

Wertigkeit von Weg und Ziel im Zusammenhang mit Wohlstand und die Auswirkungen auf Glück und Zufriedenheit.

Masterarbeit

am

Studiengang „Betriebswirtschaft & Wirtschaftspsychologie“

an der Ferdinand Porsche FernFH

Christian Novotny, B.A.

1310683046

Begutachter/in: Namen der/des Begutachters/in: Dr. Christoph Kogler

Wien, Juni 2015

Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel angefertigt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäß übernommen wurden, habe ich als solche kenntlich gemacht. Die Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt oder veröffentlicht. Die vorliegende Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

A handwritten signature in blue ink on a light yellow background. The signature is cursive and appears to read 'Korobov'.

02. Juni 2015

Unterschrift

Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit befasst sich mit den Zusammenhängen von Wohlstand, dem Streben danach und die Auswirkungen auf das Glück und Lebenszufriedenheit. Besondere Aspekte der Lebenszufriedenheit stellen in dieser Untersuchung die Arbeits- und Beziehungszufriedenheit dar. Das Thema Gesundheit ist in Bezug auf Psyche und Allgemeinzustand theoretisch behandelt worden, wobei der Selbstwert als stellvertretende Gesundheitsvariable, sowie Auswirkungen unterschiedlicher Persönlichkeitsmerkmale empirisch untersucht wurden. Nach theoretischer Behandlung wurde der Lebenssinn als sinnstiftende Variable für mehr Zufriedenheit herangezogen und in einem eigens entwickelten Modell untersucht. Hierfür wurden mittels Fragebogen standardisierte Kurztests zu den jeweiligen Faktoren verwendet und auf Korrelationen geprüft. Das Modell konnte mit den vorliegenden Daten vorläufig nicht bestätigt werden. Eine mögliche Erklärung ist die geringere Validität der verwendeten Kurztests im Vergleich zu den Tests in normaler Länge.

Schlüsselbegriffe: Glück, Zufriedenheit, Wohlstand, Lebenssinn, Weg versus Ziel, Gesundheit

Abstract

The present work deals with the correlation between wealth/material prosperity, its pursuit and the impacts on happiness and life satisfaction. Job and relationship satisfaction represent special aspects of life satisfaction in the research. The aspect of health is given mostly theoretical attention, whereas self-esteem as a substantial health variable as well as the impacts of different personality traits are analysed empirically. Sense of life as a variable for more satisfaction providing meaning to existence has been presumed and, after a theoretical deduction examined in a specially developed model. For this purpose short tests generated and standardised questionnaires have been used and checked for correlations. For the time being, the model has not been confirmed by the resulting data. A possible explanation is the low validity of short tests in comparison to tests of normal length.

Keywords: Happiness, Satisfaction, Wealth, Meaning of Life, Way versus Goal, Health

Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis	3
1 Einleitung	4
1.1 Zielgruppe der Arbeit.....	5
1.2 Vorgehensweise.....	5
1.3 Argumentationsleitfaden.....	5
2 Theorien und Grundlagen	6
2.1 Begriffsabgrenzungen	6
2.1.1 Glück und Zufriedenheit.....	6
2.1.2 Depression.....	7
2.1.3 Selbstwert	9
2.2 Glück und Zufriedenheit	9
2.3 Arbeitszufriedenheit.....	19
2.4 Beziehungszufriedenheit	29
2.5 Wohlstandsstreben, Geldpsychologie und Glück	31
2.6 Lebenssinn und der Weg als Ziel	37
2.7 Selbstwert und psychische Gesundheit.....	46
2.8 Forschungsfrage und Hypothesen	52
2.9 Das Zufriedenheitsmodell.....	53
3 Empirie	55
3.1 Methode	57
3.1.1 Definition der Stichprobe und Rekrutierung der Probanden.....	58
3.1.2 Geplante Auswertungsmethode und Instrumente	58
3.2 Ergebnisse	59
4 Diskussion und Ausblick	76
4.1 Ableitung von Handlungsempfehlungen	78
4.2 Persönliche Meinung und Stellungnahme	79
Literaturverzeichnis	81
Abbildungsverzeichnis	89
Tabellenverzeichnis	91
Anhang	

Abkürzungsverzeichnis

Abb.Abbildung
Anz.....Anzahl
bzw. beziehungsweise
ca. cirka
et al. und Andere
f..... nächstfolgende Seite
Hrsg. Herausgeber
S.....Seite
usw. und so weiter

1 Einleitung

„Geld allein macht nicht glücklich.“ Diese Alltagsweisheit hat vermutlich jeder schon einmal gehört. „Unglücklich macht es aber auch nicht.“, ist vermutlich die häufigste Antwort darauf. Dass Geld tendenziell nicht als motivationaler Faktor dient, sondern als sogenannter Hygienefaktor, zeigte bereits Frederick Herzberg in seiner Zwei-Faktoren-Theorie (1959), welche auch unter Motivator-Hygiene-Theorie bekannt ist. Sie zeigt auf, welche Faktoren motivierend sind und welche zu Demotivation führen wenn davon zu wenig vorhanden ist. Ein Beispiel ist Geld, denn es sollte in einer gewissen Menge vorhanden sein. Fehlt es, wirkt es demotivierend aus. Eine mögliche Schlussfolgerung wäre nun unglücklich zu sein wenn es an finanziellen Mitteln fehlt, aber der Besitz von Geld allein auch nicht glücklich macht. Es stellt sich nun die Frage wie viel Geld nötig ist, um „beruhigt“ zu sein, was außer dem Geld noch nötig ist, um glücklich zu sein und ob es nicht der Weg zum Geld ist, der einen erheblichen Einfluss auf Glück und Unglück bzw. Zufriedenheit und Unzufriedenheit hat. Zum Thema Glück und Zufriedenheit gibt es zahlreiche Literatur und somit auch eine Vielfalt an Definitionen. In dieser Arbeit soll nur bedingt auf die Glücks- und Zufriedenheitsforschung eingegangen werden. Ein interessanter Aspekt, welcher derzeit aus Sicht des Autors noch zu wenig Berücksichtigung erlangt hat, ist der Weg an sich zu individuellem Wohlstand, Glück und Zufriedenheit. Ist ein Ziel einmal festgelegt, wollen wir es unbedingt erreichen. Diese Ziele können ein Studienabschluss, eine Gehaltserhöhung, eine glückliche Partnerschaft oder schlicht ein neues elektronisches Haushaltsgerät sein. Was passiert wenn wir diese Ziele erreichen, erklären Schwartz et al. (2002, S. 1192 ff.) anhand von Typen, die als Maximizer oder Satisficer einzustufen sind. Wie sich der Weg zu diesem Ziel gestaltet und auf unser Wohlbefinden auswirkt, soll Gegenstand der nachfolgenden Arbeit werden. Ziel ist nicht nur die Untersuchung der folgenden Forschungsfrage, sondern auch die Bewusstwerdung womöglich vernachlässigter Aspekte in unserem täglichen Erleben und Verhalten. Handlungsempfehlungen sollen eine Möglichkeit aufzeigen, die theoretischen Erkenntnisse in die Praxis umzusetzen, um langfristige Zufriedenheit bzw. Glück zu erlangen.

1.1 Zielgruppe der Arbeit

Zielgruppe der vorliegenden Arbeit sind all jene Personen, die Interesse am Thema Zufriedenheit und Glück im Zusammenhang mit Wohlstand haben, Studierende, die im gleichen oder ähnlichen Kontext forschen und arbeiten, Führungskräfte die daran interessiert sind für mehr Zufriedenheit ihrer MitarbeiterInnen zu sorgen, motivationale Faktoren zu entwickeln und anzuwenden, sowie die wissenschaftliche Gemeinschaft, um das vorgeschlagene und in dieser Arbeit mit empirischen Daten untermauerte Modell weiterzuentwickeln.

1.2 Vorgehensweise

Literaturrecherche

Die Literaturrecherche erfolgt mittels Onlinedatenbanken wie Springer, EBSCO, WISO, Emerald etc., sowie Webrecherchen und Bibliotheken. Mittels Schlagwörter wird Literatur zu den jeweiligen Themen und Kapiteln recherchiert, zusammengetragen und für die Arbeit verwendet.

Empirische Erhebung

Der empirische Teil besteht aus einem Fragebogen, welcher zu den jeweiligen Teilbereichen Kurzversionen standardisierter Tests verwendet, lediglich in einem Bereich wurden eigene Items verwendet (siehe Kapitel Empirie). Der Fragebogen wurde mit Hilfe sozialer Medien und E-Mail verteilt. Nach einer entsprechenden Erhebungsphase wurden die Daten bereinigt, analysiert und ausgewertet. Die Ergebnisse befinden sich im Kapitel Empirie.

1.3 Argumentationsleitfaden

Zu Beginn sollen die wichtigsten Begriffe erläutert und abgegrenzt werden. Begriffe wie Zufriedenheit und Glück sind sehr umfassend und vielseitig verwendet. Im Kapitel Glück und Zufriedenheit soll erörtert werden, wie Glück und Zufriedenheit zustande kommen und wie sich Menschen verhalten um es zu erlangen. Der Bedeutung und Zusammensetzung von Lebensqualität bzw. Wohlbefinden wird nachgegangen und gezeigt welche empirischen Befunde es dazu gibt. Zwei wichtige Bestandteile sollen unter den Punkten Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit besprochen werden. Wohlstandsstreben, Geldpsychologie und Glück stellt jenen Teil der Arbeit dar, der sich mit den Alltags-

handlungen auseinandersetzt und Zufriedenheit in Bezug zu Verhalten bringt, vor allem Verhalten, das auf Wohlstandsstreben ausgerichtet ist. Der Lebenssinn soll ebenfalls gesondert betrachtet werden und Aufschluss geben über unterschiedliche Verhaltensweisen durch unterschiedliche Sinngebungen. Ob der Weg wichtiger ist als ein Ziel selbst, soll im Kapitel 2.6 beleuchtet werden. Wird dem (Lebens-)Weg überhaupt Beachtung geschenkt? Das vorletzte Kapitel handelt vom Selbstwert und psychischer Gesundheit. Es sollen Zusammenhänge zwischen Arbeitsbedingungen und deren Auswirkungen auf die überwiegend psychische Gesundheit aufgezeigt werden. Führt die Gier nach mehr Wohlstand zu mehr Krankheiten? Schlussendlich soll im letzten Kapitel das Zufriedenheitsmodell vorgestellt werden, welches die Auswirkungen der vorangegangenen Kapitel zusammenfasst und in den empirischen Teil überleitet. Im zweiten Teil der Arbeit wird das Modell mit den vorhandenen Daten überprüft und die Forschungsfrage beantwortet.

2 Theorien und Grundlagen

Dieses Kapitel beginnt mit der Einführung und Abgrenzung von wesentlichen Begriffen für diese Arbeit. Sie bilden die Grundlage für die einführenden theoretischen Kapiteln und sollen ein Verständnis für die nachfolgende Argumentation und empirische Untersuchung schaffen.

2.1 Begriffsabgrenzungen

Glück und Zufriedenheit scheinen vorerst schwer voneinander unterscheidbar, jedoch gibt es in der wissenschaftlichen Literatur und Forschung einige wichtige Unterschiede. Im Folgenden soll nun eine Abgrenzung und Differenzierung dieser beiden Begriffe vorgenommen werden, da sie für die vorliegende Arbeit von hoher Bedeutung sind.

2.1.1 Glück und Zufriedenheit

Das Ausmaß der positiven Bewertung von subjektiver Lebensqualität stellt für Veenvhoven (1991, S. 2) Glück und/oder Wohlbefinden dar. Lebenszufriedenheit als besondere Form von Glück stellt eine Haltung zum Leben dar, welche kognitive und affektive Anteile besitzt. Den affektiven Teil macht die Grundstim-

mung aus und der kognitive Teil stellt wahrgenommene umgesetzte eigene Ansprüche dar.

Veenhoven hat Glück als globale Lebenszufriedenheit definiert und somit Glück als ganzheitliche Betrachtung dargestellt. Seligman hingegen verwendet den Begriff Glück für einen gegenwärtigen emotionalen Zustand und Zufriedenheit eher vergangenheitsbezogen. Die Vielzahl an Definitionen, einige davon werden im nächsten Kapitel genannt, zeigt nachfolgende Aspekte in Bezug auf Glück auf. Es kann als Emotion (situativer Gefühlszustand) betrachtet werden, als Folge von kognitiven Einschätzungen und Bewertungen, sowie als Handlungsergebnis (Hoyer 2007, S. 189).

Wohlbefinden wird als situativer Gefühlszustand beschrieben, wohingegen angenommen wird, dass Lebenszufriedenheit beziehungsweise bereichsspezifische Zufriedenheit wie die Beziehungszufriedenheit oder Arbeitszufriedenheit, länger andauernd sind (Kirchler 2011, S. 784 f.).

Folgende Unterschiede lassen sich nun zusammenfassen. Der Begriff Glück ist dem Begriff Wohlbefinden sehr nahe aber dennoch nicht gleich, da Wohlbefinden länger anhaltend scheint. Glücksempfinden ist als situativ und kurzanhaltend zu betrachten. Seligman beschreibt es als einen gegenwärtigen emotionalen Zustand. Eine gelungene Definition, welche für diese Arbeit übernommen werden soll, findet sich bei (Binswanger, 2010, S. 277) wieder. Glück wird in die Komponenten Glück (kurzfristig, momentan empfunden, von gerade gegebenen Umständen abhängig) und Zufriedenheit (langfristig, allgemein, Einschätzung des Lebens) geteilt. Ist in weiterer Folge von Glück die Rede, so ist auch immer die Zufriedenheit als Teilkomponente mitgemeint.

2.1.2 Depression

Im Verlauf der Arbeit wird eine von vielen, aber dennoch verbreiteten, psychischen Belastungen herausgegriffen und zwar die Depression. Um eine etwas bessere Vorstellung einer Depression zu geben, soll dieser Begriff hier nun eingeführt und erläutert werden.

Im psychologischen Wörterbuch wird Depression als Begriff für eine Vielzahl an Symptomen verwendet. Emotional ist darunter eine gedrückte, traurige Stimmung zu verstehen, motivational der Interessens- und Antriebsverlust, kognitiv ein negatives Selbstbild, Nachdenken, Entscheidungsunfähigkeit und Konzentrationsverlust. Motorisch und vegetativ sind Rückzug, verändertes Aktivitätsniveau, Schlaf- und Appetitlosigkeit, sowie Libidoverlust zu verzeichnen (Häcker & Stapf, 2009, S. 202 f.).

Neurobiologisch betrachtet ist die Depression eine Verschiebung der Bewertung aufgrund eines geänderten Gehirnstoffwechsels. Diese Störung bestimmter Neurotransmitter führt dazu, dass die Dinge um einen herum nichts mehr wert sind und das Leben als nicht lebenswert erachtet wird. Gedanken über die eigene Unzulänglichkeit und sogar den Tod treten dabei häufig auf (Spitzer, 2006, S. 321). Zusammenfassend kann die Depression als gedrückte bzw. unterdrückte Stimmung, Antrieb oder Lebensfreude betrachtet werden. Ängstlichkeit, Unruhe und Selbstzweifel sind häufige Erscheinungen bei einer Depression (Emrich, 2009, S. 17).

Im ICD10-GM-2015 unter F32.- (International Classification of Diseases) werden Depressionen nicht nur definiert, sondern auch nach Schweregrad unterteilt. Bei einer leichten depressiven Episode sind mindestens 2-3 Symptome vorhanden, die meisten Aktivitäten können die Patienten jedoch fortsetzen. Eine mittelgradige depressive Episode weist 4 oder mehr Symptome auf und bereitet Patienten große Schwierigkeiten im Alltag. Bei schweren depressiven Episoden wird unterschieden ob psychotische Symptome vorhanden sind. Bei beiden liegen mehrere Symptome vor. Hinzu kommen Suizidgedanken und körperliche Symptome. Die schwere depressive Episode mit psychotischen Symptomen beinhaltet Wahnvorstellungen, Halluzinationen, Starre im Wachzustand bzw. stark verlangsamte Bewegungen (Krollner & Krollner, 2015).

Die Ursachen sind multifaktoriell und einige Zusammenhänge werden im Kapitel Selbstwert und psychische Gesundheit aufgegriffen und erläutert. In dieser Arbeit soll ausschließlich von leichten bis maximal mittelgradigen depressiven Episoden die Rede sein.

2.1.3 Selbstwert

Die Erfahrung hat gezeigt, dass Selbstwert oft mit Selbstbewusstsein gleichgesetzt wird. Wird davon gesprochen, dass jemand ein hohes Selbstbewusstsein hat, so ist oft der Selbstwert gemeint.

Im psychologischen Wörterbuch wird Selbstwert als stationäre Gestimmtheit des Selbstseins definiert, zuder ein Eigenmachtsgefühl und Zufriedenheit gehört. Eine Ablehnung dessen ist das Minderwertigkeitsgefühl und wird versucht im sozialen Vergleich zu beheben (Häcker & Stapf, 2009, S. 900 f.).

Branden, ein Psychologe und Psychotherapeut, definiert in einem Werk Selbstwertgefühl als Erfahrung, die Herausforderungen des Lebens bewältigen zu können. Etwas genauer formuliert, ist das Selbstwertgefühl das Vertrauen auf die Denkfähigkeit, und die bereits erwähnte Bewältigungskompetenz in Bezug auf das Leben, sowie das Vertrauen auf das Recht glücklich und erfolgreich zu sein. Anspruch auf Genuss, Bedürfnisbefriedigung, Verwirklichung von Wertvorstellungen und es wert zu sein dies zu verdienen (Branden, 2010, S. 17 f.). In dieser Arbeit wird die Beschreibung des bereichsspezifischen Selbstwerts von Potreck-Rose und Jacob (2010, S. 20) übernommen, deren nach der Selbstwert aus der Summe von (1) Allgemeiner Selbstwert (2) Sozialer Selbstwert (3) Leistungsbezogener Selbstwert und (4) Selbstwert der physischen Attraktivität besteht.

2.2 Glück und Zufriedenheit

Veenhoven (1991, S. 2) vertritt die Theorie, nach derer das Glück relativ sei. Das Lebensglück resultiere aus einem Abgleich eines subjektiv erlebten Ist-Zustandes und eines Soll-Zustandes. Jedes Individuum legt hierbei seinen Maßstab fest, welcher sich über die Lebenszeit hinweg verändert, aufgrund von Erfahrung und Entwicklung. Es scheint also wenig Sinn zu machen das Glück erhöhen zu wollen, da es durch individuelle Wertmaßstäbe konstruiert wird und nicht von der realen Lebensqualität abhängt (Veenhoven, 1991, S. 2).

Watzlawick beschreibt in seiner provokanten Lektüre „Anleitung um Unglücklichsein“, dass nichts schwerer zu ertragen sei, als eine Reihe von guten Tagen. Demnach ist es gar nicht erstrebenswert. Es sei ein Irrtum zu glauben, dass die

Suche nach dem Glück auch das Glück als Resultat hat (Watzlawick, 2010, S. 14).

In einer psychoanalytischen Betrachtungsweise entsteht Glück aus der plötzlichen Befriedigung hoch aufgestauter Bedürfnisse. Es handelt sich hierbei um eine Triebspannung, welche Unlust benötigt um Lust zu erzeugen. Der Kontrast kann hierbei genossen werden und nicht der Zustand selbst und genau deshalb ist das Glück nicht von Dauer (Freud, 2010, S. 24).

Thomashoff (2014, S. 1f.) misst dem Begriff Zufriedenheit eine höhere Bedeutung zu als dem des Glücks, da man ihm kaum Aufmerksamkeit schenkt. Zufriedenheit ist aus seiner Sicht jedoch notwendig, um überhaupt erst Glück empfinden zu können. Bezugnehmend auf die Hirnforschung bezeichnet auch Thomashoff Glück als flüchtig und Zufriedenheit als beständig. Tritt ein Ergebnis derart ein, dass es besser ist als erwartet, dann wird dies als Glück empfunden, vor allem wenn darauf gehofft wurde. Genau diese Hoffnung macht sich beispielsweise die Glücksspielindustrie zu nutzen. Zufriedenheit stellt sich ein, wenn trotz widriger Umstände aus der Umwelt sowohl physische als auch psychische Bedürfnisse weitgehend gestillt sind. Thomashoff postuliert auch, dass die Suche nach dem Sinn dann ausfällt, wenn die Zufriedenheit hoch ist, da sie nur dort sinnvoll ist wo die Realität Frustration schafft. Sogar weltweite Studien der OECD haben ergeben, dass die subjektive Lebenszufriedenheit das höchste Gut darstellt (Thomashoff, 2014, S. 1f.).

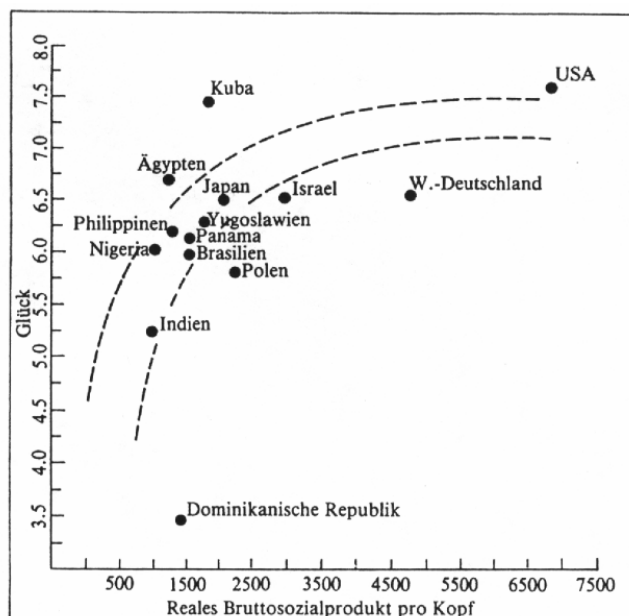
Werden vorangegangene Veränderungen positiv bewertet, steigt die Erwartungshaltung bzw. das Anspruchsniveau an zukünftige Situationen und Gegebenheiten. Dies wiederum führt dazu, dass das Glück nicht nur kurz anhält, sondern in Zukunft auch schwieriger empfunden werden kann aufgrund der somit inflationären Anspruchssteigerung (Veenhoven, 1991, S. 2)

Easterlin (1974, S. 99 f.), zeigte den Zusammenhang von Einkommen und Glück, zuerst anhand der amerikanischen Bevölkerung im Jahre 1970 und anschließend an weiteren 29 Untersuchungen, und stellte fest, dass es klare Anzeichen für eine positive Korrelation gibt. Bei einem internationalen Vergleich der Bruttoinlandsprodukte und dem durchschnittlichen Glücksempfinden zeigt

sich dieser Zusammenhang jedoch nicht (Easterlin, 1974, S. 106 f.). Israel hat beispielsweise ein halb so großes Bruttosozialprodukt pro Kopf im Vergleich zu Deutschland, jedoch einen gleich hohen Wert bei Glück. Jugoslawien und Kuba haben einen ähnlich hohen Wert beim Bruttosozialprodukt pro Kopf, jedoch hat Kuba höhere Glückswerte. 20 Jahre später bestätigt Easterlin (1995, S. 44) seine Untersuchungen und fasst erneut zusammen, dass Personen innerhalb einer Nation mit höherem Einkommen auch höheres Glück empfinden als der Durchschnitt, jedoch eine Anhebung aller Einkommen nicht zu einer Erhöhung des Glücks aller Einwohner führt. Dies wird begründet durch die Verschiebung der materiellen Normen.

Wie in Abbildung 1 dargestellt, wird die Kurve mit zunehmendem Wohlstand flacher und das Glücksempfinden nimmt weniger oder nicht mehr zu. Reichere Länder wie beispielsweise die USA können durch steigenden Wohlstand nicht mehr Glück in der Gesellschaft erzeugen (Veenhoven, 1991, S. 4).

