und an das Gehalt von anderen, die auch
149 teilzeitbeschäftigt sind denke, verdiene ich schon genug.

150 I: Wie wichtig ist es für Sie viel zu verdienen?

151 B1: H m m, ich will halt soviel verdienen, dass wir uns gemeinsam mit dem Gehalt
152 meines Mannes auch ein bisschen Luxus leisten können.

153 I: Was verstehen Sie unter „ein bisschen Luxus“?

154 B1: Damit meine ich –so wie es bei uns der Fall ist- ein eigenes Haus mit Garten,
155 Sommerurlaube, einen Fernseher, einen Geschirrspüler, eine Waschmaschine und was
156 man halt sonst noch so braucht.

157 I: (nickt). Welche Gefühle werden denn bei Ihnen erzeugt wenn Sie an Ihre
Arbeit denken?

158 B1: Naja, die Arbeit unterfordert mich schon ziemlich und das erzeugt eher
159 negative Gefühle. Aber die Arbeitskollegen und das Arbeitsklima sind sehr nett und
160 das gibt mir wiederum ein positives Gefühl. Meine Gefühle bezüglich meiner Arbeit
161 sind also sehr gemischt (lacht), ich kann es nicht auf positiv o d e r negativ festlegen.

162 I: Inwiefern unterfordert Sie Ihre Arbeit?

163 B1: Hm, ich habe ja ein a b g e s c h l o s s e n e s Studium und mache die Arbeit
164 einer Sekretärin, wo nicht mal Matura verlangt wird. Sie können sich vielleicht
165 denken, dass das für eine Hochschulabsolventin nicht gerade fordernd ist. Ich wollte
166 aber wegen meinen Kindern hier im Dorf arbeiten und da gibt es halt nur solche
167 Arbeitsstellen. Genaueres hab ich aber eh schon vorher erwähnt.

168 I: Okay...

169 Jetzt unterhalten wir uns ein wenig über Ihre Wohnverhältnisse. Wie viele Personen
170 leben denn in Ihrem Haushalt?

171 B1: Naja, eigentlich nur mein Mann und ich. Die Kinder wohnen ja unter der
172 Woche in Wien und kommen nur an den Wochenenden nach Hause.

173 I: Wie ich vorher schon heraushören konnte leben Sie in einem Haus. Wie viele
174 Räume hat denn das Haus.

175 B1: Ja genau, wir haben ein Haus mit Garten (lächelt). 10 Räume sind es
176 insgesamt.

177 I: Sind Sie der Meinung dass das Haus groß genug ist?

178 B1: Ja klar, sogar wenn die Kinder daheim sind, ist noch mehr als genug Platz.

179 I: Würden Sie gerne etwas an Ihrer Wohnsituation verändern?

180 B1: Nein, also damit bin ich zu hundert Prozent zufrieden und würde gar nichts
181 verändern wollen.

182 I: Welche Gefühle werden denn bei Ihnen ausgelöst wenn Sie an Ihr Haus
183 denken?

184 B1: (5 Sekunden Pause) Nur positive Gefühle, denn unser Haus ist sehr schön und
185 ich fühle mich sehr wohl zu Hause.

186 I: Das ist schön...

187 So, und jetzt wenden wir uns noch einmal ein wenig der finanziellen Situation bei
188 Ihnen zu Hause zu. Es gibt ja manche Dinge, die sich viele Leute n i c h t leisten
189 können...Wie ist das eigentlich bei Ihnen? Haben Sie viele „materiell unerfüllte“
190 Wünsche, weil Sie es sich nicht leisten können?

191 B1: Ja, schon.

192 I: Können Sie mir darüber vielleicht ein bisschen mehr erzählen? Was sind denn
193 das für materiell unterfüllte Wünsche?

194 B1: Naja, ich habe zwar alles was ich zum täglichen Leben brauche, wie
195 Nahrungsmittel, eine Unterkunft, Kleidung, aber ich hätte gerne ein eigenes Auto.
196 Mein Leben wäre dadurch nämlich um einiges leichter. Wir haben zwar ein Auto, aber
197 das benutzt hauptsächlich mein Mann.

198 I: Was bedeutet das für ihr subjektives Wohlbefinden, dass Sie sich dieses Auto
199 nicht leisten können?

200 B1: Ich fühle mich dadurch sehr eingeschränkt, da ich dauernd das Fahrrad
201 benutzen muss und für weitere Strecken muss ich mir das Auto meiner Eltern
202 ausborgen.

