

# SUBJEKTIVES WOHLBEFINDEN IN ZEITEN DES SOZIALEN WANDELS

## ZUR ADAPTIVITÄT VON BEWÄLTIGUNGSSTRATEGIEN

---

Dissertationsschrift  
zur Erlangung des akademischen Grades  
Doctor philosophiae (Dr. phil.)  
vorgelegt dem  
Rat der Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften  
der Friedrich-Schiller-Universität Jena  
von Dipl. Psych. Sebastian Grümer  
geb. am 08.01.1977 in Köln



---

## Gutachter

1. Prof. Dr. Rainer K. Silbereisen, Friedrich-Schiller-Universität Jena
2. Prof. Dr. Jutta Heckhausen, University of California at Irvine
3. Prof. Dr. Heinrich Best, Friedrich-Schiller-Universität Jena

Tag des Kolloquiums: 17. Dezember 2009

## Danksagung

Herzlich bedanken möchte ich mich bei meinen Betreuern Prof. Dr. Rainer K. Silbereisen und Prof. Dr. Jutta Heckhausen für ihre motivierende, konstruktive und sehr wertvolle Unterstützung während der Entstehung dieser Arbeit. Ich danke in besonderer Weise für die Förderung meiner wissenschaftlichen Entwicklung am Lehrstuhl für Entwicklungspsychologie und am Center for Applied Developmental Science.

Weiterhin sei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Lehrstuhls für Entwicklungspsychologie und des Sonderforschungsbereichs 580 gedankt, in dessen Rahmen diese Arbeit erst möglich war. Besonders erwähnen möchte ich an dieser Stelle die Kolleginnen und Kollegen Anja Blumenthal, Karoline Fabel, Astrid Körner, Martin Pinquart, Matthias Reitzle, Martin Tomasik sowie alle studentischen Hilfskräfte, die durch ihre tatkräftige Hilfe zum Gelingen des gesamten Projekts beigetragen haben.

Nicht zuletzt gilt mein großer Dank meinen vier Eltern, meiner Schwester sowie Katrin, Tobias, Anja, Martin und Susi für jeglichen Rückhalt, den sie mir während der Erstellung der Dissertation gegeben haben.



# Inhaltsverzeichnis

INHALTSVERZEICHNIS.....	I
ABBILDUNGSVERZEICHNIS.....	V
TABELLENVERZEICHNIS.....	VI
ZUSAMMENFASSUNG.....	IX
0 EINLEITUNG.....	1
1 SUBJEKTIVES WOHLBEFINDEN.....	5
1.1 Definitionen und Komponenten des SWB.....	5
1.2 Set-Point Theorie des SWB als integrierender theoretischer Ansatz.....	8
1.3 Empirische Befunde zur Set-Point Theorie des SWB.....	10
1.3.1 Soziodemographische Einflüsse auf das SWB.....	11
1.3.2 Genetischer Einfluss auf das SWB.....	15
1.3.3 Lebensereignisse und deren Zusammenhang mit dem SWB.....	16
1.3.4 Misslungene Adaptation.....	18
1.4 Resümee der Set-Point Theorie des SWB.....	19
2 SOZIALER WANDEL UND DESSEN ZUSAMMENHANG MIT SWB.....	23
2.1 Überblick über das Themengebiet des sozialen Wandels.....	23
2.2 Theoretische Annahmen zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB.....	26
2.3 Empirische Befundlage zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB.....	28
2.4 Deutung der empirischen Befunde zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB.....	30
2.5 Die Jenaer Studie zu individuellen Auswirkungen sozialen Wandels und ihre Ergebnisse.....	34
2.6 Anforderungen des sozialen Wandels und deren Zusammenhänge mit SWB.....	36
2.6.1 Anforderungen im Bereich Arbeit und deren Auswirkungen auf SWB.....	37
2.6.2 Anforderungen im Bereich Familie und deren Auswirkungen auf SWB.....	38
2.7 Unsicherheit als zentraler Aspekt der wandelbezogenen Anforderungen.....	40

2.8	Zur Art des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB .....	41
2.9	Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen sozialem Wandel und SWB.....	44
3	ZUR BEWÄLTIGUNG VON ANFORDERUNGEN DES SOZIALEN WANDELS .....	45
3.1	Überblick über das Themengebiet Bewältigung.....	45
3.1.1	Konzept der Kontrollzyklen von Elder und Caspi .....	46
3.1.2	Lebensspannentheorie der Kontrolle von Heckhausen und Schulz .....	48
3.2	Balance zwischen Engagement und Disengagement .....	50
3.3	Bivariate Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB.....	52
3.4	Moderierende Effekte der Bewältigungsstrategien auf Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB.....	54
3.5	Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen Bewältigungsstrategien und SWB.....	56
4	KONTROLLÜBERZEUGUNGEN ALS MODERATORVARIABLE FÜR DIE ZUSAMMENHÄNGE ZWISCHEN ANFORDERUNGEN, BEWÄLTIGUNG UND SWB.....	57
4.1	Einbettung der Kontrollüberzeugungen in Stress- und Bewältigungsmodelle .....	58
4.2	Bivariate Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB .....	61
4.3	Moderierende Effekte von Kontrollüberzeugungen auf Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB .....	62
4.4	Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen internaler und externaler Kontrollüberzeugungen und SWB .....	64
5	ZUSAMMENFASSUNG DER FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN.....	67
5.1	Hypothesen zu bivariaten Prädiktoren des SWB .....	67
5.1.1	Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen erlebtem sozialem Wandel und SWB.....	67
5.1.2	Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen Bewältigungsstrategien und SWB .....	68
5.1.3	Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB.....	69

5.2	Hypothesen zur Moderation der Zusammenhänge zwischen erlebtem sozialen Wandel, Bewältigungsstrategien, Kontrollüberzeugungen und SWB .....	69
5.2.1	Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien .....	69
5.2.2	Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB durch Kontrollüberzeugungen.....	70
5.2.3	Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen.....	70
6	METHODE .....	71
6.1	Stichprobe.....	71
6.2	Darstellung der Untersuchungsvariablen .....	74
6.2.1	Subjektives Wohlbefinden .....	74
6.2.2	Wandelbezogene Anforderungen in den Bereichen Arbeit und Familie .....	76
6.2.3	Bewältigung wandelbezogener Anforderungen .....	78
6.2.4	Internale und externale Kontrollüberzeugungen .....	80
6.2.5	Soziodemographische Variablen.....	81
6.3	Strategie der Datenanalyse .....	81
7	DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE.....	85
7.1	Voranalysen zur Qualität der Daten .....	85
7.1.1	Analyse und Behandlung von fehlenden Werten.....	85
7.1.2	Analyse und Behandlung von Ausreißwerten.....	87
7.1.3	Äquivalenztestung der Untersuchungsvariablen.....	88
7.1.3.1	Test der faktoriellen Äquivalenz der Skala "Depressivität".....	89
7.1.3.2	Test der faktoriellen Äquivalenz der Skala „positiver Affekt“ .....	90
7.1.3.3	Test der faktoriellen Äquivalenz der Bewältigungsskalen.....	92
7.2	Zur statistischen Kontrolle soziodemographischer Merkmale.....	93
7.2.1	Depressivität und soziodemographische Merkmale.....	94
7.2.2	Positiver Affekt und soziodemographische Merkmale .....	96
7.2.3	Lebenszufriedenheit und soziodemographische Merkmale .....	98
7.2.4	Zusammenfassung der Ergebnisse zu Beziehungen des SWB mit soziodemographischen Merkmalen .....	100
7.3	Korrelationsanalyse der Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen... ..	102
7.4	Multivariate Analysen zu Zusammenhängen des SWB mit wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen .....	105
7.4.1	Hypothesen 1a – 1d: Zusammenhang zwischen SWB und wandelbezogenen Anforderungen .....	106
7.4.2	Hypothesen 2a – 2b: Zusammenhang zwischen SWB und Bewältigungsstrategien .....	110
7.4.3	Hypothesen 3a – 3b: Zusammenhang zwischen SWB und Kontrollüberzeugungen.....	112
7.5	Analysen der Moderationshypothesen .....	114

7.5.1	Hypothese 4a: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung.....	114
7.5.2	Hypothese 4b: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung.....	117
7.5.3	Hypothese 5a: Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch internale Kontrollüberzeugung.....	120
7.5.4	Hypothese 5b: Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugungen.....	122
7.5.5	Hypothese 6a: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung.....	124
7.5.6	Hypothese 6b: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung.....	129
7.6	Synopse der Zusammenhangs- und Moderationshypothesen.....	134
7.6.1	Synopse der Zusammenhangshypothesen.....	134
7.6.2	Synopse der Moderationshypothesen.....	137
8	DISKUSSION.....	143
8.1	Diskussion der Befunde zu bivariaten Prädiktoren des SWB.....	144
8.1.1	Diskussion der Zusammenhänge zwischen SWB und wandelbezogenen Anforderungen.....	144
8.1.2	Diskussion der Zusammenhänge zwischen SWB und Bewältigungsstrategien.....	148
8.1.3	Diskussion der Zusammenhänge zwischen SWB und Kontrollüberzeugungen....	151
8.2	Diskussion der Befunde der Moderatoranalysen.....	155
8.2.1	Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien.....	155
8.2.2	Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB durch Kontrollüberzeugungen.....	159
8.2.3	Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen.....	164
8.3	Ergänzende Anmerkungen zu Zusammenhängen zwischen soziodemographischen Merkmalen und SWB.....	171
8.4	Methodische Einschränkungen.....	173
8.5	Ausblick.....	178
8.6	Resümee und Bilanz.....	187
9	REFERENZEN.....	191
	ANHANG.....	211



---

## Abbildungsverzeichnis

Abb. 7.1:	Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB.....	109
Abb. 7.2:	Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB .....	111
Abb. 7.3	Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB.....	113
Abb. 7.4:	Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung.....	116
Abb. 7.5:	Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung.....	119
Abb. 7.6:	Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch internale Kontrollüberzeugung.....	121
Abb. 7.7:	Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugung.....	123
Abb. 7.8:	Moderation der Zusammenhänge zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch Engagement und internale Kontrollüberzeugung .....	126
Abb. 7.9:	Moderation der Zusammenhänge zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch Engagement und internale Kontrollüberzeugung .....	128
Abb. 7.10:	Moderation der Zusammenhänge zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch Disengagement und externale Kontrollüberzeugung.....	131
Abb. 7.11:	Moderation der Zusammenhänge zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch Disengagement und externale Kontrollüberzeugung .....	133

## Tabellenverzeichnis

Tabelle 1.1:	Bestandteile des SWB (eigene Zusammenstellung).....	8
Tabelle 6.1:	Demographische Zusammensetzung der Untersuchungsstichprobe .....	73
Tabelle 6.2:	Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Skalen zur Erfassung des SWB .....	75
Tabelle 6.3:	Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Zählvariablen zu erlebten Anforderungen des sozialen Wandels in den Bereichen Arbeit und Familie.....	78
Tabelle 6.4:	Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Skalen zur Bewältigung des sozialen Wandels .....	80
Tabelle 6.5:	Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Items zur Erfassung von internaler und externaler Kontrollüberzeugung .....	80
Tabelle 7.1:	Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Depressivität“ in ausgewählten Subgruppen.....	90
Tabelle 7.2:	Test der faktoriellen Invarianz der Skala „positiver Affekt“ in ausgewählten Subgruppen.....	91
Tabelle 7.3:	Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Engagement“ in ausgewählten Subgruppen.....	92
Tabelle 7.4:	Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Disengagement“ in ausgewählten Subgruppen.....	93
Tabelle 7.5:	Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in der Skala „Depressivität“ .....	95
Tabelle 7.6:	Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in der Skala „positiver Affekt“ .....	97
Tabelle 7.7:	Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in dem Merkmal „Lebenszufriedenheit“ .....	99
Tabelle 7.8:	Korrelationsmatrix der Untersuchungsvariablen .....	104
Tabelle 7.9:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB .....	108

Tabelle 7.10:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB.....	110
Tabelle 7.11:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB .....	112
Tabelle 7.12:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung.....	115
Tabelle 7.13:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung .....	118
Tabelle 7.14:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Engagement und SWB durch internele Kontrollüberzeugung.....	120
Tabelle 7.15:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Disengagement und SWB durch externele Kontrollüberzeugung.....	122
Tabelle 7.16:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung.....	125
Tabelle 7.17:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internalen Kontrollüberzeugung.....	127
Tabelle 7.18:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung.....	130
Tabelle 7.19:	Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung.....	132

---

Tabelle 7.20:	Anzahl signifikanter und hypothesenkonformer Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen bezogen auf die Anzahl durchgeführter Analysen.....	135
Tabelle 7.21:	Anzahl signifikanter und hypothesenkonformer Moderationseffekte von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen bezogen auf die Anzahl durchgeführter Analysen.....	138

## Zusammenfassung

Die deutsche Gesellschaft ist seit etwa zwei Dekaden großen sozialen und ökonomischen Veränderungen unterworfen. Sie werden unter anderem verursacht durch den demographischen Wandel und die Folgen des Umbaus einer Industrie- in eine Dienstleistungs- und Informationsgesellschaft. Vor diesem Hintergrund werden in der Psychologie zunehmend Fragen nach den Auswirkungen solcher Veränderungen auf das Individuum und dessen adaptiven Umgang mit diesen Phänomenen diskutiert.

Es kann angenommen werden, dass solche Veränderungen in vielfältiger Weise den Lebensalltag und mithin auch das subjektive Wohlbefinden (SWB) von Menschen beeinflussen. Sozialer Wandel konfrontiert Menschen mit einer Vielzahl von neuen Anforderungen, die sich dadurch auszeichnen, dass sie gewohnte Verhaltensweisen infrage stellen und teilweise obsolet machen. Im speziellen Fokus dieser Arbeit stehen Veränderungen in den Lebensbereichen Arbeit und Familie, von denen angenommen wird, dass sie potenziell mit Unsicherheit verbunden sind und mithin zu einem Absinken des SWB führen können.

Für den Umgang mit solchen stresshaften Anforderungen gelten gemeinhin Bewältigungsstrategien als zentrale menschliche Kompetenzen, die eine Regulation und Stabilität des SWB auch angesichts von Schwierigkeiten erlauben. In der empirischen Forschung haben hierbei die Bewältigungsstrategien des Engagements und des Disengagements viel Resonanz erfahren. Engagement beschreibt zielgerichtete Prozesse, die intendieren, die Umwelt den eigenen Zielen entsprechend zu verändern. Im Gegensatz hierzu umfasst Disengagement zieldistanzierende Prozesse, innerhalb derer Personen sich von nicht mehr erreichbaren Zielen lösen und nach neuen Alternativen suchen.

Jedes (Bewältigungs-)Handeln vollzieht sich in einem vorgegebenen und nur begrenzt modifizierbaren Spielraum von Handlungsoptionen. Eine adaptive Regulation des SWB erfordert die passende Auswahl eigener Bewältigungshandlungen auf Basis der zur Verfügung stehenden Optionen. Gerade durch sozialen Wandel verändern sich aber Kontexte der menschlichen Entwicklung und somit auch Möglichkeiten für eigene Handlungsoptionen. In der vorliegenden Arbeit sind die Möglichkeiten für eigene Handlungsoptionen als wahrgenommene Kontrolle über die Anforderungen spezifiziert. Als zentrale Dimension für die Regulation des SWB in Zeiten sozialen Wandels wird somit die Passung zwischen Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugung verstanden. Es wird angenommen, dass eine adaptive engagierte Bewältigung die Wahrnehmung einer hohen internalen Kontrolle über die Anforderungen bedingt. Für eine adaptive disengagierte Bewältigung wird hingegen erwartet, dass diese eine hohe externale Kontrolle über die Stressoren voraussetzt.

Vor diesem Hintergrund wurden sechs Forschungsfragen aufgestellt und an einer Stichprobe von  $N = 3,056$  Personen der Studie „Psychosoziale Ressourcen und Bewältigung des sozialen Wandels: Entwicklung und psychosoziale Effekte“ mit Hilfe von multiplen Regressionsanalysen untersucht. Die Studienteilnehmer stammen aus den vier Bundesländern Mecklenburg-Vorpommern, Thüringen, Baden-Württemberg sowie Schleswig-Holstein und repräsentieren die Bevölkerungsverhältnisse in diesen Bundesländern.

Insgesamt können die Ergebnisse grundsätzlich die theoretischen Annahmen der Arbeit unterstützen. Erstens kann gezeigt werden, dass veränderte Lebens- und Entwicklungsbedingungen der modernen Zeit in einer negativen Beziehung zu den untersuchten affektiven und kognitiven Maßen des SWB stehen. Die erfassten Anforderungen des sozialen Wandels in den Lebensbereichen Arbeit und Familie können somit als verunsichernde und belastende Veränderungen der Lebensgewohnheiten interpretiert werden, die mit einem verminderten SWB einhergehen. Zweitens kann belegt werden, dass angesichts von Problemen und Schwierigkeiten emotionsregulierende Elemente wie engagierte und disengagierte Bewältigungsstrategien bedeutsam sind, da sie einen adaptiven Umgang mit dem sozialen Wandel ermöglichen. Beide Bewältigungsmodi bieten einen sinnvollen Puffer gegenüber den belastenden Anforderungen des sozialen Wandels. Drittens wird ermittelt, dass die Größe des Puffereffekts – quasi als Maß der Adaptivität – vom Grad der wahrgenommenen Kontrolle abhängt: Konform zu den Erwartungen bieten die beiden Merkmalskombinationen Engagement mit internaler Kontrollüberzeugung sowie Disengagement mit externaler Kontrollüberzeugung einen hohen Puffer gegenüber der steigenden Belastung durch sozialen Wandel.

Die Resultate belegen eindeutig das enorme Potenzial menschlicher Handlungsregulation für das SWB selbst unter schwierigen und stressigen Bedingungen. Auch Personen mit einer hohen Belastung und einer nur geringen Überzeugung, daran etwas ändern zu können, sind in der Lage, eine positive Befindlichkeit und hohe Lebenszufriedenheit zu besitzen. Zu den Grundbedingungen eines glücklichen Lebens in der heutigen Zeit gehören mithin sowohl die zweckmäßige Ausnutzung eigener Handlungspotenziale wie auch die Berücksichtigung möglicher Beschränkungen in den eigenen Handlungsmöglichkeiten und eine Generierung sinnvoller Handlungsalternativen. Besonders die passende Auswahl eigener Handlungen auf Basis der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Optionen bietet eine Grundlage für den Aufbau und Erhalt eines stabilen SWB.







## 0 Einleitung

Die empirisch fundierte Psychologie beschäftigt sich seit ihren Anfängen – also seit gut einem Jahrhundert – mit dem Themenkomplex des „glücklichen Lebens“. Darunter lassen sich sowohl Fragen nach den Ursachen und Determinanten von Zufriedenheit und Glück als auch die Thematisierung gegenteiliger Gefühlswelten wie etwa Unwohlsein und Depressivität subsumieren. Seit den 70er Jahren des vorigen Jahrhunderts ist der verstärkte Versuch zu beobachten, von einer rein funktionalen Beschreibung korrelierender soziodemographischer Merkmale zu einer Analyse individueller und gesellschaftlicher Einflussfaktoren des subjektiven Wohlbefindens (SWB) überzugehen. Diese beiden Faktoren sollen auch im Zentrum der vorliegenden Arbeit stehen, welche die folgenden Forschungsfragen beantworten will: Erstens, inwieweit beeinflussen aktuelle gesellschaftliche Veränderungsprozesse und sich daraus ergebende veränderte Lebensumstände das SWB? Zweitens, wie gelingt es Menschen angesichts des sozialen Wandels ihr SWB zu regulieren?

Für das Wirken von gesellschaftlichen Konsequenzen auf das SWB ist sozialer Wandel ein paradigmatischer Fall. Es kann angenommen werden, dass gesellschaftliche Veränderungen – wie etwa eine wachsende Arbeitsplatzunsicherheit oder der Widerspruch zwischen beruflichen Mobilitätsansprüchen und dem Wunsch nach einer für eine Familiengründung stabilen Umwelt – in vielfältiger Weise den Lebensalltag und mithin auch das SWB von Menschen beeinflussen. Sozialer Wandel konfrontiert Menschen mit einer Vielzahl von neuen Anforderungen, die sich dadurch auszeichnen, dass sie bisherige gewohnte Verhaltensweisen infrage stellen und teilweise obsolet machen. Sie erfordern Neu- oder Umorientierungen, welche potenziell mit Unsicherheit verbunden sind und schließlich zu einem Absinken des SWB führen können.

Leider haben sich bis zum heutigen Tage nur wenige Studien an einer Perspektive orientiert, die das vom sozialen Wandel erfasste Individuum in den Vordergrund stellt. Die Analyse, welche Auswirkungen der soziale Wandel und seine Anforderungen für einzelne Personen haben, wird nur randseitig behandelt. Bemerkenswerte und erwähnenswerte Ausnahmen sind beispielsweise die Untersuchungen von Elder und Caspi (1988, 1990). Dies ist umso bedauerlicher, als diese Studien schon die Bedeutung der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel hinsichtlich des SWB andeuten und somit die Grundannahme bestätigen, dass auch sozialer Wandel als Stressor betrachtet und mit einem beeinträchtigten und niedrigeren SWB assoziiert werden kann.

Darüber hinaus muss berücksichtigt werden, dass von einer direkten und unmittelbaren Verbindung zwischen der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel und SWB nicht auszugehen ist, sondern dass dieser Zusammenhang durch zahlreiche Mediatoren und Moderatoren vermittelt und modifiziert wird. Aus diesem Grund bedarf es nicht nur Untersuchungen zu den direkten Folgen individueller Erfahrung mit sozialem Wandel auf das SWB, sondern auch weitergehender Studien darüber, wie der Zusammenhang zwischen der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel und SWB durch solche Faktoren vermittelt wird. Im Zentrum der Dissertationsschrift steht dabei die Grundannahme, dass Menschen Koproducten ihrer eigenen Entwicklung sind (Lerner & Busch-Rossnagel, 1981). Hierfür gelten gemeinhin Bewältigungsstrategien als zentrale menschliche Kompetenzen. Zwar erlauben Bewältigungsstrategien eine Regulation des SWB auch angesichts von Schwierigkeiten, jedoch vollzieht sich jedes Handeln in einem vorgegebenen Spielraum von (eigenen und externen) Handlungsoptionen und Handlungsressourcen, der nur begrenzt modifizierbar ist. Gerade durch sozialen Wandel verändern sich Kontexte der menschlichen Entwicklung und somit auch Möglichkeiten und Grenzen für eigene Handlungsoptionen und –ressourcen. Die Antwort auf die Frage, unter welchen Voraussetzungen vorhandene Handlungspotenziale besser ausgenutzt oder mögliche Beschränkungen der eigenen Handlungsmöglichkeiten eher berücksichtigt werden sollen, hängt von zahlreichen personalen und situativen Randbedingungen ab, wie sie in der vorliegenden Arbeit prototypisch durch die wahrgenommene Kontrolle über die Anforderungen des sozialen Wandels spezifiziert werden. Es soll getestet werden, ob die Adaptivität unterschiedlicher Bewältigungsstrategien für das SWB mit der Überzeugung variiert, über die Anforderungen des sozialen Wandels Kontrolle ausüben zu können. Als zentrale Dimension für die Erklärung des Zusammenhangs zwischen der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel und SWB gilt mithin die Passung zwischen Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen.

Die Arbeit beginnt mit einem theoriebasierten Kapitel, der den Phänomenbereich des SWB sowie dessen verschiedene Bestandteile und Komponenten darstellt (Kapitel 1.1). In diesem ersten Kapitel werden als theoretische Basis die Sollwerttheorie des SWB vorgestellt und Befunde für und gegen diese Theorie angeführt (Kapitel 1.2 – 1.3). Im Anschluss wird diskutiert, ob und inwieweit diese Theorie für die Fragestellung der vorliegenden Arbeit fruchtbar gemacht werden kann (Kapitel 1.4).

Das folgende zweite Kapitel bietet einen Überblick über das Themengebiet des sozialen Wandels (Kapitel 2.1) und soll eine Grundannahme der Arbeit – welche die individuelle

Erfahrung mit Anforderungen des sozialen Wandel als Stressor versteht und mit einem niedrigen SWB in Verbindung bringt – aufgrund theoretischer Annahmen herausarbeiten (Kapitel 2.2 – 2.5). Im Speziellen werden solche wandelbezogenen Anforderungen aus den Lebensbereichen Arbeit und Familie vorgestellt, deren systematischer Zusammenhang mit dem SWB sich auch auf empirischer Ebene begründen und zeigen lässt (Kapitel 2.6). Das Kapitel schließt mit einer Diskussion über die Wirkungsweise der Anforderungen sowie über die zu erwartende Art des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB (Kapitel 2.7 – 2.8).

Einer weiteren Grundannahme der Arbeit – dass sich die Beziehung zwischen der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel und SWB entlang spezifischer Bewältigungsmerkmale unterscheidet – widmet sich das dritte Kapitel. Es beginnt mit einer Übersicht über das Thema Bewältigung und stellt prototypisch anhand von ausgewählten Konzepten unterschiedliche Bewältigungsstrategien vor (Kapitel 3.1 – 3.2). Hierauf aufbauend werden bivariate Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB erörtert (Kapitel 3.3). Mit einer Darstellung der These, dass Bewältigungsstrategien die negative Wirkung stresshafter Ereignisse abmildern können, endet in Kapitel 3.4 dieser Abschnitt.

Das vierte und letzte theoretische Kapitel bettet das Merkmal der wahrgenommenen Kontrolle in Stress- und Bewältigungsmodelle ein (Kapitel 4.1). Es werden bivariate Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB diskutiert (Kapitel 4.2) und erörtert, inwieweit Kontrollüberzeugungen die Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und SWB moderieren können (Kapitel 4.3).

Mit einer Zusammenfassung der für diese Arbeit relevanten Theorien und einer Präzisierung der Fragestellungen der Arbeit beschäftigt sich Kapitel 5: Auf der Basis der vorgestellten theoretischen Grundlagen werden erstens Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen des SWB mit wandelbezogenen Anforderungen, mit Bewältigungsstrategien sowie mit Kontrollüberzeugungen aufgestellt (Kapitel 5.1). Zweitens werden Hypothesen zur Moderation der Beziehungen zwischen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen generiert (Kapitel 5.2).

Im sechsten Kapitel werden die Untersuchungsstichprobe (Kapitel 6.1), die Untersuchungsvariablen (Kapitel 6.2) und die Strategie der Datenanalyse vorgestellt (Kapitel 6.3), deren Ergebnisse im anschließenden siebten Kapitel berichtet werden. Nach ausführlichen Voranalysen zur Qualität der Daten (Analysen zu fehlenden Werten, zu Ausreißwerten und zu faktoriellen Äquivalenz der Messinstrumente; Kapitel 7.1) werden die aufgestellten Zusammenhangs- und Moderationshypothesen mit Hilfe von multiplen Regressions-

berechnungen analysiert (Kapitel 7.2 – 7.5). Mit einer synoptischen Darstellung der Befunde endet in Kapitel 7.6 der empirische Abschnitt.

Die Arbeit schließt im achten Kapitel mit einer ausführlichen Diskussion zu den einzelnen Hypothesen (Kapitel 8.1 – 8.2). Bezugnehmend auf soziodemographische Merkmale widmet sich Kapitel 8.3 ausgewählten Befunden, die nicht im speziellen Fokus der Arbeit stehen. Methodische Einschränkungen der Studie werden kritisch im Kapitel 8.4 besprochen, bevor in Kapitel 8.5 ein ausführlicher Ausblick auf weitere Fragestellungen gegeben wird, denen sich zukünftige Forschungsarbeiten widmen könnten. Mit einem bilanzierenden Resümee der gesamten Arbeit endet im Kapitel 8.6 die Dissertationsschrift.

---

## 1 *Subjektives Wohlbefinden*

Das folgende Kapitel beschäftigt sich mit dem Themengebiet des SWB und bietet einen Überblick über verschiedene Definitionen und Komponenten des Konstrukts (Kapitel 1.1). Als theoretischer Forschungsansatz werden die Sollwert-Theorie des SWB vorgestellt (Kapitel 1.2) und deren empirische Befunde im Hinblick auf die vorliegende Arbeit diskutiert (Kapitel 1.3 – 1.4).

### 1.1 *Definitionen und Komponenten des SWB*

In einer jüngeren Studie an mehr als 9,000 Studenten in über 40 Ländern wird „glückliches Leben“ als das wichtigste Lebensziel identifiziert (Kim-Prieto, Diener, Tamir, Scollon & Diener, 2005). Damit ist es wichtiger als konkurrierende Lebensziele wie Liebe, Gesundheit oder Wohlstand. Indes, Ansätze zur Begriffbestimmung von Liebe oder Gesundheit sind zahlreich, Ansätze zur Bestimmung eines „glücklichen Lebens“ und SWB sind es nicht. Schon zu Beginn des 20. Jahrhunderts beschrieb Dodge, dass theoretische Ansätze zum SWB bis dato kaum über das hinausgingen, was griechische Philosophen bereits vor über 2,000 Jahren formuliert hätten (Dodge, 1930).<sup>1</sup> Bis zum Ende der 60er Jahre des letzten Jahrhunderts habe sich an dem Diktum von Dodge zu theoretischen Ansätzen des SWB nur wenig geändert, wie Wilson (1967) konstatiert. Erst seit dieser Zeit – also seit gut 40 Jahren – hat sich die empirische Psychologie verstärkt dieses Themas angenommen, vor allem in der letzten Dekade ist das Interesse an SWB geradezu sprunghaft angestiegen und trägt somit auch der Zentralität des Themas SWB Rechnung. So sind alleine in den letzten zehn Jahren mehr als 1,000 Studien und Beiträge zu diesem Thema in die internationale Literaturdatenbank PsycInfo aufgenommen worden, im Vergleich zu etwa 400 für den Zeitraum eine Dekade zuvor.

Mit diesem gestiegenen Interesse geht jedoch auch eine größere Heterogenität der Definitionen des Konzepts SWB einher. Einerseits verwenden Forscher verschiedene Begriffe – wie SWB, Glück, Zufriedenheit oder positive Stimmung – für denselben Sachverhalt (vgl. zusammenfassend Diener & Biswas-Diener, 2002). Andererseits werden unter demselben Begriff unterschiedliche theoretische Konzeptionen zusammengefasst. So ist für Seligman (2002) SWB eine positive Evaluation des bisherigen Lebens, eine Zufriedenheit in vielen

---

<sup>1</sup> Die Doktrin des Hedonismus – die Maximierung des Angenehmen sowie die Minimierung des Unangenehmen – wurde beispielsweise von Aristippus (435 – 366 v. Chr.) artikuliert. Nach ihm besteht das Wohlbefinden einer Person aus der Menge gemachter hedonistischer Erfahrungen. Ein weiterer griechischer Philosoph – Epikur (341 – 271 v. Chr.) – ging soweit, dass er als höchste moralische Verpflichtung die Maximierung von angenehmen Erfahrungen setzte. Im Mittelalter schrieb der bekannte englische Humanist Sir Thomas More (1478 – 1535), es sei Gottes Wille, dass die Menschen glücklich seien, solange sie sich für die Erreichung dieses Zieles nicht „künstlicher“ Mittel bedienen.

Lebensbereichen sowie eine generell positive Gestimmtheit. Veenhoven (2000) beschreibt SWB hingegen nur als eine hohe Lebenszufriedenheit. Dem Zwei-Faktorenmodell des SWB von Bradburn (1969) zufolge besteht ein hohes SWB nicht nur in der Präsenz von positiven Gefühlen, sondern auch in der Abwesenheit von negativen Gefühlen. Positive und negative Emotionen werden nach diesem Modell nicht als zwei Endpunkte derselben Dimension verstanden, sondern als zwei voneinander unabhängige Konstrukte (Zautra, Guarnaccia & Reich, 1988; Veit & Ware, 1983). Alle bekannten Modelle zum SWB resümierend beschreiben Andrews und Robinson (1991) in ihrem Überblicksartikel die Forschung zum SWB deshalb auch als konzeptionell diffus.