Abbildung 1: Subjektives Glücksempfinden und materieller Wohlstand



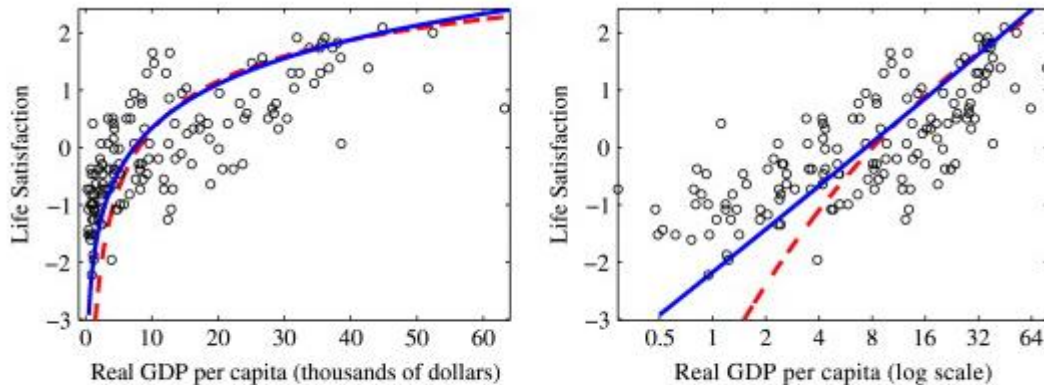
Quelle: Veenhoven (1991)

Dies unterstreicht auch der World Values Survey¹, demzufolge ebenfalls mehr Einkommen das durchschnittliche Glücksempfinden nicht linear erhöht. Dies bedeutet, dass bei Zuwächsen von höheren Einkommen der Zuwachs an Glück geringer ist als bei niedrigeren Einkommen. In ärmeren Ländern geht es um die Befriedigung grundlegender Bedürfnisse. Ein Zuwachs an Einkommen verändert die Lebensqualität erheblich. Ab dem Zeitpunkt, wo mit dem Einkommen die Grundbedürfnisse gedeckt sind, ist der Zuwachs an Lebenszufriedenheit abnehmend und ab einem Schwellenwert von USD 15,000 pro Kopf führt eine Erhöhung des Einkommens nicht zu mehr Glück. Wer überlegt ob Gourmet-Menü oder Bio-Kost, ist nicht mehr so stark mit der Frage des Überlebens konfrontiert. Auf einen weiteren wichtigen Faktor wird ebenfalls hingewiesen, nämlich den der geographischen Gegebenheiten. Es wurde festgestellt, dass Südländer von Grund auf glücklicher sind als bspw. ehemalige Ostblockländer, obwohl in den südlichen Regionen das Einkommen wesentlich geringer ist. Dies wird erklärt durch grundsätzlich unterschiedliche Lebenseinstellungen und der Vorstellung von Glück an sich (Binswanger, 2010, S. 281 f.). Im Gegensatz dazu zeigen Stevenson und Wolfers (2008, S. 29) in ihrer Untersuchung, dass es sehr wohl einen Zusammenhang zwischen wirtschaftlichem Wachstum und Wohlbefinden gibt. Als positive Beispiele führen sie den europäischen Raum und Japan an, welche sowohl wirtschaftliches Wachstum verzeichneten als auch höhere Zufriedenheitswerte. In der USA hingegen stagnierte die Zufriedenheit (Stevenson & Wolfers (2008, S. 29)

Eine weitere und gegenüberstellende Darstellung von Lebenszufriedenheit und Einkommen findet sich bei Strulik (2015, S. 23). Hierbei werden die gleichen Daten mit einer unterschiedlichen Darstellung der Einkommensachse präsentiert (siehe Abbildung 2). Auf der linken Seite findet sich die Darstellung in absoluten Werten und auf der rechten Seite eine log-lineare Funktion. Bei der Betrachtung der rechten Grafik, könnte auf den ersten Blick ein stetiger Zuwachs der Lebenszufriedenheit durch steigendes Einkommen unterstellt werden, wenn nicht auf die log-Skalierung geachtet wird (Strulik, 2015, S. 23).

¹ <http://www.worldvaluessurvey.org>

Abbildung 2: Lebenszufriedenheit länderübergreifend



Data for 148 countries from Gallup (2013) and Feenstra et al. (2013). Solid line: model prediction for $\beta_1 = 0.01$ (i.e. quasi-log). Dashed line: model prediction for $\beta = -0.26$.

Quelle: Strulik (2015, S. 23)

Glück und Unglück gleichen sich auch nicht aus wie manche behaupten. Veenhoven hat diese Null-Summen-Theorie mit Längsschnittstudien untersucht und geprüft, ob zu unterschiedlichen Messzeitpunkten ein unterschiedliches Glücksempfinden besteht und dies aufgrund einer vorangegangenen Phase begründet sein kann. Wird davon ausgegangen, dass sich das Glück immer ausgleicht um im Schnitt auf 0 zu sein, so müsste nach einer Messung mit hohem Glücksempfinden eine mit Niedrigerem folgen. Es hat sich herausgestellt dass dem nicht so ist. Auch eine Nullsumme in der Bevölkerung ist nicht gegeben. Gemeint ist, ob sich die Anzahl Glücklicher mit derer Unglücklicher Menschen ausgleicht (Veenhoven, 1991, S. 6).

Nicht nur Zufriedenheit und Einkommenshöhe wurden untersucht, sondern auch der Zusammenhang mit der ökonomischen Gleichverteilung. So hat sich in einer weiteren Untersuchung gezeigt, dass ein höheres Einkommenslevel nicht mit Zufriedenheit zusammenhängt, die Gleichverteilung jedoch schon (siehe Abbildung 3). Hierfür wurden von den damaligen Mitgliedsstaat der Europäischen Union (EU15), das Bruttosozialprodukt pro Kopf, ein errechneter Wert für Ungleichverteilung, sowie der Mittelwert der Unzufriedenheit bzw. abwesenden Zufriedenheit herangezogen (O'Connell, 2004, S. 302 f.).

Abbildung 3: Korrelationsmatrix – Einkommen, Ungleichheit und Unzufriedenheit

Pearson correlation matrices: income, inequality and dissatisfaction, 1995 1998

Dissatisfaction	Inequality	Income, r
1998	$r = 0.72$ Inequality	-0.66 -0.84
1997	$r = 0.71$ Inequality	-0.59 -0.50
1996	$r = 0.69$ Inequality	-0.63 -0.48
1995	$r = 0.71$ Inequality	-0.74 -0.45

Data drawn from 15 EU states.

Quelle: O'Connell (2004, S. 302)

In einer Untersuchung zum Zusammenhang von Einkommen und Glück bzw. Zufriedenheit, folgern Kahnemann und Deaton (2010, S. 16489), dass mit einem hohen Einkommen Lebenszufriedenheit erkaufte wird, jedoch kein emotionales Glück. Niedriges Einkommen führt jedoch immer zu beidem, Lebensunzufriedenheit und emotionalem Unwohlsein. In dieser Untersuchung wird, anders als in der Begriffsabgrenzung festgelegt, Lebenszufriedenheit und emotionales Wohlbefinden bzw. Glück getrennt voneinander betrachtet.

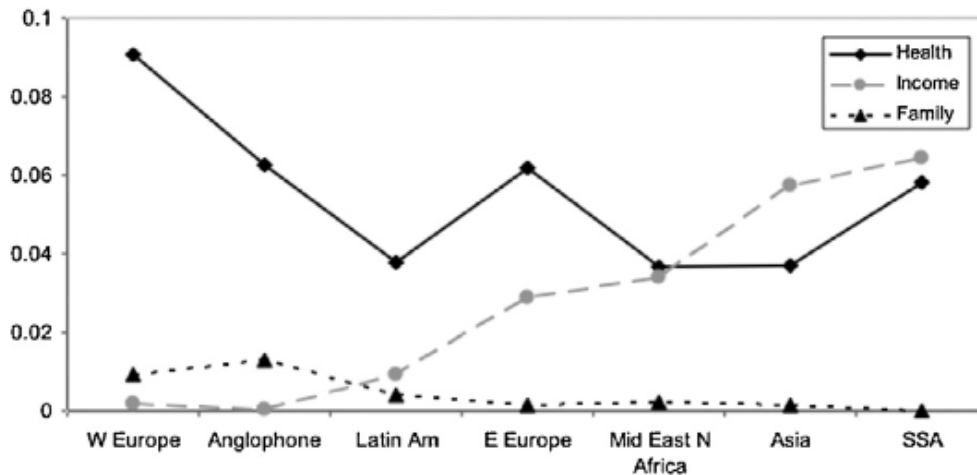
In einem Artikel von Bishop et al. (2006, S. 450) wird ein Zusammenhang zwischen Einkommen und Lebenszufriedenheit im Erwachsenenalter untersucht. Es wurden nicht nur Korrelationen zwischen Kongruenz und Glück festgestellt, sondern auch ein Zusammenhang von individuellen Ressourcen, der Betrachtung der Lebensspanne und aktuellen Gegebenheiten mit dem Wohlbefinden. Es wird argumentiert, dass Lebenszufriedenheit eine dem Alter entsprechende Bewertung der Vergangenheit beinhaltet, sowie individuelle und soziale Gegebenheiten in der Gegenwart. Die Beziehung zwischen Einkommen und subjektivem Wohlbefinden ist relativ gering (Bishop et al., 2006, S. 450).

Dazu passend sind die Untersuchungen von Plagnol (2011, S. 52 f.). Sie untersucht die Lebenszufriedenheit, Einkommenshöhe, Schuldenstand und Wohlstandsstreben. Es zeigte sich, dass Einkommen keine ausreichende Größe darstellt für die Finanzzufriedenheit, da das einzelne Einkommen im Alter steigt

obwohl das Haushaltseinkommen ab dem mittleren Alter sinkt. Finanzanlagen steigen bis zu einem Alter von 50 Jahren stark an und sinken dann schrittweise ab. Sachanlagen wie bspw. Wohnungen oder Häuser steigen ebenfalls an bis ins mittlere Alter und bleiben dann erhalten, lediglich ein leichter Rückgang ist zu verzeichnen. Kreditkartenschulden nehmen bis in die Mittdreißiger zu und sinken danach kontinuierlich. Dies sind Indikatoren für unterschiedliche Wohlstandsbedürfnisse in unterschiedlichen Lebensphasen (Plagnol, 2011, S. 52 f.). Es scheint aber der Zusammenhang zwischen Wohlstand und Zufriedenheit nicht in allen Kulturen gleich zu sein. So hat sich etwa gezeigt, dass in Deutschland und Israel ein signifikanter Zusammenhang besteht und in Schweden nicht (Hochman & Skopek, 2013, S. 138).

An dieser Stelle seien die Untersuchungen von Margolis und Myrskylä (2013, S. 121 f.) erwähnt. Es wurde nach regionalen Unterschieden der Lebenszufriedenheit gesucht über die Lebensspanne hinweg. Dafür wurden die Variablen Geld, Gesundheit und Familiensituation (Partnerschaft und Kinder) herangezogen um die Lebenszufriedenheit zu erklären. Die weltweite Erhebung zeigte, dass in den meisten Teilen der Erde die Lebenszufriedenheit mehr oder weniger stark über die Lebensspanne hinweg zunimmt, am stärksten in der Region Afrika südlich der Sahara und am schwächsten im mittleren Osten und Nordafrika. Interessant ist die unterschiedliche Regionale Wichtigkeit von Gesundheit, Geld und Familie in Bezug auf Lebenszufriedenheit. In Abbildung 4 ist zu erkennen, dass die Familiensituation weltweit einen geringen Anteil an Lebenszufriedenheit darstellt. Ein interessantes Gefälle von Osten nach Westen bei der Wertigkeit von Einkommen ist ebenfalls zu beobachten. Der Anteil an Gesundheit in Bezug auf Lebenszufriedenheit ist in Westeuropa am höchsten, gefolgt von Osteuropa und am niedrigsten in Asien, Lateinamerika, Nordafrika und dem mittleren Osten (Margolis & Myrskylä, 2013, S. 121).

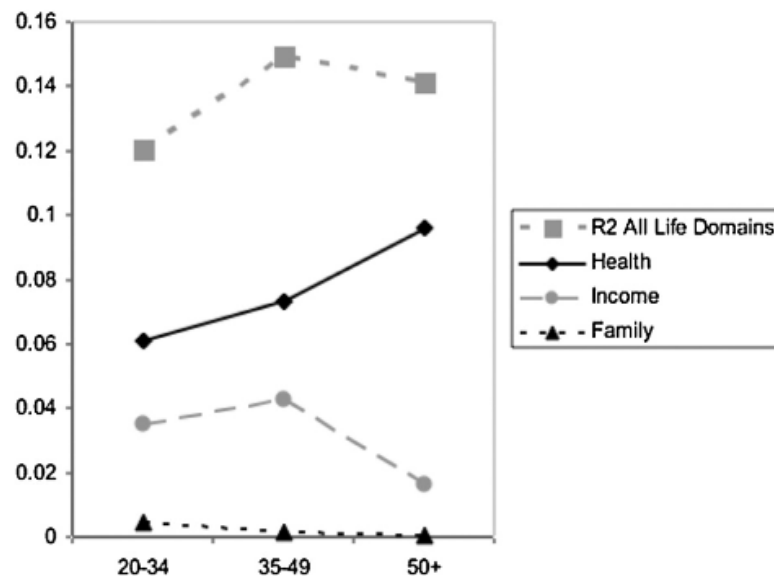
Abbildung 4: Verhältnis Lebenszufriedenheit erklärt durch Domänen - Regionen



Quelle: Margolis und Myrskylä (2013,S. 121)

Bei der weltweiten Betrachtung der Altersgruppen und der Wertigkeit der Domänen über die Lebenszeitspanne zeigt sich, dass auch hier Familie den geringsten Stellenwert hat, das Einkommen im mittleren Alter etwas wichtiger ist als in jüngeren Jahren und mit zunehmendem Alter stark abnimmt. Anders verhält es sich mit der Gesundheit. Die Wichtigkeit steigt über die Lebensspanne stetig an und ab mittlerem Alter sogar stärker als in jüngeren Jahren (siehe Abbildung 5). Für weitere Abbildungen und Analysen zu regionalen Unterschieden ist auf die Studie verwiesen (Margolis & Myrskylä 2013, S. 122).

Abbildung 5: Verhältnis Lebenszufriedenheit erklärt durch Domänen - Altersgruppen



Quelle: Margolis und Myrskylä (2013,S. 122)

Emmons (1986 zitiert nach Kanfer et al. 2012, S. 169) fand heraus, dass lediglich das Vorhandensein von bedeutsamen persönlichen Zielperspektiven mit Lebenszufriedenheit assoziiert wird.

Frey (2008, S. 151 f. zitiert nach Kirchler & Gangl, 2012, S. 50) hat gewichtete Determinanten von Glück zusammengefasst, welche nun kurz vorgestellt werden sollen. Der Wert in Klammern repräsentiert die Gewichtung wobei 0 als sehr unwichtig anzusehen ist und 5 als sehr wichtig.

1. Biologie (5) – Gene und die damit einhergehende Persönlichkeit sind als bedeutendste Determinanten eingestuft worden.
2. Partnerschaft (3) – Verheiratete sind glücklicher als Singles, Geschiedene oder Verwitwete. Hierbei wird auch ein positiver Effekt von der Häufigkeit von Sex in Partnerschaften mit Glück unterstellt.
3. Freundschaften (2,5) – Ein soziales Netz ist wichtiger als materieller Besitz.
4. Maßvolle Wünsche (2) – Hohe Ansprüche und Erwartungen führen leichter zu Enttäuschungen.
5. Hilfsbereitschaft (1,5) – Gemeinnützige Arbeit und altruistisches Verhalten macht glücklich.
6. Religion und Sinn im Leben (1,5) – Religion stiftet Sinn und macht das Leben erträglicher.
7. Schönheit (1) – Schönheit ist zwar relativ, dennoch wurde nachgewiesen, dass es einen Schönheitsbonus gibt. Hier können leicht Neidgefühle entstehen.
8. Alter (0,5) – Mit zunehmendem Alter steigt die Lebenszufriedenheit wenn man sich zu beschäftigen weiß. Demnach sind Personen im mittleren Alter eher am wenigsten glücklich.
9. Einkommen (0,5) – Ab einer bestimmten Höhe macht ein Einkommenszuwachs nicht glücklicher (siehe Kapitel Arbeitszufriedenheit).
10. Intelligenz und Bildung (0) – Es wurde kein Zusammenhang nachgewiesen, was bedeutet, dass man kein Genie sein muss, um glücklich und zufrieden zu sein.

Die angeführten Punkte Partnerschaft, Freundschaft, Lebenssinn und Einkommen werden im empirischen Teil auf Zusammenhang mit Zufriedenheit überprüft. Ein eigens entwickeltes Modell zum Thema Lebenszufriedenheit und Einflüsse darauf wird im weiteren Verlauf auch noch grafisch vorgestellt.

Furnham (2010, S. 55) erwähnt wissenschaftlich widerlegte Mythen in Bezug auf Glück. Diese Mythen sind:

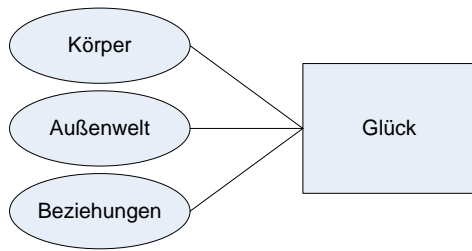
1. Glück ist abhängig von der Qualität und Quantität der geschehenen Dinge.
2. Großes Glück zieht großes Unglück nach sich.
3. Intelligente Menschen sind glücklicher als weniger Intelligente.
4. Anhäufung von viel Geld macht glücklich.

Zwischen Wachstum und Glück gibt es scheinbar keine Harmonie. Eine Entschleunigung, könnte für mehr Zufriedenheit, Stabilität und Sicherheit sorgen (Binswanger, 2010, S. 290 f.).

Veenhoven hebt unter Anderem auch den ökonomischen Aspekt von Glück hervor, da glücklichere BürgerInnen gesünder sind und härter arbeiten, sowie den sozialen Aspekt, wobei glücklichere Einwohner innigere Beziehungen pflegen und ihrem Nachwuchs ein wärmeres Zuhause bieten können. Dies stellt die Basis für eine normale und gesunde Gesellschaft dar (1988, S. 13).

Das Glück wird durch Unglück abgehalten und dieses wiederum ist einfach zu erfahren, da es von mehreren Seiten droht. Zum einen ist es der eigene Körper der einem bestimmten Verfall unterworfen ist. Eine weitere Quelle des Unglücks ist die Außenwelt mit ihren zerstörerischen Kräften. Und die als am schmerzhaftesten empfundene Ursache stellen Beziehungen zu anderen Menschen dar (Freud, 2010, S. 25).

Abbildung 6: Glückseinflüsse



Bei der Messung von Glück wird derzeit auf Standard-Tests zurückgegriffen, welche durch protokollierte Erfahrungswerte misst, zu welchem Zeitpunkt die Probanden welches Ausmaß von Glück empfinden. Diese Methode wird Erlebens-Stichproben-Methode genannt. Eine weitere Methode beruht auf dem Erinnerungsvermögen der Probanden. Diese werden gefragt, wie glücklich sie in verschiedenen vergangenen Zeitpunkten waren. Weitere Verfahren wie Gehirnschans und Messung der Kortisolkonzentration im Speichel stecken noch in den Kinderschuhen, werden jedoch laufend weiterentwickelt (Furnham, 2010, S. 53).

Wird Zufriedenheit betrachtet so unterscheiden Kahnemann und Deaton (2010, S. 16489) emotionales Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit. Emotionales Wohlbefinden bezieht sich auf tägliche Erfahrungen eines Individuums und der Qualität der Emotion. Intensität und Frequenz dieser erlebten Emotionen machen das Leben angenehm oder unangenehm. Es handelt sich hierbei um Gefühle wie Freude, Faszination, Angst, Trauer und Wut. Die Lebenszufriedenheit bezieht sich auf die individuellen Gedanken und die Bewertung des jeweiligen Lebens (Kahnemann & Deaton, 2010, S. 16489).

Deshalb soll im Folgenden Abschnitt zwischen Arbeits- und Beziehungszufriedenheit unterschieden werden, beschrieben werden worum es sich dabei handelt und welche Auswirkungen bzw. Einflüsse diese haben.

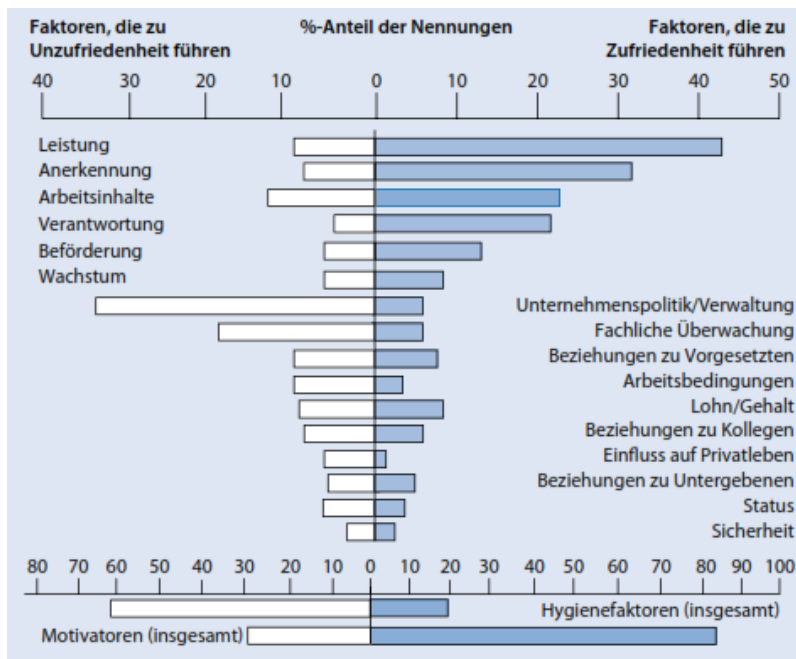
2.3 Arbeitszufriedenheit

Wird nun die Arbeitszufriedenheit, ein spezieller Bereich von Zufriedenheit betrachtet, so gibt es mehrere Studien deren Ergebnisse nachfolgend kurz angeführt werden sollen.

Arbeitszufriedenheit kann auch als Ergebnis der Motivation betrachtet werden. Eines der bekanntesten Konzepte ist das Zwei-Faktoren-Modell von Herzberg, dessen Ergebnisse aus der Pittsburgh-Studie in Abbildung 7 zu sehen sind. Es wurde festgestellt, dass jene Faktoren, die im negativen Bereich zur Unzufriedenheit führen, mit dem Arbeitsumfeld verbunden sind. Sie werden Hygienefaktoren genannt. Ist das Gehalt beispielsweise zu gering oder wird die Unternehmenspolitik abgelehnt, so führt dies zu Unzufriedenheit, jedoch wirkt es sich nicht im gleichen Maß auf die Zufriedenheit aus, wenn das Gehalt bspw. erhöht wird oder die Unternehmenspolitik akzeptiert wird. Faktoren, die sich auf die Motivation auswirken, wenn sie erhöht werden bzw. wenn genug davon vorhanden ist, werden Motivationsfaktoren genannt. Diese sind bspw. Leistung, Anerkennung und Verantwortung. Werden diese Faktoren nicht erfüllt, führen sie nicht im gleichen Maß zu Unzufriedenheit. (Neuberger, 1974, zitiert in Nerding, 2014, S. 421 ff.).

An dieser Stelle sei Kritik am Zwei-Faktoren-Modell angebracht. Kirchler und I (2002, S. 57 f.) weisen auf die gewählte Methode der kritischen Ereignisse hin, welche Teilnehmer anweist besonders ungünstige und besonders zufriedenstellende Situationen zu beschreiben. Daraus resultiere eine kritische Betrachtung jedoch keine typische. Als einer der Gründe wurde selbstwertdienliches Antwortverhalten angeführt. Dieses Vorgehen führte dazu, dass zwei unabhängige Zufriedenheitsfaktoren erstellt wurden und nahegelegt wird, dass Unzufriedenheit eine andere Quelle hat als Zufriedenheit (Kirchler & Hölzl, 2002, S. 57 f.).

Abbildung 7: Ergebnisse Pittsburgh-Studie



Quelle: Neuberger (1974)

Sind die Arbeitsanforderungen hoch, sinkt die Arbeitszufriedenheit und wirkt sich negativ auf gesundheitliche Faktoren aus (Wittchen & Hoyer 2011, S. 344). Im Gegensatz zu physischer Belastung und Ausdauer bei einer Tätigkeit, zeigte eine Untersuchung, dass die Faktoren „Unzufriedenheit mit dem Arbeitsplatz“ und „Betriebsklima“ einen höheren Einfluss auf chronische Rückenschmerzen haben (Theorell et al. 1991 zitiert nach Kaluza 2011, S. 5).

Arbeitszufriedenheit und Arbeitsengagement korrelieren positiv mit Haushaltseinkommen, zeigen Cahill et al. in ihrer Studie. Als Erklärung wird genannt, dass durch ein hohes Haushaltseinkommen auch Zugang zu anderen wertvollen Zufriedenheitsressourcen geschaffen wird. Als Beispiele werden Wohnqualität, Wohndienstleistungen und Erholung genannt. Weiter wurden Zusammenhänge zwischen Volkswirtschaft und Arbeitszufriedenheit beschrieben. Bei guter volkswirtschaftlicher Lage bzw. Konjunktur, ist die Arbeitszufriedenheit hoch, jedoch die Zufriedenheit mit der Work-Life-Balance gering. Als mögliche Erklärung wird die Fokussierung auf den Job und Karriere in guten wirtschaftlichen Zeiten genannt. In wirtschaftlich schwächeren Zeiten wird die Work-Life-Balance neu eingestellt. (Cahill et al. 2015, S. 44 ff.).

Eine Untersuchung von Zenger et al. (2011), welche nicht direkt mit Arbeitszufriedenheit zu tun hat, allerdings im Zusammenhang mit Zufriedenheit und Arbeit zu betrachten ist, zeigt folgendes. In Abhängigkeit der Dauer und Häufigkeit von Perioden der Arbeitslosigkeit erkranken Männer und Frauen unterschiedlich häufig an Depressionen und erleiden Angstzustände. Je länger und häufiger die Perioden auftreten, umso höher die Anzahl der Erkrankungen. Interessanterweise liegt die Grenze, bis zu der Frauen eher erkranken, bei einem Haushaltseinkommen von EUR 1.500,- (Keine Angabe ob brutto oder netto), darüber trifft es tendenziell eher Männer.