203 I: Also beeinträchtigt die Tatsache kein Auto zu besitzen ihr subjektives
204 Wohlbefinden...

205 B1: Ja, ganz recht, denn es macht mich unzufrieden, da ich dieses Auto brauchen
206 würde, es mir aber nicht leisten kann.

207 I: Verstehe.
208 Was haben Sie sich denn in letzter Zeit an Anschaffungen geleistet?

209 B1: Das war die neue Kaffeemaschine.

210 I: Was bedeutet das für Ihr subjektives Wohlbefinden, dass Sie sich diese
211 Kaffeemaschine leisten konnten?

212 B1: Das hat positive Auswirkungen, denn ich kann mir etwas kaufen, das ich haben
213 will. Das gibt mir irgendwie das Gefühl, der der (5 Sekunden Pause) Macht (lacht).
214 Naja, Macht ist jetzt vielleicht ein wenig heftig formuliert, aber damit meine ich, wenn
215 ich spüre, dass ich etwas haben will bzw. brauche und dann auch die Handlung setzen
216 kann und es mir dann auch anschaffen kann, gibt mir das ein gutes Gefühl (lächelt). (5
217 Sekunden Pause) Ja und jedes Mal wenn ich diese Kaffeemaschine benutze, wird mir
218 das halt wieder ein wenig bewusst und es geht mir gut dabei.

219 I: Das heißt Sie erfreuen sich jedes Mal an ihr...

220 B1: Ja, denn sie ist ja um einiges besser und moderner als die alte Kaffeemaschine
221 und wenn ich sie benutze dann wird mir das bewusst.

222 I: Ich verstehe. Gibt es auch Anschaffungen, die sie sich theoretisch leisten
können, sie wollen diese aber nicht kaufen da sie Ihnen zu teuer sind?

223 B1: Hm, naja eine Küchenmaschine könnte ich mir schon leisten, aber für mich ist
224 sie jetzt nicht unbedingt notwendig. Ja klar, praktisch wäre sie natürlich schon, aber
225 sie ist teuer und ich brauche sie nicht.

226 I: Was bedeutet es denn für Ihr subjektives Wohlbefinden, sich diese
227 Küchenmaschine nicht zu kaufen, w e i l sie Ihnen zu teuer ist?

228 B1: Ich frage mich zwar schon warum sie so teuer sein muss, aber es hat keine
229 Auswirkungen auf mein Wohlbefinden. Ich fühle mich nämlich dadurch nicht
230 eingeschränkt, da ich sie mir ja leisten k ö n n t e, wenn ich sie unbedingt haben
231 wollte. Beim Auto ist das was vollkommen anderes, denn das würde ich ja
232 b r a u c h e n und kanns mir aber leider nicht leisten. D a d u r c h fühle ich mich dann
233 sehr wohl eingeschränkt und mir gehts nicht gut dabei, da mir etwas das für mich
234 wichtig wäre eben fehlt.

235 I: Okay, das subjektive Wohlbefinden wird bei Ihnen also nur beeinträchtigt
236 wenn Sie sich etwas, das Sie ihrer Meinung nach brauchen würden, n i c h t leisten
237 können.

238 B1: Ja, ganz genau. Mir wäre es zum Beispiel egal, wenn ich mir etwas, das ich
239 ähm n i c h t brauche, n i c h t leisten könnte. Schlecht gehts mir nur dann wenn
240 ich mir etwas n i c h t leisten kann, was ich meiner Meinung nach brauche, wie eben
241 das Auto. Ich hoffe mal das war jetzt nicht z u kompliziert erklärt (lacht).

242 I: Nein nein, ich habe vollkommen verstanden was Sie damit ausdrücken
243 wollen...

244 Wie wichtig sind Ihnen denn materielle Dinge bzw. welche Rolle spielen diese in
245 Ihrem Leben?

246 B1: Hm, sie spielen schon eine wichtige Rolle. Wenn ich etwas haben möchte, wie
247 zum Beispiel einen Fernseher, dann kaufe ich mir einen. Es muss dann zwar kein ähm
248 multifunktionaler Plasmabildschirmfernseher sein (lacht), aber ich würde n i c h t auf
249 einen Fernseher verzichten wollen. Denn mir ist es wichtig einen zu besitzen. (5
250 Sekunden Pause) Wenn ich etwas kaufe, muss das zwar nicht das Beste und Teuerste
251 sein, aber auf gewisse Dinge will und kann ich einfach nicht verzichten.