Vor diesem Hintergrund konzeptualisieren Diener, Suh, Lucas und Smith (1999) SWB nicht als Einzelkonstrukt, sondern als ein eigenständiges und weitgespanntes Forschungsgebiet mit unterschiedlichen theoretischen Ausrichtungen und Modellen. Konzeptionelle Überschneidungen aber zwischen den Ansätzen sehen die Autoren in den folgenden drei Punkten:

- 1) SWB befasst sich sowohl mit unangenehmen als auch mit angenehmen Zuständen, es umfasst den gesamten Bereich von Agonie bis manischer Extase (Diener, 1984). Genauer formuliert befasst sich die Forschung zum SWB sowohl mit unangenehmen Zuständen, wie sie auch in der klinischen Psychologie behandelt werden wie etwa Depressivität oder Ängstlichkeit, als auch mit solchen Faktoren, die moderat glückliche Menschen von sehr glücklichen Menschen unterscheiden.
- 2) SWB behandelt sowohl kurzfristige emotionale Reaktionen als auch längerfristige und dauerhafte emotionale Zustände. Mit Ersteren werden die Auswirkungen von äußeren oder inneren Reizen thematisiert. Längerfristige emotionale Zustände hingegen beziehen sich nicht auf einzelne Reize, sondern sie sind eher abstrakter Natur und beschreiben, wie zufrieden eine Person mit sich selbst, ihrem Leben oder einzelnen Lebensbereichen ist.
- 3) SWB wird als die interne Erfahrung einer Person definiert. Einen externen Referenzrahmen gibt es nicht. Zwar existieren in den beiden bekanntesten Klassifikationssystemen DSM-IV und ICD-10 viele Kriterien für „subjektives Unwohlsein“, das SWB jedoch hängt gänzlich von der subjektiven Wahrnehmung ab. Wenn eine Person der Meinung ist, in ihrem Leben stehe alles zum Besten, dann bezieht sich diese Person auf ihren eigenen Bezugsrahmen, welcher für sie stimmig und richtig ist. Vor allem dieser Punkt unterscheidet den Forschungsansatz des SWB vom Ansatz der klinischen Psychologie. Zwar werden auch dort subjektive Einschätzungen behandelt,

es wird aber versucht, diese in Übereinstimmung mit äußeren Referenzrahmen (z.B. einer Gesellschaftsnorm zur psychischen Gesundheit) zu bringen. Vor diesem Hintergrund kann es kein objektives Maß eines SWB geben kann, auch klinisch auffällige Menschen können über ein glückliches Leben berichten.<sup>2</sup>

In jüngerer Zeit haben im deutschsprachigen Raum besonders Mayring (2003) und im anglo-amerikanischen Raum die genannte Forschungsgruppe um Diener (bspw. Oishi & Diener, 2001) die verschiedenen Komponenten des SWB strukturiert und sie in einen einheitlichen Rahmen integriert. Nach Kim-Prieto et al. (2005) lassen sich die Komponenten des SWB auf einer kognitiven und einer affektiven Ebene anordnen. Die kognitive Ebene wird durch Lebenszufriedenheit respektive –unzufriedenheit (als globale Bewertung des bisherigen Lebens) und spezifische Zufriedenheit in relevanten Lebensreichen (z.B. der Arbeit oder der Familie etc.) beschrieben. Als affektive Komponente des SWB stellen Stimmungen und Gefühle emotionale Bewertungen und Einschätzungen von Ereignissen im Leben dar. Bradburn und Caplovitz (1965) unterteilen die affektive Ebene weiter in zwei distinkte Faktoren, den angenehmen und den unangenehmen Affekt, die separat gemessen und bewertet werden sollen. Über die Unabhängigkeit beider Affektfaktoren wird in der psychologischen Literatur noch debattiert, wobei es sowohl Belege für eine Trennung als auch für eine Vereinigung beider Faktoren gibt. Die Andersartigkeit gerade von längerfristig affektiven Faktoren gilt jedoch als belegt: Diener und Emmons (1984) ermitteln, dass eine Trennung von positivem und negativem Affekt umso besser gelingt, je größer der Zeitabstand seit dem Ereignis ist (siehe auch Diener, Smith & Fajita, 1995). Beide Konstrukte sind zwar invers interkorreliert, jedoch gut trennbar. Über die statistische Unabhängigkeit zwischen affektiven und kognitiven Maßen des SWB besteht indes Einigkeit: So wird unter anderem bei Arthaud-Day, Rode, Mooney und Near (2005) oder bei Lucas, Diener und Suh (1996) mit Hilfe des Multitrait-Multimethod Ansatzes folgendes belegt: Emotionen, wie Ärger oder Stolz können vor dem Hintergrund hoher wie auch geringer Zufriedenheit auftreten, wahrscheinlich aber mit unterschiedlicher Häufigkeit. Positiver Affekt kann sogar im Sinne eines Kontrasteffektes spätere Unzufriedenheit begünstigen, wenn er mit überhöhten Erwartungen und Ansprüchen einhergeht.

Zusammenfassend schlagen Kim-Prieto et al. (2005) unter anderem die folgenden Konstrukte als Komponenten des SWB vor, die in Auszügen auch in der vorliegenden Arbeit genutzt werden sollen (siehe Tabelle 1.1):

---

<sup>2</sup> Aus diesem Grund werden in einem klinischen Setting zur Beurteilung einer Person und ihres Gesundheitszustandes neben Maßen des SWB viele weitere Verfahren eingesetzt, deren Normwerte eine quasi-objektive Einordnung der Person erlauben.

Tabelle 1.1: Bestandteile des SWB (eigene Zusammenstellung)

Positive Gestimmtheit	Negative Gestimmtheit	Zufriedenheit
Freude	Traurigkeit	Zufriedenheit mit dem aktuellen Leben
Stolz	Depressivität	Zufriedenheit mit dem bisherigen Leben
Glück	Ängstlichkeit	Zufriedenheit in spezifischen Lebensbereichen

Aus dieser Einteilung unterschiedlicher Komponenten des SWB kann in dieser Arbeit nicht jede betrachtet und untersucht werden. Die vorliegende Arbeit fußt auf Daten eines bestehenden Projekts, dessen Fokus nicht auf einer umfassenden Erhebung aller Facetten des SWB liegt, sondern auf der Erfassung des individuellen Umgangs mit Anforderungen des sozialen Wandels. Aus den im Projekt erhobenen Maßen soll daher eine sinnvolle Auswahl solcher Komponenten vorgenommen werden, welche die bisher vorgestellten Dimensionen des SWB repräsentieren, und welche eine angemessene Variabilität der SWB-Maße abdecken. Dies sind erstens „Zufriedenheit mit dem aktuellen Leben“ als kognitives Maß des SWB, zweitens „Depressivität“ als Maß einer negativen Gestimmtheit sowie drittens „positiver Affekt“ wie Freude oder Stolz als Maß positiver Gestimmtheit. Diese Einteilung ist somit nicht spezifisch an einen bestimmten theoretischen Ansatz zum SWB gebunden, sondern soll einfach die Unterschiedlichkeit der Komponenten des SWB abbilden und kann keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben (für eine Darstellung der in dieser Studie verwendeten Maße siehe Kapitel 6.2.1).

### 1.2 Set-Point Theorie des SWB als integrierender theoretischer Ansatz

Die generell gestiegene Beachtung positiver Konzepte in der Psychologie findet auch ihren Ausdruck in einem wachsenden Interesse an theoretischen Ansätzen des SWB (Seligman, 2002). Indes steht eine thematische Zusammenführung dieser Ansätze bislang noch aus. So schreibt auch Bruce Headey – einer der führenden Forscher zum Themenbereich des SWB – in einem im Jahre 2008 veröffentlichtem Zeitschriftenbeitrag: „[...] *we probably have a long way to go in developing a satisfactory theory of SWB.*“ (S. 401). Dies mag auch darin begründet liegen, dass in der empirischen Forschung zum SWB drei unterschiedliche Wissenschaftsfelder zusammentreffen:



- 1) Soziodemographische Forschung, die an Merkmalen wie Alter, Geschlecht, Einkommen und Familienstand und ihrem Einfluss auf das SWB interessiert ist (bspw. Bradburn, 1969).
- 2) Genetische Forschung, die an biologischen Korrelaten glücklicher und unglücklicher Personen, wie unter anderem deren Persönlichkeit, interessiert ist (Wessman & Ricks, 1966).
- 3) Sozial- und Kognitionspsychologie, die vor allem unterschiedliche Lebensereignisse, Vergleichsmaßstäbe, Zielvorstellungen und Anpassungsprozesse untersuchen (Brickman & Campbell, 1971).

In der aktuellen Diskussion zur theoretischen Einordnung des Konzepts des SWB hat die *Set-Point* Theorie (Sollwerttheorie) des SWB in den letzten Jahren einen zentralen Stellenwert für die Erklärung des SWB erlangt. Sie gilt als die im Moment vorherrschende und dominante Theorie zum Themenbereich des SWB (Lucas, 2007). Ihren Ursprung findet diese Theorie in einem Buchbeitrag von Brickman und Campbell (1971), nach dem Individuen ein inneres Gleichgewicht des SWB unabhängig von äußeren Bedingungen aufrechterhalten. Die Autoren nennen dies *hedonic treadmill* und beschreiben diese hedonistische Tretmühle mit den folgenden, fast schon pessimistischen Worten: „*The nature of [adaptation] condemns men to live on a hedonic treadmill, to seek new levels of stimulation merely to maintain old levels of subjective pleasure, to never achieve any kind of permanent happiness or satisfaction.*“ (S. 289). Im Zentrum dieser Theorie steht die Beobachtung, dass Menschen ein relativ stabiles Niveau von SWB über ihre Lebenszeit besitzen. Auf neue Ereignisse, Lebensumstände oder Situationen reagiert das SWB initial zwar stark, jedoch lernen Menschen über die Zeit mit den neuen Umständen umzugehen, so dass sich ihr SWB anschließend wieder auf dem Ausgangsniveau einpendelt (Headey & Wearing, 1989). Mit dem Terminus der hedonistischen Tretmühle wird in der empirischen Psychologie die These verbunden, dass Versuche zur Erhöhung des SWB nutzlos sind, es wird ausschließlich durch eine Kombination aus Genen und Zufallseffekten bestimmt (Brickman & Campbell, 1971).

Unter dem Namen *Set-Point* Theorie des SWB werden nun eine Vielzahl verschiedener theoretischer Ansätze und Begriffe – wie der angeführte Begriff der hedonistischen Tretmühle (Brickman & Campbell, 1971), die Adaptationstheorie (Frederick & Loewenstein, 1999) oder Theorie des dynamischen Gleichgewichts (Headey & Wearing, 1989) – zusammengefasst, nach denen die genetische Basis eines Menschen einen lebenslangen Sollwert des SWB determiniert. Positive und negative Lebensereignisse können zwar temporär zu einer Ablenkung

und Abweichung von diesem Sollwert führen, unausweichlich aber wird das SWB durch Adaptationsprozesse wieder zu dem Sollwert zurückkehren (Diener, Lucas & Scollon, 2006). Ereignisse führen zu kurzfristigen Veränderungen des SWB, auf längerer Sicht wird aber das Ausgangsniveau wieder erreicht.<sup>3</sup> Diese theoretischen Ansätze bauen auf Prozessen der automatischen Habituation und Adaptation psychologischer Systeme auf, die es konstanten Reizen erlaubt, in den Hintergrund zu treten und die somit psychische Ressourcen für neue Stimuli freihalten, welche direkte Aufmerksamkeit erfordern (Frederick & Loewenstein, 1999).<sup>4</sup>

Erste empirische Befunde für das Modell des Sollwertes stammen aus dem Jahre 1978 von Brickman, Coates und Janoff-Bulman: In der heute als klassisch zu bezeichnenden Studie zeigen sie, dass sich Lotto-Gewinner und eine Kontrollgruppe hinsichtlich ihres SWB nicht unterscheiden. Anfänglich führt ein Lotteriegewinn zu einer Erhöhung des SWB, nach einem Jahr ist dieses aber auf das Ausgangsniveau abgesunken. Auch Silver und Wortman (1980) ermitteln, dass nach einem Unfall gelähmte Personen – wie zu erwarten ist – eine deutlich negative Affektbalance erleben. Acht Wochen nach dem Unfall jedoch überwiegt der positive gegenüber dem negativen Affekt.

Auf der Basis dieser und weiterer Studien setzte sich die Sollwerttheorie des SWB rasch in der empirischen Forschung durch (Diener et al., 2005). Die Idee der hedonistischen Anpassung bietet eine überzeugende Erklärung für die Beobachtungen, dass Menschen ein relativ stabiles SWB trotz widriger Umstände behalten oder dass Menschen mit vielen Ressourcen nicht zwangsläufig ein glücklicheres Leben haben als Menschen mit weniger Ressourcen.

### 1.3 Empirische Befunde zur Set-Point Theorie des SWB

Die tatsächliche empirische Befundlage zur Sollwerttheorie ist allerdings gemischt und lässt sich grob – mit großer Überschneidung zu den genannten Forschungsgebieten des SWB – in vier Bereiche einteilen: Erstens weisen geringe Zusammenhänge des SWB mit soziodemographischen Merkmalen darauf hin, dass biologische und psychologische Faktoren einen relativ deterministischen Einfluss auf das SWB haben (Diener, Sandvik, Seidlitz & Diener, 1993). Zweitens stammen die Theorie besonders bestätigende Befunde aus Zwillingstudien.

---

<sup>3</sup> Messtheoretisch bedürfen Hypothesen dieser Art längsschnittlich angelegter Untersuchungen, um kurzfristige Veränderungen vom konstanten, individuellen Sollwert des SWB unterscheiden zu können.

<sup>4</sup> Helson (1947) definiert Adaptation als die geringer werdende Reaktion auf einen kontinuierlichen oder wiederholten Stimulus. Adaptation, aber auch Habituation umschreiben somit quasi automatische (biologische) Prozesse der Gewöhnung, wohingegen der Begriff der Bewältigung eher die aktive Rolle der Personen im Umgang mit neuen Stimuli herausstreicht.

welche zeigen können, dass SWB eine starke genetische Basis hat (Lykken & Tellegen, 1996). Diese positiven Befunde sollen aber nicht über die Tatsache hinwegtäuschen, dass viele der Studien ein kritisches Echo erfahren haben. Zudem existieren Studien besonders aus der Bewältigungsforschung, die keine stichhaltigen Belege für die Thesen der Theorie ermitteln. Diese Forschung kann drittens zeigen, dass die Wirkung von negativen Lebensereignissen auf das SWB stärker und nachhaltiger ist als von positiven Lebensereignissen (Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer & Vols, 2001). Auch kann viertens die These einer vollständigen Adaptation und Rückkehr zur Baseline nicht aufrechterhalten werden, es gibt hohe interindividuelle Varianz in der Adaptation (Headey, 2008).

Entlang dieser vier Forschungsbereiche soll im Folgenden ein Überblick über – theoriekonforme und theoriendiskonforme – empirische Befunde zur Sollwerttheorie des SWB geboten werden.

### *1.3.1 Soziodemographische Einflüsse auf das SWB*

Viele Befunde zur These der *Set-Point* Theorie, dass SWB ein über die Zeit stabiles Konstrukt ohne äußere Einflussmöglichkeiten sei, stammen aus Untersuchungen, die sich mit dem Verhältnis von soziodemographischen Merkmalen zum SWB befasst haben. Die folgenden Abschnitte stellen eine Zusammenstellung aktueller Forschungen zum Zusammenhang zwischen Soziodemographie und SWB vor.

#### *Alter*

Betrachtet man die gesamte Lebensspanne eines Menschen, so lässt sich eine hohe Stabilität des SWB betrachten (Shmotkin, 1990), konform zur Sollwerttheorie verändert sich das SWB eines Menschen im Laufe seines Lebens nur relativ wenig. Im vierten Lebensalter ab etwa 80 Jahren sollte es allerdings, so die ursprüngliche Vermutung, aufgrund vielfältiger erlebter Verluste im kognitiven, gesundheitlichen, aber auch sozialen Bereich systematisch absinken (Smith, Borchelt, Maier & Jopp, 2002). Unter der Überschrift „Zufriedenheitsparadox des Alterns“ wird in vielen Studien mit unterschiedlichen Methoden und Stichproben aber gezeigt, dass auch im vierten Lebensalter das SWB einer hohen Stabilität unterliegt (Kunzmann, Little & Smith, 2000). Eine kritische Würdigung erfährt das Zufriedenheitsparadox des Alterns bei Staudinger (2000). Methodisch muss vor allem das Problem der Stichprobenselektion berücksichtigt werden, denn Studienteilnehmer sind vorwiegend ältere Menschen mit gutem Gesundheitszustand, was zu einer Verzerrung der Ergebnisse führt. Tatsächlich zeigt sich, dass je stärker die Teilnehmer von gesundheitlichen Problemen betroffen sind,

desto geringer ist die Stabilität des SWB und desto eher zeigt sich eine Abnahme des SWB im Verlauf des Alterungsprozesses (Kunzmann et al., 2000). Zudem fußt eine Mehrzahl der Analysen auf Querschnittsdaten, so dass auch Kohortenunterschiede nicht auszuschließen sind. Vor diesem Hintergrund sind daher Längsschnittstudien interessant, die über die Lebensspanne hinweg die inter- und intraindividuelle Variabilität des SWB abbilden können. In dieser Hinsicht ist besonders auf die Studien von Schilling (2006) mit Daten des sozioökonomischen Panels (SOEP) hinzuweisen. Diese Daten belegen eine relativ hohe Stabilität des SWB bis in das hohe Alter hinein. Unabhängig vom Alter zeigt sich aber im jeweiligen Terminalstadium des Lebens, das heißt etwa in den letzten zwei Jahren vor dem Tod, ein sehr deutlicher Abfall des SWB. Hierfür sind zu einem Großteil gesundheitliche Probleme als Ursache zu nennen, die gehäuft im Endstadium des Lebens auftreten. Normalerweise kann sich das SWB auch von krankheitsbedingten Einbußen erholen und wieder zum Ursprungsniveau zurückkehren (siehe aber hierzu den Abschnitt zu misslungener Adaptation), im Falle von tödlichen Erkrankungen jedoch tritt diese Erholung nicht mehr auf, so dass unter Betrachtung der gesamten Lebensspanne ein systematisches Absinken des SWB beobachtet wird.

### *Geschlecht*

In Übereinstimmung mit der Sollwerttheorie sind Geschlechtsunterschiede im SWB, wie Altersunterschiede auch, nur von geringer Größe (Haring, Stock & Okun, 1992) oder nicht vorhanden (Inglehart, 1990). Wenn jedoch anstelle einer globalen Betrachtung des SWB dessen einzelne Komponenten betrachtet werden, sind Unterschiede zwischen Frauen und Männern festzustellen: Nolen-Hoeksema und Rusting (1999) sind der Ansicht, dass Frauen sowohl positive als auch negative Affekte intensiver erleben. Auch Fujita, Diener und Sandvik (1991) ermitteln, dass der Faktor Geschlecht für die Aufklärung emotionaler Intensität eine bedeutsamere Rolle spielt als für globales SWB. Frauen – so die Autoren – sind offener für emotionale Erfahrungen, die sie sowohl empfänglicher für gute Stimmungen als auch vulnerabler für depressive Affekte machen. In den jeweiligen extremen Stimmungsgruppen der sehr glücklichen als auch der sehr unglücklichen Personen sind Frauen daher überrepräsentiert. Nach Nolen-Hoeksema und Rusting (1999) beruht diese Geschlechtsdifferenz auf sozial und kulturell vorgegebenen Rollenmustern. Mit Blick auf die kognitive Komponente des SWB – die Lebenszufriedenheit – zeigen sich keine Unterschiede zwischen den Geschlechtern.

### *Einkommen*

Die empirischen Ergebnisse für die Beziehung zwischen Einkommen und SWB sind ambivalent: So können manche Studien eine positive Assoziation zwischen diesen Variablen finden (z.B. Diener et al., 1993), andere Studien hingegen weisen diese nicht nach (z.B. Clark & Oswald, 1994). Die jeweils ermittelten Effektgrößen sind – unabhängig von deren Signifikanzniveau – nur klein oder verschwinden gar bei Berücksichtigung weiterer demographischer Variablen.

In einer deutschen Studie ermittelt Schyns (2000) eine gemeinsame Kovarianz zwischen eigenem Einkommen und SWB von 0.3 – 2.5 Prozent. In einer international über insgesamt 19 Ländern angelegten Studie beträgt die mittlere gemeinsame Varianz etwa zwei Prozent (Diener & Oishi, 2000). Bei einer multifaktoriellen Betrachtung und Kontrolle weiterer Variablen – wie beispielsweise des Erwerbsstatus, welcher thematisch eng mit dem Einkommen zusammenhängt – sinken die Koeffizienten jedoch unterhalb des Signifikanzniveaus. Für die empirische Beziehung zwischen Einkommen und SWB kann somit in Übereinstimmung mit der Sollwerttheorie von keinem substanziellen Zusammenhang ausgegangen werden.

### *Familienstatus*

Entgegen den Annahmen der Sollwerttheorie des SWB wird in vielen Studien eine positive Beziehung zwischen SWB und Familienstatus, genauer der Existenz einer Ehe, belegt (u.a. White, 1992). So zeigen verheiratete Personen ein höheres SWB als ledige, geschiedene, verwitwete oder getrennt lebende Personen. Die positive Kovariation bleibt – im Gegensatz zu den vorgestellten Merkmalen Alter, Geschlecht und Einkommen – auch bei Kontrolle für konfundierende Variablen wie Einkommen robust (Gohm, Oishi, Darlington & Diener, 1998).

Die kausale Richtung zwischen Familienstatus und SWB ist noch Bestandteil empirischer Debatten (Coombs, 1991). Längsschnittlich angelegte Studien zeigen, dass glücklichere Menschen mit größerer Wahrscheinlichkeit heiraten und länger verheiratet bleiben als andere Personen (Mastekaasa, 1994). Da dieser Selektionseffekt jedoch nicht sehr hoch ausfällt, wird davon ausgegangen, dass eine Heirat und die mit ihr zusammenhängenden förderlichen Effekte, wie emotionale oder ökonomische Unterstützung, positive Einflüsse auf das SWB haben (Coombs, 1991). Fehlen diese förderlichen Effekte einer Ehe, wie zum Beispiel in unglücklichen Beziehungen, so sind auch die Einflüsse des Familienstatus auf das SWB nicht signifikant. Dies zeigt sich auch in dem Befund, dass eine hohe Beziehungsqualität unabhängig vom formalen Familienstatus ein guter Prädiktor für ein hohes SWB ist

(Hendrix, 1997; King, 1993), wobei die Stärke des Zusammenhangs zwischen Familienstatus und SWB abnimmt: Die Effekte des Familienstatus werden also über die Beziehungsqualität vermittelt.

### *Erwerbstätigkeit und Arbeitslosigkeit*

Die Existenz individueller Belastungen und Problemlagen als Folge von Arbeitslosigkeit gilt als hinreichend gesichert. Zahlreiche Studien belegen die Zusammenhänge zwischen Arbeitslosigkeit und SWB (bspw. Winefield, 1995; Elkeles & Seifert, 1992). Auch aktuelle Meta-Studien (wie bspw. Paul & Moser, 2001; McKee-Ryan, Song, Wanberg & Kinicki, 2005) zeigen eindeutig, dass Arbeitslosigkeit in sehr deutlicher Weise sowohl psychisches als auch physisches Wohlbefinden beeinträchtigt. Entgegen den theoretischen Annahmen der Sollwerttheorie haben Arbeitslose höhere Depressionswerte, eine geringere Lebenszufriedenheit, ein geringeres Selbstwertgefühl und sie zeigen mehr psychosomatische Symptome als erwerbstätige Vergleichspersonen (Paul & Moser, 2001). Auch repräsentative Ergebnisse des SOEP, des Mikrozensus und des nationalen Gesundheitssurveys bestätigen die bisherigen Befunde (Dittrich, 2001; Steinle, 2001). Nach Dittrich (2001), der über Daten des Mikrozensus berichtet, bestehen zwischen Erwerbstätigen und Erwerbslosen große Unterschiede im SWB. Auch in weiteren repräsentativen Studien wie der deutschen Herz-Kreislauf-Präventionsstudie (DHP) hatte die Gruppe der Arbeitslosen nicht nur einen schlechteren Gesundheitszustand, sondern auch ein deutlich vermindertes SWB (Elkeles, 1999). Längsschnittstudien zum Wechsel von Erwerbstätigkeit in Arbeitslosigkeit zeigen eindeutig, dass ein Arbeitsplatzverlust eine nachweisbare Verschlechterung des psychischen Befindens nach sich zieht und diese auch längere Zeit anhalten kann (Paul & Moser, 2001).<sup>5</sup> Befunde von Studien, die den Wechsel von der Erwerbslosigkeit in eine neue Erwerbstätigkeit untersuchen, sind ein Spiegelbild der vorgenannten Ergebnisse: Es findet sich eine Verbesserung des SWB bei Wiedereingliederung in den Beruf.

### *Bildung*

Geringe, aber in der Regel noch signifikante Korrelationen werden in der Literatur für die Beziehung zwischen SWB und Bildungsniveau berichtet (bspw. Diener et al., 1993). Dieser Zusammenhang beruht zumindest in Teilen auf der Kovariation der Bildung mit Einkommen

---

<sup>5</sup> Angemerkt sei an dieser Stelle, dass es zahlreiche Studien gibt, die für den Zeitraum kurz nach dem Beginn der Erwerbslosigkeit ein gesteigertes und erhöhtes SWB belegen (siehe bspw. Brinkmann & Potthoff, 1983). Dies mag damit zusammenhängen, dass der letzte Arbeitsplatz als gesundheitlich und psychisch belastend wahrgenommen wurde. Insofern ist die Anfangsphase der Arbeitslosigkeit für diese Personen zunächst mit einer Erleichterung verbunden.

und Erwerbsstatus (Witter, Okun, Stock & Haring, 1984). Bildung ist also nur insofern mit dem SWB verbunden, als höher gebildete Personen auch eher ein höheres Einkommen sowie das geringere Risiko einer Arbeitslosigkeit haben. Clark und Oswald (1994) machen zudem auf die Überlegung aufmerksam, dass eine hohe Bildung auch direkt ein hohes SWB fördern kann, indem sie Personen in die Lage versetzt, eigene Ziele eher zu verfolgen und sie letztlich auch zu erreichen.

Abschließend zur Behandlung der soziodemographischen Forschungsansätze bleibt somit festzuhalten, dass diese nicht in Gänze die Thesen der Sollwerttheorie des SWB unterstützen können. Zwar ist die Bedeutung der meisten soziodemographischen Variablen für das SWB nur sehr gering: Merkmale, wie etwa für Alter oder individuelles Einkommen, können zwar temporär zu einer Abweichung von dem Sollwert des SWB führen, unausweichlich aber wird das SWB durch Adaptationsprozesse wieder zu dem Sollwert zurückkehren. Für andere Variablen aber, wie etwas für Arbeitslosigkeit oder Familienstatus, zeigt sich ein Zusammenhang mit dem SWB und eine längerfristige Ablenkung vom Sollwert. Obwohl diese Beziehungen von verhältnismäßig kleiner Effektgröße sind, genügen sie jedoch schon für eine Einschränkung der Sollwerttheorie: die Ausprägung des individuellen SWB scheint nicht gänzlich unabhängig von soziodemographischen Merkmalen und den damit verbundenen Erfahrungen zu sein.

### *1.3.2 Genetischer Einfluss auf das SWB*

Da sich interindividuelle Unterschiede im SWB schon im Kindesalter zeigen und sich als relativ stabil über die Zeit darstellen, wird es häufig in Verbindung mit genetischen Einflüssen gesehen (bspw. Lykken & Tellegen, 1996). So sollen Menschen eine genetische Prädisposition haben, eher glücklich oder unglücklich zu sein, das heißt, einen genetisch festen Sollwert des SWB haben, der sich über die Lebensspanne nicht ändert.

Tatsächlich kann in zahlreichen Zwillingsstudien ein beachtlicher Anteil der Varianz des SWB als genetisch determiniert identifiziert werden. Tellegen et al. (1988) schätzen, dass 40 Prozent der Varianz des positiven Affekts sowie 55 Prozent der Varianz des negativen Affekts genetisch bedingt sind. Umwelteinflüsse hingegen haben mit einer Varianzaufklärung von 22 Prozent (positiver Affekt) respektive zwei Prozent (negativer Affekt) einen deutlich geringeren Einfluss. In einer weiteren Studie behaupten Lykken und Tellegen (1996) sogar, dass 80 Prozent der Varianz des SWB (betrachtet über den Zeitraum von 10 Jahren) erblich bedingt ist.

An dieser Stelle muss aber kritisch angemerkt werden, dass die genetischen Anteile an der Varianz des SWB über kürzere Zeiträume deutlich geringer ausfallen können: Je größer der untersuchte Zeitraum, desto größer werden die genetischen Einflüsse, da sich unterschiedliche situative Ereignisse neutralisieren und in einem solchen Fall vor allem die Stabilität eines Merkmals untersucht wird. Zudem muss bedacht werden, dass in Zwillingsstudien die vorhandene Umweltvarianz nicht sonderlich hoch ist: Im hypothetischen Fall einer gänzlich konstanten und gleichen Umwelt würde jegliche Variation des SWB genetisch erklärt werden. Auch Diener et al. (1999) bewerten die Debatte bezüglich genetischer Einflüsse auf das SWB eher kritisch und kommentieren, dass die ermittelten Ergebnisse nur die Art der Fragen widerspiegeln: Würde man Individuen mit identischen Erfahrungen im Zeitverlauf untersuchen, würden diese Einzelereignisse und Lebensveränderungen systematische Auswirkungen auf das SWB haben. Der Anteil dieser Ereignisse an der Gesamtvarianz des SWB würde über den Anteil genetischer Effekte hinausgehen.

Der Einfluss genetischer Faktoren ist zudem nicht in allen Studien dieser Art so hoch, wie in den Untersuchungen der Forschergruppe um Tellegen. So ermitteln McGue und Christensen (1997) in einer Zwillingsstudie, dass der genetische Einfluss an der Varianz positiven und negativen Affekts nur bei 27 Prozent liegt. Auch Gatz, Pedersen, Plomin und Nesselroade (1992) finden nur eine geringe Erblichkeit für SWB, vergleichsweise größeren Einfluss haben etwa nicht geteilte Lebenserfahrungen. In dieselbe Richtung argumentieren Silberg, Heath, Kessler und Neale (1990): Hinsichtlich positivem und negativem Affekt ist der Anteil erklärter Varianz durch nicht geteilte Umwelterfahrungen größer als durch genetische Einflüsse.

Zusammenfassend scheint es also einen nachweisbaren genetischen Einfluss auf das SWB zu geben, auch wenn die Erblichkeitsschätzungen in den einzelnen Untersuchungen erheblich streuen. Die Heritabilität kann generell als ein starkes Argument für die Sollwerttheorie des SWB angesehen werden. Entgegen deren Vorhersagen muss aber einschränkend festgehalten werden, dass Schätzungen für Umwelteinflüsse auch belegen können, dass ein Anteil der Wohlbefindensvarianz nicht geteilten Erfahrungen geschuldet ist. Tatsächlich scheinen auch Lebenserfahrungen zur individuellen Ausprägung des SWB und zu deren Sollwert beitragen zu können.