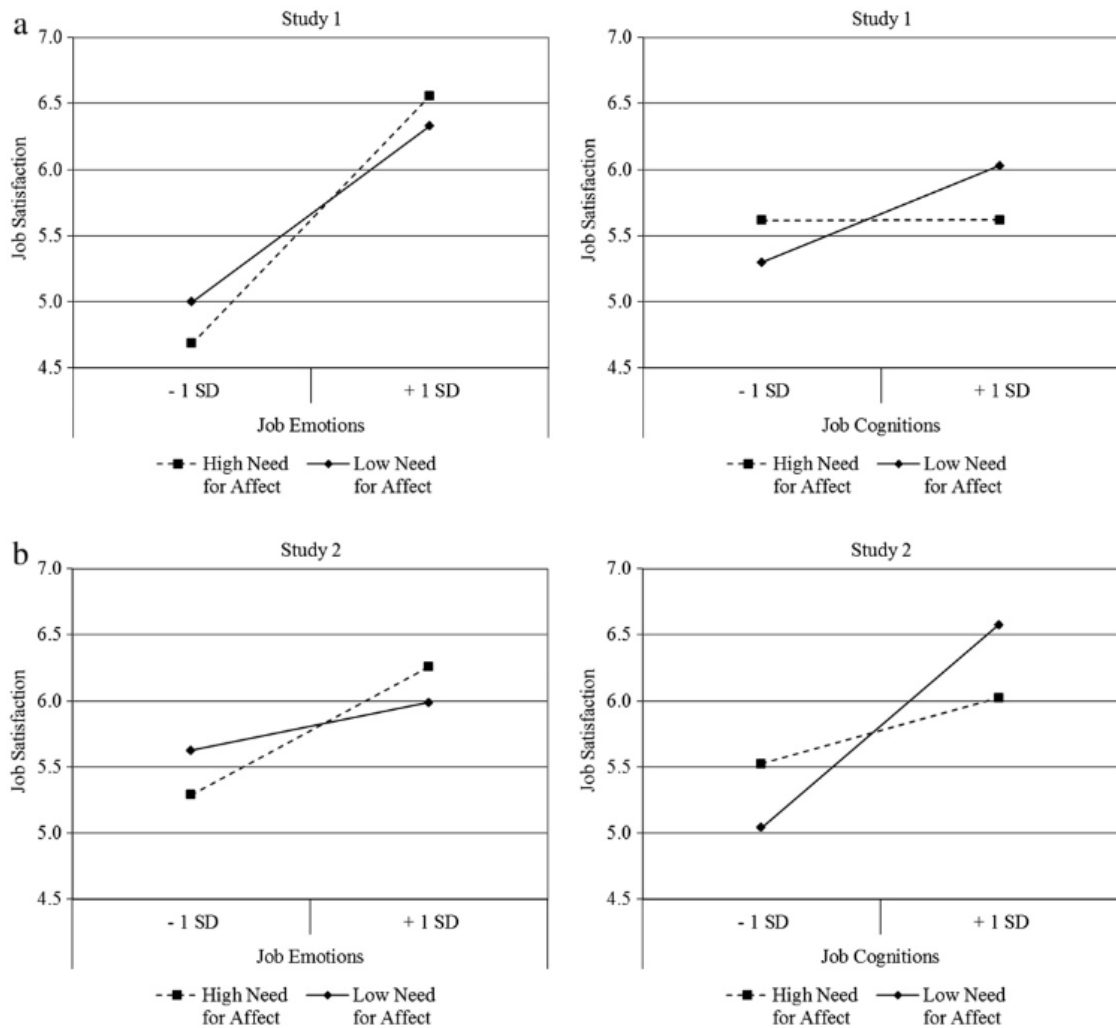
Einen interessanten Zusammenhang zeigt eine Studie in Bezug auf Schlaf, Arbeitszeit und Arbeitszufriedenheit. Es hat sich gezeigt, dass bei freier Arbeitszeiteinteilung mit gleicher Schlafmenge und anteiligen Nacht-, Abend- und Sonntagsdiensten die Arbeitsbelastung zwar höher war, jedoch auch die Zufriedenheit mit Gesundheit und dem Leben allgemein als höher empfunden wurde, als im Vergleich zu wechselnden Arbeitszeiten (Roeser et al. 20123, S.210).

Nach Weinert (1998, S. 215f.) sind folgende Gegebenheiten wichtig für hohe Arbeitszufriedenheit. Eine Arbeitssituation muss:

1. Geistig fordernd sein,
2. entsprechend den physischen und psychischen Bedürfnissen der Mitarbeitenden sein,
3. Erfolgsgefühl vermitteln,
4. Angebot zur Anwendung und Entwicklung von Interessen und Fähigkeiten beinhalten,
5. Gefühl der Achtung und Selbstwertschätzung durch Leistung vermitteln,
6. ein als angemessen beurteiltes Entlohnungssystem haben, welches an individuelle Leistung gekoppelt ist und
7. einen Führungsstil, der die Entwicklung fördert, sowie Selbstverantwortung und Eigeninitiative fördert.

Hierzu passend, ist die Studie von Schlett und Ziegler (2014) angeführt, welche Untersuchungen zu Arbeitszufriedenheit und den Zusammenhang mit Emotionen und Kognitionen und dem Bedürfnis nach Emotionen durchführten. Abbildung 8 zeigt übersichtlich einige Ergebnisse. Jede Grafik zeigt die Messung der Arbeitszufriedenheit gekoppelt mit Emotionen und Kognitionen am Arbeitsplatz. Studie 1 (a) wurde an 194 UniversitätsmitarbeiterInnen durchgeführt und Studie 2 (b) mit 156 Personen, die durch E-Mail kontaktiert wurden. Es ist zu erkennen, dass Personen mit dem Bedürfnis nach Emotionen im Job, eine höhere Zufriedenheit aufweisen, wenn sie diese auch haben, ebenso wie Personen mit einem geringen Bedürfnis nach Gefühlen eine erhöhte Arbeitszufriedenheit haben. Interessant erscheint, dass keine höheren Werte bei Arbeitszufriedenheit ausgewiesen werden, wenn geringes Bedürfnis nach Emotion und kognitive Jobs zusammenfallen (Schlett & Ziegler, 2014, S. 81). Interessant wären vergleichbare Zusammenhänge zur Arbeitszufriedenheit und Wohlstandsstreben, sowie zur Einkommenshöhe, um zu sehen ob das Streben nach mehr eine geringere Zufriedenheit aufkommen lässt.

Abbildung 8: Effekte Emotionen und Kognitionen im Job



Quelle: Schlett und Ziegler (2014, S. 81)

Um einen Blick auf die Persönlichkeitsstruktur im Zusammenhang mit Arbeitszufriedenheit zu werfen, sei auf die Studie von Mathieu (2013) verwiesen. Die Untersuchung fokussierte zwar auf Neurotizismus, die Ergebnisse wie in Tabelle 1 scheinen dieser Arbeit jedoch sehr dienlich. Es zeigt sich, dass Arbeitszufriedenheit am stärksten mit Verträglichkeit positiv (.40) und am stärksten mit Neurotizismus negativ (-.25) korreliert. Extraversion scheint überhaupt keinen Zusammenhang mit Zufriedenheit aufzuweisen und Gewissenhaftigkeit mit .27 eine signifiakte Korrelation mittlerer Höhe (Mathieu, 2013, 651 f.).

Tabelle 1: Korrelation Fünf Faktoren Modell und Arbeitszufriedenheit

	Mittel	SD	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Extraversion	3.24	.58						
2. Verträglichkeit	4.14	.49	.05					
3. Gewissenhaftigkeit	4.23	.49	.07	.42**				
4. Neurotizismus	2.62	.73	-.19**	-.28**	-.30**			
5. Offenheit	3.79	.61	.29**	.07	.10	-.14*		
6. Narzissmus	19.32	2.40	.36**	-.18**	-.04	-.08	.28**	
7. Arbeitszufriedenheit	73.63	11.33	.00	.40**	.27**	-.25**	-.05	-.16**

** p < 0.01.; * p < 0.05.

Quelle: Mathieu (2013, S. 652)

Der Kapitalist ist bei Marx der rationale Schatzbildner, welcher bestrebt ist, Geld intelligent zu vermehren. In Bezug auf die Arbeitskraft bedeutet dies, dass die Arbeitskraft Arbeit als Leistung zur Verfügung stellt, um durch Hinzufügen von Ressourcen Produkte zu erzeugen. Da beides vom Kapitalisten bezahlt wird, ist auch das Resultat des Produkts sein Eigentum und nicht das des Arbeitenden. Der Arbeitsprozess wird als Konsumationsprozess der Arbeitskraft betrachtet (Marx, 2009, S. 186 ff.). Auch beschreibt er ganz drastisch, wie sehr das Kapital, bzw. die Gier danach, Raubbau an der Arbeitskraft verrichtet. Bildung, Erholung, geistige Entwicklung, soziales Leben werden als Firlefanz abgetan, da jegliche Zeit als Arbeitszeit zu betrachten ist. Die dadurch entstehende Verkürzung der Lebenszeit durch starke gesundheitliche Schäden führt zur Notwendigkeit der Fortpflanzung der Arbeiterklasse. Wenn die Kosten der „Reproduktion“ höher sind als der „Verschleiß“ der Humanressource, erst dann ist ein Normalarbeitstag sinnvoll (Marx, 2009, S. 258 ff.).

In einer Untersuchung zu Jobzufriedenheit und mentaler Gesundheit hat sich gezeigt, dass sich Depressionen und soziale Dysfunktion negativ auf die Arbeitszufriedenheit auswirken. Einen schwachen aber dennoch signifikanten Zusammenhang gibt es zwischen Ängstlichkeit und Zufriedenheit (Nadinloyi et al., 2013, S. 295).

Tabelle 2: Korrelation Arbeitszufriedenheit und Gesundheit

	1	2	3	4	5
Allgemeiner Index	-				
mentaler Gesundheit					
Körperliche	.742**	-			
Beschwerden					
Angst	.807**	.568**	-		
Soziale Dysfunktion	.796**	.455**	.486**	-	
Depression	.800**	.397**	.453**	.601**	-
Arbeits- zufriedenheit	-.319**	-.080**	-.136*	-.424**	-.355**

** p < 0.01; * p < 0.05.

Quelle: Nadinloyi et al. (2013, S. 295)

Um auch die physische Gesundheit nicht außer Acht zu lassen, sei erneut auf Beschreibungen von Marx verwiesen, der da von Kinderarbeit und 15 Stunden Arbeit pro Tag berichtet. Konkret handelt es sich um Untersuchungen in einem Töpferbezirk. Ärzte berichten, dass zu dieser Zeit (1860) der Stand der Töpfer verkürzte Lebenszeiten und physische Veränderungen aufweist. Brustkrankheiten, Leber- und Nierenstörungen sowie Kleinwüchsigkeit waren sehr häufige Krankheitsbilder (Marx, 2009, S. 240 ff.). Dieses Beispiel soll als Verdeutlichung der physischen Gesundheitskomponente dienen und zeigen welche Bedingungen vor rund 150 Jahren vorherrschten.

Es soll nun eine kulturübergreifende Untersuchung zum Zusammenhang zu Work-Life-Balance, Lebenszufriedenheit und Jobzufriedenheit betrachtet werden. Kulturelle Unterschiede wurden im Bereich Kollektivismus, dies meint ob das Individuum oder die Gruppe mehr Bedeutung hat, und geschlechtliche Gleichstellung berücksichtigt, sowie Ängstlichkeit und Depressionen als Gesundheitsvariablen. Tabelle 3 zeigt, dass Work-Life-Balance (WLB) mit den Variablen Work-family conflict, Family-work conflict, Kollektivismus, Geschlechtergleichheit, Arbeitszufriedenheit, Lebenszufriedenheit, Angst und Depression

signifikant korreliert. Hohe WLB hängt positiv mit hoher Lebens- und Arbeitszufriedenheit zusammen. Eine mittelstarke negative Korrelation (-.34) ist bei Ängstlichkeit und Depressionen abzulesen (Haar et al., 2014, S. 367).

Tabelle 3: Korrelationen Work-Life-Balance, Gesundheit und Kultur

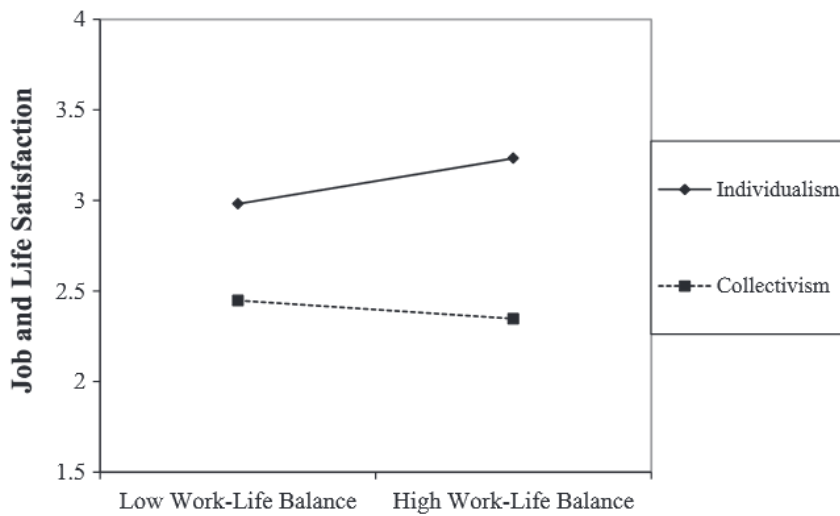
	M	SD	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
1. Work-Life-Balance	3.4	0.84	<i>.84</i>							
2. Work-family conflict	2.9	1.00	-.40**	<i>.87</i>						
3. Family-work conflict	2.3	0.79	-.15**	.36**	<i>.77</i>					
4. Kollektivismus	4.9	0.85	.08**	.00	.10**	-				
5. Geschlechtergleichheit	4.2	0.46	-.09**	.02	-.05*	-.38**	-			
6. Arbeitszufriedenheit	3.6	0.72	.36**	-.15**	-.13**	-.02	.18**	<i>.79</i>		
7. Lebenszufriedenheit	3.4	0.74	.47**	-.18	-.09**	.03	-.05	.43**	<i>.83</i>	
8. Angst	2.7	1.00	-.34**	.22**	.12**	-.14**	.34**	-.27**	-.36**	<i>.88</i>
9. Depression	2.4	0.92	-.34**	.09**	.09**	-.14**	.15**	-.42**	-.39**	.63**

Anmerkung: N=1416 (Cronbach's alpha ist kursiv angeführt); ** p < 0.01; * p < 0.05.

Quelle: Haar et al. (2014, S. 367)

In individualistischen Kulturen ist die bei hoher WLB die Arbeits- und Lebenszufriedenheit höher ausgeprägt als bei kollektivistischen Kulturen. Abbildung 9 zeigt auch, dass die Zufriedenheit generell in individualistischen Kulturen höher ist (Haar et al., 2014, S.367).

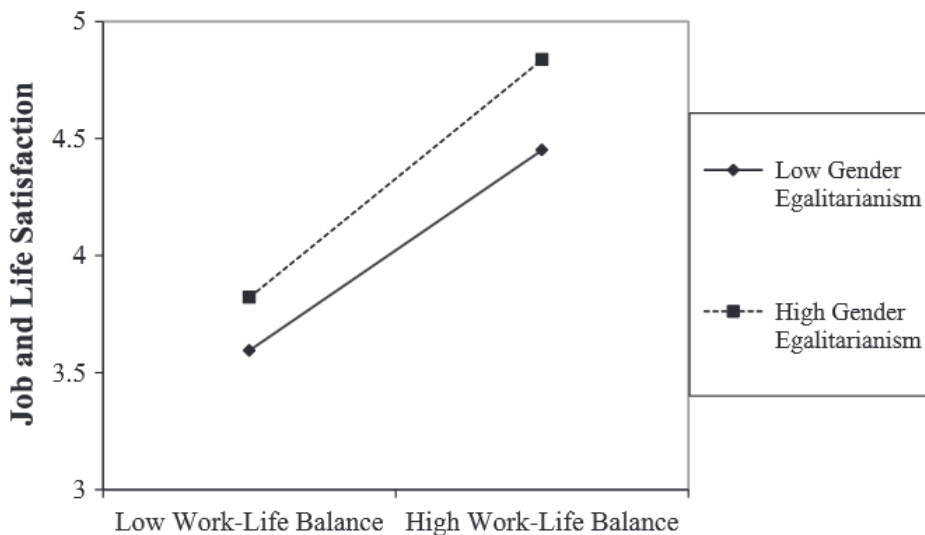
Abbildung 9: Zusammenhang WLB, Kollektivismus/Individualismus und Zufriedenheit



Quelle: Haar et al. (2014, S. 368)

Abbildung 10 zeigt, dass in Kulturen mit hoher Gleichstellung und hoher WLB die Arbeits- und Lebenszufriedenheit am höchsten ist. Je höher die geschlechtliche Ungleichheit und niedriger die WLB, umso geringer auch die Zufriedenheitswerte (Haar et al., 2014, S.367).

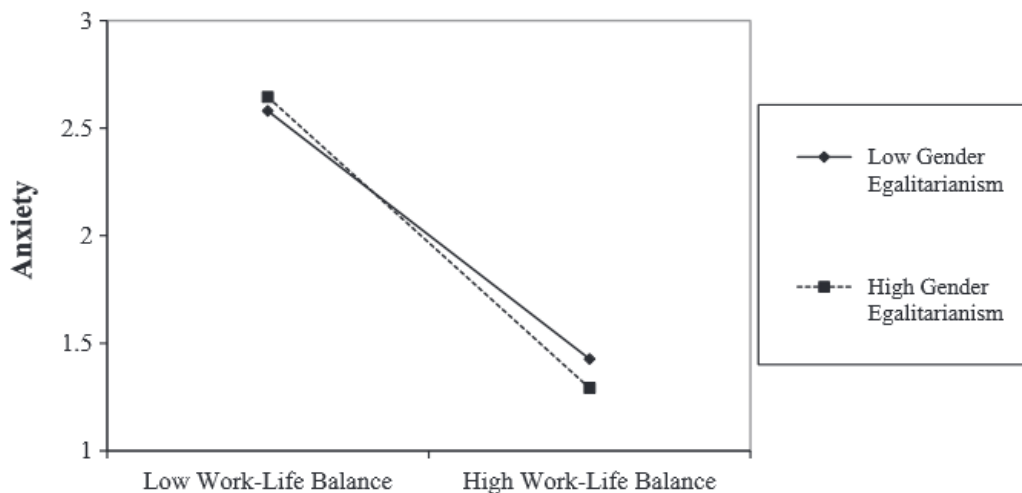
Abbildung 10: Zusammenhang WLB, Gleichstellung und Zufriedenheit



Quelle: Haar et al. (2014, S. 369)

Abbildung 11 zeigt den starken Zusammenhang zwischen Ängstlichkeit und WLB, welcher in beiden Kulturausprägungen des Merkmals Gleichstellung, gleich ausfällt (Haar et al., 2014, S.367).

Abbildung 11: Zusammenhang WLB, Gleichstellung und Zufriedenheit



Quelle: Haar et al. (2014, S. 369)

Wird der Leistungsdruck in der Gesellschaft berücksichtigt, so ist zu hinterfragen wie sehr MitarbeiterInnen es sich leisten können auf Arbeitszufriedenheit zu achten. Somit ist vorstellbar, dass die Steigerung des Einkommens auch zu einer erhöhten Sicherheit und Wohlbefinden führt, ja sogar zu Glück. Genau durch diese Hoffnung kann es vermutlich auch zur Vernachlässigung von Arbeitszufriedenheit kommen. Diesen Themen soll jedoch in den weiteren Kapiteln und der empirischen Untersuchung nachgegangen werden.

2.4 Beziehungszufriedenheit

Eine weitere spezielle Form der Zufriedenheit ist die Beziehungszufriedenheit, welche im vorgestellten Modell Berücksichtigung findet. Eine Untersuchung hat gezeigt, dass Persönlichkeitseigenschaften auf die eigene Beziehungszufriedenheit und auch auf jene des Partners Einfluss haben. Anhand der Persönlichkeitsmerkmale der Big Five haben sich erhöhter Neurotizismus und niedrige Verträglichkeit als negative Eigenschaften herauskristallisiert. Ob es nun gut oder schlecht ist, wenn Paare in ihren Persönlichkeitseigenschaften Ähnlichkeiten aufweisen, lässt sich nur beantworten wenn die Ähnlichkeit zwischen Zufriedenheit und Stabilität betrachtet wird. In Einstellungsmerkmalen ähneln sich Partner zwar stärker als in grundlegenden Persönlichkeitseigenschaften, jedoch hängt die Beziehungszufriedenheit stärker von der Ähnlichkeit der grundlegen-

den Persönlichkeitsmerkmale ab als von Einstellungsmerkmalen (Asendorpf & Neyer 2012, S. 157 ff.).

Studien von Diener und Seligman belegen, dass Studierende glücklicher sind wenn sie qualitativ hochwertige Beziehungen pflegen und nicht durch eine hohe Verfügbarkeit von Geld. Es wird also unterstellt, dass Zugehörigkeit ein größeres Bedürfnis darstellt als Geld. Kompetenz und Autonomie sind zwei weitere Komponenten, die im Zusammenhang mit Verbundenheit zu anderen Menschen, ein gutes Leben ausmachen. Wird Zugehörigkeit und Akzeptanz verspürt von Menschen, die uns wichtig sind, so wirkt sich dies auch auf den Selbstwert aus (Myers, 2014, S. 472).

Weiters sei erwähnt, dass Selbstwert keinen direkten Einfluss auf Zufriedenheit ausübt sondern indirekt wirkt. Ein hoher Selbstwert beispielsweise erscheint wichtig, um vertrauensvolle und nahe Beziehungen aufbauen zu können. Dies wiederum hat einen Einfluss auf eine spezielle Form der Zufriedenheit und zwar auf Zufriedenheit mit der sozialen Unterstützung (Bachmann 1998, S. 55). Doch welche Rolle der Selbstwert in diesem Zusammenhang hat, wird in einem späteren Kapitel noch beschrieben.

Wenn zwischenmenschliche Beziehungen als schädlich empfunden werden, so ist gewollte Vereinsamung ein Schutz und ebenfalls ein Weg, um Glück zu verspüren, nämlich das Glück der Ruhe (Freud, 2010, S. 26). Aus der Eheforschung ist bekannt, dass eine unglückliche Ehe die Erkrankungsgefahr um ungefähr 35 Prozent erhöht. Menschen in einer unglücklichen Verbindung können sowohl physiologischen als auch psychologischen Leiden erliegen. Physiologisch Leiden sind bspw. Bluthochdruck und Herzerkrankungen. Psychologische Leiden können bsp. Depressionen, Suizidgedanken, Psychosen, Angst, Gewalt oder Missbrauch gefährlicher Substanzen wie Drogen und Alkohol sein (Gottman, 2014, S. 13).

Im Beziehungsmodell von Rusbult spielt Zufriedenheit eine Rolle als Faktor für die Bindungsstärke (Commitment). Es wird unterstellt, dass das Commitment umso höher ist, je höher die jeweilige Person mit der Beziehung zufrieden ist.

Weitere Faktoren, welche die Beziehungsstärke laut diesem Modell vorhersagt, sind Alternativen zur und Investitionen in die bestehenden Beziehungen (Rusbult, 1980).

Wird nun davon ausgegangen, dass Kundenzufriedenheit einen Einfluss auf die Bindung zur Marke oder zum Unternehmen hat, so sei folgendes im wirtschaftlichen Kontext betrachtet.

Stimmen bei Produkten oder Dienstleistungen die subjektive Erwartungen und tatsächlich erlebte Motivbefriedigungen überein, spricht man von Kundenzufriedenheit (Bruhn 1982, S. 2). Sie kann auch etwas abstrakter als Ergebnis, welches aus der Erfahrung des Konsumerlebnisses resultiert, betrachtet werden (Stauss & Seidel 2002, S. 55).

2.5 Wohlstandsstreben, Geldpsychologie und Glück

Dieses Kapitel handelt vom Umgang mit dem Geld aus heutiger Sicht und lässt die historische Entwicklung des Geldsystems außer Acht, da sie für die vorliegende Arbeit keine Relevanz besitzt. Egal ob Tauschgeschäfte, oder Gegenstände wie Muscheln, Gold oder das heutige Geld, das Augenmerk liegt allein auf dem Umgang mit dem jeweiligen Wertsystem, die Anhäufung von Wert und auf psychischen Effekten.

Bezeichnend dafür ist die Geschichte von einem Stein, der als Tauschmittel und Wert galt, und diesen Wert nicht verlor, seine Besitzer weiterhin wechseln konnte, obwohl er ins Wasser gefallen und verloren war. Der Besitzanspruch alleine war also Wert genug. Und das erinnert doch an Goldbarren im Tresor, beziehungsweise an Druckgeld oder Buchgeld, welches eigentlich Anspruch auf Gold stellt. Dieses Beispiel zeigt, wie sich die Wertvorstellung von einem Objekt lösen und verselbständigen kann (Schmölders, 1966, S. 25).

Karl Marx beschreibt den Wert eines Gegenstands wie folgt. Der Gebrauchswert eines Guts, welcher durch seine materielle Beschaffenheit, Nützlichkeit und Menge bestimmt wird, bildet den stofflichen Inhalt des Reichtums. Gebrauchswerte erhalten in einer Gesellschaft Tauschwerte (Marx, 2009, S. 50).

Dem Besitztum wohnt auch eine seelische Verbundenheit inne, es stellt sogar einen Teil des Selbst dar. Diese Tatsache erschwert oder verhindert sogar die Veräußerung von Besitz, da der Mensch die Vorstellung hat, seinem Selbst dadurch Schaden zuzufügen. Ein ganz besonderes Motiv, um sein Besitztum zu übertragen ist jenes der sozialen Bindung. Diese Bindung hebt den Verlust der Besiztentäußerung wieder auf (Schmölders, 1966, S. 23f.)