252 I: Was sind denn das für Dinge auf die Sie einfach nicht verzichten können?

253 B1: Darunter fallen für mich mein Kühlschrank, Geschirrspüler, Waschmaschine,
254 CD-Player, Handy und mehr fällt mir jetzt auf die Schnelle nicht ein (lacht). Gewisse
255 Sachen brauche ich halt einfach weil sie mir das Leben erleichtern und meine
256 Lebensqualität steigern.

257 I: Ich verstehe. Was hätte es denn für Auswirkungen auf Ihr Wohlbefinden wenn
258 Sie sich diese genannten Dinge n i c h t leisten könnten?

259 B1: Na dann würde es mir schlecht gehen, denn diese Dinge brauche ich einfach
260 für mich selbst...

261 I: (nickt) Wie zufrieden sind Sie mit dem was sie besitzen? Stellen Sie sich
262 wieder eine Skala von 1-10 vor und schätzen Sie ihre Zufriedenheit mit ihrem Besitz
263 ein.

264 B1: Jetzt haben wir wieder die berühmte Skala (lacht). H m m, Ich würde sieben
265 sagen.

266 I: Sieben...und woran haben Sie bei der Einschätzung gedacht?

267 B1: Naja, ich habe an mein Haus, die Haushaltsgeräte und die Luxusgüter die wir
268 besitzen gedacht.

269 I: Was meinen Sie genau mit „Luxusgüter“?

270 B1: Ähm, mit Haushaltsgeräten meine ich eben alles, was zur Bewältigung des
271 Haushaltes dient wie eben Geschirrspüler, Staubsauger, Mikrowelle, Herd und so
272 weiter. Mit Luxusgütern meine ich alles was quasi darüber hinaus geht, wie Fernseher,
273 CD-Player, DVD-Player, Handy und so weiter. (5 Sekunden Pause) Jetzt wollen Sie
274 aber sicher wieder wissen, warum ich nur den Wert 7 angegeben habe (lacht). Es wird
275 Sie sicher nicht verwundern wenn ich Ihnen sage, dass das mit dem Auto und meinem
276 damit verbundenen Gefühl des Eingeschränktseins zusammenhängt. Außerdem ist mir
277 ja außerdem bewusst, dass es viele Dinge gibt, die trotzdem recht praktisch wären,
278 wenn man sie besitzen würde, aber die halt finanziell nicht drinnen sind. Das wären
279 für mich ein Wäschetrockner und ein neues Fahrrad. Aber das hat jetzt meine
280 Einschätzung nur ganz wenig beeinträchtigt, weil ich diese Dinge nicht unbedingt
281 brauche. Das Hauptaugenmerk liegt halt auf der Nichtleistbarkeit des Autos.

282 I: Danke dass Ihre Einschätzung gleich begründet haben (lacht).
283 Wie wichtig sind Ihnen eigentlich Vergleichsprozesse, also der Vergleich mit den
284 Besitztümern der anderen?

285 B1: Naja, vergleichen tu ich mich nicht mit anderen, weil ich halt ein Mensch bin,
286 der nur auf sich und seine Familie schaut. Ich vertrete ja den Standpunkt dass es
287 immer und überall Menschen gibt, die mehr besitzen als man selber und deshalb soll
288 man seine Zufriedenheit nicht davon abhängig machen, wie man im Vergleich zu
289 anderen besitzmäßig dasteht. So kann man doch nicht glücklich werden. Naja, ist aber
290 nur meine persönliche Meinung.

291 I: Verstehe...

292 Wie geht es Ihnen dabei wenn Sie sehen was sich Bekannte, Freunde oder andere
293 Leute anschaffen?

294 B1: Hm, naja, ich hab nicht so viele Bekannte und Freunde die sich viel leisten. Sie
295 leben eigentlich alle ziemlich sparsam, genauso wie ich. Ich kenne zwar einige aus
296 meinem Dorf, die andauernd neue Anschaffungen tätigen, aber diese Dinge brauche
297 ich selbst gar nicht und deshalb berührt es mich auch gar nicht.