### *1.3.3 Lebensereignisse und deren Zusammenhang mit dem SWB*

Es ist eine Binsenweisheit, dass das Leben sowohl aus positiven als auch aus negativen Ereignissen und Einflüssen besteht. Kein Gemeinplatz ist allerdings die Tatsache, dass negative



Ereignisse eine intensivere und nachhaltigere Wirkung auf das SWB haben als positive Ereignisse. Mit anderen Worten, Ereignisse mit einer negativen Valenz – wie etwa der Verlust eines Geldbetrags oder die Tatsache, kritisiert zu werden – produzieren stärkere Emotionen und wirken nachhaltiger und längerfristiger als positive Ereignisse – wie etwa ein Geldgeschenk oder ein Lob. Wenn Ereignisse mit vergleichbar positiver und negativer Valenz auftreten, überwiegen die psychologischen Auswirkungen negativer Ereignisse gegenüber den Auswirkungen positiver Ereignisse (Baumeister et al., 2001).

So untersucht beispielsweise eine Tagebuch-Studie von David, Green, Martin und Suls (1997) die Effekte alltäglicher Erfahrungen auf das SWB. Unangenehme Ereignisse zeigen stärkere Effekte auf die erhobenen Stimmungsmaße als angenehme Ereignisse. Obwohl jedes Ereignis die jeweils passende Stimmung in vergleichbarem Ausmaß beeinflusst – das heißt eine höhere negative Stimmung folgt negativen Ereignissen, eine höhere positive Stimmung folgt positiven Ereignissen –, zeigen negative Ereignisse zusätzlich auch Auswirkungen auf das Ausmaß positiver Stimmung, ein Effekt, der sich für positive Ereignisse hinsichtlich negativer Stimmung nicht zeigt. Bei positiven Ereignissen ist also lediglich eine Steigerung positiver Stimmung zu beobachten, bei negativen Ereignissen sowohl eine Steigerung negativer als auch eine Senkung positiver Stimmung.

Weitergehende Bestätigung für die negativen Auswirkungen von Ereignissen ermitteln Nezlek und Gable (2001) auch hinsichtlich unterschiedlicher Maße des SWB, wie Depressivität und Ängstlichkeit. Die stärkeren Effekte negativer Erfahrungen auf das SWB lassen sich über eine Vielzahl unterschiedlicher Ereignisse generalisieren, wie Ressourcenverlust gegenüber Ressourcengewinn (Wells, Hobfoll & Lavin, 1999), Geldverlust gegenüber Geldgewinn (Kahnemann & Tversky, 1984), Verlust der Erwerbstätigkeit gegenüber Aufnahme einer neuen Beschäftigung (Paul & Moser, 2001) oder – wie schon besprochen – positiven gegenüber negativen Alltagsereignissen (siehe auch Sheldon, Ryan & Reis, 1996).

Diese Befundlage gilt insbesondere für kumulierte Ereignisse. Zahlreiche Forscher vertreten die Auffassung, dass es nicht Einzelereignisse sind, die negativ mit dem SWB verbunden sind, sondern dass vor allem kumulierte Ereignisse Potenziale für negative Auswirkungen auf das SWB besitzen (Jones, Forehand, Brody & Armistead, 2002; Sameroff, 2000). Gerade aus der Resilienzforschung zu Kindheit und Jugend ist bekannt, dass es selten einzelne Belastungen sind, die nachhaltige negative Auswirkungen auf das SWB und auf die spätere psychosoziale Entwicklung der Kinder haben, sondern dass vielmehr das Zusammenwirken von unterschiedlichen Lebensereignissen den Ausschlag gibt (Rutter, 1987, 1999).<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Siehe diesbezüglich auch die Diskussion in Kapitel 2.8.

Infolgedessen kann festgehalten werden, dass entgegen den Vorhersagen der Sollwerttheorie das SWB sehr wohl entlang von Lebensereignissen variieren kann. Inwieweit diese Befunde damit zu der Annahme berechtigen, dass negativ wahrgenommene Ereignisse des sozialen Wandels mit einem geringen SWB in Verbindung stehen, soll an dieser Stelle noch nicht erörtert werden. Es wird auf das zweite Kapitel verwiesen, in dem der soziale Wandel explizit in die Überlegungen eingeführt und in seiner Bedeutung für das SWB thematisiert wird.

#### *1.3.4 Mislungene Adaptation*

Als vielleicht kontroversester Punkt der Sollwerttheorie des SWB kann die These verstanden werden, dass über einen längerfristigen Zeitrahmen betrachtet das SWB eines Menschen sehr stabil ist, eine Veränderung des SWB nicht möglich ist (Brickmann & Campbell, 1971). Eine Adaptation geschieht unausweichlich und ist für alle Personen gleich, keine Lebensereignisse sollten einen nachhaltigen Effekt auf das SWB haben. Gegen diese These sprechen aber die Befunde, dass es hohe interindividuelle Varianz in der Adaptation gibt (Lucas, Clark, Georgellis & Diener, 2003). Das Ausmaß, die Schnelligkeit und sogar die Richtung der Adaptation variieren deutlich zwischen Menschen. Die interindividuelle Variabilität der Adaptation ist in ihrer Größe vergleichbar mit der interindividuellen Variabilität der Baseline (Lucas, 2007).

Wie viele neuere Studien zeigen können, gelingt eine rasche und vollständige Wiederherstellung des SWB nicht immer. So gibt es zahlreiche empirische Belege für eine unvollständige Adaptation, vor allem bei negativen und unabänderlichen Ereignissen. Ein besonders tragisches Ereignis, bei dem keine Adaptation des SWB zu beobachten ist, betrifft den unerwarteten Tod eines eigenen Kindes (Wortman & Silver, 1987). Auch zahlreiche Jahre nach dem Verlust zeigt sich ein deutlich vermindertes SWB. Einen ähnlichen Befund liefern Stroebe, Stroebe, Abakoumkin und Schut (1996) bei verwitweten Personen: Zwar finden sie ein gestiegenes SWB dieser Personen zwei Jahre nach dem Tod der Ehepartner, im Vergleich zu einer Kontrollgruppe ist die tatsächliche Höhe des SWB aber signifikant geringer. In einer vergleichbaren Studie können etwa Lichtenstein, Gatz und Berg (1998) zeigen, dass die negativen Effekte für verwitwete Ehepartner noch nach drei Jahren wirksam sind. Mehnert, Krauss, Nadler und Boyd (1990) untersuchen Unterschiede zwischen behinderten Personen und einer Kontrollgruppe nicht behinderter Personen: Auch in dieser Studie findet sich zwar eine Verbesserung des SWB, das Niveau der Kontrollgruppe wird aber nicht erreicht. In einer weiteren Studie von Verbrugge, Reoma und Gruber-Baldini (1994) zeigen die Autoren, dass es chronischen Schmerzpatienten mit einer geringen Anzahl an Symptomen gelingt, innerhalb

des Zeitraum von einem Jahr wieder ihre ursprüngliche Baseline des SWB zu erlangen. Patienten indes mit fünf oder mehr Symptomen erlangen innerhalb dieses Zeitraums ihr Niveau nicht wieder zurück. Auf der Datenbasis des SOEP über einen Zeitraum von 17 Jahren untersuchen Fujita und Diener (2005) sowie Lucas et al. (2003) die interindividuelle Variabilität des SWB in Abhängigkeit von verschiedenen Lebensereignissen: Es zeigt sich, dass eine Heirat kurzfristig mit einem erhöhten SWB einhergeht und von einer relativ raschen Adaptation gefolgt wird. Allerdings, das Ausmaß der Anpassung streut deutlich entlang unterschiedlicher Lebensereignisse. Die Erfahrungen einer Verwitwung oder Scheidung gehen mit einer großen Verminderung des SWB einher, die noch acht Jahre nach dem Ereignis messbar ist.

Vor dem Hintergrund dieser Befunde kann die ursprüngliche Auslegung der Sollwerttheorie, nach der Menschen auf neue Reize initial stark reagieren, sich aber über die Zeit gesehen ihr SWB wieder auf dem Ausgangsniveau einpendelt (Headey & Wearing, 1989), nicht aufrecht erhalten werden. Mit Blick auf die Befunde zur Adaptation fassen Frederick und Loewenstein (1999) zusammen, dass die Anpassung an bestimmte Ereignisse wie etwa eine Gefängnisstrafe schneller und auch vollständig gelingen kann. Eine Anpassung an und die Bewältigung von Ereignissen wie dem Tod einer geliebten Person gelingen nur schwieriger und dauern auch längere Zeit. Bei gänzlich unkontrollierbaren und überraschenden Ereignissen, welche auch die eigene Existenz betreffen mögen, kann eine Anpassung und Bewältigung auch gänzlich misslingen. Baumeister et al. (2001) sprechen in diesem Zusammenhang auch von einer asymmetrischen Adaptation: Die Gewöhnung an positive Ereignisse geht – so bedauerlich dies für das SWB der Personen ist – relativ schnell und umfassend vonstatten, die Gewöhnung an negative Ereignisse hingegen dauert länger und kann in bestimmten Fällen ganz fehlschlagen.

#### *1.4 Resümee der Set-Point Theorie des SWB*

Die Studien zur Sollwerttheorie des SWB zusammenfassend muss die Frage gestellt werden, ob dieses Konzept der Anpassung ein adäquates Untersuchungsmodell für die psychologische Forschung des SWB im Allgemeinen und für die vorliegende Dissertationsschrift im Speziellen ist. Als Antwort wird ein „Ja, aber...“ vorgeschlagen. Ja, denn Menschen passen sich an viele Lebensereignisse an, dies häufig sogar in relativ kurzer Zeit. Die Sollwerttheorie kann mithin erklären, weshalb so viele Faktoren, wie zum Beispiel das Einkommen, nur einen geringen Einfluss auf das SWB haben oder weshalb die Schätzungen zur Erblichkeit des

SWB so hoch liegen. Aber die Grundthese dieser Theorie, dass Adaptation ein quasi unausweichlicher und automatischer Prozess sei, kann in dieser Form nicht aufrechterhalten werden. Das SWB einer Person kann sich sehr wohl – auch längerfristig – ändern, Adaptation ist kein zwangsläufiger Prozess und Lebensereignisse spielen in der Tat eine Rolle.

An dieser Stelle müssen nun flexiblere theoretische Modelle generiert werden, die beschreiben können, welchen Einfluss unterschiedliche Lebensereignissen auf das SWB haben und weshalb die Anpassung an solche Lebensereignisse zwischen Personen und Situationen variiert (Lucas, 2007). So greift zum Ersten eine Beschränkung auf die Untersuchung des Einflusses einzelner Lebensereignisse auf das SWB zu kurz, wie die Befunde zu kumulierten Lebensereignissen oder zu kumulierten gesundheitlichen Belastungen zeigen. Gerade in Lebensphasen, die sich durch eine Vielzahl belastender Ereignisse auszeichnen (wie z.B. eine Erwerbslosigkeit), gelangen Personen durch die Mehrfachbeanspruchung schneller an ihre persönlichen Grenzen und haben daher ein höheres Risiko eines geringen SWB. Zum Zweiten muss berücksichtigt werden, dass Adaptation und Bewältigung von Lebensereignissen ein interindividuell unterschiedlich ausgeprägter Prozess ist. Manchen Personen gelingt die Rückkehr zu ihrem Sollwert nach Lebensereignissen schneller und vollständiger, andere brauchen länger dafür und dritte scheitern gänzlich. Aus der Bewältigungsforschung ist bekannt, dass sich die Auswirkungen von Lebensereignissen je nach verfügbaren Handlungsstrategien und -ressourcen unterscheiden (Brandstädter, 2007). Eine adaptive Regulation des SWB erfordert die passende Auswahl eigener Bewältigungshandlungen auf Basis der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Optionen. Gerade die Nutzung solcher Bewältigungsstrategien, die gut auf den Belastungscharakter eines Lebensereignisses passen, ermöglicht eine schnelle und vollständige Rückkehr zum Sollwert des SWB.

Vor diesem Hintergrund möchte die vorliegende Arbeit die Sollwerttheorie des SWB als Basis nehmen und die angeführten Erweiterungen in einer Analyse des Zusammenhangs zwischen individuellem Erleben des sozialen Wandels und SWB integrieren. So soll erstens untersucht werden, ob solche äußeren und belastenden Lebensereignisse, die auf gesellschaftliche Veränderungsprozesse zurückzuführen sind, systematisch mit einem geringeren SWB assoziiert sind. Hierbei wird angenommen, dass gerade kumulierte Erfahrungen mit dem sozialen Wandel einen negativen Zusammenhang mit dem individuellen SWB aufweisen. Zweitens findet ebenso die Idee der Adaptation in der Arbeit Beachtung: Es wird davon ausgegangen, dass individuelle Bewältigungsstrategien den Zusammenhang zwischen erlebtem sozialem Wandel und SWB vermitteln können. Drittens wird die These der Passung zwischen

äußeren Lebensereignissen und Bewältigung untersucht: Es wird angenommen, dass die Adaptivität des Bewältigungsverhaltens hinsichtlich des SWB entlang des wahrgenommenen Kontrollpotenzials über die Lebensereignisse variiert. Besteht eine hohe Passung zwischen dem wahrgenommenen Kontrollpotenzial und der gewählten Bewältigungsstrategie, so ist von einer hohen Adaptivität hinsichtlich des SWB auszugehen, besteht allerdings eine nur geringe Passung, so sollte dies mit einer geringen Adaptivität für das SWB einhergehen.



---

## 2 *Sozialer Wandel und dessen Zusammenhang mit SWB*

Das folgende Kapitel bietet einen Überblick über das Thema des sozialen Wandels und beschäftigt sich mit theoretischen Annahmen und empirischen Überprüfungen zu dessen Beziehungen mit SWB (Kapitel 2.1 – 2.5). Auf der Basis einer Darstellung von spezifischen Anforderungen des sozialen Wandels in den Lebensbereichen Arbeit und Familie soll eine zentrale Annahme der Studie begründet werden, dass diese Anforderungen als Stressoren betrachtet werden können, welche systematisch mit einem niedrigerem SWB in Zusammenhang stehen (Kapitel 2.6 – 2.9).

### *2.1 Überblick über das Themengebiet des sozialen Wandels*

Mit dem Begriff des sozialen Wandels wird in den Sozialwissenschaften und hier besonders in der Soziologie und der Politikwissenschaft nicht allein der Gegensatz zu statischen und dynamischen Gleichgewichtszuständen thematisiert, sondern auf die Bedeutung von dauerhaften und nachhaltigen Veränderungen in ganzen Gesellschaften oder in wichtigen Teilbereichen, wie beispielsweise in Institutionen, hingewiesen (Scheuch, 2003; Blossfeld, 2000). Insofern ist dieses Thema als ein zentraler Topos in Soziologie und Politologie anzusehen. Unter dem Begriff sozialen Wandels werden danach eine Vielzahl technologischer, ökonomischer und sozialer Veränderungen zusammengefasst, die jede für sich, besonders aber in ihrem Zusammenwirken, zu gesellschaftlichen und individuellen Umgestaltungen geführt haben (Crocket & Silbereisen, 2000). Solche Ereignisse können zu verschiedenen Zeitpunkten und mit unterschiedlicher Stärke und Geschwindigkeit in einer Gesellschaft stattfinden und führen ihrerseits dann zu individuellen und strukturellen Veränderungen (Trommsdorff, 2000). Sozialer Wandel kann ein langsamer und kontinuierlicher Prozess von technologischen, ökonomischen und sozialen Veränderungen sein (bspw. Bildungsexpansion in den 60er Jahren; siehe dazu etwa Zinneker, 1987), aber ebenso ein plötzlicher und abrupter Wechsel aufgrund von historischen Ereignissen, wie politischen Umbrüchen (wie etwa die deutsche Wiedervereinigung) oder technologischen Entwicklungen (z.B. die IT-Technologie).

Somit ist das Phänomen des sozialen Wandels kein neues Thema, sondern mindestens ebenso alt wie die bisherige menschliche Sozialisationsgeschichte. Aufgrund seiner Geschwindigkeit und Dimension wird der heutige soziale Wandel jedoch als historisch einzigartig betrachtet (Rudel & Hooper, 2005). In den Sozialwissenschaften, als den Fachdisziplinen, die sich bislang am intensivsten mit den Ursachen und den Auswirkungen des sozialen Wandels beschäftigt haben, existiert dabei keine einheitliche, übergreifende Theorie

der unterschiedlichen gesellschaftlichen Entwicklungen.<sup>7</sup> Stattdessen werden in der Literatur je nach unterschiedlicher Disziplin bestimmte gesellschaftliche Entwicklungen besonders hervorgehoben, während andere nur geringe oder keine Aufmerksamkeit erfahren. Für die heute zu beobachteten gesellschaftlichen Veränderungen schlagen Tomasik und Silbereisen (2008) vor, sie in die drei folgenden Bereiche einzuteilen: Veränderungen durch Pluralisierungsprozesse, durch demografischen Wandel und durch Globalisierung.

Der erste große gesellschaftliche Trend betrifft die wachsende Individualisierung sowie Pluralisierung von Lebensverläufen (Berger, 1996). In diesem Zusammenhang wird auch gerne von einer „De-Institutionalisierung von Lebensläufen“ (Settersten, 2002) oder „Destandardisierung von Lebensläufen“ (Bertram, 1994) gesprochen. Menschen in der westlichen Welt emanzipieren sich zunehmend von traditionellen Rollenmustern in vielen Bereichen ihres Lebens. Sie sehen sich immer stärker mit der Erwartung und Forderung konfrontiert, ihre Geschicke selbst zu bestimmen und für das Ergebnis die Verantwortung zu tragen. Traditionen und bisherige Lebensabläufe werden zunehmend unwichtiger und ihr Einfluss auf viele Lebensbereiche (wie etwa berufliche Entwicklung, interpersonelle und romantische Beziehungen, Familienformen, Kindererziehung und Freizeitaktivitäten) nimmt ab (Berger, 1996). So werden traditionelle familiäre Rollenkonzepte wie das des „männlichen Einzelverdieners“ obsolet und das von den Eltern vorgelebte Familienbild bietet weniger Orientierung und Vorbereitung für das eigene Leben. Diewald (1991) bewertet mögliche Folgen von Individualisierungsprozessen hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf Bindungen als negativ: Durch solche Prozesse werden tradierte Lebens- und Beziehungsformen zersetzt, ohne dass gleichwertige neue Beziehungen an deren Stelle treten. Insbesondere familiäre und nachbarschaftliche Beziehungen seien in ihrem Umfang eingeschränkt und in ihrer Bedeutung geschwächt worden. Generell verlieren traditionelle Institutionen ihren sinnstiftenden Wert und ihre Leitfunktion für das individuelle Leben (Ebertz, 1997; Krech, 1998). Dazu gehört auch der sinkende Einfluss der Kirchen in einer Gesellschaft, die durch zwei gegenläufige Momente gekennzeichnet ist: erstens durch eine verstärkte Säkularisierung und Entkirchlichungstendenzen und zweitens durch eine Pluralisierung, bis hin zu einer Fundamentalisierung religiöser Überzeugungen niederschlägt (Pollack & Pickel, 1999).

Den zweiten gesellschaftlichen Entwicklungstrend bilden demografische Veränderungen der bundesdeutschen und anderen westlichen Gesellschaften (Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung, 2006). Damit ist vor allem das Altern der Gesellschaft angesprochen, das durch zwei sich ergänzende Entwicklungen geprägt ist: erstens durch eine steigende

---

<sup>7</sup> Hier sollen als wichtigste theoretische Ansätze genannt sein: Zyklentheorien, Evolutionstheorien, Modernisierungstheorien, Struktur-funktionalistische Theorien und Neo-Evolutionismus (Scheuch, 2003).



Lebenserwartung und zweitens durch eine niedrige Geburtenrate. In Konsequenz führt dies zu veränderten intergenerationellen Beziehungen, da diese nun länger dauern und somit mehr Generationen als in früheren Zeiten umfassen (Watkins, Menken & Bongaarts, 1987). Sie sind zudem durch stärkere gegenseitige Verpflichtungen gekennzeichnet und verlangen deshalb eine größere Solidarität zwischen den Generationen (Lüscher, 2000; Stosberg, 1999).

Als drittes zeigen sich solche gesellschaftliche Entwicklungen, die unter dem Begriff Globalisierung gefasst werden und im Wesentlichen den gesellschaftlichen Teilbereich der Ökonomie betreffen. Die in diesem Zusammenhang anzusprechenden Entwicklungen zeigen sich in besonderem Maße in einer zunehmenden Internationalisierung der Märkte, das heißt nicht nur im Bereich der Produktion, sondern zunehmend auch bei Dienstleistungen. Durch den Zusammenbruch des kommunistischen Systems in der ehemaligen Sowjetunion und in Osteuropa, durch die Ausweitung der elektronischen Kommunikation und durch die zunehmende Integration der Finanzmärkte wurde der freie Welthandel angekurbelt und wird weiter gefördert (Fligstein, 1998; Montanari, 2001; Regini, 2000). Diese Situation wird von Nolan (1999) mit den Worten beschrieben, dass die Welt sich zu einem „globalen Dorf“ verändert habe.

In erster Linie manifestiert sich Globalisierung im ökonomischen Sektor, es zeigen sich aber auch gesellschaftliche und kulturelle Auswirkungen. Zum Ersten vollzieht die deutsche Gesellschaft durch parallele Entwicklungen, wie den technologischen Fortschritt insbesondere in den Informations- und Kommunikationstechnologien, den Wechsel von einer Industrie- zu einer Wissens- und Informationsgesellschaft mit einem für diesen Gesellschaftstyp kennzeichnenden starken Dienstleistungssektor (Schink, 2004; Voß, 2001). Zum Zweiten stehen nun Menschen mit unterschiedlichen sozialen und kulturellen Hintergründen sowie mit unterschiedlichen Überzeugungen und Verhaltensweisen häufiger in Kontakt miteinander (Lash & Urry, 2004). Sie erfahren die Normalität von Fremdheit und Andersartigkeit, sie entwickeln daraus neue Einstellungs- und Verhaltensmuster oder verstärken alte Muster.

Die an dieser Stelle nur kurz angesprochenen gesellschaftlichen Trends führen zu mannigfaltigen Veränderungen in unterschiedlichen Lebensbereichen wie zum Beispiel in der Arbeitswelt (Reitzle & Silbereisen, 1999; Rifkin, 1995) oder im Familien- und Privatleben (Beck-Gernsheim, 1997; Engstler & Menning, 2003; Kopp, 2000; Roloff & Dorbritz, 1999). Es ist anzunehmen, dass die daraus resultierenden Veränderungen relevante Rahmenbedingungen für das SWB setzen. Die folgenden Abschnitte werden sich diesem Thema

widmen und anhand ausgewählter theoretischer und empirischer Literatur darlegen, inwieweit und aus welchen Gründen gesellschaftliche Entwicklungstrends mit dem SWB in Zusammenhang stehen.

## 2.2 Theoretische Annahmen zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB

Die Ambivalenz eines wie auch immer gearteten gesellschaftlichen Fortschrittes – und vor allem die Ambivalenz seiner Konsequenzen – ist ein zentrales Thema der öffentlichen Diskussion, an der nicht nur Politiker und Wissenschaftler, sondern auch Schriftsteller und Künstler beteiligt sind.

So veröffentlichte Jean-Jacques Rousseau schon 1754 eine beeindruckende Kritik der damaligen gesellschaftlichen Entwicklung: er schreibt, dass Individuen ihrer persönlichen Freiheit beraubt seien und zunehmend sozial abhängig würden, sie verlören ihre kognitiven Fähigkeiten und würden konträr ihrer eigenen Natur und gegen ihre Bedürfnisse leben.

Der französische Soziologe Emile Durkheim (1897) macht am Ende des 19. Jahrhunderts auf die Ambivalenz des sozialen Fortschritts aufmerksam. Gerade die Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt sollten seiner Meinung nach deutliche Auswirkungen auf den sozialen Zusammenhalt haben. Die fortschreitende ökonomische Entwicklung hat nach Durkheim eine sehr differenzierte, komplexe und spezialisierte Arbeitsteilung zur Folge, die der Einzelne nicht mehr überblicken und verstehen kann. Der mit dieser Entwicklung einhergehende Rückgang religiöser und gesellschaftlicher Werte führt nach Durkheim zwangsläufig zu individuellen Anpassungsschwierigkeiten, zu gesellschaftlichen Störungen und damit zur Verringerung sozialer Ordnung. Aufgrund von Gesetz- und Regellosigkeit sei dann eine gesellschaftliche Integration nicht länger gewährleistet. Diesen Zustand nennt Durkheim Anomie, die beim Individuum zu Angst und Unzufriedenheit führen müsse.

An der Schwelle zum 21. Jahrhundert scheinen Rousseaus und Durkheims Ansichten über sich verändernde Gesellschaften eine Renaissance zu erfahren. An dieser Stelle ist besonders Richard Sennetts Beitrag *The corrosion of character* hervorzuheben, welcher sich mit psychosozialen Konsequenzen moderner, global kapitalisierter Gesellschaften im beginnenden dritten Jahrtausend auseinandersetzt (Senett, 1998). Vor allem eine neue ökonomische Kultur mit zunehmender Flexibilisierung, kurzfristigeren Verträgen und daraus resultierender temporärer Arbeitslosigkeit sieht er als Hauptverursacher vieler individueller Probleme an. Wie sollen Individuen vor dem Hintergrund flüchtigerer Arbeitsverhältnisse längerfristige Ziele entwickeln und verfolgen können? Wie können dauerhafte soziale Beziehungen aufgebaut werden? Menschliche Bedürfnisse nach Kontinuität, Sicherheit, Bedeutung, Identität

und sozialer Integration sind nur schwierig mit einer derart veränderten flexibilisierten Arbeitskultur in Einklang zu bringen. Nach Sennett führen die aktuellen Anforderungen einer globalen, den nationalen Regelungsmöglichkeiten widerstrebenden Wirtschaftsordnung zu einem konflikthaften Gegensatz zwischen individuellen Wünschen und Vorstellungen auf der einen Seite und den Möglichkeiten diese zu erfüllen auf der anderen Seite. Er nimmt an, dass steigende Arbeitsflexibilität und -mobilität – der Wechsel von einer Arbeitsstelle zur nächsten Stelle sowie der begleitende räumliche Umzug – zu Gefühlen der Entfremdung, der Bedeutungslosigkeit und letztlich zur sozialen Isolation führen.

Neben Sennett haben sich auch deutsche Autoren – vor allem nach dem Fall der Mauer – mit den aktuellen Modernisierungsprozessen und deren Folgen für das Individuum beschäftigt (u.a. Bohle, Heitmeyer, Kühnel & Sander, 1997; Diewald, Huinink & Heckhausen, 1999; Sydow, Wagner, Jülich & Kauf, 1999; Roloff & Dorbritz, 1999). So beschreiben beispielsweise Bohle et al. (1997), dass Modernisierungsprozesse zu Spannungen innerhalb der Gesellschaft und letztlich zu gesellschaftlichen Krisen führen können, die sich auch auf individueller Ebene auswirken können. Vor allem in Ostdeutschland – so ihre These – sollten gesellschaftliche Spannungen und Krisen besonders deutlich sein, da *„die Wiedervereinigung, der Zusammenbruch des politischen Systems, die Globalisierung des Kapitals als auch der Kommunikationsmöglichkeiten, Massenarbeitslosigkeit sowie kulturelle, religiöse und ethnische Konflikte zu einer starken Unsicherheit und Hilflosigkeit führte, welche alle Bereiche einer Gesellschaft durchdringt und deren zerstörerische Konsequenzen für die individuelle als auch kollektive Ebene weder hinreichend beachtet noch diskutiert wurden.“* (S. 10). Als zerstörerische Konsequenzen führen die Autoren eine Abschwächung des sozialen Zusammenhalts an, der auf individueller Ebene von sozialer Isolation, Orientierungslosigkeit, Unsicherheit und Entfremdung begleitet ist und in Identitätsproblemen, Gefühlen von Bedeutungslosigkeit und Kraftlosigkeit, in Apathie und sogar im Suizid ihren Ausdruck findet.

Fasst man diese theoretischen Überlegungen zu den individuellen Auswirkungen gesellschaftlicher Veränderungsprozesse zusammen, so werden Personen und ihre Anpassungskompetenz in Zeiten starken sozialen Wandels herausgefordert oder sogar überstrapaziert. Die Anforderungen durch solche Veränderungsprozesse können somit die individuell verfügbaren Ressourcen übertreffen und zu psychischen Stress und anderen schwerwiegenden Konsequenzen führen (Elder & Caspi, 1990).

### 2.3 *Empirische Befundlage zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB*

Im folgenden Abschnitt findet sich eine Auswahl internationaler Studien, die sich mit dem Thema gesellschaftlicher Umbrüche und deren Auswirkungen auf das individuelle SWB beschäftigen. Betrachtet man deren empirische Befunde, so sind die Ergebnisse weniger eindeutig als die im vorangehenden Abschnitt beschriebenen theoretischen Annahmen es vermuten lassen.

Zahlreiche Studien befassen sich beispielsweise mit sozialem Wandel in Korea und dessen individuellen Auswirkungen. Es wird kontrovers diskutiert, inwieweit der Wandel von einer repressiven Militärdiktatur zu einem demokratischen Rechtsstaat und von einer einkommensarmen Gesellschaft zu einer – zumindest regionalen – ökonomischen Führungskraft Konsequenzen für das SWB der Bevölkerung hat. In zwei repräsentativen Umfragen vergleichen Shin und Rutkowski (2003) die Zufriedenheit der koreanischen Bevölkerung zwischen den Jahren 1981 und 2001. Innerhalb dieser 20 Jahre hat insgesamt betrachtet das SWB abgenommen, affektive und kognitive Maße gleichermaßen belegen den Abfall im SWB der koreanischen Bevölkerung. Allerdings gelten diese negativen Beziehungen zwischen sozialem Wandel und SWB nicht in jedem Fall, so gibt es Lebensbereiche (bspw. Gesundheit), in denen die koreanische Bevölkerung 2001 eine höhere Zufriedenheit erlebt als 1981. Ähnlich differenziert zu betrachtende Befunde berichtet Kim (2001), nach denen besonders die empfundene Schnelligkeit und Unkontrollierbarkeit des sozialen Wandels in Korea negativ bewertet werden und mit einer höheren Depressivität in Verbindung stehen. Andere Aspekte des Wandels hingegen (wie bspw. das empfundene Ausmaß des Wandels) werden weniger negativ bewertet und korrelieren auch nicht mit SWB. Der Autor erklärt diese überraschenden Befunde mit der Ambivalenz des sozialen Wandels, so bietet er manchen Personen neue Herausforderungen und Chancen, andere Personen stellt er vor neue Probleme (Wheaton, 1994).