Eine Studie von Soziologen an der Hebräischen Universität Jerusalem hat ergeben, dass innerhalb einer Nation beziehungsweise einer Gesellschaft, Wohlstand einen Einfluss auf Zufriedenheit hat, jedoch bei weitem nicht der einzige Faktor sei. Auf internationaler Ebene scheinen historische Faktoren und Kultur wichtiger zu sein. Zufriedenheit korreliert mit Wohlstand international geringer als national (Bernstein 2005, S.361). Mietzel (2008, S. 429) hingegen weist auf Untersuchungen hin, die gezeigt haben, dass reichere Nationen zufriedener sind als arme Nationen. Dieser Unterschied relativiert sich jedoch stark, wenn man Länder miteinander vergleicht, die ein Bruttosozialprodukt über USD 8,000.- pro Person aufweisen. Die Iren haben in den 80er Jahren eine höhere Lebenszufriedenheit angeführt, als die damals doppelt so viel verdienenden Deutschen. Folgende Vorteile reicherer Nationen werden auszugsweise dargestellt:

1. Höhere Lebenserwartung
2. Geringere Kindersterblichkeitsrate
3. Geringeres Risiko Opfer von kriminellen Gewalttaten zu werden
4. Geringere Belastung durch Schicksalsschläge
5. Geringere Schulabbruchraten der Schulkinder

Ob Geld nun glücklich macht oder nicht hängt davon ab, ob die Grundbedürfnisse wie Unterkunft, Essen und Schlaf befriedigt werden können. Es wird postuliert, dass ab einem gewissen Grad an Bedürfnisbefriedigung ein materieller Zugewinn nicht zu mehr Zufriedenheit führt. Diener und Biswas-Diener (2002, zitiert nach Mietzel 2008, S. 432) empfehlen arme Lebensverhältnisse zu vermeiden, sich in einem wohlhabenden Land ansiedeln und Lebensziele zu wählen die nicht nach Wohlstand streben.

Schmölders schreibt jedoch, dass die Anhörung von Geld Macht und Reichtum verkörpert. Nicht allein der Besitz von Geld verleiht Ansehen und Rang sondern der Gebrauch dessen (Schmölders, 1966, S. 26f.).

Es wird davon ausgegangen, dass aufgrund eines im Menschen verankerten Egoismus, er nicht anders kann als im eigenen Interesse und zur Befriedigung der eigenen Lust zu handeln. Es gilt zu unterscheiden wie dieser Egoismus ausgeprägt ist und ausgelebt wird. Wer bereit ist seinen Egoismus dadurch zu befriedigen, dass er auf das Wohlergehen anderer achtet unter Rückstellung der eigenen Bedürfnisse, der gilt als Altruist. Im Gegensatz dazu handelt der Egoist schlechthin nur auf Unterdrückung und Schädigung anderer (Simmel, 2009, S.514).

Binswanger beschreibt 4 Tretmühlen, die bei der Bestrebung nach mehr Glück am Fortkommen hindern. Diese sind (1) Statustretmühle, (2) Anspruchstretmühle, (3) Multioptionstretmühle und (4) Zeitspartretmühle.

Unter Punkt 1 ist der soziale Vergleich zu verstehen, der darin resultiert, dass es relativ betrachtet immer einen gewissen Prozentsatz gibt, dessen Ansehen höher ist als der eigene und somit erstrebenswert wirkt. Punkt 2 beschreibt einen Gewöhnungseffekt, demnach bei Erreichen des Anspruchsniveaus sehr schnell die Gewöhnung daran eintritt und die Anhebung des selbigen erforderlich macht. Punkt 3 bezieht sich auf die Vielfalt der Optionen, die im Leben zur Verfügung stehen, wodurch es immer schwieriger wird die tatsächlich richtige Option zu finden. Punkt 4 beschreibt die Schnellebigkeit der heutigen Zeit. Durch schnelleren Verkehr sparen wir nicht Zeit, da wir weiter und öfter fahren (Binswanger, 2010, S. 288 f.).

Emotionales Wohlbefinden kann mit steigendem (Haushalts-)Einkommen erhöht werden bis zu einer Schwelle von ca. USD 75,000.- (entspricht ca. EUR 67,000.-). Bei einem Einkommen unter dieser Schwelle wurde gezeigt, dass emotionaler Schmerz in Zusammenhang mit Krankheit abhängig ist von der Einkommenshöhe. Haushalte mit einem Einkommen unter USD 3,000.- (ca. EUR 2,670.-), was etwa einem Drittel der Haushalte entspricht, berichten ver-

mehrt über Kopfschmerzen. Es konnte sogar ein Zusammenhang zwischen Armut und Lebensumständen wie Asthma, Scheidung und Einsamkeit festgestellt werden. Auch die vorteilhaften Auswirkungen eines Wochenendes waren bei diesen Personengruppen geringer (Kahnemann & Deaton, 2010, S. 16491). Bei Binswanger finden sich Schwellenwerte von USD 15.000,- bis 20.000,- pro Kopf, welche heute EUR 13.400,- bis 17.860,- entsprechen. Die Daten beziehen sich auf den World Values Survey (Binswanger, 2010, S. 281).

Interessant erscheinen hierbei auch die grundlegenden Ausführungen von Marx, der als Ursache für die Geldgier die Möglichkeit ansieht, eine Ware als Tauschwert oder Tauschwert als Ware festzuhalten. Um Geld zu vermehren bzw. Schatzbildung erfolgt durch 3 wesentliche Prinzipien, (1) Arbeitsamkeit, (2) Sparsamkeit und (3) Geiz. Wer viel verkauft und wenig kauft oder verbraucht hat eine positive Bilanz und häuft Vermögen an. Dies bedeutet im Wesentlichen auch Verzicht (Marx, 2009, S. 137 ff.).

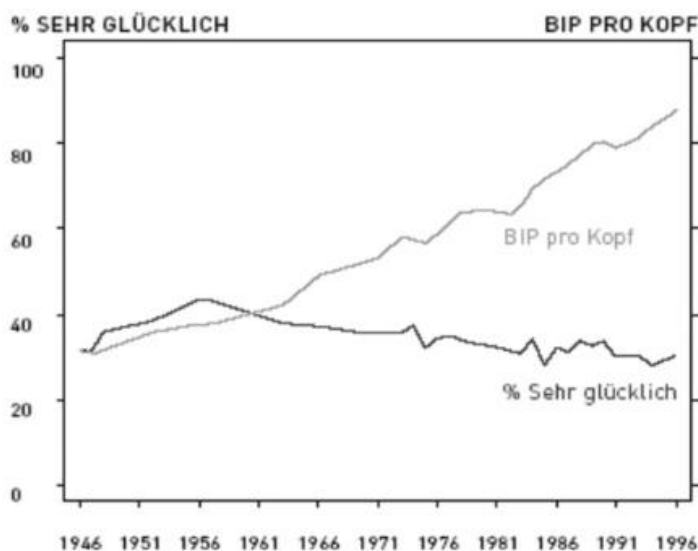
Weiter rät Simmel mit 2 Arten von Menschen niemals Geldgeschäfte zu machen, mit Feinden und mit Freunden, da zumeist Konflikte entstehen oder ausgereizt werden können. Dies führt er zurück auf die indifferente Objektivität in Bezug auf das Geldgeschäft an sich (Simmel, 2009, S.333).

Bei Schmölders ist zusätzlich die Einkommensverwendung, zeitliche Einteilung und die Art der Geldanlage nachzulesen. Die Einkommensverwendung bezieht sich auf Spar- und Investitionsverhalten und die zeitliche Einteilung auf die Frage, ob erst gespart und dann gekauft werden soll oder genau umgekehrt. Die Kassenhaltung beispielsweise resultiert aus den unterschiedlichen Zeitpunkten von Einnahmen und Ausgaben und den unterschiedlichen Höhen. Lebensstandard, technologischer Fortschritt und Geltungstrieb, werden als Gründe angeführt, oftmals mehr auszugeben als eingenommen wurde. Dies hat zur Folge, dass vorhin Gespartes aufgebraucht wird oder Konsumkredite aufgenommen werden. Doch nicht nur die persönliche Einstellung zur Kassenhaltung, sondern auch das Vertrauen in Geld und dessen verteilende Institutionen spielt eine wichtige Rolle. Ist der Zins hoch, so ist die Anlage attraktiver als bei niedrigen Zinsen und steigender Kaufkraft (Schmölders, 1966, S. 61 ff.).

Auf der anderen Seite verweisen Kahnemann und Deaton (2010, S. 16492) darauf, dass bspw. bei einem Einkommen von USD 100,000.- ein Zuwachs von USD 50,000.- durchaus glücklich machen kann, jedoch das emotionale Wohlbefinden durch andere Faktoren eingeschränkt wird. Es geht also auch um die Differenz der Beträge und nicht nur um absolute Werte.

Abschließend sei auf Studien verwiesen, die das Bruttoinlandsprodukt und das durchschnittliche Glücksempfinden vor und nach dem 2. Weltkrieg erfasst haben. Für die USA und Japan liegen die längsten Datenreihen vor, weshalb diese Länder zur Analyse herangezogen werden. Das Glücksempfinden in den USA ist gleichgeblieben, obwohl sich das BIP pro Kopf seit dem 2. Weltkrieg mehr als verdreifacht hat, wie in Abbildung 12 zu sehen. In Japan hat sich das BIP pro Kopf seither sogar versechsfacht bei gleichbleibendem Glücksempfinden (Binswanger, 2010, S. 282 f.).

Abbildung 12: Glück und Wohlstand in den USA



Quelle: Binswanger (2010, S. 283)

Betrachten wir nun noch eine weitere Studie, die untersucht ob reichere Menschen glücklicher sind als ärmere, so lassen die Ergebnisse Widersprüche vermuten. Tabelle 4 zeigt als Ergebnis des General Social Survey, dass reichere Menschen tatsächlich glücklicher sind als ärmere Menschen einer Bevölkerung. Dafür wurden Einkommensklassen gebildet und die Höhe des Glücksempfin-

dens sowohl miteinander, als auch mit dem Durchschnitt der Gesamtbevölkerung verglichen. Der vermeintliche Widerspruch kann jedoch schnell aufgeklärt werden, wenn man die unterschiedliche Perspektive berücksichtigt (Binswanger, 2010, S. 284 f.). Für das Wohlbefinden und diesem Zusammenhang Glück ist bei Kirchler (2011, S. 809) der „soziale Vergleich“ angeführt. Es wird unterstellt, dass es keine absolute Größe für Glück gibt und somit im Vergleich zu anderen Personen zu betrachten ist. Wird das relative Einkommen betrachtet, so kann festgehalten werden, dass innerhalb einer Bevölkerung aufgrund unterschiedlicher Einkommenshöhen unterschiedliche Ausprägungen von Glücksempfinden vorhanden sind. Wird jedoch der gesamten Bevölkerung mehr Geld zur Verfügung gestellt, sodass die relativen Unterschiede zwischen reich und arm gleich bleiben, so verändert sich das durchschnittliche Glücksempfinden innerhalb dieser betrachteten Bevölkerung nicht (Binswanger, 2010, S. 284 ff.). Die Messung von Zufriedenheit wird als problematisch betrachtet, da sie auf Erinnerungen basiert und sozial erwünschte Antworten Verzerrungen verursachen können (Kirchler, 2011, S. 786).

Tabelle 4: Glück und Einkommen bei verschiedenen Einkommensklassen in den USA 1994

Gesamtes Haushaltseinkommen	sehr glücklich (in Prozent)	ziemlich glücklich (in Prozent)	nicht so glücklich (in Prozent)	durchschnittl. Glücksrating
Durchschnitt für alle Einkommensklassen	28	60	12	2.4
weniger als 10,000	16	62	23	1.8
10,000 bis 20,000	21	64	15	2.1
20,000 bis 30,000	27	61	12	2.3
30,000 bis 40,000	31	61	8	2.5
40,000 bis 50,000	31	59	10	2.4
50,000 bis 75,000	36	58	7	2.6
über 75,000	44	49	6	2.8

Quelle: Binswanger (2010, S. 285)

2.6 Lebenssinn und der Weg als Ziel

Dieses Kapitel soll zeigen, dass sich Lebenssinn auf das Wohlbefinden, den Selbstwert und die Gesundheit auswirken. Diesen Punkten wird soweit es möglich ist in der empirischen Untersuchung in dieser Arbeit nachgegangen. Ein weiterer wichtiger Aspekt im Zusammenhang scheint der Lebensweg selbst zu sein. Diesem soll in den nächsten Absätzen nachgegangen werden.

Die Richtungsweisung im Leben, sich festlegen und für sich bestimmen was gut und erstrebenswert ist, das ist es was dem Leben Sinn verleihen mag. Was inhaltlich unter gut und sinnvoll zu verstehen ist, obliegt der Entwicklung und Entscheidung des Individuums (Müller, 2011, S. 233).

Unter anderem bemerkt Freud, dass die Frage nach dem Zweck des menschlichen Seins bereits unzählige Male gestellt wurde. Sie ist womöglich nicht zu beantworten, vor allem da sie noch nie eine befriedigende Antwort gefunden hat. Für manche Fragesteller verliert das Leben an sich an Wert, wenn sich ergeben sollte, dass das Leben keinen bestimmten Zweck hat. Freud merkt an, dass es die Religionen sind, die diese Frage zu beantworten wissen und somit der Lebenszweck mit einem religiösen System steht und fällt (Freud, 2010, S. 23).

Petzold und Orth kommen zu dem Schluss, dass das Leben an sich der Sinn des Lebens sei. Die Freude am lebendig sein und die Möglichkeiten des Glücks. Und weil das Leben diese positiven Erfahrungen ermöglicht, gilt es als schutzwürdig vor all den negativen Erfahrungen und Erlebnissen (Petzold & Orth, 2007, S. 51).

Arbeit kann hierbei nicht nur als Einkommenssicherung gesehen werden, um den Lebensunterhalt zu bestreiten, sondern bietet auch Möglichkeiten einer bestimmten Lebensführung und Daseinsbereicherung. Dem Leben wird durch Arbeit Sinn und Wert verschrieben (Schaper, 2014, S.4).

Warum Menschen überhaupt Sinn brauchen ist eine Frage der Schmid (2015, S. 306) nachgegangen ist und sie mit Energiefluss beantwortet, der am stärksten scheint, wenn Menschen lieben. Dies zeigt sich besonders bei Trennun-

gen, wo Sinnentleerung stattfindet und die Frage nach dem Sinn stattfindet. Es obliegt dann der jeweiligen Lebensführung bzw. Lebenskunst den Sinn wiederzufinden und neue Beziehungen aufzubauen und zu pflegen. Es scheint also, dass ein sinnerfülltes Leben, ein Leben in Beziehung ist.

Dazu passt die Studie von Stillman et al. (2009, S. 692), die zeigt, dass soziale Ausgrenzung mit Selbstwert und Sinn negativ korreliert. Das heißt je höher die Ausgrenzung, umso negativer der Sinn und der Selbstwert. Tabelle 5 zeigt die diesbezüglichen Korrelationen. Ausgrenzung und Selbstwert weisen mit -.69 eine besonders hohe negative Korrelation auf.

Tabelle 5: Korrelation Ausgrenzung, Sinn und 4 Mediatoren

Variablen	1	2	3	4	5
Soziale Ausgrenzung	-				
Sinnhaftigkeit	-.44**	-			
Zweck	-.34**	.44**	-		
Wirksamkeit	-.41**	.62**	.52**	-	
Werte	-.35**	.56**	.39**	.63**	-
Selbstwert	-.69**	.59*	.35**	.54**	.50**

** p < 0.01; N = 212.

Quelle: Stillman et al. (2009, S. 692)

Viktor Frankl, ein bekannter Psychiater und Begründer der Existenzanalyse und Logotherapie, sowie Überlebender eines Konzentrationslagers, beschreibt ebenfalls den Sinn des Lebens. Nicht nur durch schöpferisches Handeln, also durch Tätigkeit im Leben erhält dieses Sinn, sondern auch durch Genuss des Lebens bei Betrachtung und Ausübung der Kunst, Schönheit und Erlebnisse. Selbst in einer Situation wie in einem Konzentrationslager, wo es kaum mehr möglich ist durch Schöpfung und Genuss die eigenen Werte zu verwirklichen, hat das Leben Sinn. Das Leiden gehört aus seiner Sicht zum Leben dazu, der Tod und die Not machen das menschliche Dasein erst ganz. Und deshalb muss

auch das Leiden einen Sinn haben, wenn das Leben an sich überhaupt einen Sinn hat (Frankl, 2012, S. 103 f.).

Positive Auswirkungen, wenn das Leben oder eine Tätigkeit als sinnvoll wahrgenommen wird bzw. mit Sinn versehen wird, sind Harmonie, erhöhte Lebenszufriedenheit, Ordnung und positivere Gefühle. Herausforderungen des Alltags werden als weniger negativ bewertet. Im Gegenzug sind Folgen von Sinnverlust Entmutigung, Passivität, Hoffnungslosigkeit, Resignation, gesteigerte Aggressionen, erhöhtes Stressempfinden, depressive Stimmung und Verringerung der Arbeitsbereitschaft. Nach Tausch (2006, S. 121 ff.) führen Unverständnis innerer und äußerer Vorgänge, ungünstige und belastende zwischenmenschliche Beziehungen, unerreichbare Ziele, Enttäuschungen, Verluste und Mangel Erfahrungen führen zu Sinnverlust.

Adler (1990, S. 13ff) sieht ebenfalls die Sinngestaltung als sehr individuell an und behauptet, dass Sinn immer mit Fehlern behaftet ist, da Sinn durch Urteile und Beurteilungen besteht, die wiederum aufgrund subjektiver Erfahrungen gefällt werden. So wird angenommen, dass es so viele Vorstellungen von Lebenssinn wie Menschen gibt. Es gibt also Vorstellungen mit besseren und schlechteren Antworten. Adler unterstellt nun, dass es einen wissenschaftlich begründeten richtigen Sinn des Lebens gibt. Und zwar in der Weise, dass die Gemeinsamkeiten „besserer“ Sinnvorstellungen in Bezug auf die Menschheit gefunden werden. Richtig deshalb weil sie nur richtig für die Menschheit, ihre Zwecke und Ziele des menschlichen Wesens ist. Als drei Hauptpflichten nennt Adler (1) leben auf der Rinde dieses Planeten, (2) leben in einer Gesellschaft und (3) leben in zwei Geschlechtern, als die drei Hauptpflichten und Rahmenbedingungen für Sinnggebung im Leben. Wird auf das menschliche Erbe zurückgeblickt, so hat die jüngere Generation die schöpferische Vorleistung der älteren Generation übernommen. Deshalb fördert die Individualpsychologie die Teilnahme am Mitmenschen (Adler, 1990, S. 13ff).

Das Ziel gibt den Weg der Suche vor. Wird das Ziel jedoch nicht genau definiert, so sind die Wege schier endlos und führen selten an das Ziel. Ein zweiter

wichtiger Aspekt ist, dass nicht nur das Ziel zu hinterfragen ist sondern die Suche selbst (Watzlawick, 2010, S. 251 ff.).

Auch Bürkle nennt Ziele als Richtungsgeber für Handlungen des Menschen und erachtet diese als mit dem Sinn des Lebens verbunden. Ein festgelegtes Ziel, welches einen Soll-Zustand repräsentiert, schafft einen Spannungsbogen zum Jetzt, welches als Ist-Zustand gilt. Wenn bspw. unternehmerische Ziele lediglich an quantitativen Erfolgsgrößen festgemacht werden, so orientiert sich das Handeln nur an Deckungsbeiträgen, Gewinnen und Umsätzen (Bürkle, 2013, S. 115).

Die Erwartungshaltung an das Leben ist nach Frankl die falsche Haltung, um Sinn im Leben zu erlangen. Viel eher hält er die Frage angebracht was denn das Leben vom Menschen erwartet. Nicht der Mensch gilt als Fragesteller sondern das Leben. Der Mensch soll weniger durch Denken oder Reden, sondern vielmehr durch sein Verhalten und seine gesetzten Handlungen Antworten auf die gestellten Fragen geben. Da jede Anforderung des Lebens eine individuelle Frage darstellt, kann durch die jeweilige Verantwortungsübernahme und Handlung nur nach einer richtigen Antwort gestrebt werden. Deshalb gilt auch für das Leid durch Schicksal, dies zu ertragen und eine persönliche Antwort darauf zu finden. Dieses Leid führt dazu, auch große Leistungen erbringen zu können (Frankl, 2012, S. 117 f.).

Studien zu Lebenssinn, Zielfindung und Depressionen zeigen signifikante Zusammenhänge. Hedayati und Khazaei zeigen, dass Depressionen negativ mit Lebenssinn und Lebensplanung korrelieren. Das lässt darauf schließen, dass je höher bzw. ausgeprägter der Lebenssinn vorhanden ist, umso geringer die Wahrscheinlichkeit für Depressionen ist. Je höher der Lebenssinn, umso ausgeprägter scheint auch die Lebensplanung. Die jeweiligen Korrelationen sind der Tabelle 6 zu entnehmen und wurden durch Becks (BDI) Depressionsinventar erhoben.

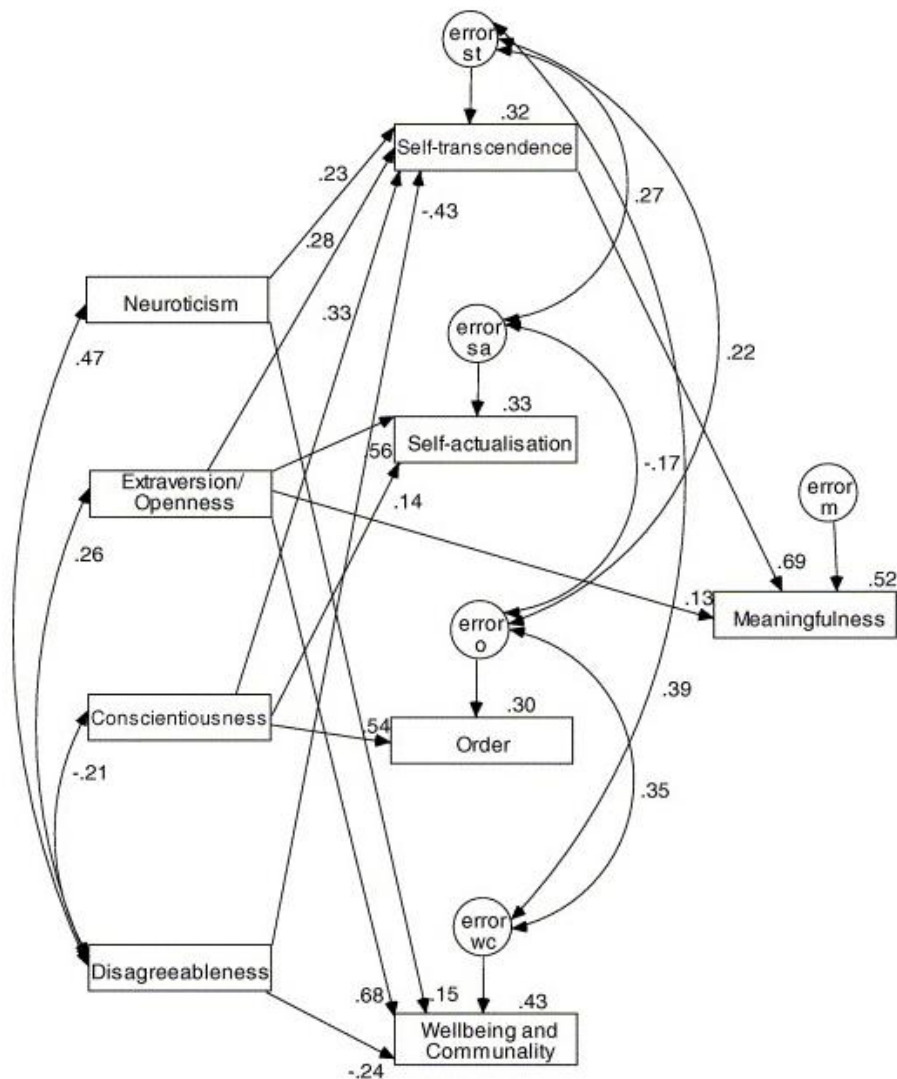
Tabelle 6: Korrelation Lebenssinn, Depression und Hoffnung

	1	2	3	4	5	6	7
1. Beck (BDI)	1						
2. Lebenssinn	-.497**	1					
3. Sinnsuche Subskala	-.286**	.773**	1				
4. Sinnpräsenz Subskala	-.511**	.834**	.313**	1			
5. Wirkung (zielgerichtete Energie)	-.623**	.688**	.313**	.755**	1		
6. Weg (Planung Ziel- erreichung)	-.523**	.536**	.233**	.591**	.677**	1	
7. Erwachsenen- Hoffnungs-Skala	-.484**	.620**	.340**	.630**	.824**	.868**	1

Quelle: Hedayati und Khazaei (2014, S. 600)

Ein weiterer interessanter Aspekt im Zusammenhang mit Sinn im Leben scheint die Persönlichkeit. Schnell und Becker (2006, S. 124) untersuchten, wie Sinnhaftigkeit aufgrund von Persönlichkeitsmerkmalen vorhergesagt werden kann. Das Modell (Abbildung 13) zeigt signifikante Koeffizienten in standardisierter Form. Es ist zu sehen, dass Neurotizismus, Extraversion, Offenheit und Gewissenhaftigkeit einen positiven und Unverträglichkeit einen negativen Zusammenhang mit Selbsttranszendenz, dies meint die Hingabe an andere Menschen oder Aufgaben, aufweist und diese wiederum einen starken Zusammenhang zu Sinnhaftigkeit aufweist. Eine weitere interessante Beobachtung ist jene in Bezug auf Wohlbefinden und Gemeinschaftlichkeit. Dem Modell ist zu entnehmen, dass die Extraversion und Offenheit einen starken positiven Prädiktor und Unverträglichkeit als mittlerer negativer Prädiktor darstellt (Schnell & Becker 2006, S. 124).