298 I: Das hat also keine Auswirkungen auf die Zufriedenheit mit i h r e m Besitz...

299 B1: Nein, hat es nicht. (5 Sekunden Pause) Wenn ich jetzt Leute sehe, die ein
300 zweites Auto zu Hause haben, dann denke ich mir schon, dass ich wahnsinnig gerne
301 auch eines hätte, aber das geht halt finanziell nicht. Dass ich damit unzufrieden bin,
302 hat aber nichts mit dem Vergleich mit den anderen zu tun, weil mit der Tatsache, dass
303 ich k e i n eigenes Auto habe bin ich so und so unzufrieden. Naja, vielleicht wird mir
304 dadurch -dass ich eben die anderen Leute mit Autos sehe- die Tatsache, dass ich keins
305 habe vielleicht öfters bewusst.

306 I: Aso, Sie meinen also dass Ihnen das Fehlen eines Autos vermehrt bewusst
307 wird, wenn Sie Leute aus Ihrem Umkreis sehen, die zwei oder mehrere Autos zu
308 Hause haben?

309 B1: Ja genau, das trifft sicher so zu.

310 I: Und das macht Sie dann unzufrieden...

311 B1: Ja genau, unzufrieden mit der Tatsache, dass ich kein eigenes Auto habe.

312 I: Verstehe. Welche Gefühle werden denn bei Ihnen erzeugt, wenn Sie an Ihre
313 Besitztümer denken?

314 B1: Im Großen und Ganzen positive Gefühle, denn bis auch das Auto habe ich alles
315 was ich zum Leben brauche.

316 I: Okay. Dann werden wir uns jetzt noch ein wenig über Ihre soziale Situation
317 unterhalten. Was ich schon mitbekommen habe, Sie sind verheiratet und haben 2
318 Töchter.

319 B1: Ja, genau ich bin seit genau 25 Jahren verheiratet.

320 I: Würden Sie sagen, dass Sie eine glückliche Ehe führen?

321 B1: Ja, würde ich. Natürlich gibt es hin und wieder Differenzen, aber das trifft eh
322 auf jede Beziehung bzw. Ehe zu (lacht).

323 I: Gibt es einen bestimmten bzw. mehrere bestimmte Streitpunkte innerhalb ihrer
324 Partnerschaft?

325 B1: H m, nein, eigentlich nicht. Das sind eher alltägliche Kleinigkeiten, worüber
326 manchmal diskutiert wird.

327 I: Was sind das für „alltägliche Kleinigkeiten“?

328 B1: Naja, da fällt mir jetzt gar nichts Bestimmtes ein. Wenn halt einer von uns
329 einen schlechten Tag hat, dann fängt man eben wegen belanglosen Dingen an zu
330 diskutieren. Das kann dann auch schon mal einfach die vom anderen offen gelassene
331 Türe sein, über die diskutiert wird (lacht).

332 I: A s o. Wie viele enge Freunde haben Sie eigentlich?

333 B1: Ich habe nicht viele enge Freunde, meine Sozialkontakte beschränken sich
334 vorwiegend auf meine Arbeitskolleginnen. Die engen Freundschaften, die sich
335 während meiner Schul- und Studiumszeit entwickelt haben, haben sich mit der Zeit
336 irgendwie verlaufen. Jeder von uns hat geheiratet, ist woanders hingezogen und hat
337 eine Familie gegründet und der Kontakt ist dann auch abgebrochen.

338 I: Hätten Sie gerne wieder Kontakt zu diesen Freunden?

339 B1: Wenn ich sie zufällig einmal wo treffe, tratschen wir eh nach wie vor, aber
340 irgendwie ist es nicht mehr dasselbe wie früher und ich merke jedes Mal dass wir uns
341 eigentlich nicht mehr viel zu sagen haben. (5 Sekunden Pause) Von daher passt es eh
342 wie es ist.

343 I: Wie oft würden Sie sagen, haben Sie Kontakt zu Ihren Eltern, Verwandten,
344 Freunden und Bekannten?

345 B1: Meine Eltern sehe ich täglich, da sie gleich im Nebenhaus wohnen. Mit meinen
346 Verwandten habe ich ca. einmal die Woche telefonischen und einmal im Monat
347 persönlichen Kontakt. Und meine Arbeitskolleginnen sehe ich eh jeden Tag in der
348 Arbeit.