Eine Vielzahl weiterer Studien beschäftigt sich mit dem Ende des kalten Krieges und dem Zusammenbruch der kommunistischen Regime in ehemaligen sowjetrussischen Staaten. Vor dem Hintergrund des Kollaps der planwirtschaftlichen Ausrichtung und der Einführung marktwirtschaftlicher Prinzipien in Russland formulieren beispielsweise Shteyn, Schumm, Vodopianova, Hobfoll und Lilly (2003) die These, dass die Erfahrung ökonomischer Probleme und materieller Deprivation (wie des Kaufkraftverlust des Rubels oder steigender instabiler Beschäftigungsverhältnisse) negative Effekte auf das SWB haben sollte. Tatsächlich finden die Autoren, dass ökonomische Verluste mit einem höheren Stresserleben und einem geringeren SWB einhergehen. Vergleichbare Befunde ermitteln Abbott und Sapsford

(2006) in einer Studie in der Ukraine. Allerdings ist der Zusammenhang zwischen materieller Deprivation und SWB nicht groß, zahlreiche individuelle Merkmale (wie körperliche Gesundheit oder die Wahrnehmung, Kontrolle über sein Leben ausüben zu können) zeigen in dieser Studie höhere Zusammenhänge mit SWB. Zur Überraschung der Autoren findet sich zudem ein substantiell hoher Anteil resilienter Personen, die trotz ökonomischer Probleme eine hohe Zufriedenheit und ein glückliches Leben berichten. Die Autoren führen diesen Befund auf individuelle Bewältigungsstrategien zurück, die es Personen ermöglicht, auch im Angesicht ökonomischer Belastungen ein hohes SWB zu erhalten.

Die weiteren Studien dieses Abschnittes setzen sich im speziellen mit der deutschen Situation nach der Wende auseinander. In ähnlicher Weise wie in den ehemaligen sowjet-russischen Staaten wird auch mit Blick auf den Fall der Berliner Mauer und der deutschen Wiedervereinigung angenommen, dass sich aufgrund der ökonomisch und politisch verursachten Veränderungen (Einführung eines parlamentarischen Mehrparteiensystems; Einführung eines marktwirtschaftlichen Systems verbunden mit steigenden Arbeitslosigkeitsraten und Arbeitsplatzunsicherheit; Einführung einer neuen Rechtsordnung etc.) negative Auswirkungen auf das SWB ergeben sollten. Vergleiche zwischen Ost- und Westdeutschen können diese These aber nicht konsistent bestätigen. Unterschiede zwischen beiden Landes- teilen werden zwar in einigen Studien hinsichtlich Lebenszufriedenheit (geringer in Ost- deutschland; Schmitt, Maes & Schmal, 1999), Selbstwert (geringer in Ostdeutschland; Noack, Kracke, Wild & Hofer, 2001) und depressiver Symptome (höher in Ostdeutschland; Pollmer & Hurrelmann, 1992) berichtet. In zahlreichen anderen Studien finden sich jedoch keine entsprechenden Unterschiede. So sind etwa bei Sydow et al. (1999) keine Unterschiede im SWB und Selbstwert und bei Forkel und Silbereisen (2003) keine erhöhte Depressivität bei Ostdeutschen festzustellen.

An dieser Stelle hervorzuheben ist der Aufsatz *Modernity and Happiness* von Bulmahn (2000). Er untersucht die Veränderung von vier SWB-Maßen – Lebenszufriedenheit, Glück, Ängstlichkeit und Anomie – in Ost- und Westdeutschland mit Hilfe des Wohlfahrtssurvey über den Zeitraum von 1978 bis 1998.<sup>8</sup> Die Analysen zeigen auf eindruckvolle Art, dass sich die Maße des SWB über den Erhebungszeitraum betrachtet im Osten nicht verschlechtert haben. Im Gegenteil, während Zufriedenheit und Glück in Westdeutschland auf einem relativ hohen Niveau persistieren, kann für Ostdeutschland eine Verbesserung des SWB beobachtet werden. Im Vergleich zur ersten Erhebung im Jahr 1990 nimmt der Anteil zufriedener Menschen in Ostdeutschland stetig zu. Auf der Basis seiner Ergebnisse weist Buhlman (2000)

---

<sup>8</sup> Westdeutschland umfasst den gesamten Untersuchungszeitraum, Ostdeutschland nur den von 1990-1998.

daher die These zurück, dass – zumindest in Ostdeutschland – soziale Transformationsprozesse und gesellschaftliche Veränderungstrends mit zerstörerischen Konsequenzen im Sinne von Bohle et al. (1997) einhergehen.

Eine interessante Studie von Diewald et al. (1996) untersucht die unterschiedlichen Zusammenhänge zwischen sozialen Wandel und Selbstwert bei vier Kohorten.<sup>9</sup> Die Ergebnisse zeigen, dass insbesondere die zum Zeitpunkt der Wiedervereinigung etwa Fünfzigjährigen ein vermindertes Selbstwertgefühl berichten, für die anderen beobachteten Kohorten der jeweils Dreißig-, Vierzig- und Sechzigjährigen kann keine vergleichbare Abnahme des Selbstwertgefühls beobachtet werden. Die Autoren deuten dies als Hinweis auf kohortenspezifische Auswirkungen der Wendeerfahrungen: Die Abnahme des SWB bei den Fünfzigjährigen spiegelt deren besonders hohe Betroffenheit mit wendebezogenen Belastungen wider. Im Gegensatz zu dieser Kohorte besitzen die jüngeren Studienteilnehmer noch ausreichend entwicklungsregulative Strategien, die ihnen den Umgang mit den Verunsicherungen des gesellschaftlichen Umbruchs erleichtern. Die ältere Kohorte kann relativ einfach in altersbedingten Ruhe- oder Vorruhezustand wechseln.

Insgesamt scheint sich der empirische Zusammenhang zwischen sozialem Wandel und SWB als uneindeutig darzustellen. Zwar kann kein Zweifel an der Tatsache bestehen, dass in den letzten zwei Dekaden – gerade in den Ländern der vorgestellten Studien – massive gesellschaftliche Veränderungen stattfanden und immer noch stattfinden. Gleichwohl, die theoretischen Annahmen von Sennett (1998) oder Bohle et al. (1997) finden in den empirischen Untersuchungen nur teilweise Unterstützung: Gesellschaftliche Transformationen führen nicht einheitlich – und wenn nur in einem schwachen Ausmaß – zu einem verringerten SWB. Vor diesem Hintergrund erscheint eine inhaltliche Diskussion über die inkonsistente Befundlage und deren mögliche Ursachen angezeigt.

#### *2.4 Deutung der empirischen Befunde zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB*

Mögliche Erklärungen für die uneinheitliche Befundlage werden bereits in den Studien angeführt, die keine negativen Zusammenhänge ermitteln können: So beschreiben beispielsweise sowohl Kim (2001) als auch Bulmahn (2001) sozialen Wandel als einen vielschichtigen Prozess, der positive und negative Konsequenzen haben kann. Eine Deutung des Wandels ausschließlich als Auslöser individueller Problemlagen greife zu kurz. Auch scheint es den

---

<sup>9</sup> Die Mitglieder der Kohorten waren zum Zeitpunkt der deutschen Wiedervereinigung 60, 50, 40 bzw. 30 Jahre alt.

Befunden von Abbott und Sapsford (2006) sowie Diewald et al. (1996) zu Folge bestimmte Faktoren, wie Bewältigungsstrategien, zu geben, die es Menschen erlauben, trotz belastender Lebensumstände ihr SWB zu regulieren. Diese Aspekte werden im folgenden ausführlich als Ursache für die uneinheitlichen Befunde zu den Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB vorgestellt.<sup>10</sup>

So beschäftigt sich erstens der Großteil publizierter Studien nur mit einem einzelnen Aspekt des sozialen Wandels, größtenteils mit ökonomischen Problemen (wie bspw. die erwähnten Studien zu den Auswirkungen des Zusammenbruchs des kommunistischen Systeme in Osteuropa; Shteyn et al., 2003; Abbott & Sapsford, 2006). In der Regel sieht man sich jedoch nie nur mit einem singulären Aspekt des sozialem Wandels konfrontiert, sondern gleichzeitig mit mehreren seiner vielfältigen und teils widersprüchlichen Facetten. Faktisch beinhaltet sozialer Wandel das Potenzial für Gewinne und Verluste zur gleichen Zeit, beispielhaft zu beobachten im Verlauf des Einigungsprozesses (z.B. Arbeitsplatzunsicherheit gepaart mit Reisefreiheit (Wheaton, 1994)). Wie schon der beschriebenen koreanischen Studie von Shin und Rutkowski (2003) zu erkennen ist, stellt sozialer Wandel einen ambivalenten Prozess dar, der auf der einen Seite mit sozialer Desintegration, individueller Anomie, Apathie und geringerem SWB verbunden ist, auf der anderen Seite jedoch ebenso neue Möglichkeiten für höheres SWB und gesellschaftliche Integration bietet.

Die angeführten theoretischen Überlegungen von Sennett (1998) oder von Bohle et al. (1997) beschreiben den Aspekt des sozialen Wandels ausschließlich als Auslöser gesellschaftlicher Krisen und der daraus resultierenden individuellen Anpassungsprobleme. Sie berücksichtigen jedoch nicht die gleichfalls möglichen positiven Auswirkungen des sozialen Wandels wie etwa den aufholenden Wohlstand in Ostdeutschland. Auch die Veränderungen in den Wertorientierungen der Menschen (Individualisierung) werden nur einseitig betrachtet. Zwar steht Individualisierung auch in Verbindung mit sozialer Desintegration, mit Isolation und geringerer Solidarität zwischen den Menschen, übersehen wird dabei jedoch, dass mit Individualisierung auch befreiende Aspekte verbunden sind, wie etwa die Befreiung von traditionellen Verpflichtungen und kulturellen Beschränkungen (Buhlmann, 2000). Auch

---

<sup>10</sup> An dieser Stelle nicht aufgeführt sind mögliche methodische Ursachen der uneinheitlichen Zusammenhänge zwischen sozialem Wandel und SWB, wie eine mangelnde Vergleichbarkeit der Stichproben. Zum Beispiel untersuchen Schmitt et al. (1999) Personen im Alter zwischen 14 und 87 Jahren, wohingegen bei Forkel und Silbereisen (2003) der Fokus auf Jugendlichen im Alter zwischen 10 und 15 Jahren liegt. Die uneinheitlichen Befunde könnten somit als Hinweis auf kohortenspezifische Auswirkungen des sozialen Wandels sensu Diewald et al. (1996) gedeutet werden. Allerdings kann angenommen werden, dass kohortenspezifischen Auswirkungen des Wandels für eine unterschiedliche Bewältigungskompetenz mit sozialem Wandel (z.B. Jüngere höhere als Ältere) stehen. In diesem Sinne sind methodische Ursachen nicht als erklärendes Merkmal zu verstehen, sondern eher als Proxy für die tatsächlichen Ursachen.

kann eine Individualisierung eine gestiegene Autonomie bedeuten, die mit der Verwirklichung selbst gesteckter Ziele einhergeht.

Sozialer Wandel ist somit in seinen Konsequenzen ein ambivalenter Prozess, der in vielfältiger Weise individuelles SWB beeinflussen kann. Positive und negative Effekte überschneiden sich in ihrer Wirkung und können sich gegenseitig kompensieren. Über die Zeit und vor allem über eine Population betrachtet, können sich Gewinne und Verluste aufgrund des sozialen Wandels die Waage halten (Pinquart & Silbereisen, 2004) und dies sowohl auf einer Makroebene (Gesellschaft) als auch auf der Mikroebene (Individuum). Gesellschaftliche Veränderungen sind aber innerhalb einer Population nicht gleich verteilt, das heißt sozialer Wandel beeinflusst verschiedene Menschen nicht in gleichem Maße (siehe die bereits angeführte Studie von Diewald et al., 1996). Während zum Beispiel technologischer Fortschritt gerade bei qualifizierten Arbeitern mit positiven Folgen verbunden sein kann (z.B. durch bessere Arbeitsbedingungen), können sich geringer qualifizierte Arbeiter und Arbeitslose aufgrund mangelnder Lernerfahrungen *on the job* durch technische Entwicklungen überfordert fühlen. Neben der beruflichen Qualifikation (d.h. Bildung) liegt eine weitere Trennlinie wohl auch beim Alter: Während besonders jüngere Personen von den Effekten der Individualisierung und der damit verbundenen gestiegenen Autonomie und Freiheit profitieren sollten, überwiegen für ältere Personen eher deren Nachteile wie etwa die Auflösung sozialer Netzwerke.

Diese möglichen Trennlinien korrespondieren mit der angeführten Überlegung, dass besonders Ostdeutsche oder Bewohner der ehemaligen Ostblockstaaten aufgrund dramatischer gesellschaftlicher Veränderungen ein höheres Ausmaß psychischen Stress empfinden sollten. Jedoch erlaubt die Identifizierung solcher Unterschiede im SWB – wie regionaler Unterschiede bei Ost-West-Vergleichen oder Kohortenunterschiede bei Altersvergleichen – keine Überprüfung der Frage, ob tatsächlich Unterschiede im Ausmaß sozialen Wandels für mögliche interindividuelle Differenzen verantwortlich gemacht werden können. Shanahan und Elder (1997) schlagen daher ein Verfahren vor, bei dem das Ausmaß sozialen Wandels direkt am Individuum erfasst wird, um ein Maß für die interindividuell verschiedene Konfrontation mit sozialem Wandel zu erheben. Auf diese Weise können auch unterschiedliche Teilaspekte sozialen Wandels integriert und das individuelle Erleben einer Vielzahl gesellschaftlicher Veränderungen erfasst werden. Auch die vorliegende Arbeit hat das Ziel, Zusammenhänge zwischen dem Ausmaß gesellschaftlicher Trends in verschiedenen Lebensbereichen, dem interindividuell verschiedenen Erleben dieser Veränderungen und unterschiedlichen Maßen des SWB zu analysieren.



Als zweiter Grund für die uneinheitliche und in Teilen widersprüchliche Befundlage der Zusammenhänge zwischen gesellschaftlichen Veränderungen und SWB ist anzuführen, dass Menschen keineswegs nur passive Empfänger oder Opfer der mit dem sozialen Wandel einhergehenden Veränderungen sind. Sie sind vielmehr (Mit-)Verursacher des Wandels, die durch eigenes Entscheidungsverhalten über Lebenschancen und Lebensverläufe (sei es mit Bezug auf berufliche Karriere oder Familie) gesellschaftliche Trends beeinflussen können (Pinquart & Silbereisen, 2004). Bestimmte Personengruppen wie etwa Politiker oder wirtschaftliche und sozial-kulturelle Eliten sind nicht nur qua beruflicher Funktion, sondern auch gerade in ihrem eigenen Selbstverständnis „die“ Produzenten sozialen Wandels, durch deren Entscheidungen das Leben vieler Menschen tangiert wird.

Generell versuchen Menschen, aktiv mit den Anforderungen umzugehen, um ihr Leben an die neuen Begebenheiten anzupassen. Zahlreiche theoretische und auch empirische Konzepte beschäftigen sich mit dem Zusammenspiel zwischen äußeren Veränderungen und individueller Reaktionen (bspw. Lazarus & Folkman, 1984; Elder & Caspi, 1990). Elder (1985) beschreibt beispielsweise ein allgemeines Modell (das Kontrollzyklenmodell) zum individuellen Umgang mit belastenden Stressoren in der Folge gesellschaftlicher Veränderungen. Nach dieser Modellvorstellung verursachen sozialer Wandel und die daraus resultierenden individuellen Anforderungen ein Ungleichgewicht zwischen den Ansprüchen an Individuen auf der einen Seite und den ihnen zur Verfügung stehenden Ressourcen zur Bewältigung dieser Ansprüche auf der anderen Seite, womit ein Gefühl des Kontrollverlustes über das eigene Leben verbunden ist. In einer solchen Situation werden daraufhin unterschiedliche Anstrengungen unternommen, – das sind die sogenannten Kontrollzyklen –, um die verloren gegangene Kontrolle wieder herzustellen und um ein neues Gleichgewicht zwischen eigenen Ansprüchen und Ressourcen aufzubauen. Es erfolgt also eine Anpassung an die neuen Bedingungen, um damit Gefahren für das SWB abzuwehren.

Auf kognitiver, emotionaler oder aktionaler Ebene wird versucht, die Anforderungen aufzufangen, auszugleichen oder zu meistern (Muthny, 1989). Das Individuum kann unter anderem versuchen eigene Ansprüche herabzusetzen, eigene Ressourcen aufzubauen oder neue Verhaltensweisen zu entwickeln. Für den Fall aber, dass diese Bemühungen nicht zu einer Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen Ansprüchen und Ressourcen führen, sind negative Einflüsse auf das SWB wahrscheinlich (Elder & Caspi, 1990). Die vorliegende Arbeit verfolgt daher das Ziel, Zusammenhänge unterschiedlicher Bewältigungsstrategien mit SWB aufzuzeigen und mögliche puffernde Einflüsse auf den angenommenen negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB zu analysieren.

Eng verwandt mit der zweiten Ursache der insuffizienten Befundlage hinsichtlich der Zusammenhänge zwischen sozialem Wandel und SWB ist ein dritter Punkt anzuführen, der bereits in der Studie von Kim (2001) zu den Auswirkungen des Wandels in Korea berichtet wird. In dieser Studie zeigt besonders die Wahrnehmung des Wandels als nicht vorhersehbaren und unkontrollierbaren Prozess eine deutlich negative Beziehung zu SWB. In der empirischen Literatur werden Kontrollüberzeugungen dahingehend diskutiert, inwieweit sie die Bewältigung von Stressoren im Allgemeinen befördern oder behindern können (bspw. Trommsdorf, 2000). So sollte der adaptive Umgang mit stressreichen Ereignissen unter anderem davon abhängen, inwieweit eine Person der Überzeugung ist, ob sie selbst Kontrolle über die stresshaften, wandelbezogenen Anforderungen ausüben kann oder ob deren Kontrolle bei externen Personen oder der Umwelt liegt. Stress- und Bewältigungstheorien gehen davon aus, dass die Auswahl von Bewältigungsstrategien und deren Adaptivität hinsichtlich des SWB von individuellen Kontrollüberzeugungen abhängt. Es wird angenommen, dass keine Bewältigungsstrategie per se einer anderen vorzuziehen ist, da deren Nutzen für und deren Effekte auf das SWB entlang der wahrgenommenen Kontrolle über die wandelbezogenen Anforderungen variiert.

Umso überraschender ist die Tatsache, dass eine Untersuchung dieser Annahmen über die spezifische Bewältigung von Stressoren des sozialen Wandels bisher noch nicht erfolgt ist. Dem Wissen des Autors nach hat sich bis zum jetzigen Zeitpunkt noch keine Studie der besonderen Rolle solcher Merkmale für die Untersuchung der Zusammenhänge zwischen erlebtem sozialen Wandel, Bewältigungsstrategien und SWB gewidmet. Die Studie von Kim (2001) bietet aber schon Hinweise, dass die Wahrnehmung von Kontrolle auch im Kontext des sozialen Wandels eine zentrale Bedeutung besitzt. Zudem können weitere Studien zur generellen Bewältigung stresshafter Anforderungen schon zeigen, dass den Kontrollüberzeugungen eine wichtige Rolle im Bewältigungsprozess hinsichtlich des SWB zukommt. Internale Kontrollüberzeugungen befähigen ein Individuum zur erfolgreichen, aktiven Bewältigung der Situation und sind mit einem höheren SWB verbunden; externale Kontrollüberzeugungen hingegen führen eher zu einer größeren Distanzierung von den Stressoren und sind mit einem geringeren SWB verbunden.

### *2.5 Die Jenaer Studie zu individuellen Auswirkungen sozialen Wandels und ihre Ergebnisse*

Zur Behebung der genannten Schwachpunkte wird im Rahmen des Sonderforschungsbereich 580 „Gesellschaftliche Entwicklung nach dem Systembruch: Diskontinuität, Tradition,

Strukturbildung“ ein Forschungsprojekt zum erlebtem sozialen Wandel, dessen Bewältigung sowie zahlreichen Indikatoren psychischer Anpassung durchgeführt, auf dessen Datenbasis auch die vorliegende Arbeit aufbaut. Dies ist die *Jena Study on Social Change and Human Development* (JSSC).<sup>11</sup>

Von besonderem Interesse sind hierbei die sogenannten wandelbezogenen Anforderungen, mit denen sich die Studienteilnehmer auseinandersetzen müssen. Erfasst werden Erfahrungen von Veränderungen in den Lebensbereichen Arbeit, Familie und öffentliches Leben, welche die Befragten im Austausch mit ihrer Umwelt über die letzten fünf Jahre machten (Tomasik & Silbereisen, 2008). Die erfragten Veränderungen thematisieren hauptsächlich die Zunahme erlebter Unsicherheit sowie die Notwendigkeit neue Fähigkeiten und neues Wissen zu erlernen (siehe auch Kapitel 2.6, 2.7 und 6.2.2). Als grundlegende These des Forschungsprojekts wird angenommen, dass die untersuchten wandelbezogenen Anforderungen eine potenzielle Quelle für psychischen Stress sind und systematisch mit einer Vielzahl von Indikatoren psychischer Anpassung und Entwicklung in Verbindung stehen.

So ist zum Beispiel von Interesse, ob Personen, die in den vergangenen Jahren mehr Anforderungen des sozialen Wandels erlebt haben, eine geringere bereichsspezifische Zufriedenheit aufweisen (Grüner & Pinquart, 2008), eine Annahme, die bestätigt werden konnte. In anderen Arbeiten der Projektgruppe zeigt sich ferner, dass ein hohes Ausmaß erlebter Anforderungen des sozialen Wandels auch mit weiteren Zielvariablen zusammenhängt, wie zum Beispiel mit einer geringeren Partnerschaftsqualität (Pinquart & Fabel, 2008), mit einem geringerem bürgerschaftlichem Engagement (Silbereisen, Tomasik & Grüner, 2008) sowie mit einem subjektiv erlebten beruflichem Abstieg (Reitzle & Körner, 2008). Weiterhin wird untersucht, ob moderierende Drittvariablen die Stärke der negativen Zusammenhänge zwischen wandelbezogener Anforderungen und Zielvariablen abschwächen können: Grüner und Pinquart (2008) können dies für soziale Unterstützung hinsichtlich bereichsspezifischer Zufriedenheit, Pinquart und Fabel (2008) für engagierte Bewältigung hinsichtlich Partnerschaftsqualität bestätigen. Eine hohe Ausprägung dieser Variablen vermindert die Stärke der untersuchten Zusammenhänge.

Insgesamt zeigen die bisher vorliegenden Ergebnisse der Projektgruppe (siehe hierfür zusammenfassend Silbereisen & Pinquart, 2008), dass es einen relativ durchgängigen Zu-

---

<sup>11</sup> Teilprojekt C6 „Psychosoziale Ressourcen und Umgang mit sozialem Wandel“ des Sonderforschungsbereiches 580 „Gesellschaftliche Entwicklung nach dem Systemumbruch: Diskontinuität, Tradition, Strukturbildung“ (GZ: SFB 580 – 04). Projektleitung: Prof. Dr. Rainer K. Silbereisen Die Förderung erfolgt durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft.

sammenhang zwischen erlebtem sozialen Wandel und einer Vielzahl von Aspekten psychosozialer Anpassung und Entwicklung gibt. Allerdings variiert dieser in Abhängigkeit davon wie die Personen mit den Anforderungen umzugehen versuchen und wie viele Ressourcen ihnen zur Verfügung stehen.

Aufbauend auf den umfangreichen Forschungsarbeiten der Projektgruppe und in Anlehnung an die angeführten Ursachen der uneinheitlichen Befundlage zu Zusammenhängen zwischen sozialem Wandel und SWB sollen für die vorliegende Arbeit die folgenden drei Fragen in den zentralen Fokus der Betrachtung gerückt werden: So soll erstens untersucht werden, inwiefern sich die Annahme einer stresshaften Auswirkung wandelbezogener Anforderungen neben den bisher untersuchten Zielvariablen auch auf alle vorgestellten unterschiedlichen Teilaspekte des SWB übertragen lassen (siehe Kapitel 2.6 – 2.8). Zweitens ist es von großem Interesse, ob Bewältigungsstrategien für den Umgang mit sozialem Wandel nicht nur hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Partnerschaftsqualität, sondern auch hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Anforderungen und SWB eine puffernde Wirkung ausüben können (siehe Kapitel 3). Diesen Gedanken weiterführend betrifft der dritte Schwerpunkt der Arbeit die Frage, ob die Stärke dieser puffernden Wirkung von Bewältigungsstrategien auf den beschriebenen Zusammenhang von weiteren, noch nicht berücksichtigten Moderatoren, wie etwa der Kontrollüberzeugung, abhängt (siehe Kapitel 4).

### *2.6 Anforderungen des sozialen Wandels und deren Zusammenhänge mit SWB*

Wie beschrieben, werden durch den sozialen Wandel Veränderungen auf der gesellschaftlichen Makroebene hervorgerufen, die – vermittelt über gleichzeitig stattfindende Veränderungen sozialer Institutionen – auf die Individuen einwirken (Blossfeld, 2000). Sozialer Wandel konfrontiert die Menschen auf dieser Mikroebene mit zahlreichen und zum Teil neuen Anforderungen.

Aufbauend auf einer ausführlichen Literaturrecherche und auf zusätzlichen Expertenbefragungen im Rahmen der Fragebogenkonstruktion der JSSC findet sich im Folgenden eine Zusammenstellung von Anforderungen für die Bereiche der Arbeit und der Familie, in denen sich der gegenwärtige soziale Wandel ausdrückt.<sup>12</sup> Dabei sind vor allem solche Anforderungen von Bedeutung, die ein merkliches Maß an Belastung und damit Bewältigungsaufwand bedeuten und somit als relevante Bedingung für SWB angesehen werden.

---

<sup>12</sup> Für eine ausführliche Darstellung der Anforderungen siehe Kapitel 6.2.2 sowie Silbereisen et al. (2006).

### 2.6.1 Anforderungen im Bereich Arbeit und ihre Auswirkungen auf SWB

Durch die Globalisierung, die ökonomische Liberalisierung und den Wandel von einer Industrie- zu einer Dienstleistungsgesellschaft haben sich drastische Veränderungen sowohl auf der strukturellen Ebene der Arbeitsmärkte als auch in Bezug auf das Aufgabenspektrum und die Anforderungscharakteristika von Arbeitsplätzen ergeben (für einen Überblick siehe Silbereisen et al., 2006). Die in dieser Arbeit untersuchten Anforderungen im Bereich Arbeit umfassen dabei Themen wie Arbeitsplatzverlust, prekäre Arbeitsverhältnisse und steigende Arbeitsbelastung.

So sehen sich heute vor allem Berufseinsteiger und Erwerbslose mit einer sinkenden Anzahl zur Verfügung stehender Arbeits- respektive Ausbildungsplätze konfrontiert.<sup>13</sup> So sank beispielsweise die Anzahl gemeldeter Stellen von 360,000 im Jahre 1991 auf 280,000 im Jahr 2004 (Statistisches Bundesamt, 2005).<sup>14</sup> Dies ist ein Rückgang von mehr als 20 Prozent. Weitere Anforderungen besonders für Berufseinsteiger haben sich aus dem Phänomen befristeter oder nicht vollbeschäftigter Beschäftigungsverhältnissen ergeben: So stieg zum Beispiel die Teilzeitquote in Deutschland für Frauen von 30.2 Prozent im Jahre 1991 (Jahresdurchschnitt) um fast 12 Prozentpunkte auf 42.1 Prozent im Jahr 2004. Für Männer ließ sich im selben Zeitraum ein Anstieg von 2.1 Prozent auf 6.2 Prozent beobachten. Insgesamt übten 2004 fast 10 Millionen Arbeitnehmer eine Teilzeitbeschäftigung aus (Statistisches Bundesamt, 2005). Auch sehen sich Berufseinsteiger und Erwerbslose mit dem Phänomen entwerteter Berufsqualifikationen konfrontiert (Alex, 2002). Der Hintergrund dieser Anforderung ist die Bildungsexpansion, welche in den 90er Jahren des 20. Jahrhunderts stärker als die Nachfrage auf dem Arbeitsmarkt anstieg (Geißler & Orthey, 1998). Die Auswirkungen solcher struktureller Anforderungen auf das SWB von Berufsanfängern und Arbeitslosen sind gut belegt (bspw. Solga, 2004). So haben zum Beispiel Arbeitslose weniger Lebenszufriedenheit, ein geringeres Befinden und Selbstwertgefühl als arbeitende Vergleichspersonen (Paul & Moser, 2001). Da der Verlust des Arbeitsplatzes eine nachweisbare Verschlechterung der psychischen Gesundheit nach sich zieht (Winefield, 1995), kann in diesem Zusammenhang von einem kausalen Effekt der aus Arbeitslosigkeit resultierenden Belastungen auf das SWB ausgegangen werden. Gerade für Auszubildende besteht die Gefahr, dass sie im Übergang in den Beruf Schwierigkeiten erleben, angesichts ihrer Situation resignieren und mit Demotivation und einem beeinträchtigten SWB reagieren (Hurrelmann, 2000).

---

<sup>13</sup> Der Wortlaut der jeweiligen Operationalisierung der Anforderungen ist im Anhang B, Tabellen B4 – B7 aufgeführt.

<sup>14</sup> Als Referenz sind jeweils die Angaben des Jahres 2004 angegeben, da das Forschungsprojekt in diesem Jahr begann.

Die wirtschaftliche Gesamtsituation beeinflusst aber auch Beschäftigte, da sich neben strukturellen Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt im Zuge der Transformation zu einer Dienstleistungs- und Wissensgesellschaft auch die Anforderungsprofile von Arbeitsplätzen verändert haben: Diese Anforderungen umfassen nicht nur das gestiegene Risiko eines Arbeitsplatzverlustes (Holst & Schupp, 2004), welches sich deutlich in stark gestiegenen Arbeitslosigkeitsraten zwischen den Jahren 1991 (7.3 %) und 2004 (11.7 %) zeigt (Statistisches Bundesamt, 2005). Es betrifft auch die gestiegene Notwendigkeit zu lebenslangem Lernen und permanenter Fort- und Weiterbildung, die häufig in der persönlichen Freizeit geschieht (Troll, 2000). So kann der negative Einfluss steigender Arbeitsbelastung und anderer Arbeitsstressoren auf das SWB für viele Berufsgruppen nachgewiesen werden (allgemein: Landy, Quick & Kasl, 1994; Siu, Spector, Cooper & Lu, 2005; für Lehrer: van Dick, Wagner & Petzel, 1999; für Selbstständige: Kirkcaldy, Petersen & Hübner, 2002).

Zusammenfassend lassen sich die verschiedenen arbeitsbezogenen Entwicklungen dahingehend beschreiben, dass sie mit einem Verlust an Orientierung einhergehen und zu einer zunehmenden Heterogenität der beruflichen Laufbahnen führen, die sich in Konsequenzschlechter planen und organisieren lässt (Blossfeld & Mills, 2003). Insgesamt präsentiert sich der heutige Arbeitnehmer als „Arbeitskraftunternehmer“ (Voß, 2001), der über das Eingehen vieler Risiken hinsichtlich seiner Arbeitskraft und Berufslaufbahn selbst entscheiden muss und infolge einer wachsenden Unsicherheit der Gefahr ausgesetzt ist, bei falschen Entscheidungen die Konsequenzen alleine tragen zu müssen.

### *2.6.2 Anforderungen im Bereich Familie und ihre Auswirkungen auf SWB*

Durch den demographischen Wandel und eine zunehmende Pluralisierung beziehungsweise Individualisierung von Lebensläufen ist in den letzten Jahren kaum ein zweiter Lebensbereich so deutlichen Veränderungen unterworfen worden, wie der Lebensbereich der Familie und romantischen Beziehungen (Lewis, 2003). Eine Zunahme von Singlehaushalten und von alleinerziehenden Müttern und Vätern auf der einen Seite und eine Zunahme von Partnerschaften ohne Trauschein auf der anderen Seite sind Hinweise auf das aktuell vorherrschende pluralistische Verständnis von Familie und von persönlichen Beziehungen (Schäfers, 2002). Vor diesem Hintergrund umfassen die in dieser Arbeit untersuchten familienbezogenen Anforderungen Themen wie Unsicherheit bezüglich der Stabilität von Beziehungen, bezüglich einer Familiengründung sowie bezüglich des Wissenstransfers und materiellen Transfers zwischen den Familienmitgliedern.