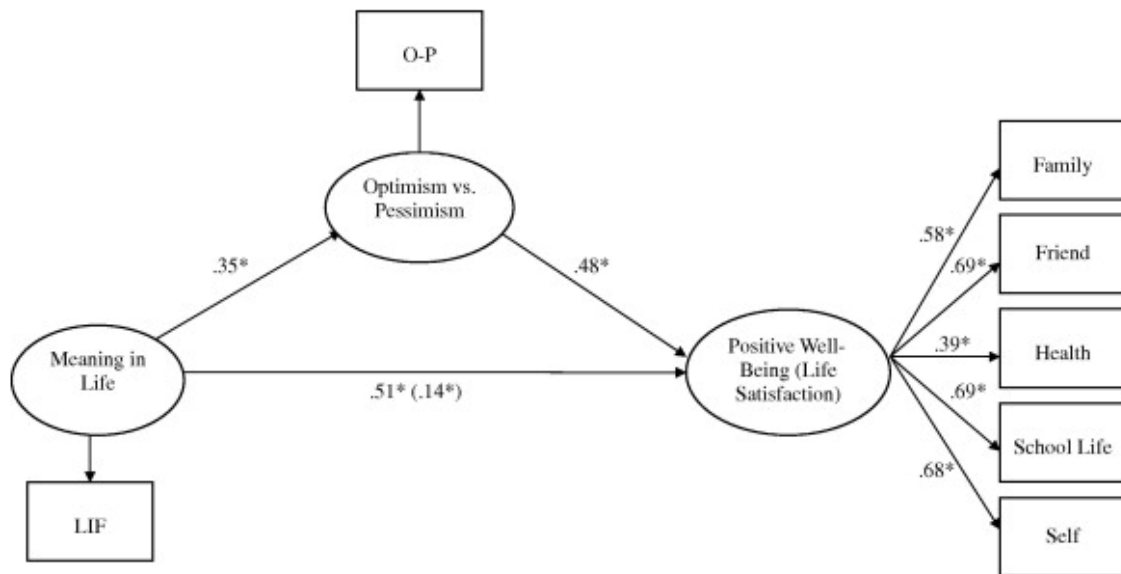
Abbildung 13: Vorhersage von Sinn durch Persönlichkeit



Quelle: Schnell und Becker (2006, S. 124)

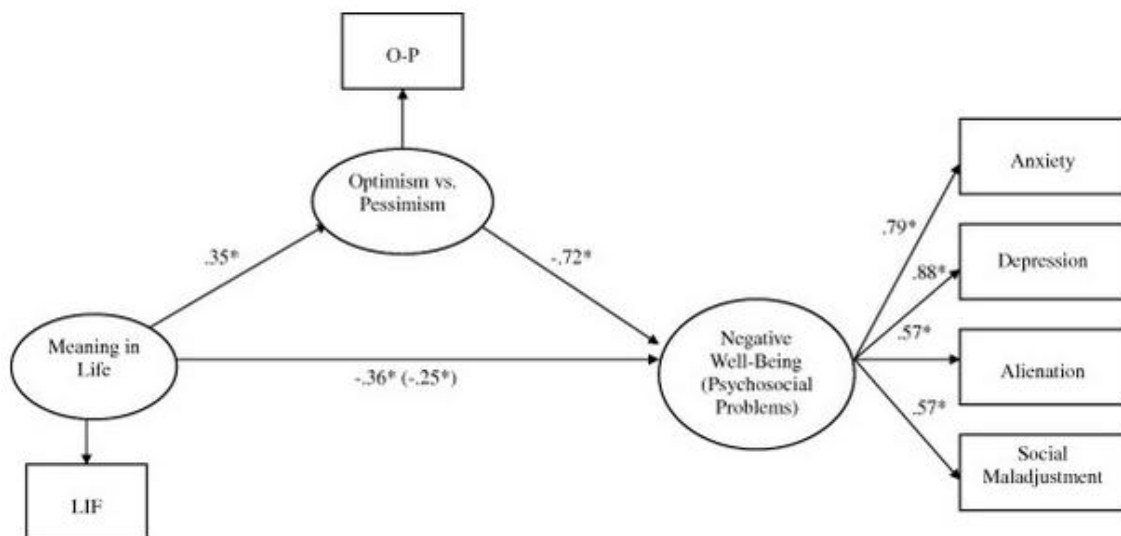
In einem Strukturgleichungsmodell (Abbildung 14 und Abbildung 15), finden Ho, Cheung und Cheung (2010, S. 660 ff.) heraus, wie stark Pessimismus versus Optimismus als Mediator für positives Wohlbefinden (Lebenszufriedenheit) und negatives Befinden (psychosoziale Probleme) dient. Interessant erscheint hier der schwächere Zusammenhang von positivem Wohlbefinden und Gesundheit im Vergleich zu Familie, Freunde und Selbst. Ebenfalls erwähnenswert erscheint der Zusammenhang zwischen negativem Befinden und Angst, sowie negativem Befinden und Depressionen.

Abbildung 14: Mediationsmodell Optimismus vs Pessimismus zwischen Korrelation Lebenssinn und positivem Wohlbefinden



Quelle: Ho et al. (2010, S. 661)

Abbildung 15: Mediationsmodell Optimismus vs Pessimismus zwischen Korrelation Lebenssinn und negativem Wohlbefinden

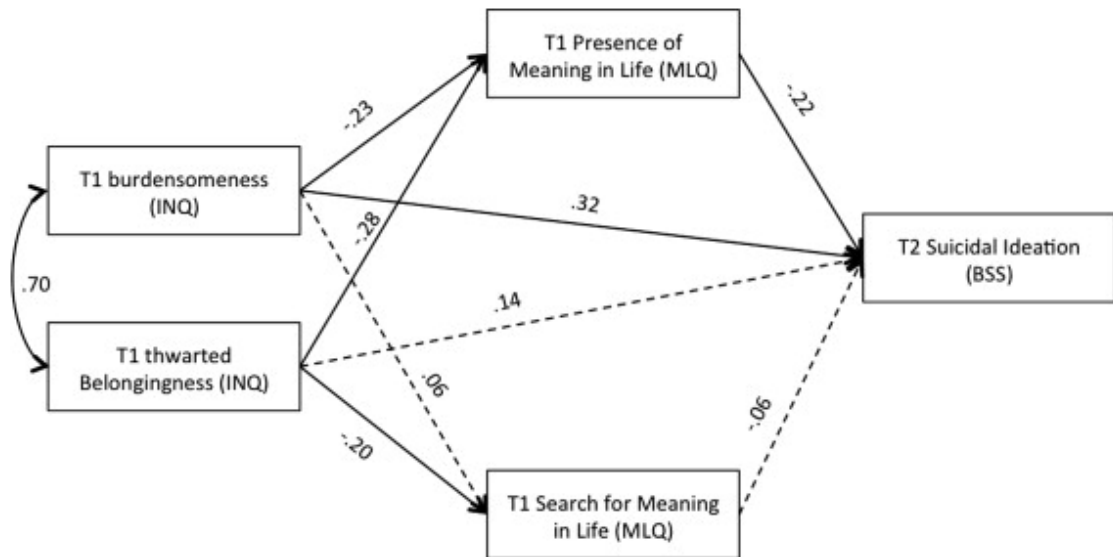


Quelle: Ho et al. (2010, S. 661)

Eine Studie mit weiblichen Studierenden hat erstmals gezeigt, dass sich Lebenssinn als Resilienzfaktor für Suizid bzw. suizidale Gedanken erweist. Kleiman und Beaver (2013, S. 938 f.) halten jedoch auch gleich fest, dass weitere klinische Studien mit einem höheren männlichen Anteil notwendig sind um die bestätigten Hypothesen und deren Modell zu bestätigen. Abbildung 16 zeigt

den positiven Einfluss des Lebenssinns auf suizidale Gedanken aufgrund des negativen Zusammenhangs. Die durchgehenden Pfade sind signifikant, die gestrichelten Pfade jedoch nicht. Dies soll verdeutlichen, wie wichtig Lebenssinn sowohl für psychische als auch physische Gesundheit ist.

Abbildung 16: Lebenssinn als Mediator



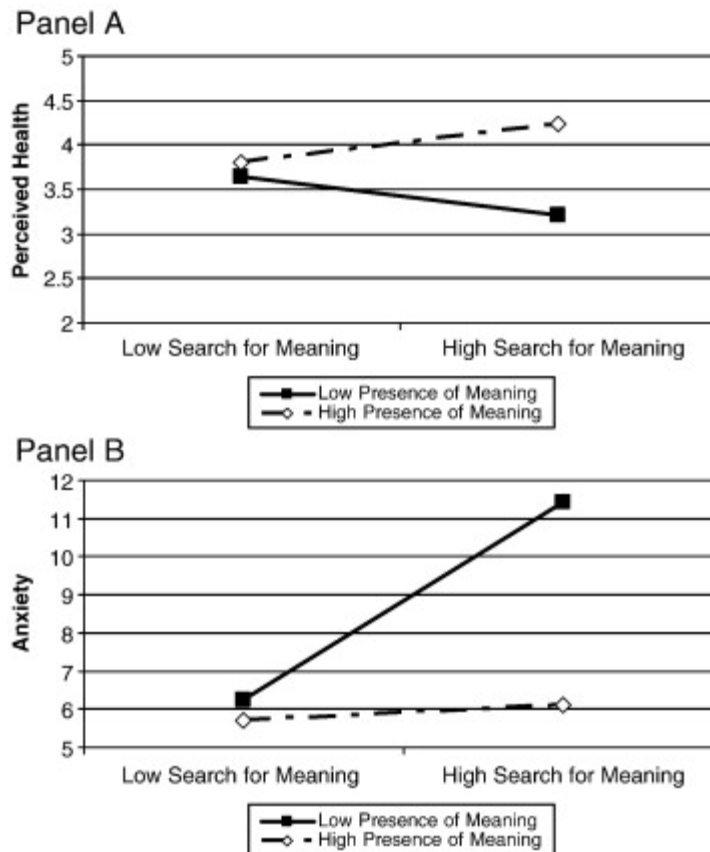
Quelle: Kleiman und Beaver (2013, S. 938)

Anmerkung: INQ=Interpersonal Needs Questionnaire, MLQ=Meaning in Life Questionnaire, BSS=Beck Suicide Scale. All solid paths significant at $p < .001$, all dotted paths are non significant (i.e., $p > .05$).

Weitere Studien im Zusammenhang mit Lebenssinn liefern Steger, Mann, Michels und Cooper (2009, S. 356) mit Patienten in einem Raucherentwöhnungsprogramm. So zeigte sich, dass Personen die einen hohen Lebenssinn und auch weiter danach suchen die höchsten Gesundheitswerte verzeichneten. Wohingegen Personen mit geringem vorhandenen Lebenssinn und hoher Suche die geringsten Gesundheitswerte aufweisen. Interessant ist die Beobachtung, dass bei geringer Suche nach Sinn es fast unerheblich scheint wie hoch der Sinn vorhanden ist in Bezug auf Gesundheit. Einen sehr großen Unterschied gibt es bei Ängstlichkeit. Ist der Sinn des Lebens nicht präsent und die Suche hoch, dann ist auch die Ängstlichkeit wesentlich höher als bei nicht vorhandenem Sinn und geringer Suche. Die geringsten Ängstlichkeitswerte weisen Personen auf, deren Lebenssinn vorhanden ist und auch eine niedrige Sinnsu-

che erfolgt. Die grafische Darstellung findet sich bei Abbildung 17 (Steger et al., 2009, S. 356).

Abbildung 17: Zusammenhänge Angst, Gesundheit und Lebenssinn



Quelle: Steger et al. (2009, S. 356)

Thege et al. untersuchten bei 12,643 Personen ob es einen Zusammenhang zwischen Raucherstatus (RaucherIn, NichtraucherIn oder ExraucherIn) und Lebenssinn gibt. Die Ergebnisse der logistischen Regressionsanalyse zeigten wie erwartet, dass ein starker Lebenssinn eine kleinere Wahrscheinlichkeit aufweist RaucherIn zu sein. Die vermutete Moderatorvariable Geschlecht wies keinen signifikanten Zusammenhang auf (Thege et al. 2009, S. 119). Auf weiter gesundheitliche Zusammenhänge soll jedoch auf das nächste Kapitel verwiesen werden.

2.7 Selbstwert und psychische Gesundheit

An dieser Stelle sollen nun, wie in der Begriffseinführung erwähnt, die Ursachen für Depressionen erläutert werden, um den Zusammenhang, für das in dieser Arbeit erstellte und untersuchte Modell, verständlich zu machen. Auch soll auf die Auswirkungen bzw. Wechselwirkungen des Selbstwerts eingegangen werden und auf mögliche Aspekte der psychischen Gesundheit im Zusammenhang mit den in der Arbeit vorkommenden Faktoren.

Biologische Ursachen können Gene, Hirnstoffwechsel, Hormone und der circadiane Rhythmus sein. Psychologische Ursachen sind negatives und pessimistisches Denken, Kontroll- und Verstärkerverlust, starre bzw. überhöhte Normen und Ansprüche, Entwurzelung und Bindungsunsicherheit. Soziale Effekte können Traumatisierungen, Verluste, verarmte oder belastende Umwelten, Beziehungskonflikte, familiäre Probleme, soziale Benachteiligungen und städtische bzw. technische Lebensumwelt (Häcker & Stapf, 2009, S. 203). Ansprüche, Bindungssicherheit und Beziehungskonflikte sollen nun in dieser Arbeit mitberücksichtigt werden, da sie auch im in Kürze vorgestellten Zufriedenheitsmodell Anwendung finden. Starre bzw. überhöhte Ansprüche verhindern wie bereits in vorigen Kapiteln erwähnt Glück und Zufriedenheit. Bindungsunsicherheiten und Beziehungskonflikt, sowie belastende Umwelten im Sinne des Arbeitsumfeldes sollen als wesentliche Faktoren aufgezeigt werden. Die empirische Untersuchung soll zeigen, ob es einen Zusammenhang zwischen Wohlstandsstreben und den genannten Faktoren gibt, was wiederum eine Ableitung auf die Gefahr einer Depression vermuten lässt, wenn das Streben nach Wohlstand nicht die gewünschten Effekte in Bezug auf Glück und Zufriedenheit herbeiführt, sondern in den Bereichen Beziehungs- und Arbeitszufriedenheit negative Effekte hervorruft.

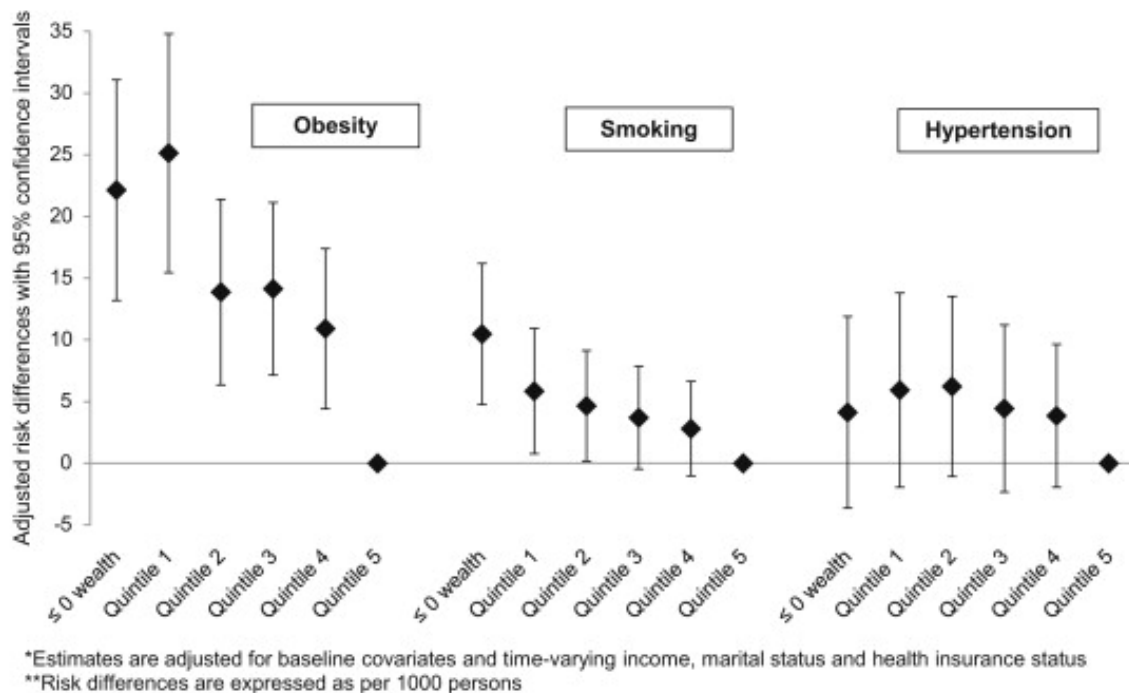
Furnham argumentiert mit dem Hinweis auf Studien, die darauf schließen lassen, dass neben einer genetischen Prädisposition für Glücksempfinden, glückliche Menschen ein besseres Immunsystem haben und somit länger und gesünder leben, dass glückliche Menschen beruflich erfolgreicher sind und bessere persönliche Beziehungen pflegen. Außerdem wirken sie attraktiver auf andere,

können mit Rückschlägen besser umgehen, neigen zu mehr Kreativität und treffen bessere Entscheidungen. Wohingegen unglückliche Menschen ihre Achtsamkeit auf drohende Gefahren und Misserfolge richten (Furnham, 2010, S. 53 f.).

Über den Zusammenhang von Ungleichverteilung des Einkommens und Zufriedenheit wurde bereits in einem vorigen Kapitel berichtet. Es gibt jedoch auch Zusammenhänge zwischen Ungleichverteilung und Gesundheit. Hierfür wurde ein Index gebildet, welcher aus z-Werten von Rohpunkten zu Lebenserwartung, psychischen Erkrankungen, Haftstrafen, Kindersterblichkeitsrate, Adipositas, Teenagergeburtenrate, Morde, Misstrauen und sozialem Abstieg besteht. Dieser wurde mit der Einkommensungleichverteilung korreliert und gezeigt, dass in entwickelten Ländern bei höherer Ungleichverteilung die sozialen Probleme größer und der Gesundheitszustand schlechter sind (Pickett & Wilkinson, 2015, S. 317).

Zu einem ähnlichen Ergebnis kommen Hajat et al. (2010, S. 1937 ff.). Ältere Personen, mit höherem Einkommen und höherem Bildungsniveau haben einen höheren Wohlstand als jüngere, mit geringerer Ausbildung und niedrigerem Einkommen. Werden diese Wohlstandsdaten in Zusammenhang gebracht mit Risikofaktoren für Herzerkrankungen zeigt sich, dass mit zunehmendem Wohlstand die Gesundheitsgefährdung sinkt. Abbildung 18 veranschaulicht anhand von Quintilen welche Gruppe am ungesündesten lebt. Erwähnenswert ist, dass der Median USD 35,200.- der Mittelwert jedoch bei ca. USD 185,000.- lag. Die unteren 25% hatten einen Wohlstandswert unter USD 3,700.- und 11,5% hatten negativen Wohlstand. Die oberen 25% hatten einen Wert über USD 138,700.-. Die Studie zeigt also einen starken Zusammenhang zwischen Wohlstand und Übergewicht, einen mittleren Zusammenhang zwischen Wohlstand und Rauchabsicht, sowie einen schwachen Zusammenhang zwischen Wohlstand und Bluthochdruck (Hajat et al., 2010, S. 1937 ff.).

Abbildung 18: Risikofaktoren Herzerkrankung



Quelle: Hajat et al. (2010, S. 1939)

Suizid (Selbstmord) stellt interessanterweise eine Ausnahme dar, da es sich hier umgekehrt verhält. Je höher die Gleichverteilung, umso höher die Selbstmordraten, obwohl Depressionen ausgeprägter sind in ungleichverteilten Gesellschaften. Eine Erklärung wäre die Blamage bei gleichverteilten Gesellschaften, da die Schuld eher bei einem Selbst gesehen wird als bei anderen (Pickett & Wilkinson, 2015, S. 323).

Meer, Miller und Rosen (2003, S. 717) untersuchten die Auswirkungen auf Gesundheit durch Veränderungen des Vermögens (Wohlstand) in einem kurzfristigen Raum von 5 Jahren. Der Vermögenszuwachs ist bei Personen höher, die vom Untersuchungsbeginn (t -5) gesund waren, als bei Personen die krank waren. Dies ist bei der Vermögensabweichung (delta W) in der ersten Spalte der Tabelle 7 ersichtlich. Höhere Vermögenszuwächse sind auch bei jenen zu verzeichnen, die während des Erhebungszeitraums gesund wurden im Gegensatz zu jenen, die krank geblieben sind (Meer et al., 2003, S. 717).

Tabelle 7: Gesundheits- und Vermögensveränderung

	Gesamte Stichprobe	Krank in Jahr t	Gesund in Jahr t
Krank in Jahr t-5	0.008847	0.007255	0.01187
Mittel von ΔW	0.295111	0.341911	0.17411
Standardabweichung	1274	841	433
Stichprobengröße			
Gesund in Jahr t-5			
Mittel von ΔW	0.04923	0.001815	0.05471
Standardabweichung	0.33931	0.172511	0.35311
Stichprobengröße	5330	643	4687

ΔW = Wohlstandsunterschied

Quelle: Meer, Miller und Rosen (2003, S. 719)

Semyonov et al. zeigen den Zusammenhang zwischen Wohlstand auf Landesebene, Einkommen und physischer Gesundheit auf (Tabelle 8). Fast alle Korrelationen (Pearson) sind signifikant, jedoch unterschiedlich stark ausgeprägt. Die stärksten Zusammenhänge gibt es zwischen Einkommen und Wohlstand. Wichtig erscheint jedoch der positive Zusammenhang von Wohlstand und physischer Gesundheit (Semyonov et al., 2013, S. 12 f.).

Maskileyson (2014, S. 20) stellt ebenfalls Korrelationen zwischen Wohlstand, Einkommen und Gesundheit fest, bei der Untersuchung von 6 Ländern (Schweden, Deutschland, Israel, Tschechische Republik, Vereinigtes Königreich und Vereinigte Staaten). Diese Länder wurden beispielhaft gewählt aufgrund ihrer unterschiedlichen Gesundheitssysteme. Schweden wird hierbei als die ideale Annäherung eines dezentralisierten staatlichen basierenden Gesundheitssystems betrachtet, das Vereinigte Königreich (UK) als nahe idealtypisches zentralisiertes staatlich basiertes Gesundheitssystem, das israelische als staatlich basiertes gemischtes System, Deutschland und die Tschechische Republik als sozial basiertes gemischtes System und die Vereinigten Staaten (US) als privat basiertes gemischtes Gesundheitssystem. Abbildung 19 zeigt

eine Schätzung eingeborene Männer mittleren Alters in mit hoher Bildung und in einer Partnerschaft. Hierbei ist zu erkennen, dass ein durchschnittlicher US-Bürger bspw. in Schweden wesentlich höhere Gesundheit erkaufen könnte als in den USA (Maskileyson, 2014, S. 20 ff.). Weiter wurde gezeigt, dass staatliche Versorgungssysteme, wie bspw. in Schweden und dem Vereinigten Königreich (UK), eine höhere durchschnittliche physische Gesundheit bei älteren Personen aufweisen (Maskileyson, 2014, S. 24).

Tabelle 8: Landesspezifische Korrelation Gesundheit und Wohlstand

	Mittel physische Gesundheit (SD)	Korrelation Wohlstand und phys. Gesundheit	Korrelation Einkommen und phys. Gesundheit	Korrelation Einkommen und Wohlstand
Österreich	89.76 (10.53)	0.120**	0.037	0.340**
Deutschland	89.46 (10.77)	0.221**	0.189**	0.399**
Schweden	89.77 (10.74)	0.236**	0.323**	0.360**
Niederlande	91.38 (10.12)	0.250**	0.181**	0.373**
Spanien	85.19 (14.37)	0.121**	0.168**	0.270**
Italien	87.81 (12.66)	0.198**	0.138**	0.377**
Frankreich	88.64 (11.26)	0.214**	0.228**	0.420**
Dänemark	89.58 (11.02)	0.241**	0.301**	0.451**
Griechenland	89.01 (11.67)	0.237**	0.261**	0.421**
Schweiz	92.86 (8.42)	0.192**	0.176**	0.389**
Belgien	88.79 (11.31)	0.247**	0.205**	0.358**
Israel	86.17 (14.51)	0.200**	0.199**	0.588**
Tschechische Republik	87.74 (11.89)	0.230**	0.260**	0.330**
Polen	82.08 (15.39)	0.152**	0.168**	0.259**
Vereinigtes Königreich (UK)	90.69 (9.97)	0.276**	0.218**	0.468**
United States (US)	79.12 (14.86)	0.290**	0.366**	0.555**

SD = Standardabweichung; phys. = physische

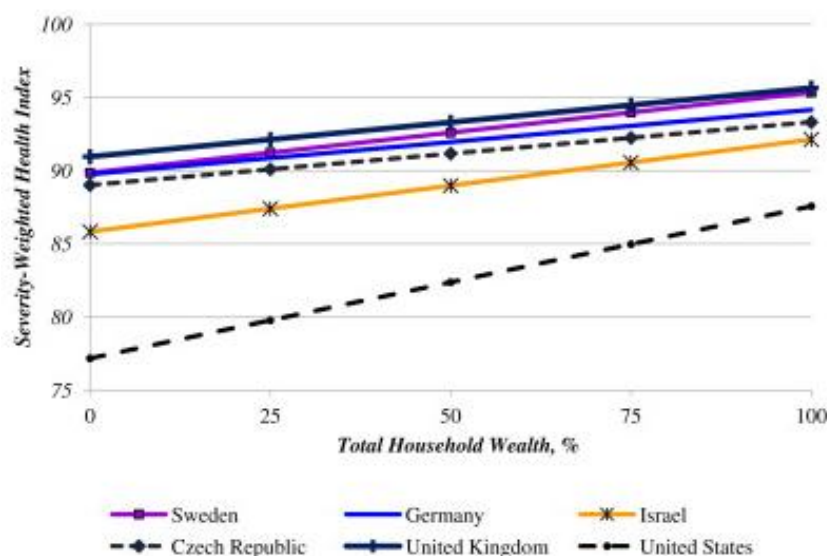
Quelle: Semyonov et al. (2013, S. 12)

Wie Wohlstand und Depression zusammenhängen zeigen Marshall et al. (2014, S. 200). Es wurde untersucht, ob Personen in wohlhabenderen Gegenden weniger Depressionen haben als in sozial schwächeren Gebieten und wie die Ver-

teilung in durchmischten Gebieten aussieht. Es hat sich gezeigt, dass in sozial schwächeren Gebieten Depressionen weiter verbreitet sind. Marshall et al. vermuten auch deshalb, weil die Bewohner wissen, dass sie in einer sozial schwachen Gegend wohnen. Die Ergebnisse in Bezug auf Depressionen und Wohlstand zeigten einen deutlichen Zusammenhang. In der Gruppe der wohlhabenderen Personen wurden weniger Depressionen gemessen (Marshall et al., 2014, S. 200).