349 I: Hätten Sie gerne mehr Kontakt zu diesen Menschen?

350 B1: Nein, ich bin mit dem Kontakt, den ich mit ihnen pflege vollauf zufrieden.

351 I: Wie ist es eigentlich wenn Sie Probleme haben, an wen können Sie sich dann
352 wenden?

353 B1: Entweder an meine Mutter oder an meinen Mann.

354 I: (nickt). Welche Gefühle werden denn bei Ihnen ausgelöst wenn Sie an Ihre
355 Familie denken?

356 B1: Hm, wenn ich an meine Familie denke, dann spüre ich warme, schöne Gefühle
357 (lächelt). Wir verstehen und alle total gut und ich würde unser Familienleben als sehr
358 harmonisch beschreiben.

359 I: Das ist schön...

360 Was erzeugt denn bei Ihnen innerhalb der Familie positive Gefühle und was erzeugt
361 negative Gefühle?

362 B1: Wenn ich merke, dass es jemanden aus meiner Familie schlecht geht oder
363 wenn es Spannungen innerhalb der Familie gibt, dann löst das bei mir negative
364 Gefühle aus. Wenn ich mit meiner Familie zusammen bin und wir schöne,
365 harmonische Momente miteinander erleben, nämlich gemeinsame Urlaube,
366 gemeinsame Unternehmungen, gemeinsames Essen und gemeinsame Spaziergänge
367 dann erzeugt das bei mir positive Gefühle.

368 I: Okay. Wenden wir uns jetzt ein wenig Ihrem Alltag und Ihrer Freizeit
369 zu... Was machen Sie denn gerne in Ihrer Freizeit?

370 B1: Ich spiele oft Tennis, ich lese viel, höre klassische Musik, ich gehe mit meinem
371 Mann und meinem Hund wandern und spazieren und schaue gerne fern.

372 I: Was erzeugt denn bei Ihnen im Alltag positive Gefühle? Damit meine ich, was
373 Sie persönlich glücklich macht.

374 B1: H m m, ich bin glücklich wenn meine Kinder daheim sind, wenn ich mit
375 meinem Mann gemeinsame Unternehmungen mache, wenn draußen schönes Wetter ist
376 und ich die Natur genießen kann und wenn wir an den Wochenenden alle gemeinsam
377 essen und eine schöne Zeit miteinander verbringen.

378 I: Was macht Sie persönlich unglücklich bzw. wann nehmen Sie im Alltag
379 negative Gefühle wahr?

380 B1: Wenn ich Meinungsverschiedenheiten und Streit innerhalb der Familie
381 wahrnehme dann geht es mir nicht gut.

382 I: Das ist natürlich verständlich...

383 Sind Sie eigentlich mit Ihrer freien Zeit zufrieden oder hätten Sie gerne mehr Zeit für
384 sich selbst?

385 B1: Nein, ich bin damit eigentlich zufrieden. Nur manchmal denke ich, ich würde
386 gerne mehr Zeit mit meiner Familie verbringen, aber da meine Kinder unter der
387 Woche in Wien studieren, sind wir nur an den Wochenenden alle zusammen. Naja,
388 manchmal denke ich halt, dass ich die Zeit, die ich für Hausarbeiten aufwende
389 eigentlich lieber für meine persönlichen Aktivitäten und Interessen nutzen würde, aber
390 das denkt sich bestimmt jede Frau (lächelt).

391 I: Hausarbeiten verrichten Sie also nicht gerne...

392 B1: Ganz genau, das mache ich nur, weils sonst keiner macht (lacht). Ich führe
393 nämlich den Haushalt alleine, da mein Mann erst immer so spät von der Arbeit kommt
394 und dann sehr müde ist. Da ich nur halbtags arbeite, habe ich kein Problem damit die
395 Hausarbeit alleine zu machen. Ich hätte halt nur manchmal gerne mehr Zeit für die
396 Dinge die ich gerne tue, aber durch meine Arbeit und die Hausarbeit ist meine Zeit
397 halt auch ein wenig begrenzt.

398 I: Verstehe. Wie viel Zeit schenken Sie denn den Tätigkeiten, die Sie gerne
399 machen?

400 B1: Ich schaue darauf, dass ich meinen Freizeitbeschäftigungen, nämlich Tennis
401 spielen, mit dem Hund spazieren gehen, lesen und Musik hören täglich 1-2 Stunden
402 schenken kann, denn das brauche ich als Ausgleich.