Da eine Ehe immer weniger eine stabile und dauerhafte Langzeitinstitution ist, die neben der emotionalen Komponente besonders auch durch wirtschaftliche Notwendigkeiten und gesellschaftliche Konventionen zusammengehalten wird, muss bei Entscheidungen hinsichtlich Partnerschaft und Familie mehr über potenziell tragfähige Gemeinsamkeiten und andere Aspekte nachgedacht werden (Schneider, Rosenkranz & Limmer, 2000). Beziehungen werden zunehmend unter dem Gesichtspunkt und der Möglichkeit ihrer weitgehend problemlosen und unkomplizierten Auflösung eingegangen, so dass die Wahrscheinlichkeit einer Trennung oder Scheidung deutlich gestiegen ist, wie offizielle Statistiken eindrucksvoll belegen (Engstler & Menning, 2003): Die Anzahl von Ehescheidungen in Deutschland stieg 136,000 im Jahr 1991 auf über 210,000 im Jahr 2004, parallel hierzu sank im selben Zeitraum die Anzahl neuer Eheschließungen von über 450,000 auf unter 390,000 (Statistisches Bundesamt, 2005). Gleichzeitig stieg die Anzahl nichtehelicher Lebensgemeinschaften von 1.4 Millionen Paaren im Jahr 1991 auf fast 2.5 Millionen Paaren im Jahre 2004. Wie Vaskovics, Buba und Rupp (1991) berichten, liegt allerdings die Wahrscheinlichkeit einer Auflösung nichtehelicher Lebensgemeinschaften um den Faktor acht höher als bei traditionellen Ehen. Diese Unsicherheit bezüglich der familialen Zukunft in Folge ihrer geringer gewordenen Vorhersehbarkeit hat eine stresshafte Wirkung und kann sich in einem verminderten SWB äußern (Zakowski, 1995; McCubbin & Patterson, 1983).

Die Option auf eine möglichst unkomplizierte Auflösung einer Beziehung erschwert als Konsequenz auch die Entscheidung für oder gegen eine Familiengründung sowie für oder gegen eigenen Nachwuchs (Schneider, Rosenkranz & Limmer, 1998). Die Geburtenrate sank von über zwei Kinder je Frau in den 70er Jahren (nur Westdeutschland) und 1.45 Kinder pro Frau Anfang der 90er Jahre (Gesamtdeutschland) auf 1.36 Kinder im Jahre 2004. Eine allgemein schwierige Wirtschaftslage – wie sie über die letzten 10 Jahre zu beobachten war – erhöht das subjektive Empfinden von Unsicherheit und wirkt sich negativ auf die Entscheidung zur Familiengründung aus (Nauck, 2005). Zudem ist die Unsicherheit bezüglich einer (gemeinsamen) Zukunft nicht nur auf den Bereich der romantischen Beziehungen beschränkt: Schäfers (2002) berichtet, dass auch andere soziale Beziehungen wie Freundschaften durch Individualisierung in Mitleidenschaft gezogen werden und zwischenmenschliche Beziehungen häufig nur temporär und ohne längerfristige Bindungsabsichten eingegangen werden.

Analog zu den Befunden, dass sich Paare aufgrund ökonomischer Umstände gegen die Gründung einer Familie entscheiden, sind auch schon bestehende Familien wirtschaftlichen Zwängen ausgesetzt, welche sich in unterschiedlichen Anforderungen manifestieren: Der

stärkere Druck zur Fort- und Weiterbildung, die Zunahme der Erwerbstätigkeit von Frauen sowie der allgemeine Trend zu „Nicht-Normalarbeitsverhältnissen“ mit zum Teil ungewöhnlichen Arbeitszeiten haben weniger gemeinsame Familienzeit zu Folge (Sayer, Bianchi & Robinson, 2004). Berufstätige Eltern haben im Mittel mehr berufliche Verpflichtungen und somit weniger Zeit für ihre Kinder, was zu einem sinkenden SWB der Familienmitglieder führen kann (Metz-Göckel, 2004).

Eine weitere Manifestation des sozialen Wandels im Bereich Familie betrifft den Wissens- und materiellen Transfer der Eltern in Richtung ihrer heranwachsenden und erwachsenen Kinder. Auf der einen Seite haben sich aufgrund des demographischen Wandels und eines raschen technologischen Fortschritts die Lebensbedingungen so nachhaltig verändert, dass das Wissen und die Erfahrungen der Elterngeneration nur noch wenig Orientierung für die Kindergeneration bieten (Fend, 2000; Weymann, 1998). So belegen etwa ältere Zahlen von Schröder (1995) eine deutlich gesunkene Wahrscheinlichkeit (von 54 Prozent im Jahr 1954 auf 29 Prozent im Jahr 1991), dass der Nachwuchs die eigenen Eltern um Rat fragt. Auf der anderen Seite wohnen Jugendliche heute aufgrund längerer Ausbildungszeiten, eines erschwerten Zugangs zum Arbeitsmarkt und prekärer Arbeitsverhältnisse länger in ihrem Elternhaus. So stieg der Anteil 25-Jähriger, die bei ihren Eltern wohnen, zwischen den Jahren 1972 und 2004 von 20 auf fast 30 Prozent. In ihrem Elternhaus tragen sie aber nicht oder nur in einem geringen Maße zum Haushaltseinkommen bei (Arnett, 2000). Wie Conde (1989) berichtet, kann eine solche Abhängigkeit zu sinkendem SWB sowohl der Eltern als auch der Kinder führen.

### *2.7 Unsicherheit als zentraler Aspekt der wandelbezogenen Anforderungen*

Von zentraler Bedeutung der im vorangehenden Abschnitt beschriebenen Anforderungen in den Lebensbereichen Arbeit und Familie ist der Aspekt der Unsicherheit. Die Anforderungen zeichnen sich dadurch aus, dass sie bisher gewohnte Verhaltensweisen obsolet machen, eine Neu- oder Umorientierung erfordern, damit potenziell Unsicherheit produzieren und so einen negativen Einfluss auf SWB ausüben (Elder, 1974; Elder & Caspi, 1990).

Schon 1972 zeigen Monat, Averill und Lazarus, dass Unsicherheit ein starker Stressor ist, der mit geringer Lebenszufriedenheit in Verbindung gebracht werden kann (siehe auch Greco & Roger, 2003). Unsicherheit entsteht, wenn die betroffene Person nur über unzureichende Informationen über die zukünftige Entwicklung der Situation verfügt. Der Eintritt zukünftiger Zustände als auch die Auswirkungen eigener Handlungsalternativen können somit nicht mit Sicherheit vorausgesagt werden. Unsicherheit und vor allem Unvorhersehbarkeit wird zumeist



als Bedrohung aufgefasst (Mishel, 1981) und konsistent mit schlechterer psychosozialer Anpassung (Mishel, 1997), mit einem höheren Ausmaß an Ängstlichkeit (Richardson et al., 1987) und an Depressivität (Christman, McConnell, Pfeifer & Webster, 1988) in Beziehung gebracht. Es wird auch diskutiert, ob eine länger andauernde, chronische Unsicherheit bezüglich eigener Zukunftsaussichten für die Entwicklung post-traumatischer Stresssymptome wie Angst oder Hilflosigkeit verantwortlich gemacht werden kann (Santacrose & Lee, 2006).

Ein wichtiger Grundgedanke bei diesem Thema ist, dass nicht nur das tatsächliche Eintreffen eines Ereignisses, sondern auch die potenzielle Möglichkeit des Eintreffens eines solchen Ereignisses negative Auswirkungen auf SWB hat (Sverke, Hellgren & Näswall, 2002). Es wird sogar diskutiert, ob die Unsicherheit bezüglich eines Ereignisses noch schwerwiegendere Folgen nach sich ziehen kann, da adaptive Bewältigungsstrategien durch eine hohe Unsicherheit verhindert werden: In Situationen, in denen eine hohe Unsicherheit bezüglich der Auswirkungen eigener Handlungen besteht, mag es sinnvoller erscheinen, nicht zu handeln als eine möglicherweise unpassende Handlung zu begehen (Mantler, Matejicek, Matheson & Anisman, 2005). Vor allem aus dem Bereich betriebswirtschaftlicher Restrukturierungsmaßnahmen ist bekannt, dass Unsicherheit ein bedeutsamer Stressor ist, der mit vermindertem SWB und auch verminderter physischer Gesundheit einhergeht (De Witte, 1999). Vergleichbare Befunde, in denen erlebte Unsicherheit explizit mit einem geringen SWB in Verbindung steht, werden für die Bereiche der Politik (Shamai, 2001), der körperlichen Erkrankungen (McNulty, Livneh & Wilson, 2004; Mishel et al., 2005) oder auch für interpersonelle Beziehungen (Salmela-Aro & Nurmi, 1996) berichtet.

## 2.8 *Zur Art des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB*

Vor dem Hintergrund der vorangegangenen Abschnitte zu den aktuellen Anforderungen des sozialen Wandels können zwei Thesen formuliert werden:

- 1) Erstens werden die wandelbezogenen Anforderungen aus den Bereichen Arbeit und Familie als potenzielle Risikofaktoren für ein geringeres SWB begriffen.
- 2) Zweitens stehen heutzutage Menschen keinen singulären Anforderungen gegenüber. Sie sind nicht einmalig von einem einzelnen Risikofaktor betroffen, sondern sind vielmehr mit vielfältigen Anforderungen – und mit diesen auch zur gleichen Zeit – konfrontiert.

Eine Vielzahl von Forschern belegen, dass gerade die Kumulation von Risikofaktoren negative Entwicklungsergebnisse nach sich zieht (Deater-Deckard, Dodge, Bates & Pettit, 1998;

Sameroff, 2000; Greenberg, Speltz, DeKlyen & Jones, 2001). Die auf Rutter (1987) zurückgehende These der Anforderungskumulation besagt, dass die Akkumulation von Stressoren – unabhängig von der Präsenz oder Absenz spezifischer Stressoren – deutliche Auswirkungen auf Entwicklungsergebnisse wie das SWB hat (siehe auch Sameroff, 2000). Je höher die Anzahl von Stressoren und Anforderungen, desto höher ist die Prävalenz einer schlechten Anpassung (Jones et al., 2002). Dies bedeutet für die vorliegende Untersuchung, dass aufgrund einer wiederholten Belastung durch eine einzelne Anforderung oder aufgrund einer möglichen Mehrfachbelastung durch viele Anforderungen die Auswirkungen auf das SWB besonders ausgeprägt sein können. Diesem Gedanken liegt die These zu Grunde, dass das üblicherweise stattfindende Wechselspiel zwischen stresshaften Anforderungen und entlastender Bewältigung, welches die Dynamik eines Lebens kennzeichnet, durch die Kumulation von Anforderungen gestört ist. Vor allem in Lebensphasen, die sich durch eine Vielzahl belastender Ereignisse auszeichnet (wie z.B. eine Erwerbslosigkeit), sollten Personen durch die Mehrfachbeanspruchung schneller an ihre persönlichen Grenzen gelangen, ein Sachverhalt, der zu größeren Effekten auf das SWB führt.<sup>15</sup> Die Anforderungskumulation kann nach Selye (1973) eine Überlastung des Systems zur Folge haben und zu psychischer oder somatischer Dekompensation führen.

Appleyard, Egeland, van Dulmen und Sroufe (2005) fassen die bisherige Forschung zu den Auswirkungen kumulierter Stressoren und Risikofaktoren in zwei Modellen – Additionsmodell und kurvilineares Modell – zusammen. Das erste Modell zu den Auswirkungen kumulierter Risikofaktoren baut auf den Forschungen von Sameroff und Kollegen auf und schlägt einen linearen Effekt multipler Risikofaktoren vor: Die Auswirkungen von multiplen Risikofaktoren auf Ergebnisvariablen entsprechen der Summe ihrer einzelnen Effekte. Dieses Modell findet in der empirischen Literatur Unterstützung: Befunde der *Rochester Longitudinal Study*, die sich mit dem Thema der psychischen Entwicklung von Kindern auseinandersetzt, legen nahe, dass die Erfahrung multipler Risikofaktoren die Wahrscheinlichkeit schlechter Entwicklungsergebnisse, wie geringeres SWB, Verhaltensauffälligkeiten oder schulische Probleme, linear und additiv erhöht (Sameroff, 2000; Sameroff, Bartko, Baldwin, Baldwin & Seifer, 1998). Kinder mit vielen Stressoren haben eine höhere Prävalenz negativer Entwicklungsergebnisse als Kinder mit keinem oder nur wenigen Stressoren, wobei eine

---

<sup>15</sup> An dieser Stelle gilt es anzufügen, dass die Autoren die Kumulation von inhaltlich unterschiedlichen Risikofaktoren beschreiben, die nicht notwendigerweise zum selben Thema vorliegen müssen, wie zum Beispiel Familienstreitigkeiten und Kriminalität in der Wohngegend. Allerdings umfassen – wie im Kapitel 2.6 vorgestellt – die hier untersuchten Anforderungen des sozialen Wandels ebenfalls heterogene Themenbereiche, wie die Stabilität von Ehen und Wissenstransfer zwischen den Generationen. Vor diesem Hintergrund erscheint es gerechtfertigt, das Konzept und das Grundprinzip der Mehrfachbelastung auch auf die vorliegende Untersuchung und die wandelbezogenen Anforderungen zu übertragen.

Zunahme von Risikofaktoren mit einer stetigen Zunahme insuffizienter Entwicklungsergebnisse in Verbindung steht (Sameroff et al., 1998; Sameroff, Seifer, Zax & Barocas, 1987). Gleichfalls einen linearen Zusammenhang zwischen Risikofaktoren und negativen Entwicklungsergebnissen (in diesem Fall internalisierende und externalisierende Verhaltensauffälligkeiten) zeigen die Befunde von Appleyard et al. (2005).

Das zweite Modell schlägt einen kurvenlinearen Zusammenhang zwischen Stressoren und SWB vor: Stressoren können sich in ihren Auswirkungen potenzieren, so dass ihr gemeinsamer Effekt deutlich größer und damit schädlicher ist als eine reine Summation ihrer einzelnen Effekte. Auch dieses quadratische Kumulationsmodell erfährt in der empirischen Forschung Unterstützung und findet sich unter anderem in der – heutzutage schon als klassisch anzusehenden – epidemiologischen *Isle of Whight Study* von Rutter und Kollegen. Diese Forschungsgruppe vertritt die Auffassung, dass sich die Wirkung von Risikofaktoren auf eine Ergebnisvariable potenziert, die negativen Effekte der Stressoren gehen über die Summe der jeweiligen Einzeleffekte hinaus (Rutter 1987, 1989). In dieser Studie zur psychischen Entwicklung von Kindern aus den Jahren 1964 – 1974 kann Rutter zeigen, dass kein einziger der untersuchten Risikofaktoren (wie neuronale Erkrankung, Schulschwierigkeiten, kleiner Freundeskreis, Familienstreitigkeiten) bei alleiniger Betrachtung die Prävalenz eines klinischen Befunds signifikant erhöht. Das Vorhandensein jedoch von zwei Risikofaktoren vervierfacht bereits die Prävalenz eines Befundes, bei vier Risikofaktoren verzehnfacht sich die Prävalenz und so fort. Eine steigende Anzahl von Risikofaktoren geht somit mit einer Potenzierung deren schädlichen Einflusses einher. Ähnliches argumentieren Biedermann et al. (1995) in einer weiteren Studie. So können sie zeigen, dass die Wahrscheinlichkeit von Entwicklungsproblemen (wie dem Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Syndrom) bei zwei Risikofaktoren schon um den Faktor 10 höher liegt als bei keinem Risikofaktor, bei vier Risikofaktoren sogar schon um den Faktor 34. Auch Greenberg et al. (2001) ermitteln einen quadratischen Effekt von Risikofaktoren auf zahlreiche Entwicklungsergebnisse.

Trotz des Wissens um beide Modelle zu Auswirkungen multipler Risikofaktoren wird die Art des Zusammenhangs zwischen Stressoren und Entwicklungsergebnissen nur selten in der empirischen Individualstressforschung getestet (für eine Ausnahme siehe Appleyard et al., 2005). Es überwiegt eindeutig das Paradigma eines linearen Zusammenhangs. Dies mag auch damit zusammenhängen, dass sich – wie die Befunde zu den Zusammenhängen zwischen Anforderungen und SWB in den Abschnitten 2.6.1 und 2.6.2 zeigen – auf den ersten Blick

tatsächlich eine lineare Abnahme des SWB bei steigenden Stressoren zeigt. Eine darüber hinausgehende Modellierung alternativer Zusammenhangsformen erscheint somit als nicht zwangsläufig notwendig und wird allerhöchstens in Nachbarschaftsgebieten der Stresspsychologie, wie der klinischen Psychologie, thematisiert.

Mit der Frage nach der Art des Gradienten zwischen Stressoren als Risikofaktoren und Entwicklungsergebnissen ist zudem eine wichtige Implikation für das Feld der Intervention und Prävention verbunden, da die Identifikation von besonders risikoreichen Personengruppen von der Art des Zusammenhangs abhängt (siehe auch Jones et al., 2002). Welche Personen ein besonders hohes Risiko eines geringen SWB haben, sollte sich je nach modelliertem Zusammenhang unterscheiden. Die vorliegende Arbeit möchte daher beide Modellvorstellungen zur Kumulation von Risikofaktoren aufgreifen und sie dahingehend miteinander vergleichen, ob entweder das kurvilineare Modell (quadratischer Zusammenhang) oder das Additionsmodell (linearer Zusammenhang) besser den Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB beschreibt.

### *2.9 Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen sozialem Wandel und SWB*

Das gesamte zweite Kapitel zum Thema des sozialen Wandels und dessen Zusammenhang mit SWB resümierend zeigen sich in Deutschland vielfältige und weitreichende soziale und gesellschaftliche Veränderungen, die Auswirkungen auf die Lebensbereiche Arbeit und Familie haben. Aufgrund gestiegener Unsicherheit in beiden Lebensbereichen können sich Personen mit den aktuellen Anforderungen des sozialen Wandels überfordert fühlen und Schwierigkeiten haben, ihr Leben diesen neuen Bedingungen anzupassen.

Vor dem Hintergrund der in diesem Kapitel vorgestellten Ergebnisse wird ein negativer Zusammenhang zwischen den wandelbezogenen Anforderungen der Lebensbereiche Arbeit und Familie mit den Maßen des SWB erwartet: je stärker sich eine Person mit neuen Anforderungen auseinandersetzen muss, das heißt je mehr Anforderungen sie in den jeweiligen Lebensbereichen erlebt, umso geringer sollte im Mittel ihr SWB sein. Weitergehend soll in der Dissertation die Frage überprüft werden, ob der negative Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB sich besser durch ein lineares Additionsmodell oder einem kurvilinearen Modell beschreiben lässt.

---

### 3 Zur Bewältigung von Anforderungen des sozialen Wandels

Die Überlegungen des folgenden Kapitels setzen sich mit dem Prozess der Wirkung von Stressoren auf SWB auseinander und legen dabei den besonderen Fokus auf das Thema Bewältigung. Hierfür wird ein Überblick über das Thema der Anpassung, der Bewältigung und des Umgangs mit stressbehafteten Anforderungen gegeben und verschiedene Bewältigungsmechanismen und –strategien aus der Literatur vorgestellt (Kapitel 3.1 – 3.2). Es wird diskutiert, ob und welche Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB bestehen (Kapitel 3.3). Kapitel 3.4 erweitert die Betrachtung auf die moderierende Wirkung der Bewältigungsstrategien auf den Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB.

#### 3.1 Überblick über das Themengebiet Bewältigung

Das Thema Bewältigung ist ein sehr prominentes Thema in der empirischen Psychologie. Seit dem Jahr 2000 sind mehr als 5,000 Studien und Beiträge zu diesem Thema in der Literaturdatenbank PsycInfo aufgeführt, die alleine das Wort *coping* (Bewältigung) im Titel tragen. So vielschichtig sich die unterschiedliche Forschung zu diesem Thema auch darstellt, so unterschiedlich werden auch die Begriffe Bewältigung, Umgang, Anpassung, Coping oder Belastungsverarbeitung verwendet.<sup>16</sup> So kritisieren schon Braukmann und Filipp (1984) eine mangelnde begriffliche Klarheit des Bewältigungs-Konstrukts. Mehr als zehn Jahre später hat sich dieser Zustand nicht gebessert: Schwarz, Salewski und Tesch-Römer (1997) kommentieren, dass sich der Begriff der Bewältigung einer einfachen Begriffbestimmung entzieht.

Als begriffliche und konzeptionelle Vereinheitlichung sollen im Verlauf dieser Arbeit die Begriffe der Bewältigung, des Umgangs und des Copings entsprechend der von Lazarus und Mitarbeitern vorgeschlagenen Definition verwendet werden, die hierunter alle Versuche des Individuums verstehen, interne und externe Anforderungen zu vermindern, zu meistern oder zu tolerieren („*to manage (reduce, minimize, master, or tolerate) the internal or external demands*“ (S. 572) Folkman, Lazarus, Gruen & DeLongis, 1986). All diese Bemühungen beziehen sich auf solche Anforderungen, die so stark von alltäglichen Routineabläufen oder einer Normalität abweichen, dass sie nur mit psychischen und/oder physischen Aufwand bewältigt werden können (Weber, 1997). Wie im zweiten Kapitel ausführlich dargelegt wurde, besteht hinreichender Grund zu der Annahme, dass auch Anforderungen des sozialen

---

<sup>16</sup> Siehe Weber (1992) für eine begriffliche Abgrenzung der unterschiedlichen Bezeichnungen.

Wandels unter die Definition eines Stressors fallen und somit mit Bewältigungsanstrengungen beantwortet werden.

Zentral für die Definition von Bewältigung ist das Konzept des Ungleichgewichts zwischen inneren und äußeren Anforderungen auf der einen Seite und inneren und äußeren Kompetenzen, diese Anforderungen zu erfüllen, auf der anderen Seite (Lazarus & Folkman, 1984). Unter dem Begriff Bewältigung wird dabei eine Vielzahl unterschiedlicher Arten der Auseinandersetzung mit solchen Ungleichgewichten subsumiert. Zu den adaptiven Reaktionen zählen alle bewussten und unbewussten Reaktionen des Individuums auf kognitiver, emotionaler und behavioraler Ebene, die das Ziel haben, die Diskrepanz zwischen dem als erforderlich angesehenen und dem tatsächlichen Zustand eines Organismus zu minimieren (Lazarus, 1995).

Theoretisch hat sich das Bewältigungskonzept aus dem Stresskonzept von Lazarus (1966) entwickelt, wobei es sich im Laufe der Zeit zu einem eigenständigen Forschungsbereich ausbildete (Schwarz et al., 1997). In der Bewältigungsforschung werden vielfältige Belastungsarten empirisch in den Mittelpunkt der Fragestellungen gestellt, wie unter anderem die Bewältigung von körperlichen Erkrankungen (Aymanns, Filipp & Klauer, 1995), von beruflichen Belastungen (Heim, 1993), von Verlusterlebnissen im hohen Lebensalter (Staudinger, Marsiske & Baltes, 1995) oder auch von Alltagsstressoren (Filipp, 1995). Aus dieser Forschung sind verschiedene Modelle adaptiver Reaktionen bekannt, die zwar nicht alle spezifisch auf die Thematik des sozialen Wandels abstellen, aber doch so allgemein gehalten sind, dass sie darauf angewendet werden können. Besonders zwei Modelle sollen an dieser Stelle näher vorgestellt werden: Namentlich sind dies Elders Konzept der Kontrollzyklen (Elder & Caspi, 1990) und die Lebensspanntheorie der Kontrolle von Heckhausen und Schulz (1993, 1995).

### *3.1.1 Konzept der Kontrollzyklen von Elder und Caspi*

Wie im Kapitel 2.4 schon kurz angeführt, entwickelt Elder im Verlauf seiner Forschung zur Weltwirtschaftskrise in den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts ein allgemein gehaltenes Modell zum individuellen Umgang mit belastenden Stressoren gesellschaftlicher Veränderungen (Elder, 1974). Analog zur Definition einer stresshaften Situation oder eines stresshaften Ereignisses bei Lazarus verursachen sozialer Wandel und die daraus resultierenden individuellen Anforderungen ein Ungleichgewicht zwischen Ansprüchen an das Individuum und den ihm zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Ressourcen zu Erreichung dieser Ansprüche. Diesem Ungleichgewicht können auf der einen Seite

abnehmende Ressourcen (wenn bspw. durch Inflation oder Arbeitslosigkeit das erzielte Haushaltseinkommen nicht mehr ausreicht), auf der anderen Seite auch steigende Ansprüche an das Individuum (bspw. wenn zur Finanzierung eines Haushaltes zusätzlich auch die Mutter oder die Kinder eine Erwerbstätigkeit aufsuchen müssen) zu Grunde liegen. Ein solches Ungleichgewicht zwischen eigenen Ansprüchen und Ressourcen führt nach Elder (1974) zur Wahrnehmung eines Kontrollverlustes, worauf – da Kontrolle ein basales menschliches Bedürfnis ist (Heckhausen, 1999) – mit Unmut und Widerwillen reagiert wird. In einer solchen Situation werden daraufhin unterschiedliche Anstrengungen unternommen (sog. Kontrollzyklen), um die verloren gegangene Kontrolle wieder herzustellen und um ein neues Gleichgewicht zwischen eigenen Ansprüchen und Ressourcen aufzubauen.

Die von Elder und Caspi (1990) beschriebenen Mittel und Wege zur Wiederherstellung eines Gleichgewichts zwischen den Ansprüchen und den Ressourcen sind dabei vielfältig: Das Individuum kann sowohl seine Ansprüche herabsetzen, seine Ressourcen aufbauen oder neue Verhaltensweisen erlernen und entwickeln. Sofern diese Anpassungsversuche nicht unmittelbar erfolgreich sind, können Individuen ihre Strategien ändern oder alle Anpassungs-bemühungen in der Hoffnung einstellen, dass sich das Ungleichgewicht zwischen Ansprüchen und Ressourcen ohne eigenes Zutun gänzlich nivelliert. Als ein Resultat der Kontrollzyklen wird ein neues Gleichgewicht erreicht, sobald die Anforderungen den Ressourcen entsprechen. Für den Fall jedoch, dass alle Bemühungen nicht zu einer Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen Ansprüchen und Ressourcen führen, sind negative Einflüsse auf das SWB wahrscheinlich (Elder & Caspi, 1990).

Die Anwendbarkeit des Kontrollzyklenmodells auf die vorliegende empirische Untersuchung gestaltet sich indes schwierig, da es spezifisch für ökonomische Belastungen formuliert ist und die Bewältigung familien- und partnerschaftsbezogener Belastungen nicht thematisiert. Pinquart und Silbereisen (2004) schlagen daher vor, Elders Modell als ein Meta-modell zu betrachten, welches die Forschungsbereiche zum sozialen Wandel und zur Bewältigung verbindet, jedoch noch keine Generierung oder Testung von Hypothesen zu allgemeinen, wandelbezogenen Belastungen ermöglicht.

Solche sind indes mit Konzepten der sogenannten Zwei-Prozess-Modelle möglich. In der empirischen Forschung und Literatur zur Frage von Bewältigung von Anforderungen haben diese eine besondere Relevanz erlangt. Ihnen ist gemeinsam, dass sie zwischen außen- und innengerichteter Bewältigung als zwei fundamentalen Dimensionen der Reaktionen unterscheiden (z.B. Lazarus & Folkman, 1984; Brandtstädter & Renner, 1990; Heckhausen & Schulz, 1993, 1995). Anstelle vieler unterschiedlicher (und spezifisch auf den jeweiligen

Untersuchungsgegenstand formulierter) Bewältigungsreaktionen erfassen diese Modelle nur wenige zentrale Dimensionen und gewährleisten somit eine hohe Vergleichbarkeit zwischen unterschiedlichen Themenbereichen (wie etwa der Bewältigung von Krankheit oder der Bewältigung von sozialem Wandel). Als Vertreter der Zwei-Prozess-Modelle wird im folgenden Abschnitt die Lebensspannentheorie der Kontrolle von Heckhausen und Schulz (1995) vorgestellt und deren Nützlichkeit für die vorliegende Studie diskutiert.

### 3.1.2 *Lebensspannentheorie der Kontrolle von Heckhausen und Schulz*

Aufbauend auf der transaktionalen Stresstheorie von Lazarus und Folkman (1984) und der Kontrolltheorie von Rothbaum, Weisz und Snyder (1982) entwickeln Heckhausen und Schulz (1993, 1995) die Lebensspannentheorie der Kontrolle. Dieses Konzept kann besonders für die Untersuchung der Bewältigung des sozialen Wandels fruchtbar gemacht werden (Pinquart & Silbereisen, 2004), da es als theoriegeleitetes Modell differenzierte Aussagen über die Passung von Anforderungen und Bewältigungsstrategien sowie über deren Auswirkungen erlaubt.

Heckhausen und Schulz übernehmen die Terminologie von Rothbaum et al. (1982), die bei einer erlebten Diskrepanz zwischen einer gegebenen Situation und den eigenen Zielen primäre und sekundäre Kontrolle als zwei generelle Modi der Bewältigung beschreiben: Primäre Kontrolle umfasst Strategien der Zielverfolgung, die nach außen gerichtet eine Verbesserung des eigenen Zustands beabsichtigen und auf eine Veränderung der äußeren Situation zielen. Sekundäre Kontrolle hingegen beschreibt Strategien der Zieldistanzierung sowie Emotionsanpassung und zielt auf eine Veränderung des Selbst. In den Worten der Autoren wird die Unterschiedlichkeit der beiden Bewältigungsmodi mit dem Satz *changing the world or changing the self* ausgedrückt (Rothbaum et al., 1982).

Diese Klassifikation weiter differenzierend benennen Heckhausen und Schulz (1995) insgesamt vier Strategien als Grundtypen von Bewältigungsstrategien:<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Allerdings verwenden Heckhausen und Schulz (1995) im Rahmen ihrer Theorie nicht den Begriff der *coping strategies*, sondern bezeichnen diese vier Strategien als *control strategies*. Dies liegt darin begründet, dass diese Strategien – im Gegensatz zu dem Kontrollzyklenmodell von Elder und Caspi (1990) – nicht nur einer Auseinandersetzung mit stresshaften oder bedrohlichen Anforderungen dienen. Mit ihrer Hilfe kann eine Person auch aus eigenem Antrieb positive und wachstumsbezogene Ziele verfolgen. Die vorliegende Arbeit befasst sich aber ausschließlich mit dem erstgenannten Aspekt und thematisiert den Umgang mit belastenden und Unsicherheit erzeugenden Anforderungen des sozialen Wandels. Daher soll an dieser Stelle weiterhin der Begriff der Bewältigungsstrategien anstelle des originalen Begriffs der Kontrollstrategien Verwendung finden und somit explizit angesprochen werden, dass die wandelbezogenen Anforderungen einen belastenden Charakter besitzen.