Das sich Einkommensbenachteiligung negativ auf die Gesundheit auswirkt, zeigen auch Cuesta und Budriga (2015, S. 23) in ihrer Studie. Die negativen Auswirkungen werden teilweise durch den nachteiligen sozialen Vergleich erklärt. Pickett und Wilkinson (2015, S. 324) empfehlen die Reduktion materieller Differenzen, um Klassenbildung zu vermeiden und den starken Einfluss von Status und Klassen auf Individuen und Gesellschaften zu reduzieren.

Abbildung 19: Regressionslinien gewichteter Gesundheitsindex durch Wohlstand



Quelle: Maskileyson (2014, S. 23)

2.8 Forschungsfrage und Hypothesen

Forschungsfrage: „Welchen Stellenwert hat der Lebensweg im Vergleich zu Zielen im Bereich Wohlstand und wie wirkt sich dieser auf Glück und Zufriedenheit aus?“

H1: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso geringer die Arbeitszufriedenheit.

H2: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso höher die Unzufriedenheit in zwischenmenschlichen Beziehungen.

H3: Je höher das Wohlstandsstreben (als Ziel), umso geringer die Bedeutung des Weges selbst zum Ziel.

H4: Personen die dem Weg zum Ziel mehr Gewichtung zusprechen achten auch auf Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit.

H5: Je höher das Wohlstandsstreben, umso geringer der Selbstwert und die Lebenszufriedenheit.

H6: Je mehr Sinn im Leben vorhanden ist, umso geringer ist das Streben nach Wohlstand.

H7: Je höher die Arbeitszufriedenheit und die Zufriedenheit in Beziehungen, umso höher die Lebenszufriedenheit.

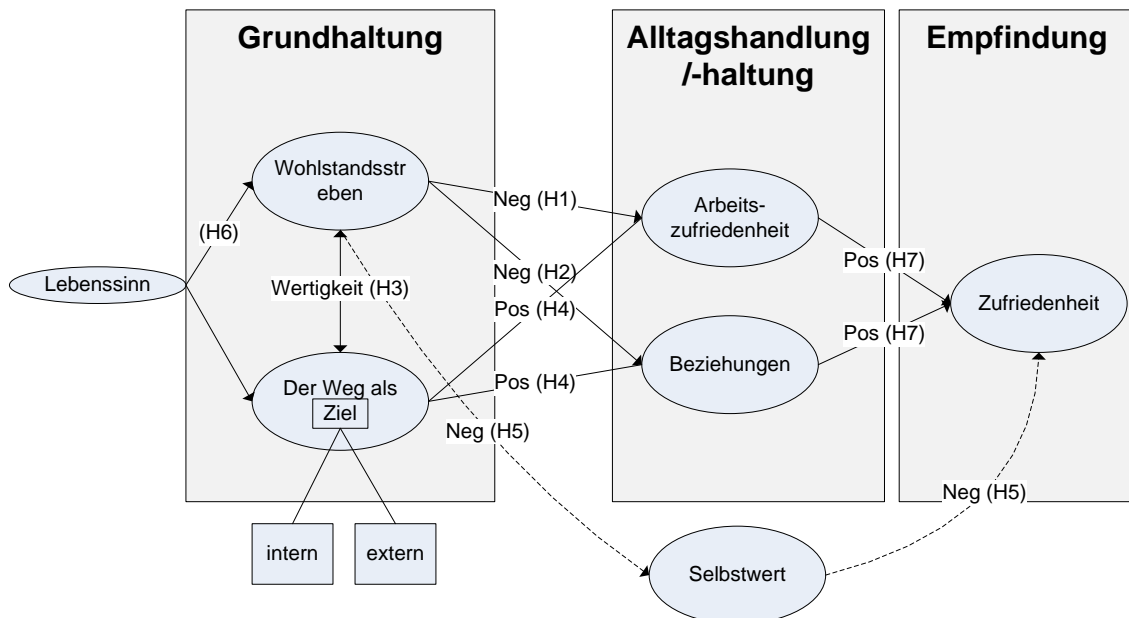
2.9 Das Zufriedenheitsmodell

Ausgehend von den vorangegangenen Kapiteln soll das für diese Arbeit entwickelte Modell (siehe Abbildung 20) vorgestellt und im Anschluss empirisch überprüft werden. Die Beschreibung der Hypothesen sind im ebenfalls im empirischen Teil zu finden.

In der sozioanalytischen Persönlichkeitstheorie werden drei fundamentale Motive unterstellt, nach denen der Mensch strebt. Sie finden sich im Modell aus Abbildung 20 wieder. Es handelt sich dabei um:

1. Motiv der Zuwendung und Beachtung (Beziehungen)
 2. Motiv nach Einfluss und Status in der Gruppe (Beziehungen privat und beruflich, Wohlstandsstreben)
 3. Motiv der Sinnsuche (Lebenssinn)
- (Nerdinger, 2014, S. 430).

Abbildung 20: Zufriedenheitsmodell



Bei Betrachtung des Faktors Lebenszufriedenheit (ganz rechts) werden als zwei wesentliche Einflussgrößen die Faktoren Beziehungszufriedenheit und Arbeitszufriedenheit dargestellt. Unter Beziehungszufriedenheit ist sowohl die Zufriedenheit einer aktuell geführten Partnerschaft, als auch jene in Beziehungen zu

Freunden, Familie, Bekannten und Kollegen gemeint. Die Arbeitszufriedenheit meint nicht nur den Wohlfühlfaktor des aktuellen Jobs, sondern auch ob der Arbeitsplatz (Unternehmen) an sich der richtige ist. Auch die Akzeptanz schlechter Arbeitsbedingungen spielt hierbei eine wichtige Rolle. Ich postuliere, dass das Streben nach Wohlstand zu einer erhöhten Akzeptanz schlechter Arbeitsbedingungen führt und sich diese negativ auf Arbeitszufriedenheit auswirkt. Beide genannten Faktoren werden nach diesem Modell durch Wohlstandsstreben negativ und Weg als Ziel positiv beeinflusst. Warum dies so ist, soll in der Hypothesenbeschreibung geklärt werden. Zunächst erscheint jedoch wichtig zu klären, was unter den beiden Faktoren zu verstehen ist. Wohlstandsstreben meint eine Lebenshaltung, die den Zuwachs an Kapital und/oder Wohlstand zum Zentrum hat, der bei jeglicher Zielfindung und Zielsetzung im Fokus steht. Der Faktor Weg als Ziel meint, dem Weg mehr Bedeutung beizumessen als einem Ziel selbst, wie auch immer dieses Ziel geartet sein mag. Die Lebensführung an sich wird als wichtig erachtet und daher steht im Fokus Qualität. Diese beiden Faktoren schließen einander aus, da unterstellt wird, dass Wohlstandsstreben zu Lasten der Lebensqualität geht. Die Unterscheidung der Ziele in intern und extern soll verdeutlichen, dass Ziele aus eigenen Bedürfnissen heraus gefunden werden können, also intern, sowie durch den Vergleich mit anderen Personen (extern). Als Beispiel sei hier ein Reiseziel angeführt. Wird eine Reiseziel und die Art des Urlaubes so gewählt, dass innere Bedürfnisse befriedigt werden, so handelt es sich um ein intern gesetztes Ziel. Wird das Reiseziel jedoch gewählt, weil jemand aus dem Umfeld dort war und den Urlaub als schön empfunden hat, so ist die Zielsetzung extern gegeben. Ich unterstelle auch, dass Personen dadurch versuchen das Glück oder die Zufriedenheit anderer zu erreichen und dabei übersehen, dass es eigentlich viel wichtiger wäre, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. So kommt es, dass Selbstwert eine wechselwirkende Rolle spielt, wenn es um die Erreichung von langfristiger Lebenszufriedenheit geht. Unter dem Faktor Sinn des Lebens soll untersucht werden, welche Beschreibungen von Sinn zu welchen der beiden angeführten Haltungen führen. Ob der Bogen vom Sinn des Lebens bis hin zur Lebenszufriedenheit gespannt werden kann soll die nachfolgende empirische Untersuchung zeigen.

3 Empirie

In diesem Teil der Arbeit soll das eben vorgestellte Modell wissenschaftlich untersucht werden, um Zusammenhänge der angeführten Faktoren zu erkennen und zu erklären².

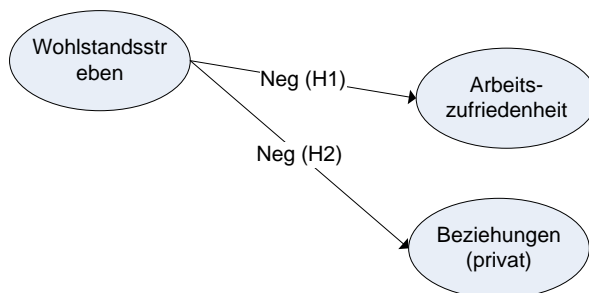
Zur Übersicht seien hier nochmals die Forschungsfrage und die dazugehörigen Hypothesen angeführt. Die unter den Hypothesen angeführten Abbildungen sollen die Hypothesen nochmals vereinfacht grafisch veranschaulichen.

Forschungsfrage: „Welchen Stellenwert hat der Lebensweg im Vergleich zu Zielen im Bereich Wohlstand und wie wirkt sich dieser auf Glück und Zufriedenheit aus?“

H1: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso geringer die Arbeitszufriedenheit.

H2: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso höher die Unzufriedenheit in zwischenmenschlichen Beziehungen.

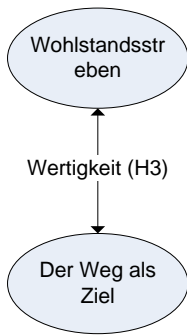
Abbildung 21: H1 und H2



H3: Je höher das Wohlstandsstreben (als Ziel), umso geringer die Bedeutung des Weges selbst zum Ziel.

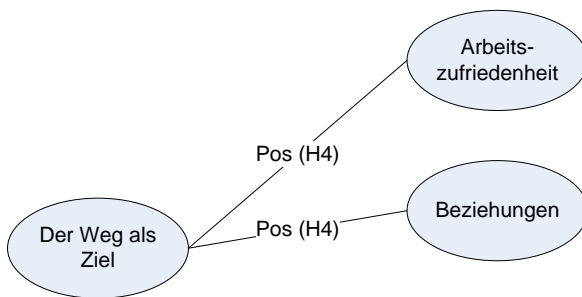
² Die Rohdaten werden auf Anfrage gerne zur Verfügung gestellt.

Abbildung 22: H3



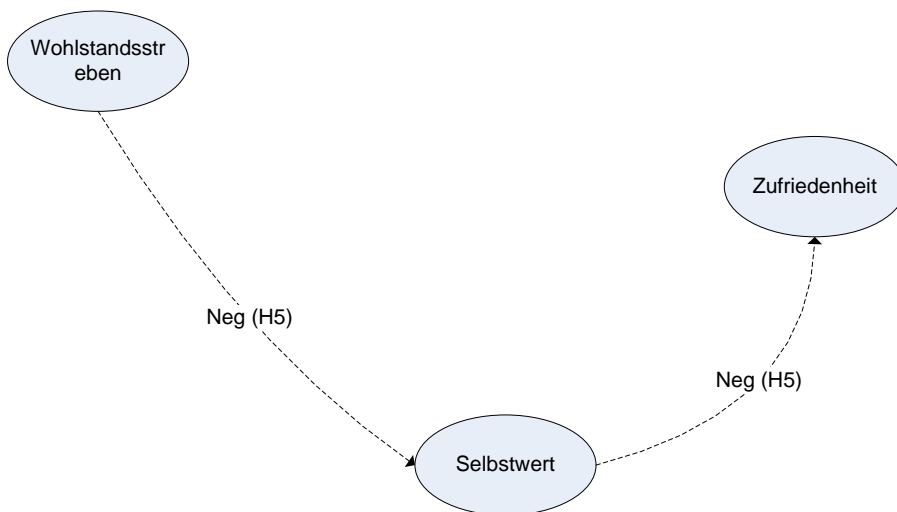
H4: Personen die dem Weg zum Ziel mehr Gewichtung zusprechen achten auch auf Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit.

Abbildung 23: H4



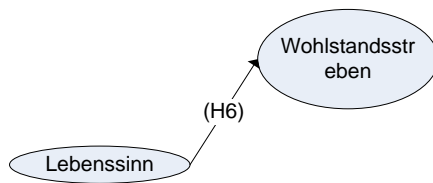
H5: Je höher das Wohlstandsstreben, umso geringer der Selbstwert und die Lebenszufriedenheit.

Abbildung 24: H5



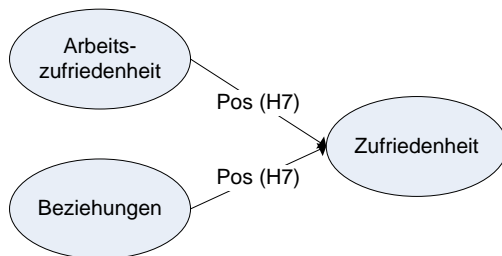
H6: Je mehr Sinn im Leben vorhanden ist, umso geringer ist das Streben nach Wohlstand.

Abbildung 25: H6



H7: Je höher die Arbeitszufriedenheit und die Zufriedenheit in Beziehungen, umso höher die Lebenszufriedenheit.

Abbildung 26: H7



3.1 Methode

Mittels eines eigens zusammengestellten Fragebogens aus sowohl selbst erstellten Items, als auch Kurztests zu den jeweiligen Themenbereichen, sollen die entsprechenden Konstrukte aus Abbildung 20 gemessen und auf Korrelationen geprüft werden. Für die Erhebung wird größtenteils auf bereits bestehende Tests in der Kurzversion zurückgegriffen. Der Fragebogen befindet sich im Anhang dieser Arbeit.

Allgemeiner Teil des Fragebogens (Beginn):

Big Five Inventory (BFI-10) - Persönlichkeitsstruktur

Fragebogenteile zu den Hypothesen:

H1: Allgemeine Arbeitszufriedenheit (Fischer/Lück)

H2: KUSIV3 und soziale Stressoren am Arbeitsplatz Frese, M., Greif, S., & Zapf, D. (Kurzform)

- H3: Weg versus Ziel (eigene Items)
- H4: SWLS – Lebenszufriedenheit
- H5: Selbstwerttest – PAL Verlag und ASKU
- H6: SMiLE – Lebenssinn Privatinstitut für Psychotherapie
- H7: keine eigene Erhebung im Fragebogen

Am Ende des Fragebogens werden soziodemographische Daten ermittelt.

3.1.1 Definition der Stichprobe und Rekrutierung der Probanden

Es handelt sich hierbei um einen Onlinefragebogen, welcher mittels sozialer Medien und Mailverteiler ausgeschickt wird. Für die Erhebung wird ein Zeitraum von 2 Monaten anberaumt.

Die Zielgruppe sind Personen im deutschsprachigen Raum, welche die Volljährigkeit erreicht haben und Zugang zum Onlinefragebogen haben. Die Rekrutierung der Teilnehmer erfolgt über soziale Medien, sowie Verteilung des Links zur Studie mittels E-Mail.

3.1.2 Geplante Auswertungsmethode und Instrumente

Bei intervallskalierten und ordinalskalierten Items findet im Anschluss an die Datenerhebung eine Auswertung mittels Korrelation bzw. einfacher Regression statt. Bei mehr als 2 Variablen findet die multiple Regression Anwendung.

3.2 Ergebnisse

Im Folgenden werden die empirischen Ergebnisse präsentiert und in Zusammenhang mit den zuvor aufgestellten Hypothesen gebracht, um diese und die Forschungsfrage zu beantworten.

Die deskriptive Untersuchung hat eine Größe von $N = 332$, nach manueller Bereinigung von ursprünglich 479, TeilnehmerInnen ergeben, welche sich zu 76.7% aus weiblichen und 23.3% aus männlichen TeilnehmerInnen zusammensetzt. Die Bereinigung erfolgte aufgrund eines vorzeitigen Abbruchs des Fragebogens und fehlenden Werten über 10%. Die Altersstruktur in Tabelle 9 zeigt, dass 71.4% zum Zeitpunkt der Erhebung zwischen 20 und 39 Jahren alt waren.

Tabelle 9: Altersstruktur

Alter	Häufigkeit	Prozent
20-24	110	33.1
25-39	51	15.4
30-34	45	13.6
35-39	31	9.3

44.3% der Befragten haben angegeben, einen Hochschulabschluss zu besitzen, 38.2% Matura bzw. Hochschulreife. Die restlichen 17.5% besitzen entweder eine Berufsausbildung, einen geringeren oder keinen Schulabschluss.

Die Einkommensverteilung in Tabelle 10 zeigt, dass 51.8% unter 1,000.- EUR Einkommen verfügen. 33% befinden sich zwischen 1,000.- und 2,000.- EUR und 16.3% über 2,000.- EUR. Bei der Betrachtung von Tabelle 11 ist zu erkennen, dass 38.5% als studierend, in Ausbildung oder arbeitslos galten. Dies könnte den hohen Anteil an geringem Einkommen erklären, auf eine genauere Analyse wird jedoch aufgrund mangelnder Relevanz verzichtet.

Tabelle 10: Einkommensstruktur

Einkommen in EUR	Häufigkeit	Prozent
unter 250	25	8.0
250 – 499.99	34	10.9
500 – 999.99	78	24.9
1,000 – 1,499	61	19.5
1,500 – 1,999	42	13.4
2,000 – 2,999	34	10.9
3,000 – 3,999	11	3.5
4,000 – 4,999	4	1.3
5,000 und mehr	2	0.6
wollten nicht antworten	22	7.0
Gesamt	313	100

Tabelle 11: Beschäftigung

	Häufigkeit	Prozent
Schüler/in	1	0.3
In Ausbildung	5	1.5
Student/in	118	35.5
Angestellte/r	103	31.0
Beamte/r	6	1.8
Selbstständig	46	13.9
Arbeitslos/Arbeit suchend	4	1.2
Sonstiges:	35	10.5
Gesamt	318	95.8

Die ersten beiden Hypothesen unterstellen einen Zusammenhang zwischen Wohlstandsstreben und der Arbeits- bzw. der Beziehungszufriedenheit.

H1: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso geringer die Arbeitszufriedenheit.

H2: Je höher das Streben nach Wohlstand, umso höher die Unzufriedenheit in zwischenmenschlichen Beziehungen.

Um ermitteln zu können, ob tendenziell eher Wohlstandsstreben oder der Lebensweg selbst im Fokus steht, wurden die Kategorien aus den Angaben aus dem Befragungsteil zum Thema Lebenssinn so rekodiert, dass anschließend ein Mittelwert gebildet werden kann. Die Reihung ist der Tabelle 12 zu entnehmen. Anschließend wurden in der Variable Wohlstandsstreben Mittelwerte gebildet, um erkennen zu können ob es sich eher um Wohlstandsstreben handelt oder nicht.

Tabelle 12: gewichtete Kategorien

Gewichtung	Kategorien
1	Beziehungen
2	Persönlichkeit u Lebensstil
3	Bildung u Entwicklung
4	Religion
5	Gesundheit
6	Freizeit
7	Arbeit
8	Geld / Wohlstand

Bei der Betrachtung der zuvor genannten Variable ist erkennbar, dass der Mittelwert um 3 liegt und dies auf ein durchschnittliches Wohlstandsstreben schließen lässt. Der höchste Wert liegt bei 5.67 und die Standardabweichung des Mittelwerts liegt bei .951 (Tabelle 13).

Tabelle 13: Verteilung des Strebens

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Wohlstandsstreben	318	1.00	5.67	3.06	.951

Bei der Arbeitszufriedenheit ist ein Mittelwert von 3.5 errechnet worden. Dies entspricht somit im Durchschnitt einer leicht überdurchschnittlichen Zufriedenheit. Die Einkommenszufriedenheit wird mit 3.15 im Mittel als durchschnittlich erachtet. Interessant ist hierbei, dass die Einkommenszufriedenheit leicht unter der Arbeitszufriedenheit liegt (Tabelle 14).

Tabelle 14: Zufriedenheitsverteilung

	N	Mini.	Maxi.	Mittelwert	Standardabweichung
Arbeitszufriedenheit	316	1.00	5.00	3.50	.814
Einkommenszufriedenheit	310	1.00	5.00	3.15	.708

Über die Stärke des Zusammenhangs wird der Interpretation nach Cohen gefolgt, welche in Sedlmaier und Renkewitz (2008, S. 221) angeführt ist.

Bei der Korrelation von Wohlstandsstreben mit den Arbeitsbedingungen bzw. soziale Stressoren am Arbeitsplatz, der Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit ist in Tabelle 15 ersichtlich, dass es keinerlei Zusammenhänge gibt. Die ersten beiden Hypothesen sind demnach abzulehnen. Ein mittlerer bis hoher negativer Zusammenhang zwischen sozialen Stressoren am Arbeitsplatz und Arbeitszufriedenheit konnte signifikant ($r = -.392$, $p < 0.01$) festgestellt werden, sowie eine ähnlich starke negative Korrelation mit Beziehungszufriedenheit ($r = -.380$, $p < 0,01$). Eine weitere Korrelation mittlerer Höhe ($r = -.242$, $p < 0.01$) ist zwischen Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit festzustellen.

Tabelle 15: Korrelationen Haltung – Zufriedenheit

	1.	2.	3.	4.
1. Wohlstandsstreben	1			
2. Arbeitsbedingungen (soziale Stressoren)	.037	1		
3. Arbeitszufriedenheit	.107	-.392**	1	
4. Beziehungszufriedenheit	-.034	-.380**	.242**	1

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant; N=317

Bei der Auswertung des Selbstwertes gilt es zu beachten, dass bei einem Wert gegen 1 von einem hohen Selbstwert auszugehen ist und bei einem Wert gegen 5 von einem geringen Selbstwert. Der Durchschnittswert liegt bei 2.6 und ist als akzeptabler Selbstwert zu interpretieren (Tabelle 16).

Tabelle 16: Selbstwert

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Selbstwert	332	1.00	4.44	2.61	.724

Bei der Korrelation der Arbeitszufriedenheit und dem Selbstwert (Tabelle 16) besteht ein signifikanter Zusammenhang von ($r = -0.292$; $p < 0.01$). Je höher also die Arbeitszufriedenheit, umso geringer der Durchschnittswert bei Selbstwert, was wiederum einen höheren Selbstwert bedeutet.

Tabelle 17: Korrelation Arbeitszufriedenheit – Selbstwert

	1.	2.
1. Arbeitszufriedenheit	1	
2. Selbstwert	-,292**	1

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant ; N= 316

Bei der Korrelation des Wohlstandsstrebens mit dem Selbstwert zeigt sich, dass keine Signifikanz vorliegt und der Wert als zu klein gilt ($r = -.022$) um einen schwachen Zusammenhang zu unterstellen.

H3: Je höher das Wohlstandsstreben (als Ziel), umso geringer die Bedeutung des Weges selbst zum Ziel.

In einem anderen Teil des Fragebogens wurde gezielt abgefragt, ob der Weg zu einem Ziel oder das Ziel selbst wichtiger ist. Hierfür wurden je 4 Items aus dem Befragungsteil „Weg VS Ziel“ verwendet und Faktoren gebildet (siehe Tabelle 19). Nach Bildung des 1. Faktors Zielkonsequenz, der die Konsequenz bei der Verfolgung von Zielen repräsentieren soll, und des 2. Faktors Wegqualität, welcher für die Achtsamkeit des Weges hin zu einem Ziel steht, wurde die Differenz in der Variable Weg-Ziel gebildet. Sie zeigt an ob die Zielorientierung höher ist oder die Orientierung am Weg. Ein positiver Wert ist so zu interpretieren, dass der Weg wichtiger ist als das Ziel oder dessen Erreichung. Tabelle 18 zeigt, dass im Durchschnitt mit -0.99 der Fokus auf Ziele und Zielerreichung gelegt wird.

Tabelle 18: Differenz der Faktoren Zielkonsequenz und Wegqualität

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Weg-Ziel	332	-3.50	4.00	-.99	1.176

Tabelle 19: Faktorenbildung Weg-Ziel

	Komponente		
	1	2	3
1. Wenn ich mir ein Ziel setze verfolge ich es konstant.	.756	.077	.043
2. Ziele im Leben sind mir wichtig.	.780	.175	-.186
3. Ich möchte meine Ziele um jeden Preis erreichen.	.626	.182	-.296
4. Ich verfolge viele Ziele.	.466	.470	-.385
5. Ich lasse mich durch andere nicht von meinem Ziel abbringen.	.756	.035	.132
6. Manchmal gestaltet sich der Weg zur Erreichung eines Ziels als schwierig und dann ändere ich das Ziel ab.	-.436	.660	-.249
7. Ich lasse gerne von Zielen ab, wenn sich der Weg zum Ziel als	-.602	.494	-.224

unangenehm erweist.			
8. Ich überlege mir wie ich zu meinen Zielen komme und wie sich der Weg dorthin gestaltet.	.582	.320	.242
9. Dem Weg zum Ziel schenke ich mehr Beachtung als dem Ziel selbst.	.106	.476	.712
10. Ich verfolge meine Ziele nur dann, wenn ich am Weg zur Erreichung Spaß habe und mich wohl fühle.	-.379	.541	.218

Extraktionsmethode: Hauptkomponentenanalyse

3 Komponenten extrahiert

Ein Zusammenhang zwischen dem Wohlstandsstreben und der Weg-Ziel-Variable ist nicht gegeben ($r = .020$) und führt daher zur Ablehnung der 3. Hypothese.