403 I: Als Ausgleich?

404 B1: Ja, denn der Alltag ist ja schon ein wenig stressig, mit Arbeit, Hausarbeit
405 machen, einkaufen gehen, die Haustiere betreuen und kochen. Da brauche ich diese
406 Zeit für mich um abzuschalten und neue Kraft zu schöpfen.

407 I: (nickt).Wie fühlen Sie sich denn wenn Sie abends ins Bett gehen bzw. wie
408 fühlen Sie sich wenn Sie morgens aufstehen? Damit meine ich welche Gefühlslagen
409 da vorherrschen...

410 B1: (5 Sekunden Pause) Abends bin ich meist sehr müde vom anstrengenden Tag.
411 Ich bin aber schon eher positiv gestimmt. Morgens bin ich ebenfalls müde, da ich
412 schon sehr früh aufstehe, da ich mit dem Hund seine Morgenrunde gehe und meinem
413 Mann das Frühstück mache. Morgens bin ich aber ebenfalls guter Dinge (lächelt).

414 I: A h a.

415 Über Ihre Gesundheit haben wir noch nicht gesprochen. Wie würden Sie denn Ihren
416 Gesundheitszustand beschreiben?

417 B1: Da würde ich sagen sehr gut (lächelt). Mir fehlt überhaupt nichts (klopft 3 Mal
418 auf den Tisch) und darüber bin ich sehr froh.

419 I: Es gibt also kein körperliches oder psychisches Problem, das Sie haben...

420 B1: Nein, es passt alles optimal.

421 I: Das ist gut...

422 Na dann bedanke ich mich ganz herzlich, dass Sie sich die Zeit genommen haben
423 dieses Interview mit mir zu führen.

Dorothea Steiger

Kirchstetterngasse 46/20 • 1160 Wien • Tel.: 0664/7661589

Lebenslauf

■ Persönliche Daten

Name: Dorothea Steiger
Geburtsdaten: 28.12.1985
Mutter: Denise Steiger, geb. 07.09.1960
Beruf: Angestellte
Vater: Gerhard Steiger, geb. 02.03.1959
Beruf: Bankangestellter
Geschwister: Anna Steiger

■ Schulbildung

1992 – 1996 Volksschule Lockenhaus
1996 – 2004 Bundesgymnasium Oberpullendorf
Okt. 2004 – laufend Universität Wien Fakultät für Psychologie

■ Praktische Erfahrungen

Praktikum in der Tagesstätte und im Hort des **ZASPE** (Zentrum für Autismus und spezielle Entwicklungsstörungen)

Ausmaß: 240 Stunden

Tätigkeiten: Betreuung der Jugendlichen mit Autismus in der Tagesstätte und der Kinder (6-10 Jahre) mit ADHS und speziellen Entwicklungsstörungen im Hort

Lerntrainings (lesen, schreiben, rechnen), Förderung der alltäglichen Fertigkeiten (kochen, bügeln, putzen, Tisch decken,...), Gestaltung der Diskussionsrunden, Spielrunden,...

Praktikum am Institut für Essstörungen (**sowhat**)

Ausmaß: 240 Stunden

Tätigkeiten: Protokollierung von Erstgesprächen und anschließendes Verfassen eines Aufnahmebogens nach genauen Richtlinien am Computer, Anlegen von Klientenakte und Ärztemappen, Telefondienst, Protokollierung von Beratungsgesprächen, Terminkoordination

März. 2009 – laufend Ehrenamtliche Mitarbeit bei **SMS** (Solidarität mit Senioren)
im Haus Rudolfsheim

Ausmaß: 2 Stunden / Woche

Tätigkeiten: Betreuung einer 88-jährigen Frau, die keine Angehörigen mehr hat.
Trainieren geistiger Fähigkeiten (Konversationen führen, Englisch lernen,...)
Leitung der Musikgruppe

Mai. 2009 – laufend Ehrenamtliche Mitarbeit auf der neuroonkologischen
Kinderstation im AKH Wien als **Clinic Nanny**

Ausmaß: 4 Stunden / Woche

Tätigkeiten: Leitung der Spielgruppe und Einzelbetreuung eines
neuroonkologisch erkrankten Kindes

■ Besondere Charaktereigenschaften bzw. Fähigkeiten

Freundlichkeit und Empathie im Umgang mit Menschen
Soziale Fertigkeiten und Kompetenz
Viel Geduld