- 1) *Selektiv-primäre Kontrolle* (SPC – selective primary control) dient der Zielverfolgung und bezieht sich auf die aktive Veränderung der Umwelt. Sie bezeichnet den Einsatz interner Ressourcen wie beispielsweise Anstrengung und Zeit sowie das selbstständige Erlernen von neuen und relevanten Fähigkeiten.
- 2) *Selektiv-sekundäre Kontrolle* (SSC – selective secondary control) unterstützt die Zielerreichung und die Strategien selektiv-primärer Kontrolle in besonders anforderungsreichen Situationen. Sie umfasst unterschiedliche meta-motivationale Strategien, die dem Individuum helfen sollen, selektiv-primäre Kontrolle nicht vorzeitig aufzugeben und sich bei der Bewältigung nicht ablenken zu lassen. Je nach Anforderung geschieht dies beispielsweise durch Aufwertung des zu erreichenden Ziels sowie durch Abwertung konkurrierender Ziele. Es werden positive gegenüber negativen Auswirkungen akzentuiert und der hedonistische Kontrast zwischen angestrebtem Zustand und aktueller Situation verschärft.
- 3) Die dritte zielverfolgende Kontrollstrategie wird als *kompensatorisch-primäre Kontrolle* (CPC – compensatory primary control) bezeichnet. Sie wird dann verwendet, wenn die eigenen Ressourcen zur Zielerreichung und zum Überwinden der Stressoren nicht ausreichen. Diese Art der Kontrolle umfasst vor allem die Aktivierung sozialer und externaler Ressourcen, um sich Rat und Hilfe von anderen zu holen. Zudem ist hiermit aber auch das Beschreiten ungewöhnlicher Lösungswege oder die Inanspruchnahme technischer Hilfen gemeint.
- 4) *Kompensatorisch-sekundäre Kontrolle* (CSC – compensatory secondary control) steht funktional den zielorientierten Bewältigungsstrategien gegenüber. Sie wird dann eingesetzt, wenn eine zielorientierte Bewältigung nicht mehr möglich ist und die angestrebte Zielerreichung aufgegeben werden muss, da zum Beispiel die Ressourcen des Individuums für eine effektive Bewältigung nicht mehr ausreichen. In neueren Artikeln unterscheidet Heckhausen (1999) zwei Facetten der kompensatorisch-sekundären Kontrolle, Selbstprotektion und Zieldistanzierung: Selbstprotektion beschreibt notwendige Prozesse, um das Scheitern primärer Kontrolle nicht als eigenes Versagen zu begreifen, um negative Effekte des möglichen Misserfolgs abzuwehren und um mithin vorhandene emotionale und motivationale Ressourcen zu schützen. Dies gelingt unter anderem durch soziale oder intraindividuelle Vergleiche, Umdeutungen und Neuinterpretationen. Zweitens werden Strategien der Zieldistanzierung eingesetzt, die eine Loslösung vom ursprünglichen Ziel oder Anforderung sowie eine Neuorientierung hin zu neuen – und erreichbaren - Zielen erlauben.

Insgesamt ergeben sich mit selektiv-primärer, selektiv-sekundärer und kompensatorisch-primärer Kontrolle drei zielorientierte Bewältigungsstrategien. Im Sinne einer semantischen und auch strukturellen Vereinheitlichung werden im weiteren Verlauf der Arbeit diese drei Strategien unter der einheitlichen Bezeichnung des Engagements respektive der engagierten Bewältigungsstrategien zusammengefasst. Sie sind im Hinblick auf den sozialen Wandel vor allem deshalb notwendig, um sowohl (pro-)aktiv neue Opportunitätsstrukturen und neue Entwicklungspfade zu beschreiten als auch – im Angesicht sich ergebender Barrieren und Hindernisse – um die Bewältigung wandelbezogener Anforderungen nicht frühzeitig aufzugeben (Heckhausen 1994; Wrosch, Schulz & Heckhausen, 2002). Jedoch kann der Versuch, jegliche Anforderung ungeachtet eigener Ressourcen oder Barrieren des Kontextes zielorientiert zu bewältigen, mit sehr hohen Schwierigkeiten und Kosten verbunden sein. Grundsätzlich nicht länger erreichbare Entwicklungspfade können verschlossen sein, so dass eine aktive Bewältigung scheitern oder als zu aufwendig erscheinen mag. In diesen Fällen ist die Zieldistanzierung eine adaptive Reaktion, da ansonsten wertvolle Verhaltensressourcen sinnlos aufgebraucht werden (Brandstädter, 2007). Es müssen stressbehaftete Anforderungen kompensiert und durch Anpassungsprozesse aufgelöst werden, wie die Anpassung eigener Ansprüche an die äußere Situationen und an die eigenen Handlungsmöglichkeiten (Wrosch & Freund, 2001). Demzufolge bilden disengagierte Bewältigung – wie im Folgenden die zieldistanzierende Facette der kompensatorisch-sekundären Kontrollstrategien benannt werden soll – eine Alternative zu engagierter Bewältigung. Gerade unter den Bedingungen eines raschen sozialen Wandels kommt ihr eine besondere Bedeutung zu, wenn eine engagierte Bewältigung erlebter Anforderungen nicht mehr ausreicht (Tomasik, 2008).<sup>18</sup>

### 3.2 *Balance zwischen Engagement und Disengagement*

Moderne, komplexe Umwelten stellen die in ihr lebenden Personen und ihre Handlungsregulation vor ein grundsätzliches Dilemma: So besteht eine grundlegende Unverträglichkeit zwischen der Forderung nach dem hartnäckigen Verfolgen gesetzter Ziele, nach dem Investment von Anstrengung und Mühen, um Probleme zu lösen, auf der einen Seite und der

---

<sup>18</sup> Es sei an dieser Stelle eine Bemerkung zu einem möglichen Spannungsverhältnis der Lebenslauftheorie der Kontrolle und den bisher vorgestellten Ansätzen des SWB wie der Sollwerttheorie des SWB eingefügt. Im Gegensatz zu den im ersten Kapitel angeführten Ansätzen, die das SWB als Ergebnis zum Beispiel unterschiedlicher Lebensereignisse begreifen, betrachten Schulz und Heckhausen (1998) SWB weniger als relevante Zielvariable, sondern eher als motivationale Ressource, die längerfristiges primäres Kontrollstreben unterstützt. Die Autoren beschreiben einen Rückkopplungsprozess zwischen dem Resultat einer Bewältigung, dem daraus folgenden SWB und dessen Rückwirkungen auf das Bewältigungsverhalten. Allerdings stehen solche Rückkopplungsprozesse des SWB nicht im Fokus der vorliegenden Arbeit, die SWB als Ergebnis unterschiedlicher Erfahrungen mit sozialem Wandel auffasst. Eine Diskussion über Rückkopplungsprozesse von SWB auf das Bewältigungsverhalten soll daher nicht an dieser Stelle erfolgen, sondern im Zuge der Vorstellung möglicher weiterer Forschungsfragen im Abschnitt 8.5 diskutiert werden.

Forderung nach Flexibilität, auf unerwartete Umstände und neue Alternativen reagieren zu können, auf der anderen Seite. Es kann jedoch nicht davon ausgegangen werden, dass zur Bewältigung derselben Situation engagierte und disengagierte Prozesse zur selben Zeit eingesetzt werden. Beide Bewältigungsmodi schließen sich hinsichtlich der Bewältigung einer einzelnen Problemstellung aus, trivialerweise kann man ein Problem nicht zugleich loslassen und an ihm festhalten.

Generell gelten engagierte Strategien als grundlegende Basis einer intentionalen Selbstentwicklung, das Ausüben primärer Kontrolle wird als Kriterium für längerfristigen Erfolg von Bewältigung verstanden, wie es von Heckhausen und Schulz (1995, 1998) als Primat primärer Kontrolle beschrieben wird.<sup>19</sup> Im allgemeinsten Sinne richten sich engagierte Prozesse darauf, die eigene Entwicklung in Richtung persönlicher Wünsche zu beeinflussen und stellen mithin eine wichtige Quelle für weiteres Kontrollpotenzial bei anderen Zielen und Anforderungen dar (Tomasik & Pinquart, 2008): In dem Maße, wie eine erfolgreiche Bewältigung der Anforderungen Voraussetzung dafür ist, dass andere Entwicklungsaufgaben gemeistert werden, so kann eine misslungene Bewältigung dieser Anforderungen auch weitere Entwicklungspfade verschließen.

So eröffnet beispielsweise ein erfolgreicher Übergang von der Ausbildung in den Beruf einem Individuum vielfältige Optionen, wie etwa den Auszug aus dem Elternhaus, eine längerfristige Planung der eigenen Karriere oder auch den Aufbau einer Familie. Misslingt der Übergang von der Ausbildung in den Beruf, bleiben die genannten Optionen eher unwahrscheinlich und es werden alternative Entwicklungsaufgaben immanent, wie die emotionale Bewältigung des erlebten Misserfolges oder der erneute Versuch in den Arbeitsmarkt zu wechseln. Wie jede Aktivität jedoch, so erfordern auch engagierte Prozesse den Einsatz von Handlungsressourcen (zeitliche, kognitive, materielle oder soziale Ressourcen), die nicht unbegrenzt zur Verfügung stehen. Sie werden zunehmend ver- und aufgebraucht. Bei Annäherung an Ressourcengrenzen und Reduzierung von Leistungsreserven sinkt mithin der Wirkungsgrad engagierter Strategien. Engagierte Bewältigungsstrategien unterliegen dem Prinzip des abnehmenden Ertragszuwachses, das Kosten-Nutzen Verhältnis wird bei steigenden Anforderungen zunehmend ungünstig (Brandtstädter & Wentura, 1994). An dem Punkt, an dem Möglichkeiten zur Veränderung der Situation erschöpft sind und die Schwierigkeiten im engagierten Umgang eine bestimmte Stärke erreicht haben, sollten der Lebenslauftheorie der Kontrolle zu Folge engagierte Bewältigungsprozesse abnehmen

---

<sup>19</sup> Auch Brandtstädter (2007) beschreibt dies sehr deutlich mit den Worten: „*Intentionale Strategien des Selbstmanagements sind [...] dem [engagierten] Modus zuzuordnen, [...] [disengagierte] Prozesse [können] nicht in einem direkt-intentionalen Sinne in Gang gesetzt werden.*“ (S. 27).

(Heckhausen & Schulz, 1995). Statt dessen treten nun disengagierte Prozesse zur Reorganisation der eigenen Ansprüche, zur Loslösung von alten Ansprüchen und zur Umlenkung noch vorhandener Handlungsressourcen auf tatsächlich erreichbare Ziele in den Vordergrund.

Engagierte und disengagierte Bewältigungsstrategien sind somit zwei zentrale Prozesse, die in ausgewogener Weise zusammenarbeiten müssen. Brandtstädter (2007) beschreibt, dass gerade in Lebensumständen, die durch eine starke Änderungsdynamik gekennzeichnet sind, eine Balance zwischen der Persistenz engagierter Bewältigung und der Flexibilität disengagierter Bewältigung gefordert ist. Besonders der soziale Wandel sowie dessen Anforderungen an das Individuum sind hierfür prototypisch. Die Vereinbarkeit von hartnäckiger Zielverfolgung auf der einen Seite und flexibler Offenheit auf der anderen Seite liegt mithin im Zentrum der Betrachtung (Goschke, 2003; Grossberg, 1988). Engagierte Hartnäckigkeit kann in einen Nachteil umschlagen, wenn sie die adaptive Flexibilität der Art einschränkt, dass an der Zielverfolgung rigide festgehalten wird und Kosten-Nutzen Aspekte in nicht mehr vernünftiger Weise abgewogen werden. Aber auch eine zu hohe Offenheit gegenüber ablenkenden Einflüssen kann negative Folgen haben, wenn wichtige Aufgaben verfrüht preisgegeben werden. Mithin geht es um die richtige Balance zwischen beiden Aspekten.

Vor diesem Hintergrund soll in den folgenden Abschnitten die Beziehungen zwischen den Bewältigungsmodi und SWB genauer vorgestellt werden. Welche bivariaten Zusammenhänge bestehen zwischen Engagement/Disengagement und SWB (Abschnitt 3.3) und inwieweit bieten beide Modi einen Puffer für den negativen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB (Abschnitt 3.4)?

### *3.3 Bivariate Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB*

Nach einer wichtigen Voraussetzung vieler Stresstheorien inklusive der Lebenslauftheorie der Kontrolle sind weder engagierte noch disengagierte Bewältigungsstrategien per se adaptiv. Die Adaptivität von Bewältigungsverhalten bemisst sich immer in einer Kongruenz zwischen Merkmalen der Situation und der Person, wie zum Beispiel den zur Verfügung stehenden Ressourcen, der Art und Anzahl der Stressoren oder deren Kontrollpotenzial. Infolgedessen ist es wichtig zu bemerken, dass die folgende Übersicht über empirische Befunde zu Zusammenhängen zwischen Bewältigung und SWB solch vermittelnde Faktoren noch nicht einbezieht. Es werden rein bivariate Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB ohne

Berücksichtigung von Randbedingungen, wie dem Ausmaß oder Kontrollpotenzial der Stressoren, berichtet.<sup>20</sup>

Viele Studien untersuchen bivariate Beziehungen zwischen den Bewältigungsmodi und SWB (bspw. Wrosch et al., 2002; Zeidner, 2005). In der Literatur zeigt sich überwiegend, dass ein höheres Ausmaß von engagierter Bewältigung mit einem höheren SWB assoziiert ist. Theoretisch bedeutsam erscheint in diesem Zusammenhang auch die Tatsache, dass Engagement eher mit einer Steigerung des positiven Affekts einhergeht, nicht jedoch mit einer Abnahme des negativen Affekts (Heyl, Wahl, & Mollenkopf, 2007). Durch engagierte Bewältigung werden aktuelle Probleme eher gelöst, wodurch sich ein positives Erfolgserlebnis einstellt (Wahl, Becker, Schilling, Burmedi & Himmelsbach, 2005). Somit stärkt eine erfolgreiche Problemlösung das individuelle Selbstwertgefühl und fördert ein hohes SWB (Greve, 1997).

Eine positive Gefühlslage entsteht auch durch die positive Einschätzung der aktuellen Situation, durch die Hoffnung und Aussicht auf eine möglicherweise erfolgreiche Bewältigung der Anforderungen in der Zukunft (Zeidner, 2005) und durch die damit verbundene, gestiegene Handlungsmotivation. Ein weiterer Aspekt, der zu einem höheren SWB beiträgt, ist die soziale Honorierung einer engagierten Bewältigung (Brandtstädter, 2007): Schwierigkeiten zu überwinden und an Zielen festzuhalten wird als Ausdruck von Entschlossenheit, Tatkraft und Standhaftigkeit bewertet. Eine hohe Investition zur Bewältigung der Schwierigkeiten gilt nicht nur in Wettbewerbssituationen, sondern auch in moralischer Hinsicht, als tugendhaft. Insgesamt lässt sich somit ein klares und eindeutiges Muster positiver Zusammenhänge zwischen engagierter Bewältigung und SWB erkennen.

Die empirischen Befunde für den Zusammenhang zwischen disengagierter Bewältigung und SWB sind indes weniger eindeutig. Der überwiegende Teil der Studien sieht die Aufgabe eigener gewählter und attraktiver Ziele in Verbindung mit negativen Gefühlen, wie etwa Trauer, Frustration oder Enttäuschung (z.B. Wadsworth, Raviv, Compas & Connor-Smith, 2005). Eine Distanzierung von Anforderungen geht zudem auch mit einem höheren Risiko einher, gerade jene positiven Gefühle seltener zu erleben, die aus einer erfolgreichen Lösung eines Problems entstehen. Durch die Anpassung zentraler und wichtiger Ziele können Aspekte des eigenen Lebens (wie etwa Identität) in Mitleidenschaft gezogen werden. Vor allem im Übergang von engagierten zu disengagierten Bewältigungsmodi entstehen zunächst Stimmungslagen wie Enttäuschung, Desillusionierung und sogar Hilflosigkeit. Bis zu einem

---

<sup>20</sup> Es wird im weiteren Verlauf der Arbeit detailliert zu besprechen sein, welche spezifische Passung zwischen Bewältigungsmodi und Randbedingungen bestehen muss, um positive Auswirkungen für das SWB zu erwarten (siehe Kapitel 4).

möglichen Erfolg dieser Strategien stellen sich deren Implikationen für das SWB eher negativ dar (Greve, 1997). Des Weiteren wird die vollständige Aufgabe von Zielen in der Regel als ein Eingeständnis eigenen Versagens verstanden sowie von Außenstehenden als ein Zeichen von Schwäche interpretiert. Insgesamt zeigen sich im Gros der Studien negative Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB.

An dieser Stelle soll aber explizit dem Eindruck entgegengehalten werden, dass ein Disengagement von aktuellen Problemen sowie eine Neuorientierung auf mögliche Alternativen unter allen Umständen mit einem verminderten SWB einhergeht. Dies widerspricht der angeführten These, dass für eine Beurteilung der Adaptivität von Bewältigung zahlreiche personale und situative Bedingungen zu berücksichtigen sind. Wie der nächste Abschnitt 3.4 zu Puffereffekten von Bewältigungsstrategien zeigt, bemisst sich beispielsweise die Adaptivität des Disengagements nach dem Ausmaß zu bewältigender Stressoren.

### *3.4 Moderierende Effekte der Bewältigungsstrategien auf Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB*

In Ergänzung zum vorangehenden Abschnitt fokussieren viele Bewältigungsstudien auf die Pufferung von Stressoren und somit auf die Frage, ob die Enge der Beziehung zwischen Stressoren und SWB von der Ausprägung der Bewältigungsmodi abhängt (bspw. Lazarus & Folkman, 1984).<sup>21</sup> An dieser Stelle muss vorangestellt werden, dass noch keine empirischen Befunde über die Interaktion von Anforderungen des sozialen Wandels und Bewältigungsstrategien existieren. Infolgedessen wird in diesem Abschnitt die Befundlage zur Pufferung von Stressoren im Allgemeinen durch Engagement und Disengagement vorgestellt. Auf Basis dieser Ergebnisse sowie der Lebenslauftheorie der Kontrolle werden dann überprüfbare Hypothesen für die Pufferung von wandelbezogenen Anforderungen abgeleitet.<sup>22</sup>

So wird in zahlreichen Studien gezeigt, dass eine engagierte Bewältigung den Effekt erlebter Stressoren auf das SWB im Mittel abpuffert, das heißt weniger eng werden lässt (Wrosch et al., 2002; Connor-Smith & Compas, 2004). Engagement schwächt die negative Wirkung einer Vielzahl potenzieller Stressoren auf das SWB ab, wie zum Beispiel die Aus-

---

<sup>21</sup> Auf mathematischer Ebene kann die statistische Wechselwirkung zwischen Stressoren und Bewältigung im Hinblick auf das SWB zweierlei bedeuten: Erstens, ob die Enge des Zusammenhangs zwischen Stressoren und SWB von der Ausprägung der Bewältigungsstrategien abhängt. Zweitens, inwieweit die Enge des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB entlang des Ausmaßes an Stressoren variiert. Diese beiden Deutungen der Wechselwirkung sind mathematisch gleichwertig und im Kontext der vorliegenden Arbeit nicht eindeutig zu trennen. Vor dem Hintergrund allerdings des dieser Arbeit zu Grunde liegenden Stress- und Bewältigungsansatzes soll der erste Aspekt der Interaktion, das heißt die moderierende Wirkung engagierter und disengagierter Bewältigung für den Zusammenhang zwischen Stressoren und SWB betrachtet werden.

<sup>22</sup> Die Begriffe Pufferung von Stressoren und Bewältigung von Stressoren werden im weiteren Verlauf der Arbeit synonym verwendet.

wirkungen von Erkrankungen (Lewis & Kliwer, 1996) oder von experimentell induziertem Stresserleben (Connor-Smith & Compas, 2004). Die puffernde Wirkung engagierter Bewältigungsstrategien zeigt sich auch in biologischen Stressindikatoren wie in einem verminderten Blutdruck (Albright, Andreassi & Brockwell, 1991) oder in einem geringeren Cortisolniveau (Thornsteinson & James, 1999). Auch in schwierigen Situationen zeigt sich die positive Wirkung engagierter Bewältigung, wenn beispielsweise soziale Unterstützung und Hilfen zur Lösung aktueller Probleme herangezogen werden oder der Fokus verstärkt auf positive Aspekte gelegt wird (Connor-Smith & Compas, 2002). Insgesamt führen bei einem hohen Einsatz engagierter Bewältigungsstrategien Anforderungen zu geringeren Auswirkungen auf das SWB als bei einem geringen Einsatz dieses Modus (Bladgen & Craske, 1996).

In Analogie zu den im vorangehenden Abschnitt beschriebenen bivariaten Zusammenhängen zwischen disengagierter Bewältigung und SWB gibt es auch für die Frage, ob disengagierte Bewältigung den negativen Effekt von Anforderungen auf das SWB abpuffern kann, keine einheitliche Befundlage. Einige Autoren finden keine puffernde Wirkung oder sogar eine verstärkte Wirkung des negativen Effekts von Anforderungen auf SWB (z.B. Wadsworth et al., 2005). Für die verstärkende Wirkung der Stressoren auf Befindlichkeitsmaße spricht, dass gerade in weniger schwierigen Situationen eine distanzierende Bewältigung erscheint (Connor-Smith & Compas, 2002). Hiermit geht eine geringere Wahrscheinlichkeit einher, das akute Problem und die Anforderung wirklich zu lösen, da engagierte Strategien verhindert werden. Dies senkt zum einen die Wahrscheinlichkeit, positive Erfolgsgefühle zu erleben, zum anderen verstärkt es das Erleben von Frustration und Enttäuschung. Das Gefühl, es nicht geschafft zu haben, sollte damit vor allem in Situationen mit wenigen Anforderungen intensiver werden.

In der Mehrzahl verfügbarer Studien wird allerdings über eine puffernde Wirkung disengagierter Bewältigung für den Effekt von Stressoren auf das SWB berichtet (z.B. Bak & Brandtstädter, 1998; Connor-Smith & Compas, 2004). In Zeiten zunehmender und rascher Veränderungen sowie dem Druck vieler Stressoren mag die Abkehr von engagierter Bewältigung eine erleichternde Wirkung haben, die Aufmerksamkeit wird von unlösbaren Anforderungen abgezogen und die negativen Effekte der Stressoren auf das SWB nehmen ab (Brandtstädter & Rothermund, 2003). Der Einsatz disengagierter Strategien steht diesen Befunden zu Folge mit einer Abnahme frustrierender Erfahrungen und Erlebnisse in Verbindung. Dies korrespondiert mit der Beobachtung von Heyl et al. (2007), dass disengagierte Strategien weniger mit einer Zunahme positiver Affekte als mit einer Abnahme negativer

Affekte einhergehen. Insgesamt können disengagierte Prozesse bei einem hohen Anforderungsniveau ein adaptives Mittel darstellen, welches die negativen Effekte stresshafter Anforderungen abmildert und das SWB stabilisiert (Brandstädter, 2007). Im Mittel sollten somit beide Bewältigungsstrategien einen puffernden Charakter hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB haben.

### *3.5 Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen Bewältigungsstrategien und SWB*

Dieses dritte Kapitel resümierend lassen sich auf Basis der von Heckhausen und Schulz formulierten Lebensspannentheorie der Kontrolle sowie der dargestellten empirischen Befunde die folgenden Hypothesen formulieren: Erstens werden bivariate Zusammenhänge zwischen Bewältigungsmodi und SWB angenommen. Engagierte Bewältigung und SWB sollten positiv zusammenhängen, Disengagement und SWB hingegen negativ. Zweitens wird angenommen, dass Bewältigungsstrategien die Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB moderieren: Eine hohe Ausprägung von Engagement sollte die Stärke der negativen Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB verringern, eine geringe Ausprägung von Engagement sollte indes die Stärke der negativen Zusammenhänge verstärken. Für Disengagement gilt analog: Eine hohe Ausprägung von Disengagement sollte die Stärke der negativen Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB verringern, eine geringe Ausprägung von Disengagement die Stärke der negativen Zusammenhänge erhöhen.



---

#### 4 *Kontrollüberzeugungen als Moderatorvariable für die Zusammenhänge zwischen Anforderungen, Bewältigung und SWB*

Wie im letzten Kapitel gezeigt wurde, weisen engagierte Bewältigungsstrategien im Bezug zum SWB eine überwiegend positive Bilanz auf, sie werden mit einem höheren SWB in Verbindung gebracht. Disengagierte Strategien hingegen weisen eine weniger positive Bilanz auf und gehen eher mit einem niedrigeren SWB einher (Weber, 1997). Dieses Muster zeigt sich auf empirischer Ebene in unterschiedlichen Studien, es widerspricht aber zentralen Annahmen vieler Stress- und Bewältigungskonzepte, bestimmte Bewältigungsstrategien per se als günstig und andere als ungünstig zu bewerten (bspw. Lazarus & Launier, 1981). Vielmehr soll es auf die Passung zwischen Merkmalen der Situation und der Person ankommen, wann welches Bewältigungsverhalten angemessen ist (Heckhausen, 1999; Schulz & Heckhausen, 1996; Brandtstädter, 2007). Wird das gewählte Bewältigungsverhalten der subjektiv wahrgenommenen Anforderung der Situation gerecht, sollten sich positive Effekte auf das SWB zeigen, im umgekehrten Fall einer unangemessenen Bewältigungsstrategie sind negative Effekte zu erwarten. Hinsichtlich der Funktionalität von Bewältigungsverhalten ist somit die Berücksichtigung weiterer, personaler und situativer Merkmale notwendig. Engagierte und disengagierte Bewältigungsprozesse hängen sowohl in ihrer Ausprägung als auch in ihrer Wirkung auf das SWB von solchen Merkmalen ab, die zwischen Personen und Situationen variieren können.

Demzufolge erscheint es erforderlich, mittels zusätzlicher, bisher noch nicht berücksichtigter Variablen, die genannten Zusammenhänge zwischen Anforderungen, Bewältigung und SWB weiter zu spezifizieren. An dieser Stelle kommen Modelle der Kontrollüberzeugungen für die Analyse dieser Zusammenhänge in Betracht. Wie im Weiteren noch deutlich wird, lassen sich durch Anwendung dieser Modelle auf den Bereich der Stress- und Bewältigungsforschung Antworten auf folgende Fragen finden:

- 1) Warum ist der Zusammenhang zwischen Disengagement und SWB so inkonsistent?
- 2) Kann auch Disengagement positive Beziehungen zum SWB aufweisen?
- 3) Unter welchen Gesichtspunkten ist generell eine engagierte oder eine disengagierte Bewältigung hinsichtlich ihrer Folgen für das SWB angemessen?

Das folgende Kapitel wird sich mit solchen Fragen beschäftigen und diskutieren, inwieweit die wahrgenommene Kontrolle über die Anforderungen die Zusammenhänge zwischen Anforderungen, Bewältigungsverhalten und SWB moderieren kann.

#### 4.1 Einbettung der Kontrollüberzeugungen in Stress- und Bewältigungsmodelle

Zur Beantwortung der oben aufgeworfenen Fragen wird als ein zentrales Merkmal die Variable der Kontrollüberzeugung eingeführt. Sie gilt als ein wichtiges kognitives Merkmal, welches das Verhalten und das Erleben von Menschen beeinflussen und moderieren kann. Krampen (1987) weist darauf hin, dass der Begriff der Kontrolle ein altes psychologisches und soziologisches Problem anspricht, nämlich das Problem der Selbstbestimmtheit menschlichen Verhaltens. Es geht um die subjektive Überzeugung, ein Ereignis oder eine Handlung durch ausgewählte Verhaltensweisen regulieren oder beeinflussen zu können. Das Konzept der wahrgenommenen Kontrolle wurde ursprünglich von Rotter (1966) im Rahmen der sozialen Lerntheorie in die Psychologie eingeführt und ist seitdem ein integraler Bestandteil moderner Attributionstheorien (Krampen, 1989).<sup>23</sup> Tatsächlich wird das Konzept der wahrgenommenen Kontrolle als erste empirisch überprüfbare Attributionstheorie überhaupt bezeichnet (Herkner, 1980).

Besondere Relevanz für die Forschung zu Kontrollüberzeugungen besitzt Heiders Attributionstheorie (1958) aus seinem einflussreichen Buch *The psychology of interpersonal relations*. Heider betrachtet den Menschen als naiven Laienwissenschaftler, der versucht, beobachtetes Verhalten zu erklären. Aufbauend auf Lewins (1946) allgemeiner Verhaltensgleichung, nach der jedes Verhalten eine Funktion von Person und Umwelt ist, differenziert Heider zwischen einer Personen- und einer Umweltebene. Seine sogenannte Handlungsanalyse dient der Beantwortung der Frage, ob ein Handlungsergebnis als durch Personkraft oder durch Umweltkraft verursacht erlebt wird (Stiensmeier-Pelster & Heckhausen, 2005), in der Terminologie von Heider, ob persönliche Kausalität oder nicht-persönliche Kausalität vorliegt. Die Antwort auf diese Frage ist von entscheidender Bedeutung, um das aktuelle Ereignis verständlich und zukünftige Ereignisse potenziell plan- und kontrollierbar zu machen.

Allerdings erweist sich die Annahme nur einer einzigen Beurteilungsdimension als nicht ausreichend, so dass die Überlegungen von Heider (1958) zu attributionalen Analyse von Verhalten um weitere Merkmale erweitert werden. Einen der führenden Beiträge der Attributionforschung liefert Weiner (1979), der eine eigene Taxonomie von Ursachen-erklärungen aufstellt. Er differenziert Heiders globales Schema der Personen- und Umweltseite weiter aus und ordnet die Ursachenerklärung entlang von drei Dimensionen an:

---

<sup>23</sup> Hierin mag auch eine begriffliche Vielfalt begründet liegen: Rotter (1966) verwendet im englischsprachigen Originalartikel den Begriff *locus of control of reinforcement*. Im deutschen Sprachgebrauch wurde dies mit Ort der Kontrolle, Ort der Steuerung oder Verstärkungskontrolle übersetzt. Letztlich scheint sich aktuell die Begriffe der wahrgenommenen Kontrolle bzw. der Kontrollüberzeugung durchgesetzt zu haben, welche beide synonym in dieser Arbeit verwendet werden.

- 1) Als Erstes ist die Verortung der Ursache zu nennen. Auf wen oder was ist eine Handlung oder ein Handlungsergebnis zurückzuführen? Dem Modell zufolge kann die Ursache in der eigenen Person (Internalität) oder äußeren Begebenheiten (Externalität), wie anderen Personen oder der Umwelt, begründet liegen.
- 2) Neben der Verortung steht als zweite Kausaldimension die Stabilität der Ursache im Vordergrund. Hiermit beschreibt Weiner (1979) die Frage, ob die Handlung oder ein Ergebnis über die Zeit betrachtet stabil und unveränderbar sind oder ob sie unbeständig sind und hohe Variabilität aufweisen. Tritt das zu erklärende Ereignis nur in bestimmten, einzelnen Situationen auf oder zeigt es sich unabhängig von der Situation?
- 3) Die dritte, für die Folgen eines Attributionsprozesses relevante Dimension umschreibt die wahrgenommene Kontrolle über die Ursache. Der Begriff wahrgenommene Kontrolle meint, ob die Handlung oder das Handlungsergebnis durch den Handelnden kontrolliert werden können oder ob sich diese seiner Kontrolle entziehen. Wahrgenommene Kontrolle beschreibt mithin die Überzeugung einer Person, inwiefern eine Handlung oder ein Handlungsergebnis beeinfluss- und regulierbar ist. Diese Dimension lässt sich hinsichtlich wahrgenommener internaler und externaler Kontrolle weiter differenzieren: Wahrgenommene interne Kontrolle bildet die Überzeugung ab, man selbst habe die Kontrolle über die Ereignisse und Resultate im eigenen Leben, externe Kontrolle beschreibt die Auffassung, machtvolle Andere oder das Schicksal bedingen das eigene Leben.<sup>24</sup>

Wie in den folgenden Abschnitten erläutert wird, unterscheiden sich affektive und behaviorale Konsequenzen der Anforderungen in Abhängigkeit der Ursachenattribution entlang der genannten drei Dimensionen Verortung, Stabilität und wahrgenommene Kontrolle (Compas, Malcarne & Fondacaro, 1988; Affleck, Tennen & Gershman, 1985). Der Fokus der vorliegenden Arbeit wird auf der dritten Attributionsdimension liegen und sich im Wesentlichen der Beantwortung der Frage zuwenden, welche Konsequenzen sich für das SWB aus unterschiedlichen Kontrollüberzeugungen über die Anforderungen des sozialen Wandels ergeben.