H4: Personen die dem Weg zum Ziel mehr Gewichtung zusprechen, achten auch auf Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit.

Bei der Überprüfung eines Zusammenhangs der Variable Weg-Ziel mit den Zufriedenheitsvariablen Arbeitszufriedenheit ($r = .055$), Beziehungszufriedenheit ($r = -.015$) und sozialen Stressoren am Arbeitsplatz ($r = .037$) ist keine Korrelation festzustellen. Daher ist H4 ebenfalls abzulehnen.

H5: Je höher das Wohlstandsstreben, umso geringer der Selbstwert und die Lebenszufriedenheit.

Tabelle 20 zeigt, dass Selbstwert eine schwache Korrelation mit Weg-Ziel aufweist ($r = .151$, $p < 0.01$), einen mittleren Zusammenhang mit Arbeitsbedingungen ($r = .301$, $p < 0.01$), sowie mittlere negative Korrelationen mit Sinnzufriedenheit ($r = -.368$, $p < 0.01$), Beziehungszufriedenheit ($r = -.335$, $p < 0.01$), Arbeitszufriedenheit ($r = -.295$, $p < 0.01$) und Lebenszufriedenheit ($r = -.462$, $p < 0.01$), jedoch keinen Zusammenhang mit Wohlstandsstreben ($r = -.022$).

Tabelle 20: Korrelationen Selbstwert

	Selbstwert
Einkommenszufriedenheit	-.078
Weg-Ziel	.151**
Wohlstandsstreben	-.022
Sinnwichtigkeit	-.086
Sinnzufriedenheit	-.368**
Arbeitsbedingungen (soziale Stressoren	.301**
Beziehungszufriedenheit	-.335**
Arbeitszufriedenheit	-.292**
Lebenszufriedenheit	-.462**

N=310

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant.

Die Korrelation des Wohlstandsstrebens mit der Lebenszufriedenheit ist ebenfalls nicht gegeben ($r = -.047$), weshalb die Hypothese mangels Zusammenhänge abgelehnt werden muss.

H6: Je mehr Sinn im Leben vorhanden ist, umso geringer ist das Streben nach Wohlstand.

Es handelt sich hierbei eher um eine semantische Analyse, da freie Antwortmöglichkeiten zu geben waren. Gefragt wurde nach dem Sinn im Leben und es standen 7 freie Textfelder zur Verfügung, wobei 3 mindestens zu auszufüllen waren. Im nächsten Schritt wurde nach der Wichtigkeit und zu guter letzt nach der Zufriedenheit des jeweiligen Bereichs gefragt.

Nach Analyse der Eingaben wurde nach Begriffen gesucht, die eine repräsentative Kategorie darstellen. So wurden Angaben wie Familie, Freunde, PartnerIn, Kinder, Partnerschaft, Ehe usw. in die Kategorie Beziehungen zusammengefasst. Unter Freizeit sind Begriffe wie Urlaub, Hobbies, Musik, Sport, Reisen usw. subsumiert. Persönlichkeit und Lebensstil umfasst Begriffe wie Selbstverwirklichung, Frieden, Spaß, Freude, Erfahrungen machen, soziales Engagement usw. Die restlichen Begriffe werden als selbsterklärend erachtet. Grob ein Viertel hat 3 Nennungen getätigt, ungefähr ein weiteres Viertel 4, das knappe

dritte Viertel 5 Nennungen und ca. 26% haben 6 bzw. 7 Nennungen als Sinn des Lebens angeführt. Die genaue Aufteilung ist in Tabelle 21 ersichtlich.

Tabelle 21: Nennungen Lebenssinn

Anzahl Nennungen	Häufigkeit	Prozent
0	14	4.2
2	1	0.3
3	73	22
4	75	22.6
5	75	22.6
6	38	11.4
7	56	16.9
Gesamt	332	100

Obwohl bei der Fragestellung hinzugefügt wurde, dass der Reihung der Angaben keine Wertigkeit beigemessen wird, ist es interessant zu sehen welche Verteilung vorliegt. So haben 70.5% als erste Angabe (Tabelle 22) der Kategorie „Beziehungen“ gemacht, gefolgt von „Bildung und Entwicklung“ mit 8.1% und „Arbeit“ mit 7.5%.

Tabelle 22: 1. Eingabefeld Lebenssinn

	Häufigkeit	Prozent
keine Angabe	14	4.2
Beziehungen	234	70.5
Arbeit	25	7.5
Religion u Spiritualität	6	1.8
Bildung u Entwicklung	27	8.1
Persönlichkeit (Haltung) u Lebensstil	10	3.0
Gesundheit	6	1.8
Freizeit	10	3.0
Gesamt	332	100.0

Bei der zweiten Nennung (Tabelle 23) ist bereits zu erkennen, dass erneut die Kategorie „Beziehungen“ an erster Stelle steht mit 57.2% und in absoluten Zahlen zusammen mit der ersten Nennung bereits jede Person durchschnittlich mehr als ein Mal „Beziehungen“ als Sinn angegeben haben muss.

Tabelle 23: 2. Eingabefeld Lebenssinn

	Häufigkeit	Prozent
	1	0.3
keine Angabe	14	4.2
Beziehungen	190	57.2
Arbeit	41	12.3
Bildung u Entwicklung	21	6.3
Persönlichkeit (Haltung) u Lebensstil	22	6.6
Gesundheit	7	2.1
Freizeit	28	8.4
Geld / Wohlstand	8	2.4
Gesamt	332	100.0

Es erscheint daher als sinnvoll, die Summe aller Nennungen über die 7 Eingabefelder hinweg zu bilden und daraus absolute und relative Häufigkeiten abzuleiten (Tabelle 24).

Tabelle 24: Summe aller Nennungen

	<i>Häufigkeit</i>	<i>Prozent</i>
Beziehungen	658	43.87
Persönlichkeit u Lebensstil	235	15.67
Freizeit	218	14.53
Arbeit	176	11.73
Bildung u Entwicklung	119	7.93
Geld/Wohlstand	49	3.27
Gesundheit	37	2.47
Religion u Spiritualität	8	0.53
Gesamt	1,500	100.00

Hinsichtlich der Hypothese 6 wird nun angenommen, dass die Bereiche Geld/Wohlstand und Arbeit dem Faktor Wohlstandsstreben zuzuordnen sind und die Bereiche Beziehungen, Persönlichkeit u Lebensstil, Bildung u Entwicklung, sowie Gesundheit und Religion eher der Variable Weg-Ziel. In Tabelle 25 zeigt sich, dass 73 Personen 3 Nennungen als Lebenssinn angeführt haben und davon 32 Personen, dies entspricht 43.84%, Angaben machten die zur Kategorie „Wohlstandsstreben“ gehören.

Tabelle 25: Vergleich Nennungen Sinn im Leben

Anz. Nennungen Sinn	3	7
Anz. Personen	73	56
Personen im Bereich "Wohlstandsstreben"	32	37
Prozent	43.84	66.07

Ergänzend sei noch erwähnt, dass die Wichtigkeit und die Zufriedenheit in Bezug auf den Sinn im Leben als überdurchschnittlich hoch angegeben wurden, siehe Tabelle 26.

Tabelle 26: Wichtigkeit und Zufriedenheit

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Sinnwichtigkeit	318	1.00	5.00	4.57	.416
Sinnzufriedenheit	317	1.60	5.00	4.01	.683

Bei Korrelation der Anzahl an Sinnennennungen (Ausprägung) mit der Lebenszufriedenheit (Tabelle 27) besteht ein geringer Zusammenhang ($r = .122$; $p < 0.05$). Der für die Hypothese relevante Zusammenhang von Ausprägungen des Lebenssinns und Wohlstandsstreben ($r = -.080$) ist nicht gegeben, weshalb die Hypothese abzulehnen ist.

Tabelle 27: Korrelationen Lebenssinn mit Lebenszufriedenheit und Wohlstandsstreben

	1.	2.	3.
1. Lebenssinn Ausprägung	1		
2. Lebenszufriedenheit	.122*	1	
3. Wohlstandsstreben	-.080	-.047	1

*. Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.05 (2-seitig) signifikant.

H7: Je höher die Arbeitszufriedenheit und die Zufriedenheit in Beziehungen, umso höher die Lebenszufriedenheit.

Abschließend werden die Korrelationen der Variablen Arbeitszufriedenheit, sowie Beziehungszufriedenheit auf die Variable Lebenszufriedenheit überprüft. Zwischen Arbeitszufriedenheit und Lebenszufriedenheit besteht mit $r = 0.438$; $p < 0.01$ ein hoher Zusammenhang, wohingegen zwischen Beziehungszufriedenheit und Lebenszufriedenheit mit $r = 0.291$; $p < 0.01$ ein mittlerer Zusammenhang besteht. Dies zeigt, dass der Zusammenhang der Arbeitszufriedenheit mit Lebenszufriedenheit stärker ist als jener mit Beziehungszufriedenheit.

Tabelle 28: Korrelationen mit Lebenszufriedenheit

	1.	2.	3.
1. Arbeitszufriedenheit	1		
2. Beziehungszufriedenheit	.242**	1	
3. Lebenszufriedenheit	.438**	.291**	1

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant; N=315

Im nächsten Schritt wurde eine multiple lineare Regression mit Lebenszufriedenheit als abhängige Variable und Beziehungs- und Arbeitszufriedenheit als unabhängige Variablen erstellt, welche ein R-Quadrat von .225 aufweist. Arbeitszufriedenheit $\beta = .403$; $t(2) = 7.40$; $p = 0.01$ und Beziehungszufriedenheit $\beta = .194$; $t(2) = 3.89$; $p = 0.01$ haben einen signifikanten positiven Einfluss auf die Lebenszufriedenheit. Die Hypothese kann daher vorläufig bestätigt werden.

FF: „Welchen Stellenwert hat der Lebensweg im Vergleich zu Zielen im Bereich Wohlstand und wie wirkt sich dieser auf Glück und Zufriedenheit aus?“

Bei der Beantwortung von H3 hat sich gezeigt (Tabelle 18), dass im Durchschnitt mit -0.99 der Fokus auf Ziele und Zielerreichung gelegt wird. Dem Lebensweg wird demnach ein geringerer Stellenwert eingeräumt. Da keine Zusammenhänge zwischen Wohlstandsstreben, Weg-Ziel und die Auswirkungen auf Glück und Zufriedenheit empirisch erbracht wurden, ist davon auszugehen, dass es keine Auswirkungen gibt.

Weitere Untersuchungen

Tabelle 30 zeigt die rotierte Komponentenmatrix (Varimax) der Faktorenanalyse der sozialen Stressoren. Faktor 1 soll nun als Stressor Führungskraft und Faktor 2 als Stressor Team bezeichnet werden. Der dritte Faktor wird nicht weiter berücksichtigt, da er aus einem Item bestehen würde. Nach Mittelwertsberechnung der eben genannten Faktoren und erneuter Korrelation mit der Variable Weg-Ziel hat sich gezeigt, dass die Faktoren Stressor Führungskraft und Stressor Team hoch miteinander korrelieren ($r = .558$, $p < 0.01$) wie der Tabelle 29 zu entnehmen ist.

Tabelle 29: Korrelation Faktor Weg VS Ziel und Stressoren Führungskraft und Team

	1.	2.	3.
1. Stressor Führungskraft	1		
2. Stressor Team	.558**	1	
3. Faktor Weg-Ziel	-.021	-.038	1

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant; N = 286

Tabelle 30: Faktorenanalyse soziale Stressoren

	Komponente		
	1	2	3
1. Einige Kollegen sind unangenehme Mitarbeiter.	.160	.839	-.034
2. Hier wird man wegen jeder Kleinigkeit gleich fertiggemacht.	.439	.587	.289
3. Man muss mit unfreundlichen Leuten zusammenarbeiten.	.126	.782	.214
4. Mein Vorgesetzter treibt einen an.	.057	.088	.920
5. Mein Vorgesetzter spielt die Kollegen gegeneinander aus.	.809	.112	.083
6. Wenn ein Fehler passiert, findet der Vorgesetzte ihn immer bei uns, nie bei sich.	.813	.178	.196
7. Es gibt Schwierigkeiten bei der Abstimmung mit Kollegen.	.450	.554	-.238
8. Es ist unklar, was die Vorgesetzten von einem wollen.	.754	.258	-.063
9. Man muss ausbaden, was die anderen falsch machen.	.534	.457	-.009
10. Der Vorgesetzte erschwert einem das Arbeiten durch seine Anweisungen.	.841	.233	-.017

Extraktionsmethode: Hauptkomponentenanalyse.

Rotationsmethode: Varimax mit Kaiser-Normalisierung.

a. Die Rotation ist in 4 Iterationen konvergiert.

Da sämtliche Korrelationen über die gesamte Stichprobe hinweg berechnet wurden, drängte sich die Frage auf, ob ein höherer Einkommensunterschied zu anderen Ergebnissen führen könnte. Tabelle 31 und Tabelle 32 zeigen nur geringe Unterschiede in der Mittelwertverteilung, sodass auch keine Unterschiede in den Korrelationen zu erwarten wären.

Tabelle 31: Einkommen über EUR 2.000,-

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Arbeitszufriedenheit	73	2.00	5.00	3.77	.807
Einkommenszufriedenheit	73	1.00	5.00	3.35	.718
Lebenszufriedenheit	73	1.60	5.00	3.79	.799
Weg-Ziel	73	-3.50	1.75	-.96	1.246
Wohlstandsstreben	70	1.33	5.00	3.29	.927
Sinnwichtigkeit	70	3.00	5.00	4.52	.416
Sinnzufriedenheit	69	2.00	5.00	4.00	.697
Arbeitsbedingungen (soziale Stressoren)	68	1.00	4.10	2.37	.847
Stressor Führungskraft	63	1.00	4.75	2.17	1.115
Stressor Team	68	1.00	4.50	2.64	.924
Beziehungszufriedenheit	73	1.00	5.00	3.67	.965
Selbstwert	73	1.00	4.25	2.36	.734

Tabelle 32: Einkommen unter EUR 2.000,-

	N	Min.	Max.	Mittelwert	Standardabweichung
Arbeitszufriedenheit	186	1.00	5.00	3.42	.790
Einkommenszufriedenheit	180	1.00	4.75	3.11	.697
Lebenszufriedenheit	197	1.20	5.00	3.50	.845
Weg-Ziel	198	-3.50	4.00	-.96	1.204
Wohlstandsstreben	198	1.00	5.67	2.96	.936
Sinnwichtigkeit	197	3.33	5.00	4.58	.364
Sinnzufriedenheit	197	1.60	5.00	3.99	.674
Arbeitsbedingungen (soziale Stressoren)	182	1.00	4.60	2.33	.819
Stressor Führungskraft	170	1.00	5.00	2.14	1.099
Stressor Team	181	1.00	5.00	2.49	.938
Beziehungszufriedenheit	197	1.33	5.00	3.43	.829
Selbstwert	198	1.13	4.44	2.74	.731

Im Kapitel Lebenssinn und der Weg als Ziel wurde bereits über die Zusammenhänge von Persönlichkeit, Sinn des Lebens und Auswirkungen auf die Gesundheit nachgegangen, sowie unterschiedliche Studien dazu präsentiert. Tabelle 33 zeigt Korrelationen der Persönlichkeitsmerkmale Extraversion, Neurotizismus, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Offenheit auf einige gebildete Faktoren wie Beziehungszufriedenheit, Arbeitszufriedenheit etc.. Extraversion und Offenheit korrelieren leicht positiv ($r = .166$; $p < 0.01$ und $r = .142$; $p < 0.01$) mit der Anzahl an Angaben bei der Frage nach dem Lebenssinn. Die Beziehungszufriedenheit weist einen starken Zusammenhang mit dem Persönlichkeitsmerkmal Verträglichkeit auf ($r = .494$; $p < 0.01$) und leichte positive Zusammenhänge mit Extraversion und Offenheit. Neurotizismus und Beziehungszufriedenheit korrelieren mit $r = -.212$; $p < 0.01$ negativ. Hier stellt sich die Frage, ob sich Neurotizismus nun negativ auf die Beziehungszufriedenheit auswirkt oder umgekehrt. Folgt man den Prämissen, dass Persönlichkeitsmerkmal langfristig stabil sind und Zufriedenheit eher veränderbar, so kann der logische Schluss gezogen werden, dass sich das Persönlichkeitsmerkmal auf die jeweilige Variable auswirkt. Als interessant erscheint der starke Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Selbstwert mit einer Korrelation von $r = .531$; $p < 0.01$. Gewissenhaftigkeit, Extraversion und Verträglichkeit hingegen korrelieren signifikant negativ. Je ausgeprägter das Merkmal Neurotizismus, umso negativer die Arbeitszufriedenheit aufgrund der negativen Korrelation ($r = -.267$; $p < 0.01$) und folglich auch die Lebenszufriedenheit da bereits die Beziehungszufriedenheit schon negative Zusammenhänge aufweist und diese als Teil der Gesamtheit zu betrachten ist. Extraversion und Gewissenhaftigkeit korrelieren in gleichem Ausmaß ($r = .236$; $p < 0.01$) mit der Lebenszufriedenheit. Bei Persönlichkeiten mit der Ausprägung Gewissenhaftigkeit steht das Ziel im Vordergrund wie die Korrelationen dem Faktor Weg-Ziel zeigt. Bei neurotischen Persönlichkeiten scheint aufgrund des leichten Zusammenhangs eher der Weg hin zu einem Ziel im Vordergrund zu stehen.

Tabelle 33: Korrelation Persönlichkeitsfaktoren Faktoren aus Zufriedenheitsmodell

	Extra- version	Neuroti- zismus	Gewissen- haftigkeit	Verträglich- keit	Offen- heit
Nennungen Lebenssinn	.166**	.044	.054	.039	.142**
Beziehungszufriedenheit	.173**	-.212**	.095	.494**	.144**
Selbstwert	-.233**	.531**	-.252**	-.222**	-.032
Arbeitszufriedenheit	.084	-.267**	.096	.112*	-.017
Lebenszufriedenheit	.236**	-.355**	.236**	.083	.024
Weg-Ziel	.166**	-.169**	.369**	-.092	-.007
Wohlstandsstreben	.030	-.058	.081	-.011	-.040
Sinnwichtigkeit	.137*	.014	.205**	.110	.177**
Sinnzufriedenheit	.198**	-.238**	.176**	.173**	.060

** . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.01 (2-seitig) signifikant

* . Die Korrelation ist auf dem Niveau von 0.05 (2-seitig) signifikant

4 Diskussion und Ausblick

Zuerst soll aufgrund der genannten empirischen Daten auf die Forschungsfrage und die Hypothesen eingegangen werden. Anschließend sollen Aussagen zu den empirischen Daten, in Verknüpfung mit den theoretischen Kapiteln, getroffen werden und schlussendlich logische Schlussfolgerungen abgeleitet werden.

Die Erhebung scheint für den Rahmen dieser wissenschaftlichen Arbeit zu umfangreich, da mehrere Faktoren erhoben wurden und dies die Verwendung von Kurztests erforderte. Es wird daher vermutet, dass die Reliabilität sehr gering ist. Die Konzentration auf einen bestimmten Bereich des Zufriedenheitsmodells erscheint im Nachhinein als sinnvoller.

Die Erstellung des Zufriedenheitsmodells sollte dazu führen, die Auswirkungen des Wohlstandsstrebens auf Glück und Zufriedenheit zu zeigen. Dementsprechend wurden die einzelnen Hypothesen dazu gebildet. Als elementar gelten hierbei die Variablen Wohlstandsstreben und Lebenszufriedenheit, welche durch Arbeits- und Beziehungszufriedenheit erklärt werden sollte. Die theoretische Heranführung an das Zufriedenheitsmodell, erschien während der Erstellung der Arbeit als logisch konsistent. Die vorangegangenen Kapitel zeigten, dass Geld kurzfristig glücklich machen kann, vor allem ab einem bestimmten Schwellenwert keinen Einfluss mehr auf die langfristige Zufriedenheit hat (Binswanger, 2010, S. 281).

Im Kapitel Arbeitszufriedenheit wurde beschrieben welche Faktoren sich günstig bzw. ungünstig auf die Zufriedenheit am Arbeitsplatz auswirken. Hohe Arbeitsanforderungen die sich negativ auf die Gesundheit auswirken (Wittchen & Hoyer, 2011, S. 344), Marx (2009, S. 258 ff.), der den Raubbau an der Arbeitskraft beschreibt und die Vernachlässigung von Bildung, Erholung, geistiger Entwicklung und dem sozialen Leben und der Aspekt von Myers (2014, S. 472), dass Zugehörigkeit wichtiger ist als Geld, ließ erwarten, dass die ersten beiden Hypothesen bestätigt werden. Es ist jedoch fraglich, ob der Faktor Wohlstandsstreben eine hohe Validität aufweist, da er aus einer semantischen Analyse hervorging. Das Konstrukt Wohlstandsstreben sollte daher überdacht werden und erneut erhoben werden.

In Bezug auf die Wertigkeit des Lebensweges in Konkurrenz zu Zielen, scheint es bisher noch wenige wissenschaftliche Überlegungen zu geben. 5 Items je Faktor Weg und Ziel in der Erhebung erscheinen im Nachhinein als zu gering. Bei einer erneuten Erhebung wäre wünschenswert umfangreicher über die Gestaltung des Lebensweges zu erfahren und wie, Kategorien von Lebenswegen zu bilden und ebenso bei den Zielen zu verfahren. Vor allem die Messung der Wertigkeit des Faktors Weg in Konkurrenz zu Ziel erscheint nach persönlichem und derzeitigem Kenntnisstand nicht möglich, jedoch erstrebenswert.

Der negative Zusammenhang zwischen sozialen Stressoren am Arbeitsplatz Arbeitszufriedenheit ($r = -.392, p < 0.01$), sowie die ähnlich starke negative Korrelation mit Beziehungszufriedenheit ($r = -.380, p < 0,01$) kann so interpretiert werden, dass je höher die sozialen Stressoren am Arbeitsplatz bzw. je schlechter die Arbeitsbedingungen, umso niedriger die Arbeitszufriedenheit und die Zufriedenheit im Bereich Beziehungen. Der Zusammenhang zwischen Arbeitszufriedenheit und Beziehungszufriedenheit ($r = -.242, p < 0.01$), könnte darauf hinweisen, dass eine hohe Belastung am Arbeitsplatz auch zu Unzufriedenheit in Beziehungen führt.

Bei Schaper (2014, S.4) wurde Arbeit nicht nur zur Existenzsicherung herangezogen sondern auch als Lebensführung und Daseinsberechtigung beschrieben. Arbeit verleiht dem Leben also Sinn. Durch Tausch (2006, S. 121 ff.) wurde gezeigt, welche Auswirkungen es hat dem Leben Sinn zu verleihen. Als positive Auswirkungen wurden Harmonie, Ordnung, positive Gefühle und erhöhte Lebenszufriedenheit genannt. Als wichtigster negativer Effekt sei an dieser Stelle die reduzierte Arbeitsbereitschaft gewählt. Diese Beschreibungen gaben Grund zur Annahme, dass ein ausgeprägter Lebenssinn zu einem reduzierten Wohlstandsstreben führt, unter der Annahme, dass Wohlstandsstreben die zuvor beschriebenen negativen Effekte auf Zufriedenheit aufweist. Interessant war hierbei zu beobachten, dass es sich bei den Nennungen weniger um Sinnbegriffe handelt, als um Wichtigkeiten im Leben. Es steht nun im Raum, ob die Fragestellung falsch verstanden wurde oder ob die Angaben tatsächlich dem Sinnverständnis der Probanden entsprechen. Ein Beispiel: Urlaub kann als wichtig im Leben erachtet werden, aber vermutlich nicht als Sinn des Lebens.

Wäre die Frage gewesen „Was ist Ihnen im Leben wichtig?“ so erschienen die Antworten als passender. Tabelle 25 zeigte keine eindeutig interpretierbaren Ergebnisse. Es kann bedeuten, dass Personen die insgesamt mehr Angaben machten auch eher Angaben in Bezug auf Wohlstand machten oder auch dass Personen mit ausgeprägtem Lebenssinn auch Wohlstandsstreben im Fokus haben, wenn angenommen wird, dass mehr Nennungen gleichzusetzen ist mit ausgeprägtem Lebenssinn. Deshalb wäre in einer weiteren Untersuchung herauszufinden, was denn überhaupt unter „Sinn des Lebens verstanden wird“, welcher individuelle Sinn angeführt ist und wie sehr dieser ausgeprägt ist. Weiter ist aufgefallen, dass Begriffe wie Essen sowohl als Lebensstil betrachtet werden können, als auch in die Kategorie Freizeit einzuordnen wären. Vermutlich wäre eine spezifischere Fragestellung und vorgegebene Kategorien hilfreicher bei der Analyse. Die Effekte eines ausgeprägten Lebenssinns und Formen der Lebenssinnausprägung scheinen ein bisher nicht eindringlich erforschtes Gebiet zu sein, welches sich jedoch aus ökonomischer Sicht womöglich lohnt.

4.1 Ableitung von Handlungsempfehlungen

Da das Modell nicht bestätigt werden konnte, lassen sich auch derzeit keine praktischen Handlungsempfehlungen für den Alltag ableiten.

Um jedoch einen Mehrwert aus der vorliegenden Arbeit generieren zu können, sollen Handlungsempfehlungen zur erneuten Untersuchung des vorliegenden Modells gegeben werden.

Die Befragung nach dem Lebenssinn, sollte einfacher und deutlicher gestaltet werden. Die Eintragung in freie Felder, lässt bei der Auswertung sehr viel Interpretationsspielraum offen. Es erscheint sinnvoll, nach der Ausprägung des Lebenssinns zu fragen, um erschließen zu können wie bewusst oder präsent das Thema Lebenssinn überhaupt ist. Weiter erscheint es sinnvoll, entweder ein einziges freies Eingabefeld zu erstellen, um nach dem persönlichen Sinn des Lebens zu fragen oder Bereiche vorzugeben. Vorgegebene Bereiche könnten jedoch dazu führen, vermehrt sozial erwünschte Antworten zu erhalten. Die Idealform scheint eine qualitative Erhebung zu sein mit anschließender Kategorisierung.

Der Faktor Wohlstandstreben bedarf ebenfalls einer gesonderten Untersuchung, da er nicht, wie herkömmliche Untersuchungen vom Einkommen abhängt bzw. von Besitztum und Vermögen, sondern vielmehr vom Wunsch danach und entsprechendem Handeln, obwohl Einkommen und Besitz bzw. Vermögen berücksichtigt werden sollten. Die Verwendung eigens erstellter Items erscheint hier als sinnvoll, vor allem, wenn diese gleich im Zusammenhang mit dem Lebensweg bzw. Lebensstil gebracht werden. So ist auch für Probanden transparenter, was eigentlich abgefragt wird. Es sollte auf Kurztests verzichtet werden und mehr Items in Anspruch genommen werden, um aussagekräftigere Ergebnisse zu erhalten. Dies kann dazu führen, dass die Erhebung zu lange wird und es sollte daher überlegt werden ob man diese auf 2 Teile splittet. Dies birgt zwar das Risiko, weniger Teilnehmer zu gewinnen und mehr Aufwand betreiben zu müssen, jedoch scheint dies in Anbetracht der Qualität als notwendig.

4.2 Persönliche Meinung und Stellungnahme

Diese Arbeit hat mir als jungen Wissenschaftler in der Praxis gezeigt, wie wichtig eine intensive und langfristige Auseinandersetzung mit dem theoretischen Aufbau einer Untersuchung ist. Der größte Fehler war aus meiner Sicht, zu viele Bereiche in einem Modell abdecken zu wollen. Dies mag erstrebenswert sein in einer Arbeit, für deren Fertigstellung kein Zeitdruck herrscht, erscheint mir für eine Masterarbeit jedoch aus heutiger Sicht als ungeeignet. Es war somit schwierig, den Fokus, der auf das Modell gerichtet war, entsprechend auf die jeweiligen Kapitel im entsprechenden Ausmaß zu verteilen. Die Fokussierung auf einen speziellen Bereich wäre vermutlich erstrebenswerter gewesen.

Nach der Entwicklung des Zufriedenheitsmodells, habe ich es einzelnen Personen präsentiert. Die Rückmeldungen waren sehr positiv und das Modell wurde sehr schnell verstanden, akzeptiert und anhand eigener Lebenserfahrungen als gültig erachtet. Da diese Gespräche nicht aufgezeichnet wurden, können sie nicht systematisch ausgewertet werden, dennoch möchte ich diese nicht wissenschaftlich erhobenen und geführten Gespräche an dieser Stelle mit einfließen lassen, da auch sie meiner Meinung nach eine Abbildung der Realität darstellen. Die Gesprächspartner konnten sehr schnell das Modell in die Praxis umsetzen und eigene Lebenserfahrungen berichten. So hat beispielsweise Per-

son A eine Reise mit seiner Partnerin geplant und diese damit überrascht. Die Reise hat das Paar nach ihrem Lebensstil sehr genossen und deren Umfeld hat davon erfahren. Person B und dessen Partnerin haben daraufhin den Wunsch gehabt genau die gleichen Erfahrungen zu machen und das gleiche Glück zu erfahren, ohne dabei zu berücksichtigen, dass es eigentlich das Glück anderer ist. Sie haben auf ihre eigenen Bedürfnisse weniger geachtet als auf den Output anderer Personen. Entsprechend unzufrieden waren Person B und seine Partnerin mit der gemachten Erfahrung.

Bereits während der Erhebung habe ich sehr positive Rückmeldungen über den Wert der Gedanken zu Wohlstand, Lebensführung im Zusammenhang mit Zufriedenheit und Glück erhalten. Die meisten erachten dies als ein aktuelles und wichtiges Thema und haben durch die Fragestellungen in der Erhebung neue Gedankenanstöße erhalten. An dieser Stelle möchte ich bei allen Teilnehmenden und deren Rückmeldungen bedanken. Auch meinem Betreuer Doktor Kogler möchte ich Dank aussprechen, welcher mich auf die Gefahren meines Vorhabens in dieser Arbeit hingewiesen hat, jedoch aufgrund meiner Euphorie gewähren ließ.

Literaturverzeichnis

- Adler, Alfred (1990). *Wozu leben wir?* Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag
- Asendorpf, Jens/Neyer, Franz (2012). *Psychologie der Persönlichkeit*. 5. Auflage. Heidelberg: Springer.
- Bachmann, Nicole (1998). *Die Entstehung von sozialen Ressourcen abhängig von Individuum und Kontext. Ergebnisse einer Multilevel-Analyse*. Münster: Waxmann Verlag.
- Bernstein, William (2005). *Die Geburt des Wohlstands. Wie der Wohlstand der modernen Welt entstand*. FinanzBuch Verlag.
- Binswanger, Mathias (2010). Ein glückliches Leben statt immer mehr materiellen Wohlstand. Konsequenzen der Glücksforschung für die Ökonomie. In Bellebaum, Alfred/Hettlage, Robert (Hrsg.). *Glück hat viele Gesichter. Annäherung an eine gekonnte Lebensführung*. (S. 275-291). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Bishop, A.J./Martin, P./Poon L. (2006). Happiness and congruence in older adulthood: a structural model of life-satisfaction. *Aging & Mental Health*. September 2006; 10(5): p.445-453.
- Branden, Nathaniel (2010). *Die 6 Säulen des Selbstwertgefühls. Erfolgreich und zufrieden durch ein starkes Selbst*. München: Piper.
- Bruhn, Manfred (1982): *Konsumentenzufriedenheit und Beschwerden*. Frankfurt am Main.
- Bürkle, Hans (2013). *Aktive Karrierestrategie*. 4., aktualisiert und erweiterte Auflage. Wiesbaden: Springer.
- Cahill, Kevin E./McNamara, Tay K./Pitt-Catsoupes, Marcie/Valcour, Monique (2015). Linking shifts in the national economy with changes in job satisfaction, employee engagement and work–life balance. *Journal of Behavioral and Experimental Economics* 56, p. 40-54.

- Cuesta, Maite Blázquez/Budría, Santiago (2015). Income deprivation and mental well-being: The role of non-cognitive skills. *Economics and Human Biology* 17, p. 16-28.
- Easterlin, Richard A. (1974). Does Economic Growth Improve the Human Lot? In David, Paul A./Reeder, Melvin W. (Hrsg.). *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*. Academic Press, New York 1974, S. 89–125.
- Easterlin, Richard A. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behavior and Organization*. Vol. 27, p. 35-47.
- Emmons, Robert/Diener, Ed (1986). A goal-effect analysis of everyday situational choices. *Journal of Research in Personality*, 20, 309–326.
- Emrich, Hinderk M. (2009). Vom Sinn der Depression. Die positiven Perspektiven der Verzweiflung. *Psychopraxis*, 3/2009, S. 17-23, Springer-Verlag.
- Frankl, Viktor E. (2012). ...trotzdem ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. München: Kösel Verlag.
- Freud, Sigmund (2010). *Unbehagen in der Kultur*. Neu gesetzte Ausgabe für marixverlag GmbH. Wiesbaden: marixverlag.
- Frey, Bruno S. (2008). *Happiness. A revolution in economics*. Cambridge, Massachusetts: MIT Press.
- Furnham, Adrian (2010). *50 Schlüsselideen der Psychologie*. Heidelberg: Spektrum.
- Gottman, John M. (2014). *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe*. Berlin: Ullstein.
- Haar, Jarrod M./Russo, Marcello/Sune, Albert/Ollier-Malaterre, Ariane (2014). Outcomes of work – life balance on job satisfaction, life satisfaction and mental health: A study across seven cultures. *Journal of Vocational Behavior* 85, p. 361-373.
- Häcker, Hartmut O./Stapf, Kurt-H. (2009). *Dorsch. Psychologisches Wörterbuch*. 15., überarbeitete und erweiterte Auflage. Bern: Hogrefe.

- Hajat, Anjum/Kaufman, Jay/Rose, Kathryn/Siddiqi, Arjumand/Thomas, James (2010). Do the wealthy have a health advantage? Cardiovascular disease risk factors wealth. *Social Science & Medicine*. Volume 71, Issue 11, Dec. 2011, p. 1935-1942.
- Hedayati, Maryam/Khazaei, Mahmoud (2014). An Investigation of the Relationship between Depression, Meaning in Life and Adult Hope. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* Volume 114, p. 598-601.
- Herzberg, Frederick/Mausner, Bernard/Snyderman, Barbara (1959). *The Motivation to Work*. 2. Auflage. New York: Wiley.
- Ho, Man Yee/Cheung, Fanny M./Cheung, Shu Fai (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences* 48, p. 658-663.
- Hochman, Oshrat/Skopek, Nora (2013). The impact of wealth on subjective well-being: A comparison of three welfare-state regimes. *Research in Social Stratification and Mobility* 34, p. 127-141.
- Hoyer, Timo (2007). *Vom Glück und glücklichen Leben. Sozial- und geisteswissenschaftliche Zugänge*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kahneman, Daniel/Deaton, Angus (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *PNAS*, September 21, 2010, vol. 107, no. 38, 16489-16493.
- Kaluza, Gert (2011): *Stressbewältigung. Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung*. 2. Auflage. Heidelberg: Springer.
- Kanfer, Frederick/Reinecker, Hans/Schmelzer, Dieter (2012). *Selbstmanagementtherapie. Ein Lehrbuch für die klinische Praxis*. 5. Auflage. Berlin/Heidelberg: Springer.
- Kirchler, Erich (2011). *Wirtschaftspsychologie. Individuen, Gruppen, Märkte, Staat*. Vollständige überarbeitete und erweiterte Auflage. Göttingen: Hogrefe.
- Kirchler, Erich/Gangl, Katharina (2012). Glück. In Steinebach, Christoph/Jungo, Daniel/Zihlman, René (Hrsg.). *Positive Psychologie in der Praxis. Anwendung in Psychotherapie, Beratung und Coaching*. (S. 44-51). Basel: Beltz.

- Kirchler, Erich/Hölzl, Erik (2012). *Arbeitsgestaltung in Organisationen*. Wien: WUV
- Kleiman, Evan M./Beaver, Jenna K (2014). A meaningful life is worth living: Meaning in life as a suicideresiliency factor. *Psychiatry Research* 210, p. 934-939.
- Krollner, Björn/Krollner, Dirk (2015). ICD10-GM-2015 Code Suche: <http://www.icd-code.de/icd/code/F32.1.html> [Abruf am 09.05.2015].
- Margolis, Rachel/Myrskylä, Mikko (2013). Family, money, and health: Regional Differences in the determinants of life satisfaction over the life course. *Advances in Life Course Research* 18, p. 115-126
- Marshall, Alan/Jivraj, Stephen/Nazroo, James/Tampubolon, Gindo/Vanhoutte, Bram (2014). Does the level of wealth inequality within an area influence the prevalence of depression amongst older people? *Health & Place* 27, p. 194-204.
- Marx, Karl (2009). *Das Kapital*. Unveränderter Nachdruck der Ausgabe Berlin: Kiepenhauer Verlag 1932. Köln: Anaconda.
- Maskileyson, Dina (2014). Healthcare system and the wealth-health gradient: A comparative study of older populations in six countries. *Social Science & Medicine* 119, p. 18-26.
- Mathieu, Cynthia (2013). Personality and job satisfaction: The role of narcissism. *Personality and Individual Differences* 55, p. 650-654.
- Mietzel, Gerd (2008). *Wege in die Psychologie*. 14. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Meer, Jonathan/Miller, Douglas/Rosen, Harvey (2003). Exploring the health-wealth nexus. *Journal of Health Economics* 22, p. 713-730.
- Müller, Bernadette (2011). *Empirische Identitätsforschung*. Personale, soziale und kulturelle Dimensionen der Selbstverortung.
- Myers, David (2014). Motivation und Arbeit. In Myers, David (Hrsg.) *Psychologie* (S. 438-495). Heidelberg: Springer.

- Nadinloyi, Karim Babayi/Sadeghi, Hasan/Hajloo, Nader (2013). Relationship Between Job Satisfaction and Employees Mental Health. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* 84, p. 293-297.
- Nerdinger, Friedemann (2014). Arbeitsmotivation und Arbeitszufriedenheit. In Nerdinger, Friedemann/Blickle, Gerhard/Schaper, Niclas (Hrsg.) *Arbeits- und Organisationspsychologie*. (S. 421-440). 3. Auflage. Berlin: Springer.
- Neuberger, Oswald (1974). *Theorien der Arbeitszufriedenheit*. Stuttgart: Kohlhammer.
- O’Connell, Michael (2004). Fairly satisfied: Economic quality, wealth and satisfaction. *Journal of Economic Psychology* 25 (2004), p. 297-305.
- Petzold, Hilarion G./Orth, Ilse (2007). *Sinn, Sinnerfahrung, Lebenssinn in Psychologie und Psychotherapie*. 2. Auflage. Bielefeld: Aisthesis Verlag.
- Pickett, Kate/Wilkinson, Richard (2015). Income inequality and health: A causal review. *Social Science & Medicine*. 128, p. 316-326.
- Plagnol, Anke (2011). Financial satisfaction over the life course: The influence of assets and liabilities. *Journal of Economic Psychology*. 32, p. 45-64.
- Potreck-Rose, Friederike/Jacob, Gitta (2010). *Selbstzuwendung Selbstakzeptanz Selbstvertrauen. Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl*. 6. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Roeser, K./Knies, J./Kübler, A. (2013). Schlaf- und Lebenszufriedenheit in Abhängigkeit vom Arbeitszeitmodell. *Somnologie* 2013, 17, S. 205-211.
- Rusbult, Carly E. (1980): Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test of the Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology*, Volume 16, No. 2, 172-186.
- Schaper, Niclas (2014). Selbstverständnis, Gegenstände und Aufgaben der Arbeits- und Organisationspsychologie. In Nerdinger, Friedemann/Blickle, Gerhard/Schaper, Niclas (Hrsg.) *Arbeits- und Organisationspsychologie*. (S. 3-16). 3. Auflage. Berlin: Springer.

- Schlett, Christian/Ziegler, Rene (2014). Job emotions and job cognitions as determinants of job satisfaction: The moderating role of individual differences in need for affect. *Journal of Vocational Behavior* 84, p. 74-89.
- Schmid, Wilhelm (2015). Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt. In Fröse, Marlies W./Kaudela-Baum, Stephanie/Dievernich, Frank E.P. (Hrsg.) *Emotion und Intuition in Führung und Organisation* (S. 305-313). Wiesbaden: Springer
- Schmölders, Günter (1966). *Psychologie des Geldes*. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Schnell, Tatjana/Becker, Peter (2006). Personality and meaning in life. *Personality and Individual Differences* 41, p. 117-129.
- Schwartz, Barry/Ward, Andrew/Monterososso, John/Lyubomirsky, Sonja/White, Katherine/Lehman, Darrin R. (2002). Maximizing Versus Satisficing: Happiness is a Matter of Choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, Vol. 83, No. 5, p. 1178–1197.
- Sedlmeier, Peter/Renkewitz, Frank (2008). *Forschungsmethoden und Statistik in der Psychologie*. München: Pearson Studium.
- Semyonov, Moshe/Lewin-Epstein, Noah/Maskileyson, Dina (2013). Where wealth matters more for health: The wealth-health gradient in 16 countries. *Social Science & Medicine* 81, p. 10-17.
- Simmel, Georg (2009). *Philosophie des Geldes*. Köln: Anaconda.
- Spitzer, Manfred (2006). *Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens*. Heidelberg: Spektrum.
- Stauss, Bernd/Seidel Wolfgang (2002). *Beschwerdemanagement. Kundenbeziehungen erfolgreich managen durch Customer Care*. 3., völlig überarbeitete und erweiterte Auflage, München/Wien: Hanser Verlag
- Steger, Michael F./Mann, Joshua R./Michels, Phil/Cooper, Tyler C. (2009). Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients. *Journal of Psychosomatic Research* 67, p. 353-358.

- Stevenson, Betsey/Wolfers, Justin (2008). Economic Growth and Subjective Well-being: Reassessing the Easterlin Paradox. National Bureau Of Economic Research, NBER Working Paper No. 14282.
- Stillman, Tyler F./Baumeister, Roy F./Lambert, Nathaniel M./Crescioni, Will A./DeWall, Nathan C./Fincham, Frank D. (2009). Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology* 45, p. 686-694.
- Strulik, Holger (2015). Preferences, income and life satisfaction: An equivalence result. *Mathematical Social Sciences*. Volume 75, May 2015, p. 20-26.
- Tausch, Reinhard (2006). Sinn in unserem Leben-bedeutsam für seelische Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. In Ringlstetter, Max/Kaiser, Stephan/Müller-Seitz, Gordon (Hrsg.) *Positives Management*. (S. 115-130). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- Thege, Barna K./ Bachner, Yaacov G./Kushnir, Talma/Kopp, Maria S. (2009). Relationship between meaning in life and smoking status: Results of a national representative survey. *Addictive Behaviors* 34, p. 117-120.
- Theorell, T./Harms Ringdahl, K./Ahlberg Hutten, G./Westin, B. (1991). Psychosocial job factors and symptoms from the locomotor system – a multicausal analysis. *Scandinavian Journal of Rehabilitation Medicine*, 23, 165–173.
- Thomashoff, Hans-Otto (2014). *Ich suchte das Glück und fand die Zufriedenheit. Eine spannende Reise in die Welt von Gehirn und Psyche*. Ariston Verlag
- Veenhoven, Ruut (1988). The Utility Of Happiness. *Social Indicators Research*. 1988, vol. 20, pp 333-354.
- Veenhoven, Ruut (1991). Ist Glück Relativ? Überlegungen zu Glück, Stimmung und Zufriedenheit aus psychologischer Sicht. *Report Psychologie*, Juli 1991, pp 14-20.
- Watzlawick, Paul (2010). *Anleitung zum Unglücklichsein. Vom Schlechten des Guten*. München: Piper Verlag
- Weinert, Ansfried B. (1998). *Organisationspsychologie*. 4. Auflage, Weinheim: Beltz

Wittchen, Hans-Ulrich/Hoyer, Jürgen (2011). *Klinische Psychologie & Psychotherapie*. 2. Überarbeitete Auflage. Heidelberg: Springer.

Zenger, Markus/Brähler, Elmar/Berth, Hendrik/Stöbel-Richter, Yve (2011). Unemployment during working life and mental health of retirees: results of a representative survey. *Aging & Mental Health*. Vol. 15 No. 2. March 2011 p. 178-185.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Subjektives Glücksempfinden und materieller Wohlstand.....	11
Abbildung 2: Lebenszufriedenheit länderübergreifend	13
Abbildung 3: Korrelationsmatrix – Einkommen, Ungleichheit und Unzufriedenheit.....	14
Abbildung 4: Verhältnis Lebenszufriedenheit erklärt durch Domänen - Regionen	16
Abbildung 5: Verhältnis Lebenszufriedenheit erklärt durch Domänen - Altersgruppen.....	16
Abbildung 6: Glückseinflüsse	19
Abbildung 7: Ergebnisse Pittsburgh-Studie	21
Abbildung 8: Effekte Emotionen und Kognitionen im Job.....	24
Abbildung 9: Zusammenhang WLB, Kollektivismus/Individualismus und Zufriedenheit	28
Abbildung 10: Zusammenhang WLB, Gleichstellung und Zufriedenheit	28
Abbildung 11: Zusammenhang WLB, Gleichstellung und Zufriedenheit	29
Abbildung 12: Glück und Wohlstand in den USA	35
Abbildung 13: Vorhersage von Sinn durch Persönlichkeit.....	42
Abbildung 14: Mediationsmodell Optimismus vs Pessimismus zwischen Korrelation Lebenssinn und positivem Wohlbefinden.....	43
Abbildung 15: Mediationsmodell Optimismus vs Pessimismus zwischen Korrelation Lebenssinn und negativem Wohlbefinden	43
Abbildung 16: Lebenssinn als Mediator	44
Abbildung 17: Zusammenhänge Angst, Gesundheit und Lebenssinn.....	45
Abbildung 18: Risikofaktoren Herzerkrankung	48
Abbildung 19: Regressionslinien gewichteter Gesundheitsindex durch Wohlstand	51
Abbildung 20: Zufriedenheitsmodell	53
Abbildung 21: H1 und H2	55
Abbildung 22: H3.....	56
Abbildung 23: H4.....	56
Abbildung 24: H5.....	56
Abbildung 25: H6.....	57

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Korrelation Fünf Faktoren Modell und Arbeitszufriedenheit.....	25
Tabelle 2: Korrelation Arbeitszufriedenheit und Gesundheit	26
Tabelle 3: Korrelationen Work-Life-Balance, Gesundheit und Kultur	27
Tabelle 4: Glück und Einkommen bei verschiedenen Einkommensklassen in den USA 1994.....	36
Tabelle 5: Korrelation Ausgrenzung, Sinn und 4 Mediatoren	38
Tabelle 6: Korrelation Lebenssinn, Depression und Hoffnung	41
Tabelle 7: Gesundheits- und Vermögensveränderung.....	49
Tabelle 8: Landesspezifische Korrelation Gesundheit und Wohlstand.....	50
Tabelle 9: Altersstruktur	59
Tabelle 10: Einkommensstruktur.....	60
Tabelle 11: Beschäftigung.....	60
Tabelle 12: gewichtete Kategorien	61
Tabelle 13: Verteilung des Strebens	62
Tabelle 14: Zufriedenheitsverteilung	62
Tabelle 15: Korrelationen Haltung – Zufriedenheit.....	63
Tabelle 16: Selbstwert.....	63
Tabelle 17: Korrelation Arbeitszufriedenheit – Selbstwert.....	63
Tabelle 18: Differenz der Faktoren Zielkonsequenz und Wegqualität	64
Tabelle 19: Faktorenbildung Weg-Ziel	64
Tabelle 20: Korrelationen Selbstwert	66
Tabelle 21: Nennungen Lebenssinn.....	67
Tabelle 22: 1. Eingabefeld Lebenssinn	67
Tabelle 23: 2. Eingabefeld Lebenssinn	68
Tabelle 24: Summe aller Nennungen.....	68
Tabelle 25: Vergleich Nennungen Sinn im Leben	69
Tabelle 26: Wichtigkeit und Zufriedenheit	69
Tabelle 27: Korrelationen Lebenssinn mit Lebenszufriedenheit und Wohlstandsstreben	70
Tabelle 28: Korrelationen mit Lebenszufriedenheit	70
Tabelle 29: Korrelation Faktor Weg VS Ziel und Stressoren Führungskraft und Team.....	71

Tabelle 30: Faktorenanalyse soziale Stressoren.....	72
Tabelle 31: Einkommen über EUR 2.000,-.....	73
Tabelle 32: Einkommen unter EUR 2.000,-.....	73
Tabelle 33: Korrelation Persönlichkeitsfaktoren Faktoren aus Zufriedenheitsmodell.....	75

Bitte bewerten Sie nun wie zufrieden Sie im jeweiligen Bereich sind.

	sehr unzufrieden	eher unzufrieden	unent- schieden	eher zufrieden	sehr zufrieden	kann ich nicht beurteilen
01	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
02	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
03	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
04	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
05	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
06	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
07	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Seite 08

8. Welches Geschlecht haben Sie?

- weiblich
 männlich

9. Wie alt sind Sie?

[Bitte auswählen] ▼

10. In welchem Land leben Sie derzeit?

- Deutschland
 Österreich
 Schweiz
 Anderes Land:

11. Welchen Bildungsabschluss haben Sie?

Bitte wählen Sie den höchsten Bildungsabschluss, den Sie bisher erreicht haben.

- Schule beendet ohne Abschluss
- Noch Schüler
- Volks-, Hauptschulabschluss
- Mittlere Reife, Realschul- oder gleichwertiger Abschluss
- Abgeschlossene Lehre
- Fachabitur, Fachhochschulreife
- Abitur, Hochschulreife
- Fachhochschul-/Hochschulabschluss
- Anderer Abschluss, und zwar:

12. Was machen Sie beruflich?

- Schüler/in
- In Ausbildung
- Student/in
- Angestellte/r
- Beamte/r
- Selbstständig
- Arbeitslos/Arbeit suchend
- Sonstiges:

13. Wie hoch ist ungefähr Ihr monatliches Nettoeinkommen?

Gemeint ist der Betrag, der sich aus allen Einkünften zusammensetzt und nach Abzug der Steuern und Sozialversicherungen übrig bleibt.

14. Möchten Sie zu dieser Befragung oder zum besseren Verständnis Ihrer Antworten noch etwas anmerken?

Ist Ihnen während der Teilnahme an dieser Befragung etwas negativ aufgefallen? Waren die Fragen an einer Stelle nicht klar oder war Ihnen die Beantwortung unangenehm? Bitte schreiben Sie kurz ein paar Stichworte dazu.

Wenn Sie Interesse am Ergebnis der Studie haben tragen Sie bitte nachstehend Ihre Mailadresse ein.
Sie können sich jederzeit auch wieder von der Verteilerliste streichen lassen.

Bitte geben Sie hier Ihre Emailadresse ein:

Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

Wir möchten uns ganz herzlich für Ihre Mithilfe bedanken.

Ihre Antworten wurden gespeichert, Sie können das Browser-Fenster nun schließen.