Die Fragen nach der Verortung und Stabilität werden im Rahmen des Projekts, in dem diese Arbeit eingebettet ist, aus zwei Gründen nicht thematisiert: Erstens kann zur Be-

---

<sup>24</sup> In der Literatur werden neben den hier behandelten noch weitere Ordnungsdimensionen beschrieben, wie bspw. Intentionalität (d.h. ob eine Handlung bewusst herbeigeführt ist oder unabsichtlich geschieht; Abramson, Seligman & Teasdale, 1978). Da diese aber in der empirischen Literatur nur geringe Resonanz erfahren haben, soll sich die vorliegende Arbeit auf die hier genannten Dimensionen beschränken.

urteilung der Verortung der Anforderungen angenommen werden, dass alle im zweiten Kapitel beschriebenen Anforderungen in den Bereichen Arbeit und Familie external attribuiert werden, das heißt, dass ihnen eine außerhalb der eigenen Person liegenden Ursache zugeschrieben wird. Zwar sind, wie beschrieben, Menschen auch (Mit-)Verursacher des sozialen Wandels, die durch eigenes Auswählen von Lebensverläufen gesellschaftliche Trends beeinflussen können (Pinquart & Silbereisen, 2004). Die im Rahmen dieser Arbeit aber zu behandelnden Anforderungen beschreiben solche Sachverhalte, die sich aus makrokontextuellen Phänomenen der Globalisierung oder Pluralisierung ergeben, und deren Ursprung mithin eher auf einer Makro- als auf einer Individualebene liegt. So kann etwa angenommen werden, dass die Ursache einer geringeren Zahl von Arbeitsplätzen, eines höheren Risikos des Arbeitsplatzverlustes oder der nachlassenden Bedeutung elterlicher Erfahrungen eher externalen als internalen Ursachen zuzuschreiben sind (vergleiche hierzu die Vorstellung der Anforderungen aus den Lebensbereichen Arbeit und Familie im Kapitel 2.6).

Zweitens beschreiben die Anforderungen des sozialen Wandels nur solche Veränderungen im Umfeld einer Person, die gemäß vorliegender amtlicher Statistiken und wissenschaftlichen Studien in den letzten Jahren in Deutschland eine Zunahme erfahren haben. Somit sollten die Anforderungen eine gewisse zeitliche Stabilität – zumindest über den Untersuchungszeitraum betrachtet – aufweisen (siehe auch Kapitel 6.2.2). Zudem werden nur solche Anforderungen betrachtet, die ein Mindestmaß an Verbreitung aufweisen, während solche, die nur kleinere Personenkreise betreffen (etwa die Krise in einem umgrenzten Feld der Wirtschaft) nicht untersucht werden. Die untersuchten Anforderungen umfassen somit längerfristige und dauerhaft auftretende Trends, die von einer größeren Personengruppe erlebt werden. Vor diesem Hintergrund erscheint es legitim und naheliegend, den in dieser Arbeit beschriebenen Anforderungen eine hohe zeitliche Stabilität zu unterstellen.

Zusammenfassend kann daher für die Ursachenerklärung der wandelbezogenen Anforderungen postuliert werden, dass diese als stabil und external verursacht attribuiert werden. Hinsichtlich der wahrgenommenen Kontrolle über die Anforderungen, das heißt der Frage, ob diese nach eigenen Wünschen beeinfluss- und steuerbar sind oder ob diese gänzlich durch andere kontrolliert werden, kann hingegen von einer hohen interindividuellen Variabilität ausgegangen werden, die für die Analyse der Arbeit fruchtbar gemacht werden soll. Anhand der theoretischen Aussagen des Modells von Weiner als auch der empirischen Literatur zu den Folgen unterschiedlicher Ausprägungen wahrgenommener Kontrolle sollen im Folgenden

Annahmen zu deren Zusammenhang mit dem SWB (Kapitel 4.2) und hinsichtlich deren moderierender Einflüsse auf die Variablenzusammenhänge (Kapitel 4.3) getroffen werden.

#### 4.2 *Bivariate Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB*

Unter der Maßgabe, dass die Anforderungen gleichzeitig als external verursacht und stabil attribuiert werden (wovon in dieser Arbeit ausgegangen wird), haben nach Weiners Modell wahrgenommene internale und externale Kontrolle gegenläufige Einflüsse auf das SWB als zentralen Zielvariable dieser Arbeit.

In der empirischen Literatur werden generell positive Zusammenhänge zwischen hoher wahrgenommener internaler Kontrolle und SWB beschrieben, hingegen negative zwischen externaler Kontrolle und SWB (McJean, Strongman & Neha, 2007). Personen mit ausgeprägter internaler Kontrollüberzeugung haben eine höhere Erfolgszuversicht und sie zeigen eine höhere Persistenz zielgerichteter Anstrengungen als Personen mit hoher externaler Kontrollüberzeugung. Erstere haben mehr Ausdauer in der Auseinandersetzung mit Schwierigkeiten und sind eher bereit, sich in Zukunft Herausforderungen zu stellen als Letztere (Roesch & Weiner, 2001). Internale Kontrollüberzeugungen begünstigen somit den engagierten Umgang mit Anforderungen und werden durch erlebte Handlungserfolge verstärkt. Personen, die sich als aktive Gestalter ihrer Umwelt sehen, blicken mit Stolz und Zufriedenheit auf ihre bisherige und mit Hoffnung und Zuversicht auf ihre zukünftige Entwicklung (Brandtstädter, Krampen & Greve, 1987). Angesichts dieser Ergebnisse überrascht es nicht, dass internale Kontrollüberzeugungen zu den stärksten Prädiktoren eines hohen SWB gehört (Pucheu, Consoli, D'Auzac, Français & Issad, 2004).

Für den beschriebenen Fall von stabilen und external verursachten Anforderungen geht hingegen die Überzeugung external kontrollierter Anforderungen mit entgegengesetzten Affekten einher. Als unkontrollierbar empfundene Anforderungen erzeugen generell einen höheren Stresslevel als kontrollierbar empfundene Anforderungen (Suls & Mullen, 1981; Thompson, 1981). Diese Überzeugung führt zu Gefühlen wie Depression und Unzufriedenheit, solche Personen sehen sich nicht als maßgebliches Moment ihres Lebens, da sie glauben, nur geringen Einfluss auf wichtige Aspekte desselben zu haben (Brandtstädter, 2007). Hieraus resultieren auch eine Verminderung engagierter und eine Steigerung disengagierter Bewältigung. Insgesamt lässt sich somit ein eindeutiges Muster einer negativen Beziehung zwischen externaler Kontrollüberzeugung und SWB erkennen

#### 4.3 Moderierende Effekte von Kontrollüberzeugungen auf Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB

Besondere Aufmerksamkeit erlangt das Konzept der wahrgenommenen Kontrolle bezüglich der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB (McLean et al., 2007). Hinsichtlich dieser Beziehungen hat die *goodness of fit* These der wahrgenommenen Kontrolle in der empirischen Forschung viel empirische Resonanz erhalten (Zakowski et al., 2001). Sie beschreibt die erforderliche Abstimmung der Bewältigungsstrategien auf den Grad wahrgenommener Kontrolle, was in zweierlei Hinsicht in einem höheren SWB resultiert: erstens in einer Stärkung der bivariaten Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB sowie zweitens in einer Stärkung der Moderatoreffekte der Bewältigungsstrategien auf den Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB. In der Forschung zur Lebensspanntheorie der Kontrolle wird dieses Passungsverhältnis zwischen Bewältigungsstrategie und erlebtem Kontrollpotenzial unter dem Stichwort der Kongruenz diskutiert (bspw. Heckhausen, 1999; Schulz & Heckhausen, 1996).

Mit Blick auf engagierte Bewältigungsstrategien wird postuliert, dass sie vor allem bei kontrollierbaren Stressoren zu einer Erhöhung des SWB beitragen, wohingegen solche Strategien ineffektiv oder sogar schädlich im Falle unkontrollierbarer Stressoren sein können (Colvin & Block, 1994). Pucheu et al. (2004) gehen soweit zu behaupten, dass engagierte Strategien zur Veränderung der Umwelt, wie zielgerichtetes Handeln, zuvorderst Stressoren mit einem hohen Kontrollpotenzial benötigen. Erst in solchen Situationen kann ihr Einsatz zu einer Erhöhung des SWB beitragen. Hingegen ist im Falle geringen Kontrollpotenzial über Anforderungen ein engagiertes Festhalten an eingeschlagenen Wegen dysfunktional und daher mit negativen Konsequenzen für das SWB verbunden. Da eigene Ziele seltener erreicht werden, Anforderungen eher bestehen bleiben und der Erfüllungsgrad hinter den eigenen Ansprüchen zurückbleibt, entstehen Frustration oder Enttäuschung (Norem & Cantor, 1990). Aufgrund häufigerer Misserfolgserlebnisse erfahren Personen mit geringer wahrgenommener Kontrolle bei engagierten Bewältigungsstrategien viel häufiger kontrafaktische Emotionen wie Ärger oder Missmut (Brandstätter, 2007). Binden Anforderungen über längere Zeit Aufmerksamkeit und Ressourcen, obwohl sie nicht adäquat engagiert bewältigt werden können, so kommt es typischerweise zu ruminativen Tendenzen und Gefühlen von Hilflosigkeit und Depressivität (Kuhl & Helle, 1986).

Empirische Unterstützung findet die Kongruenzthese bezüglich engagierter Bewältigung und wahrgenommenen Kontrollpotenzial auch in einer Studie der *Jena Study on Social Change and Human Development*. Pinquart, Silbereisen und Körner (2008) ermitteln in

opportunitätsreicheren Regionen einen starken Puffereffekt engagierter Bewältigung für den Zusammenhang zwischen Stressoren und SWB. Sie deuten dieses Ergebnis dahingehend, dass solche Regionen mehr Kontrollpotenzial für den engagierten Bewältigungsmodus bieten. In opportunitätsärmeren Regionen jedoch, die weniger Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial bieten, ist der beschriebene Puffereffekt engagierter Bewältigung deutlich niedriger und Personen erleben ein geringeres SWB.

Mit Blick auf disengagierte Bewältigungsstrategien sind die Postulate der *goodness of fit* These spiegelbildlich: Bei hoher wahrgenommener Kontrolle über die Anforderungen sollte Disengagement mit einem geringen SWB, bei geringer wahrgenommener Kontrolle mit einem höheren SWB assoziiert sein (Thompson et al., 2006). Bei hohem wahrgenommenen Kontrollpotenzial über die Anforderungen sind disengagierte Strategien dysfunktional, sie verhindern positive Erfolgserlebnisse, Anforderungen werden seltener gelöst und eigene Ziele seltener erreicht (Calvin & Block, 1994). Hingegen hat Disengagement einen hohen adaptiven Wert, sofern Anforderungen als nicht kontrollierbar erscheinen. In einem solchen Fall erhöht eine Abwendung von nicht erfüllbaren Anforderungen und die daraus resultierende Neuorientierung auf Alternativen die Wahrscheinlichkeit von Handlungserfolgen. Die adaptive Funktion des Disengagements liegt demzufolge darin, negative Konsequenzen einer längerfristigen Bindung an nicht beeinflussbare Anforderungen zu verhindern. Angesichts unkontrollierbarer Stressoren scheint es also bei disengagierten Strategien primär um das Abwehren negativer Gefühle – wie bei der Erfahrung negativer Misserfolgserlebnisse – zu gehen, was in Konsequenz einer positiven Affektbalance entspricht. Eine positivere Gefühlslage entsteht weniger aus einer tatsächlich positiven Einschätzung der Situation, sondern eher aus der Aussicht auf eine bessere Zukunft und damit verbundenen Handlungsmotivationen. Primär wirken disengagierte Strategien daher nicht auf eine Steigerung positiver Gefühle, sondern sie mildern negative Emotionen wie Frustration oder Ärger (Heyl et al., 2007). Der Neubeginn nach einem akzeptierten Ende ist häufig mit besseren Konsequenzen verbunden als ein aussichtsloser und damit kostenintensiver Versuch, die Anforderung zu bestehen. So ist die Ablösung von schwer zu erfüllenden Anforderungen eine Vorbedingung zur Überwindung depressiver Episoden (Pyszczynski & Greenberg, 1992; Brandstätter, 2007).

Empirische Unterstützung findet die Kongruenzthese bezüglich Disengagement und externaler Kontrolle in einer weiteren Studie der *JSSC*. Im besonderen Fokus der Arbeit von Tomasik (2008) liegt die Adaptivität des Disengagements in unterschiedlich prosperierenden Regionen. Er kann zeigen, dass in wirtschaftlich schwachen Regionen – also in Gegenden, in

denen Personen wahrscheinlich nur ein geringes Kontrollpotenzial erleben – disengagierte Bewältigung einen signifikanten Puffereffekt für die Beziehung zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB bietet. Disengagierte Personen in ärmeren Regionen berichten über ein höheres SWB als disengagierte Personen in reicheren Regionen. Obwohl sich bei beiden an dieser Stelle vorgestellten Studien der *JSSC* das empfundene Kontrollpotenzial nur über die Prosperität der Region, in der die Studienteilnehmer leben, erschließen lässt, bieten sie schon deutliche Hinweise auf die notwendige Passung zwischen Bewältigungsverhalten und wahrgenommener Kontrolle: Erst diese ermöglicht eine Beurteilung eines Bewältigungsverhaltens als adaptiv oder maladaptiv.

#### 4.4 Zusammenfassung der Fragestellungen zu den Beziehungen zwischen internaler und externaler Kontrollüberzeugungen und SWB

Das vierte Kapitel zusammenfassend beschreibt die *goodness of fit* These die erforderliche Abstimmung von Bewältigungsstrategien auf den Grad wahrgenommener Kontrolle. Ein kongruentes Passungsverhältnis zwischen Bewältigungsstrategien und erlebtem Kontrollpotenzial resultiert in einem höheren SWB, ein inkongruentes Verhältnis in einem niedrigeren SWB (Saile & Hülsebusch, 2006). Dabei fokussiert die Kongruenzthese im besonderen auf die Konstellationen aus Engagement und internaler Kontrollüberzeugung sowie aus Disengagement und externaler Kontrolle.<sup>25</sup> Vor dem Hintergrund der vorgestellten Thesen und Befunde zu Kontrollüberzeugungen und deren Einflüsse auf Variablen im Stress- und Bewältigungsprozess werden die folgenden Zusammenhangs- und Moderationshypothesen angenommen:

Erstens sind bivariate Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB der Art anzunehmen, dass hohe interne Kontrollüberzeugung mit hohen Ausprägungen, hohe externe Kontrollüberzeugung mit niedrigen Ausprägungen von SWB assoziiert sind.

Zweitens sollten die bivariaten Zusammenhänge zwischen engagierter und disengagierter Bewältigung mit SWB durch den Grad wahrgenommener Kontrolle moderiert werden: Engagierte Bewältigung hat besonders positive Auswirkungen auf das SWB, sofern die Person die Anforderungen als hoch internal kontrollierbar empfindet. Werden hingegen die Anforderungen als nur gering internal kontrollierbar erlebt, sollte engagierte Bewältigung

---

<sup>25</sup> Interessanterweise stehen die umgekehrten Konstellationen aus Engagement und externaler Kontrolle sowie aus Disengagement und internaler Kontrolle weniger im Fokus der *goodness of fit* These. In der empirischen Literatur überwiegen Studien zu den Konstellationen aus Engagement und internaler Kontrolle sowie aus Disengagement und externaler Kontrolle (Zakowski et al., 2001). Infolgedessen wird sich die Arbeit auf diese beiden Konstellationen beschränken, eine Vorstellung der Konsequenzen alternativer Konstellationen findet sich in Kapitel 8.2.3.



weniger positive Auswirkungen auf das SWB haben. Hierzu spiegelverkehrte Effekte werden für den Zusammenhang zwischen Disengagement und SWB angenommen: Dieser sollte bei geringen Ausprägungen externaler Kontrollüberzeugung abgeschwächt, das heißt stärker negativ ausfallen, im Falle hoch externaler Kontrollüberzeugung positiver.

Drittens und zuletzt sind 3-fach Wechselwirkungen zwischen wahrgenommener Kontrolle, Bewältigungsstrategien und Anforderungen zu erwarten: Die Stärke des Puffereffekts engagierter Bewältigung auf den negativen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB sollte entlang der internalen Kontrollüberzeugung variieren: Bei hoher wahrgenommener internaler Kontrolle ist eine stärkere Abpufferung durch Engagement zu erwarten, bei geringer internaler Kontrollüberzeugung eine schwächere Abpufferung. Für die puffernde Wirkung disengagierter Bewältigungsstrategien auf den negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB wird eine Moderation durch externaler Kontrollüberzeugung erwartet: Die Stärke dieser Pufferung sollte bei hoher Ausprägung externaler Kontrollüberzeugung stärker ausfallen, bei geringer Ausprägung externaler Kontrollüberzeugung schwächer.



---

## 5 Zusammenfassung der Fragestellungen und Hypothesen

Die vorliegende Arbeit stellt die Frage, wie Menschen im Angesicht des aktuellen sozialen Wandels und ihrer sich daraus ergebenden veränderten Lebensumstände ihr SWB regulieren können. Im Zentrum der Überlegungen stehen dabei drei Grundannahmen:

- 1) Erstens wird sozialer Wandel als Stressor betrachtet und mit einem niedrigeren SWB assoziiert.
- 2) Zweitens wird sich der aktiven Rolle der Menschen bei der Bewältigung der durch den sozialen Wandel induzierten Anforderungen gewidmet und unterschiedliche Bewältigungsstrategien untersucht. Es wird angenommen, dass diese eine Regulation des SWB erlauben.
- 3) Es wird drittens angenommen, dass die Regulation des SWB durch solche Bewältigungsprozesse in Abhängigkeit von Kontrollüberzeugungen variiert. Bewältigung und Kontrollüberzeugungen werden insofern als zentrale Dimensionen für den Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB verstanden.

Auf Basis der in den vorangegangenen Kapiteln vorgestellten und diskutierten Modelle und empirischen Befunde wurden bivariate Zusammenhangs- und Moderationsthesen zwischen wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien, wahrgenommener Kontrolle und SWB aufgestellt, welche im Folgenden systematisiert zusammengestellt werden.

### 5.1 Hypothesen zu bivariaten Prädiktoren des SWB

Den ersten Schwerpunkt der Promotionsarbeit bilden bivariate Analysen zu Prädiktoren des SWB. In drei Hypothesengruppen werden Zusammenhänge zwischen SWB und wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und wahrgenommener Kontrolle überprüft.

#### 5.1.1 Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen erlebtem sozialem Wandel und SWB

Zentral für die erste Gruppe der Hypothesen ist die im zweiten Kapitel ausgearbeitete Grundannahme, dass erlebter sozialer Wandel als subjektiver Stressor verstanden werden kann, der systematische Zusammenhänge mit dem SWB aufweist.

In Deutschland zeigen sich seit etwa zwei Dekaden vielfältige und weitreichende soziale und gesellschaftliche Veränderungen (bspw. Pinquart & Silbereisen, 2008; Engstler & Menning, 2003). Im besonderen Fokus dieser Arbeit stehen dabei die Veränderungen in den beiden Lebensbereichen Arbeit und Familie. Wie gezeigt wurde, können sich Personen aufgrund gesteigerter Unsicherheit in diesen beiden Lebensbereichen durch aktuelle Anforderungen des sozialen Wandels überfordert fühlen und Schwierigkeiten haben, ihr Leben den neuen Veränderungen anzupassen (Pinquart & Silbereisen, 2004). Vor dem Hintergrund der behandelten Literatur wird daher ein negativer Zusammenhang zwischen den erlebten Anforderungen in den Lebensbereichen Arbeit (Hypothese 1a) und Familie (Hypothese 1b) mit den Maßen des SWB erwartet: Je mehr Anforderungen Menschen in den jeweiligen Lebensbereichen erleben, umso geringer sollte im Mittel ihr SWB sein.

Weiterhin soll die Art der Assoziation zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB untersucht werden. In der Literatur werden das kurvilineare und das Additionsmodell zur Erklärung des Zusammenhangs zwischen Stressoren und SWB kontrovers diskutiert (Appleyard et al., 2005). Die Arbeit möchte die Annahmen beider Modelle aufgreifen und untersuchen, wie die Beziehung zwischen den wandelbezogenen Anforderungen und SWB modelliert ist. Wie ausgeführt wurde, gibt es Grund zur Annahme, dass anstelle des in der Literatur vorherrschenden linearen Additionsmodells ein quadratisches Modell besser zur Erklärung solcher Beziehungen geeignet ist. Infolgedessen wird angenommen, dass sich die negative Assoziation zwischen arbeits- und familienbezogenen Anforderungen mit SWB besser durch ein kurvilineares Modell als durch ein lineares Additionsmodell beschreiben lässt (Hypothesen 1c – 1d).

### *5.1.2 Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen Bewältigungsstrategien und SWB*

Eine weitere zentrale These der Dissertation – dass Menschen eine aktive Rolle in der Bewältigung des erlebten sozialen Wandels übernehmen – ist die Basis für die zweite Gruppe von Hypothesen:

Im dritten Kapitel wurden Engagement und Disengagement als zwei zentrale Arten des Umgangs mit Stressoren im Allgemeinen und mit wandelbezogenen Anforderungen im Speziellen vorgestellt. Engagement beschreibt solche zielgerichteten Prozesse, welche die Absicht verfolgen, die Umwelt den eigenen Zielen entsprechend zu verändern. Im Gegensatz hierzu beschreibt Disengagement zieldistanzierende Prozesse, mit denen Personen sich von nicht mehr erreichbaren Zielen lösen und nach neuen Alternativen suchen.

Bivariate Zusammenhänge zwischen engagierter Bewältigung und SWB werden in vielen Studien ermittelt (bspw. Wrosch et al, 2002). Hierbei ist ein höheres Ausmaß von engagierter Bewältigung mit höheren SWB verbunden, ein Ergebnis, das auch für die vorliegenden Daten erwartet wird (Hypothese 2a). Im Gegensatz hierzu ist für die Verbindung zwischen disengagierter Bewältigung und SWB ein negatives Vorzeichen zu erwarten, ein höheres Maß an Disengagement soll mit einem niedrigeren SWB verbunden sein (Hypothese 2b).

### *5.1.3 Hypothesen zu bivariaten Zusammenhängen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB*

Weitere Fragestellungen betreffen die Variable der wahrgenommenen Kontrolle, welche als eine zentrale Dimension im Stress- und Bewältigungsprozess gilt. Internale Kontrolle beschreibt die subjektive Überzeugung, ein Ereignis oder eine Handlung durch ausgewählte Verhaltensweisen regulieren oder beeinflussen zu können. Externale Kontrolle betrifft die Überzeugung, dieses Ereignis oder Handlung sei durch äußere Einflüsse reguliert. Im vierten Kapitel sind deren Zusammenhänge mit dem SWB ausgearbeitet worden: Auf Basis der in diesem Kapitel vorgestellten Literatur (siehe bspw. Amirkhan, 1998) wird erwartet, dass internale Kontrollüberzeugung mit hohen Ausprägungen, externale Kontrollüberzeugung hingegen mit niedrigen Ausprägungen von SWB assoziiert sind (Hypothesen 3a – 3b).

## *5.2 Hypothesen zur Moderation der Zusammenhänge zwischen erlebtem sozialen Wandel, Bewältigungsstrategien, Kontrollüberzeugungen und SWB*

Der zweite Schwerpunkt der Dissertation betrifft Moderationsthese der beschriebenen Zusammenhänge zwischen Anforderungen, Bewältigungsstrategien, wahrgenommener Kontrolle und SWB. Es geht mithin um die Aufnahme dieser Untersuchungsvariablen in einem Modell, um deren gemeinsame Effekte auf das SWB zu testen.

### *5.2.1 Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien*

Die ersten Moderationsanalysen betreffen den negativen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB. Es wird erwartet, dass die Stärke dieses Zusammenhangs entlang der Bewältigungsstrategien variiert. Bei hohen Ausprägungen von Engagement sollte die Stärke der Beziehung zwischen Anforderungen und SWB geringer ausfallen, es wird somit ein Puffereffekt angenommen. Bei geringer Ausprägung des Engagement wird hingegen erwartet, dass die Stärke des Zusammenhangs zwischen Anforderungen und SWB

zunimmt (Wrosch et al., 2002; Hypothese 4a). Auch für disengagierte Bewältigung wird ein Puffereffekt angenommen: Die Stärke des Zusammenhangs zwischen Anforderungen und SWB sollte bei hoher Ausprägung des Disengagements niedriger ausfallen, bei geringer Ausprägung des Disengagements sollte die Stärke des Zusammenhangs hingegen zunehmen (Conner-Smith & Compas, 2004; Hypothese 4b).

### *5.2.2 Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB durch Kontrollüberzeugungen*

Verschiedene Untersuchungen belegen weiterhin die These, dass Zusammenhänge von engagierter und disengagierter Bewältigung mit SWB durch Kontrollüberzeugungen moderiert werden (bspw. McLean et al., 2007). Der positive Zusammenhang zwischen engagierter Bewältigung und SWB sollte stärker ausfallen, wenn die Person die Anforderungen als internal kontrollierbar wahrnimmt (Hypothese 5a). Die Ausprägung des negativen Zusammenhangs zwischen disengagierter Bewältigung und SWB hingegen sollte abgeschwächt werden, sofern die Anforderungen als external kontrolliert wahrgenommen werden (Hypothese 5b).

### *5.2.3 Hypothesen zur Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen*

Die letzten Hypothesen erweitern die bisherigen Analysen um eine 3-fache Wechselwirkung und betrachten mithin alle Untersuchungsvariablen sowie deren Interaktionen in einem gemeinsamen Modell. Befunde der Stress- und Bewältigungsforschung legen die These nahe, dass die Stärke der Puffereffekte von Bewältigungsverhalten in Abhängigkeit von internaler und externaler Kontrollüberzeugung steht (Thompson et al., 2006). Der Puffereffekt engagierter Bewältigung auf den negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB sollte stärker bei hoher internaler Kontrollüberzeugung ausfallen sowie schwächer bei geringer internaler Kontrollüberzeugung (Hypothese 6a). Hinsichtlich des Puffereffekt disengagierter Bewältigung sind Zusammenhänge mit externaler Kontrolle zu erwarten: die Stärke dieses Puffereffekts sollte bei hoher externaler Kontrollüberzeugung stärker und bei geringer externaler Kontrollüberzeugung schwächer ausfallen (Hypothese 6b).

## 6 Methode

### 6.1 Stichprobe

Die den folgenden empirischen Analysen zu Grunde liegenden Daten wurden im Rahmen des von der Deutschen Forschungsgemeinschaft geförderten Teilprojektes C6 „Psychosoziale Ressourcen und Umgang mit sozialem Wandel“ des Sonderforschungsbereiches 580 an den Universitäten Jena und Halle mit dem Titel „Gesellschaftliche Entwicklung nach dem Systemumbruch: Diskontinuität, Tradition, Strukturbildung (GZ: SFB 580 – 04)<sup>26</sup> erhoben. Es wurden insgesamt  $N = 3,065$  Personen im Alter zwischen 16 und 43 Jahren aus vier Bundesländern (Baden-Württemberg, Schleswig-Holstein, Thüringen und Mecklenburg-Vorpommern) interviewt.<sup>27</sup> Mit Blick auf vergleichende Analysen zwischen den Bundesländern sind die Regionaleinheiten mit der ungefähr gleichen Anzahl an Beobachtungen repräsentiert ( $n = 750$ ).

Die Stichprobenziehung und die Durchführung der Interviews erfolgte durch das Institut MARPLAN und folgte einem *Random-Route* Ansatz: In den Bundesländern wurden zufällig sogenannte *Sampling Points* gezogen, die der Verteilung von Kreisen und kreisfreien Städten in den jeweiligen Bundesländern entsprachen. In jedem *Sampling Point* wurden Startadressen und präzise Laufanweisungen definiert, anhand derer die Interviewer ihre Stichprobe akquirierten. In jedem erreichbaren und teilnahmewilligen Haushalt wurde die zu interviewende Zielperson mittels Schwedenschlüssel ermittelt. Hierbei handelt es sich um eine vom Interviewer nicht beeinflussbare Zufallsauswahl des Interviewpartners aus den infrage kommenden Personen eines Haushaltes. Die Interviewer waren beauftragt, pro *Sampling Point* solange nach den vorgegebenen Regeln Haushalte zu kontaktieren, bis ihre Sollzahl von Interviews pro *Sampling Point* erfüllt war. Insgesamt nahm die Durchführung der Interviews mehrere Monate in Anspruch und erstreckte sich vom Oktober 2005 bis Januar 2006.

Die demographische Zusammensetzung der Personenstichprobe ist in Tabelle 6.1 abgebildet. Durch das beschriebene *Random-Route* Verfahren ergab sich eine rein zufällige Verteilung der Stichprobe nach demografischen Merkmalen, mit Ausnahme der gewünschten Gleichverteilung der ost- und westdeutschen Bundesländern. 1,506 Studienteilnehmer (49.1 %) kommen aus Mecklenburg-Vorpommern und Thüringen, 1,559 Teilnehmer (50.9 %) aus Baden-Württemberg und Schleswig-Holstein. Auch die Geschlechterkomposition der

---

<sup>26</sup> Leitung: Prof. Dr. Rainer K. Silbereisen

<sup>27</sup> Die Bundesländer wurden so gewählt, dass sie im Mittel relativ wirtschaftsstarke Länder in Ost und West (Thüringen, Baden-Württemberg) und relativ strukturschwache Länder mit ausgeprägten agrarischen Wirtschaftsanteilen (Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein) repräsentierten (Reitzle, 2008).

Stichprobe ist relativ gleichverteilt: Insgesamt nehmen 1,644 Frauen (53.6 %) und 1,421 Männer (46.4 %) an der Studie teil. Die Altersverteilung der Studienteilnehmer ist weniger homogen: 520 Teilnehmer sind zwischen 16 und 19 Jahren alt (17.0 %), 942 Teilnehmer zwischen 20 und 29 Jahren (30.7 %), 941 Teilnehmer zwischen 30 und 39 Jahren (30.7 %) und 662 Teilnehmer gehören der Altersklasse zwischen 40 und 43 Jahren an (21.6 %). Der überwiegende Anteil der Studienteilnehmer ( $n = 1,559$ ; 50.9 %) hat einen Realschulabschluss (oder äquivalenten Abschluss), 750 Personen (24.5 %) besitzen die (Fach)Hochschulreife, und 726 Personen (23.7 %) besitzen den Hauptschul- oder keinen Schulabschluss. Mit Blick auf den Familienstand ist zu erkennen, dass der Großteil der Studienteilnehmer in einer festen Partnerschaft lebt, hierzu gehören 691 ledige Personen (22.5 %) und 1,089 verheiratete Personen (35.5 %). Ohne feste Partnerschaft leben 1,054 Studienteilnehmer (34.4 %). Vergleichsweise kleinere Gruppen stellen verwitwete ( $n = 17$ ; 0.6 %) und geschiedene Personen ( $n = 214$ ; 7.0 %) dar. Ein letztes interessierendes demographisches Merkmal ist der Beschäftigungsstatus: Die Stichprobe umfasst 1,529 erwerbstätige Personen (48.8 %), 482 arbeitslose Personen (14.0 %), 709 Auszubildende und Studenten (23.1 %) sowie 344 sonstige Personen (11.2 %), darunter Hausfrauen, Erwerbsunfähige oder Personen in Elternschutz.

Wie Reitzle (2008) in einem Vergleich mit den Anteilen in der Population gemäß des Mikrozensus 2004 zeigen konnte, erscheinen die Populationsverhältnisse dieser soziodemographischen Merkmale in der Stichprobe recht gut repräsentiert. Es gibt allerdings eine Überrepräsentation arbeitsloser Personen, was auf den angesprochenen *Random-Route* Ansatz der Stichprobengewinnung zurückzuführen ist: Diese Personengruppe dürfte sowohl in den angelaufenen Haushalten leichter anzutreffen und zu kontaktieren sein als auch eine höhere Bereitschaft besitzen, die Zeit für ein längeres Interview aufzuwenden (für eine ausführlichere Darstellung der Stichprobenziehung und ihrer demographischen Merkmale siehe Reitzle, 2008). Die Deutung der empirischen Analysen jedoch ist hiervon gänzlich unabhängig: Die Einhaltung einer strikten demographischen Repräsentativität der Stichprobe ist für die vorliegenden psychologischen Fragestellungen nur von sekundärer Bedeutung, da – im Gegensatz zu Wahlprognosen beispielsweise – kein Rückschluss von den untersuchten Teilnehmern auf die gesamtdeutsche Bevölkerung gemacht werden soll.



Tabelle 6.1: Demographische Zusammensetzung der Untersuchungstichprobe

	Gesamtstichprobe		Mecklenburg-Vorpommern		Thüringen		Baden-Württemberg		Schleswig-Holstein	
	Anzahl der Pbn	Prozent-anteile	Anzahl der Pbn	Prozent-anteile	Anzahl der Pbn	Prozent-anteile	Anzahl der Pbn	Prozent-anteile	Anzahl der Pbn	Prozent-anteile
Alter										
16-19 Jahre	520	17.0	146	19.5	109	14.4	125	15.6	140	18.5
20-29 Jahre	942	30.7	274	36.6	251	33.2	201	25.1	216	28.5
30-39 Jahre	941	30.7	183	24.4	219	28.9	284	35.4	255	33.7
40-43 Jahre	662	21.6	146	19.5	178	23.5	192	23.9	146	19.3
Geschlecht										
Männer	1,421	46.4	364	48.6	338	44.6	345	43.0	374	49.4
Frauen	1,644	53.6	385	51.4	419	55.4	457	57.0	383	50.6
Familienstand										
Ledig, ohne Partner	1,054	34.4	284	37.9	241	31.8	254	31.7	275	36.3
Ledig, mit Partner	691	22.5	209	27.9	183	24.2	156	19.5	143	18.9
Verheiratet	1,089	35.5	194	25.9	276	36.5	334	41.7	285	37.7
Verwitwet	17	0.6	4	0.5	5	0.7	4	0.5	4	0.5
Geschieden	214	7.0	58	7.7	52	6.9	54	6.7	50	6.6
Bildungsniveau										
Ohne Abschluss / Hauptschule	726	23.7	129	17.2	84	11.1	278	34.6	235	31.0
Realschule / POS	1,559	50.9	480	64.1	452	59.7	306	38.1	321	42.4
Abitur / Fachabitur	750	24.5	136	18.1	213	28.1	211	26.3	190	25.1
Erwerbsstatus										
Erwerbstätig	1,525	48.8	327	43.7	373	49.3	443	55.2	382	50.5
Arbeitslos	482	14.0	187	25.0	137	18.1	70	8.7	88	11.6
In Ausbildung	709	23.1	181	24.2	172	22.7	159	20.3	197	26.2
Sonstige (Hausfrau, Elternschutz, Erwerbsunfähige)	344	11.2	54	7.2	75	9.9	126	15.7	89	11.8
Total	3,065	100.0	749	100.0	757	100.0	802	100.0	757	100.0

<sup>a</sup> Anzahl der Probanden und Prozentsätze addieren sich aufgrund fehlender Angaben nicht immer zu 100 % auf.

## 6.2 Darstellung der Untersuchungsvariablen

### 6.2.1 Subjektives Wohlbefinden

Zur Erfassung des SWB soll in dieser Arbeit eine sinnvolle Auswahl solcher Komponenten vorgenommen werden, welche die im ersten Kapitel vorgestellten affektiven und kognitiven Dimensionen des SWB adäquat repräsentieren. Dies sind die Merkmale „Depressivität“ als Maß einer negativen Gestimmtheit, „positiver Affekt“ als Maß einer positiven Gestimmtheit sowie „Zufriedenheit mit dem aktuellen Leben“ als kognitives Maß des SWB. Mit diesen drei Konstrukten wird versucht, ein möglichst breites Spektrum des SWB zu beschreiben.<sup>28</sup>

Als erste Komponente des SWB fungiert in dieser Studie die Depressivitätsskala des *Brief Symptom Inventory* (BSI; Franke, 2000), welche auf sechs Items Gefühle wie Hoffnungslosigkeit oder Wertlosigkeit erfasst. Analog zur Erfassung der positiven Stimmung sollen die Probanden auf einer siebenstufigen Skala (1 = „nie“; 7 = „sehr häufig“) angeben, wie häufig sie im letzten Monat die beschriebenen Symptome erlebt haben. Das berechnete Messmodell der Skala erzielte eine gute Passung zu den Daten ( $\chi^2(8) = 79.09$ ,  $p < .01$ ;  $CFI = .981$ ;  $SRMR = .021$ ;  $RMSEA = .054$ ). Zur Reduzierung der Unausgewogenheit der Verteilung (stark rechtsschief und steil) wurde die Skala logarithmisch transformiert.<sup>29</sup>

Als zweite Komponente wird die aktuelle positive Stimmung einer Person durch die Subskala „positiver Affekt“ der *Positive and Negative Affect Schedule* erfasst (PANAS; Krohne, Egloff, Kohlmann & Tausch, 1996). Die Skala der PANAS ist ein Selbstbeschreibungsinstrument und umfasst zehn positiv-affektive Adjektive. Die Probanden sollen auf einer siebenstufigen Skala (1 = „nie“; 7 = „sehr häufig“) einschätzen, wie häufig sie im Zeitraum des letzten Monats den im Itemwortlaut beschriebenen positiv-emotionalen Zustand (wie z.B. erfreut, begeistert, stolz) erlebt haben.

Für die statistischen Analysen wurde via konfirmatorischer Faktoranalyse eine latente Variable bestimmt, auf welcher alle zehn Items laden. Die Dimensionalität der positiven Skala der PANAS steht jedoch seit einiger Zeit im Fokus der wissenschaftlichen Diskussion (Egloff, Schmukle, Burns, Kohlmann & Hock, 2003). Einigkeit besteht darin, dass sie nicht eindimensional ist, was sich auch in den vorliegenden Daten zeigt. So ergab eine explorative Faktoranalyse ein dreifaktorielles Modell, welches nach Vorschlägen von Eid, Lischetzke, Nussbeck und Trierweiler (2003) mit einem Generalfaktor und zwei Zusatzfaktoren modelliert wurde. Der erste Zusatzfaktor bestand aus zwei Items und war am ehesten mit den

---

<sup>28</sup> Der Itemwortlaut der drei Merkmale zur Erfassung SWB ist im Anhang B, Tabellen B1 – B3 aufgeführt.

<sup>29</sup> Statistische Voraussetzung für die Analysen der Fragestellungen ist eine Normalverteilung der Variablen. Der Exzess der untransformierten Depressivitätsskala von 5.62 deutete auf eine sehr spitze Verteilung hin und hätte zu Problemen bei den statistischen Analysen geführt. Mit Hilfe der logarithmischen Transformation wurde der Exzess auf 0.98 reduziert, so dass die Normalverteilungsannahme weitestgehend erfüllt wurde.

Itembeschreibungen „stark“ oder „stolz“ umschrieben. Der zweite Zusatzfaktor bestand aus sechs Items und konnte als Aktiviertheit aufgefasst werden. Das Gesamtmodell zeigte eine guten Passung mit den Daten ( $\chi^2(26) = 219.41, p < .01; CFI = .981; SRMR = .021; RMSEA = .049$ ). Für die Bildung der entsprechenden Skala wurde jeder Person ein so genannter *latent variable score* zugewiesen, der in die Originalmetrik der Items transformiert wurde.

Als dritte Komponente des SWB dienen Items für das Konstrukt Lebenszufriedenheit. Für die Erfassung allgemeiner und bereichsspezifischer Zufriedenheit wurde in Anlehnung an die ALLBUS Untersuchungen (ZUMA, 2004) ein Instrument mit fünf Items entwickelt: Vier Items dienen der Erfassung der spezifischen Zufriedenheit in unterschiedlichen Lebensbereichen, ein Item erfasst die allgemeine Lebenszufriedenheit. Die Analyse der vorliegenden Arbeit stützt sich auf den Einzelindikator allgemeine Lebenszufriedenheit als bilanzierendes Gesamtmaß für die subjektive Lebensqualität an sich.<sup>30</sup>

Die psychometrischen Kennwerte der Merkmale des SWB finden sich in Tabelle 6.2. In weiterführenden Analysen bei Grümer (2008) liegt die Gültigkeit der drei Maße im Mittelpunkt der Fragestellung: Hierzu wurden Analysen zur konvergenten und divergenten Validität der Konstrukte berechnet. Den Erwartungen entsprechend zeigen sich substanzielle Interkorrelationen zwischen den drei SWB-Maßen (siehe hierzu auch Abschnitt 7.3) sowie theoriekonforme Beziehungen mit konvergenten (wie Partnerschaftsqualität) und mit divergenten Maßen (wie Ängstlichkeit). Auf Basis dieser Analysen kann geschlussfolgert werden, dass die drei Maße zur Erfassung des SWB eine ausreichend hohe Validität aufweisen.

Tabelle 6.2: *Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Skalen zur Erfassung des SWB*

Skala	Itemzahl	Spannbreite <sup>1</sup>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Depressivität	6	1.00 – 3.55	1.45	0.49
Positiver Affekt	10	1.00 – 7.02	5.22	1.08
Lebenszufriedenheit	1	1.00 – 7.00	5.06	1.37

Anmerkungen: *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; <sup>1</sup> Durch die lineare Rücktransformation der Faktorkladungen bzw. die logarithmische Transformation der Skala zur Reduzierung der Schiefe und des Exzess kann die ursprüngliche Spannbreite der Konstrukte nicht genau nachgebildet werden.

<sup>30</sup> Die Zusammenhänge zwischen bereichsspezifischer Zufriedenheit und wandelbezogenen Anforderungen werden bei Tomasik & Silbereisen (2008) sowie bei Grümer & Pinquart (2008) thematisiert.

### 6.2.2 Wandelbezogene Anforderungen in den Bereichen Arbeit und Familie

Die arbeits- und familienbezogenen Anforderungen werden mit dem in der Projektgruppe entwickelten „Fragebogen zur Erfassung erlebter Anforderungen des sozialen Wandels“ erfasst (Silbereisen et al., 2006). Die Entwicklung und Konstruktion dieses Fragebogens basiert auf mehreren theoretischen Überlegungen, die im Folgenden skizziert werden sollen.

Im zweiten Kapitel wurde sozialer Wandel als Metabegriff für eine Vielzahl von technologischen, sozialen und ökonomischen Veränderungen eingeführt, die miteinander zu Umgestaltungen auf gesellschaftlicher und individueller Ebene geführt haben. Eine systematische Erfassung dieses komplexen Sachverhalts ist daher ein schwieriges Unterfangen. Auf der Basis ausführlicher Literatur- und Forschungsrecherchen (z.B. einschlägiger theoretisch-sozialwissenschaftlicher Literatur und empirisch-repräsentativer Erhebungen – wie des Mikrozensus oder des SOEP) sowie durch Experteninterviews wurden aus der Vielzahl aktuell interessierender Sachverhalte die zu untersuchenden Anforderungen nach den folgenden drei Gesichtspunkten ausgewählt (Silbereisen et al., 2006):

- 1) Erstens mussten die Anforderungen eine tatsächliche quantitative Steigerung in ihrer Häufigkeit im Verlauf der letzten fünf Jahre erfahren haben und kein gesellschaftliches Stereotyp abbilden.
- 2) Zweitens sollten die Anforderungen wichtige Aspekte im individuellen Leben betreffen. Somit werden nur solche Trends beachtet, die nicht trivial in ihrer Natur sind, sondern einen realen Anforderungscharakter besitzen und potenziell mit Bewältigungsreaktionen beantwortet werden können.
- 3) Drittens wurden solche Anforderungen ausgewählt, die von einer Mehrheit der Gesellschaft und nicht nur von einer marginalen Teilmenge erfahren wurden.

Insgesamt verblieben etwa 30 gesellschaftliche Anforderungen, die von der Projektgruppe in entsprechende Anforderungssitems übersetzt wurden. Diese Aussagen waren als Veränderungsaussagen bezogen auf einen Zeitraum der letzten fünf Jahre formuliert („Wenn ich die letzten fünf Jahre betrachte, ...“). Die Befragten konnten ihre Zustimmung zu diesen Aussagen über selbst erfahrene Veränderungen auf einer siebenstufigen Skala ausdrücken (1 = „trifft gar nicht zu“; 7 = „trifft völlig zu“). Diese Methode wird als „direkte Veränderungsmessung“ bezeichnet. Die Benennung des für alle Personen gleichen Referenzzeitraums von fünf Jahren diente der Standardisierung.

Zu beachten ist, dass bei der Erfassung der Anforderung die Zustimmung zu einer Aussage erhoben wurde und nicht das Ausmaß der absoluten und objektiven Veränderung, die

eine Person erlebt hat. Zustimmungen zu Aussagen (z.B. „...gibt es weniger passende Arbeitsplätze für mich“) lassen sich einfacher verrechnen, gerade wenn – wie im vorliegenden Fall – die in den Aussagen benannten Sachverhalte sehr unterschiedlich sind. Würde man dagegen das Ausmaß der absoluten Veränderung erfragen (z.B. „Wie stark hat die Zahl der für Sie passenden Arbeitsplätze abgenommen?“), so lassen sich die so gewonnenen Veränderungsmaße nicht einfach über unterschiedliche Sachverhalte hinweg mitteln, zumal sich auch die jeweiligen Kriterien unterscheiden würden.

Die für die vorliegende Arbeit relevanten Anforderungen in den Lebensbereichen Arbeit und Familie wurden jeweils in einem Block von sechs Items abgefragt.<sup>31</sup> Dies diente vor allem zur Vereinfachung und Zeitersparnis bei der Erfassung der anschließend erfragten Bewältigung dieser Anforderungen. Für die empirische Auswertung der vorliegenden Arbeit wurden als unabhängige Variable jeweils eine Zählvariable für die Anforderungsbereiche Arbeit und Familie erstellt: Dazu wurden alle Anforderungen berücksichtigt, bei denen die Personen die maximale (Skalenwert 7) oder fast volle Zustimmung (Skalenwert 6) geäußert haben. Es werden demnach nur hohe wahrgenommene Anforderungen berücksichtigt. Ein Vorteil solcher Zählvariablen ist – analog zu der direkten Veränderungsmessung –, dass unterschiedliche und auch nicht notwendigerweise gemeinsam auftretende Sachverhalte additiv zusammengefasst werden können.<sup>32</sup>

Zur Frage der Validität der Anforderungen und der Zählvariable sei an dieser Stelle auf die Arbeit von Tomasik und Silbereisen (in press) verwiesen. Die Autoren können in ihren Analysen zeigen, dass erwartungsgemäß die Anforderungen entlang bestimmter ökologischer Nischen variieren: So empfinden Personen aus Ostdeutschland mehr hohe Anforderungen des sozialen Wandels als Personen aus Westdeutschland (als Funktion des politischen Kontexts), arbeitslose Personen mehr Anforderungen als erwerbstätige Personen sowie Personen mit höherer Schulbildung weniger Anforderungen als Personen mit geringerer Schulbildung.<sup>33</sup>

---

<sup>31</sup> Die genauen Formulierungen aller verwendeten Anforderungen finden sich – nach Lebensbereich geordnet – in Anhang B, Tabellen B4 – B7.

<sup>32</sup> Es soll allerdings an dieser Stelle auf eine Besonderheit eingegangen werden, die sich aus den unterschiedlichen Beschäftigungssituationen der Befragten ergab. Bei der Erfassung von beruflichen Anforderungen mussten unterschiedliche Items für unterschiedliche Erwerbsgruppen verwendet werden, um der jeweiligen beruflichen Situation der Befragten gerecht zu werden. Für Nicht-Erwerbstätige sowie Auszubildende wurden die arbeitsbezogenen Items leicht umformuliert und an die jeweilige Lebenssituation angepasst. So wurden für die Nicht-Erwerbstätigen die Anforderungen im Hinblick auf die Arbeitssuche und für Auszubildende im Hinblick auf die Ausbildung und den Übergang in den Beruf formuliert. Trotz ihrer semantischen Unterschiedlichkeit werden für die vorliegenden Analysen die arbeitsbezogenen Anforderungen der drei Gruppen als äquivalent und miteinander vergleichbar betrachtet.

<sup>33</sup> Im Fokus einer Untersuchung von Körner und Tomasik (2008) liegen mögliche Differenzen zwischen unterschiedlich gebildeten Indizes zur Erfassung des erlebten sozialen Wandels. Insbesondere vergleichen sie die in dieser Studie verwendete Zählvariable mit dem arithmetischen Mittel der Anforderungen hinsichtlich ihrer jeweiligen Zusammenhänge mit den genannten ökonomischen Nischen. Wie die Autoren belegen

Insgesamt sprechen diese Befunde für eine sehr zufriedenstellende Validität der erfassten Anforderungen und der verwendeten Zählvariablen. In Tabelle 6.3 sind die deskriptiven Kennwerte der aus den Anforderungen erstellten Zählvariablen dargestellt.

*Tabelle 6.3: Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Zählvariablen zu erlebten Anforderungen des sozialen Wandels in den Bereichen Arbeit und Familie*

Skala	Itemzahl	Spannbreite	<i>M</i>	<i>SD</i>
Erlebte Anforderungen im Bereich Arbeit	6	0 – 6	2.35	2.14
Erlebte Anforderungen im Bereich Familie	6	0 – 6	1.44	1.51

*Anmerkungen:* *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung.

### 6.2.3 Bewältigung wandelbezogener Anforderungen

Für die Erfassung von engagierten und disengagierten Bewältigungsstrategien entwickelte die Projektgruppe ein eigenes Verfahren, da die bisher verwendeten Fragebögen aus Gründen der Forschungsökonomie, wegen ihrer zum Teil mangelnden psychometrischen Qualität oder wegen ihrer zu engen Formulierung bezüglich eines spezifisches Themengebiets nicht verwendet werden konnten (Silbereisen et al., 2006). Auf Basis der von Heckhausen, Schulz und Wrosch (1998) vorgestellten Items zur Erfassung von primärer und sekundärer Kontrolle wurde ein neues Instrument entworfen, das die Bewältigung von Anforderungen auch in unterschiedlichen Lebensbereichen mit geringem Aufwand erfasst. Hierfür wurden die von Heckhausen und Schulz (1998) besprochenen Kontrollstrategien (selektiv-primäre Kontrolle, selektiv-sekundäre Kontrolle, kompensatorisch-primäre Kontrolle und kompensatorisch-sekundäre Kontrolle (Facette: Distanzierung)) mit jeweils drei Items erfasst, die zuvor in umfangreichen Pilotuntersuchungen der Projektgruppe getestet und optimiert wurden.<sup>34</sup> Die Befragten wurden gebeten, auf einer siebenstufigen Ratingskala (1 = „trifft gar nicht zu“; 7 = „trifft völlig zu“) anzugeben, wie sehr die im Item beschriebene Strategie auf ihre Person zutrifft.

Die vier Bewältigungsskalen waren jeweils im direkten Anschluss an die Fragenblöcke zu Anforderungen im Bereich Arbeit und Familie positioniert und mit diesen inhaltlich verknüpft. Das heißt, die Studienteilnehmer wurden gefragt, was sie tun, um mit diesen Anforderungen im Bereich Arbeit oder Familie zurechtzukommen. Diese Art der Abfrage von

können, sind die Unterschiede zwischen den Indizes des erlebten sozialen Wandels nur gering, beide weisen ähnliche Zusammenhänge mit ökonomischen Nischen auf.

<sup>34</sup> Der Itemwortlaut der Bewältigungsskalen ist im Anhang B, Tabellen B8 – B9 aufgeführt.

Bewältigung stellt einen Kompromiss dar zwischen der absolut unökonomischen Erfassung von Bewältigung für jede einzelne Anforderung auf der einen Seite und der undifferenzierten Erfassung von Bewältigung zu allen Anforderungen des sozialen Wandels auf der anderen.

Im Sinne einer sparsamen Parametrisierung der Bewältigungsmodi wurden die Items der engagierten und disengagierten Kontrollstrategien in jeweils ein Messmodell überführt. In Anlehnung an Tomasik und Pinquart (2008) sowie an Eid et al. (2003) wurde für beide Bewältigungsmodi ein gesondertes konfirmatorisches Messmodell erster Ordnung über alle Items der Lebensbereiche Arbeit und Familie bestimmt. Das heißt, für Engagement wurde ein Messmodell erster Ordnung über 18 Items berechnet, für Disengagement ein Messmodell über sechs Items.<sup>35</sup> Die durch die Wiederholung derselben Items in den Lebensbereichen entstehende Messfehler-Kovarianz fand durch die Modellierung jeweils eines Methoden-Faktors Berücksichtigung. Der Unterschiedlichkeit der drei Kontrollstrategien zum Engagement wurde ebenfalls durch gesonderte Faktoren Rechnung getragen. Die Messmodelle zeigten sowohl für Engagement ( $\chi^2(42) = 158.23, p < .05; CFI = .996; SRMR = .006; RMSEA = .030$ ) als auch für Disengagement ( $\chi^2(1) = 1.53, n.s.; CFI = 1.000; SRMR = .002; RMSEA = .011$ ) eine sehr gute bis ausgezeichnete Anpassung an die Daten. Jedem Studienteilnehmer wurde ein *latent variable score* der jeweiligen Bewältigungsskala zugewiesen. Die deskriptiven Kennwerte beider Skalen sind in Tabelle 6.4 aufgeführt.

Auch an dieser Stelle seien Befunde zur Skalengültigkeit angeführt. So berichten Tomasik und Pinquart (2008) über ein höheres Ausmaß engagierter Bewältigung bei erwerbstätigen im Vergleich zu arbeitslosen Personen wie auch bei Personen mit höherer Schulbildung im Vergleich zu Personen mit niedrigerer Schulbildung. Diese Befunde führen die Autoren auf die unterschiedliche Ressourcenausstattung dieser Personengruppen zurück. Eine analoge Argumentation gilt für ihre Befunde, dass Erwerbstätige und Personen mit höherer Bildung weniger Disengagement zeigen als Arbeitslose oder Personen mit geringer Bildung. Aus diesen Ergebnissen kann abgeleitet werden, dass die von der Projektgruppe entwickelte Erfassung der engagierten und disengagierten Bewältigung eine ausreichend hohe Validität aufweist.

---

<sup>35</sup> Die 18 Items des Messmodell für Engagement beruhen auf jeweils drei Items pro Kontrollstrategie (SPC, SSC & CPC) und pro Lebensbereich (Arbeit und Familie). Die sechs Items des Messmodells für Disengagement gehen aus jeweils drei Items der Kontrollstrategie CSC-II pro Lebensbereich Arbeit und Familie hervor.

*Tabelle 6.4: Itemzahl, Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Skalen zur Bewältigung des sozialen Wandels*

Skala	Itemzahl	Spannbreite <sup>1</sup>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Engagement	18	1.00 – 7.86	5.85	1.22
Disengagement	6	1.00 – 7.98	3.41	1.67

*Anmerkungen:* *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; <sup>1</sup> Durch die lineare Rücktransformation der Faktorkladungen kann die ursprüngliche Spannbreite der Konstrukte nicht genau nachgebildet werden.

#### 6.2.4 Internale und externale Kontrollüberzeugungen

Zur Erhebung wahrgenommener Kontrolle wurden zwei von der Projektgruppe entwickelte Items verwendet, welche die im Kapitel 4.1 vorgestellten Dimensionen – internale und externale Kontrollüberzeugung – umfasst. Auf zwei Items mit symmetrischem Wortlaut beurteilten die Probanden, inwieweit es an Ihnen selbst (internale Kontrollüberzeugung) oder an den äußeren Umstände (externale Kontrollüberzeugung) liegt, wie sie den Anforderungen des sozialen Wandels begegnen (1 = „gar nicht“; 7 = „voll und ganz“).

Aufgrund ökonomischer Erwägungen wurde in der Studie nicht zwischen Anforderungen im Bereich Arbeit und Familie differenziert, sondern internale und externale Kontrollüberzeugungen im Bezug auf wandelbezogene Anforderungen global erhoben. Beide Items korrelieren miteinander zu  $r = -.27$  und teilen somit weniger als acht Prozent gemeinsame Varianz. Man kann daher von einer ausreichend hohen Unabhängigkeit der Kontrollüberzeugungen ausgehen. Infolgedessen werden beide Items als jeweilige Einzelindikatoren zur Erhebung internaler und externaler Kontrollüberzeugung verwendet. Tabelle 6.5 stellt die deskriptiven Kennwerte der Variablen zur Erfassung der Kontrollüberzeugungen dar.<sup>36</sup>

*Tabelle 6.5: Spannbreite und deskriptive Kennwerte der Items zur Erfassung von internaler und externaler Kontrollüberzeugung*

Merkmal	Itemzahl	Spannbreite	<i>M</i>	<i>SD</i>
Internale Kontrollüberzeugung	1	1 – 7	5.08	1.50
Externale Kontrollüberzeugung	1	1 – 7	4.77	1.42

*Anmerkungen:* *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung.

<sup>36</sup> Der Itemwortlaut der Kontrollüberzeugungen ist im Anhang B, Tabelle B10 dargestellt.



### 6.2.5 *Soziodemographische Variablen*

Zur statistischen Kontrolle möglicher soziodemographischer Unterschiede im SWB gehen in die folgenden Analysen Informationen zu Geschlecht, Bildungsstand, Erwerbsstatus und Familienstand mit ein. Die Information zum Geschlecht (0 = männlich; 1 = weiblich) wurde mit einem Einzelitem erfasst. Auch als Information zum Bildungsstand fungierte eine dichotome Variable, die Personen mit Hochschulreife und höherer Bildung respektive Personen unterhalb Hochschulreife beschreibt (0 = Hochschulreife; 1 = unterhalb Hochschulreife). Der Familienstand wurde mit einer nominalen Variable berücksichtigt (0 = ohne Partnerschaft, 1 = in Partnerschaft (ledig), 2 = in Partnerschaft (verheiratet)). Gleichfalls nominal wurde der Erwerbsstatus kategorisiert (1 = Erwerbstätige, 2 = Arbeitslose, 3 = Schüler/Studenten/Auszubildende, 4 = Sonstige, wie etwa Hausfrauen, Erwerbsunfähige).

### 6.3 *Strategie der Datenanalyse*

Zur Überprüfung der Fragestellungen werden bivariate und multivariate Analyseverfahren herangezogen, um die Beziehungen zwischen SWB und den weiteren Untersuchungsvariablen zu analysieren. Diese Verfahren umfassen zum ersten multifaktorielle Varianzanalysen zur Kontrolle soziodemographischer Unterschiede im SWB, zum zweiten bivariate Korrelationen und multiple Regressionen zur Analyse der Zusammenhangs- und Moderationshypothesen (Hypothesengruppen 1 – 6).

Die statistischen Analysen der Zusammenhangs- und Moderatorhypothesen müssen die differenziellen Effekte der Prädiktoren und der Moderatoren auf das Kriterium testen. Dabei kommt es im Besonderen auf die Art des Zusammenhangs zwischen Prädiktor, Kriterium und Moderator an. Anhand der formulierten sechs Fragestellungen sollen die im weiteren Verlauf der Arbeit verwendeten Regressionsgleichungen vorgestellt werden:

1) Das Grundmodell beschreibt ein einfaches lineares Modell, bei dem zur Vorhersage des Kriteriums lediglich ein linearer Haupteffekt eines Prädiktors verwendet wird. Diese Berechnung findet zum Beispiel in der Beantwortung der zweiten oder dritten Fragestellung zur Vorhersage des SWB (Kriterium) durch Bewältigungsstrategien oder Kontrollüberzeugungen (Prädiktor) Verwendung: Daraus folgt die unten stehende Regressionsgleichung (1). Die Zusammenhangshypothese gilt dann als bestätigt, wenn der Prädiktor  $b_1X$  signifikant ist und mit der in der Hypothese postulierten Richtung übereinstimmt.

$$Y = b_1X + \alpha \quad (1)$$

(X = Prädiktor, Y = Kriterium, b =  $\beta$ -Gewicht, a = Konstante)

2) Im Rahmen dieser Arbeit soll zusätzlich zum linearen Effekt des Prädiktors auch dessen kurvilinearere Effekt getestet werden, um den postulierten exponentiellen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB abzubilden (Hypothese 1c – 1d). Zur Überprüfung solcher Zusammenhänge zwischen Prädiktor und Kriterium wird das obige lineare Grundmodell (1) nach Vorschlägen von Aiken und West (1991) um einen quadratischen Prädiktorterm erweitert (vgl. Gleichung (2)). Die kurvilinearen Zusammenhangshypothesen zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB gelten dann als bestätigt, wenn der Prädiktor  $b_2X^2$  signifikant ist und mit der in der Hypothese postulierten Richtung übereinstimmt. Insgesamt wird das Kriterium demzufolge durch zwei Variablen prognostiziert:

$$Y = b_1X + b_2X^2 + a \quad (2)$$

(X = Prädiktor, Y = Kriterium, b =  $\beta$ -Gewicht, a = Konstante)

3) Die einfachsten Moderationshypothesen betreffen die Moderation eines linearen Zusammenhangs zwischen Prädiktor und Kriterium (bspw. ob Kontrollüberzeugungen den Zusammenhang zwischen Bewältigung und SWB moderieren). Zur Testung dieser Moderation wird aufbauend auf Gleichung (1) ein Regressionsmodell mit drei Prädiktoren erstellt. Neben dem Haupteffekt des Prädiktors (Bewältigungsstrategie) übt ferner der Moderator (Kontrollüberzeugung) einen weiteren Haupteffekt auf das Kriterium aus. Als dritter Effekt existiert ein für den Test der Moderatorhypothese zentraler Wechselwirkungseffekt von Prädiktor *mal* Moderator auf das Kriterium. Daraus folgt dann die lineare Moderationsgleichung (3). Moderatoren sind eigenständige Variablen und von Prädiktorvariablen unabhängig. Die einzelnen Haupteffekte des Prädiktors und des Moderators können unabhängig von der Interaktion signifikant werden, sie sind jedoch für die Analyse des Moderatoreffekts nicht relevant. Somit gilt die Moderationshypothese als bestätigt, wenn die Interaktion zwischen Prädiktor und Moderator  $b_3XZ$  signifikant ist und die Richtung des Moderatoreffekts mit den Hypothesen übereinstimmt.

$$Y = b_1X + b_2Z + b_3XZ + a \quad (3)$$

(X = Prädiktor, Y = Kriterium, Z = Moderator, b =  $\beta$ -Gewicht, a = Konstante)

4) Die vierte Hypothesengruppe thematisiert die Moderation des kurvilinearen Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien. Nach Aiken und West (1991) handelt es sich bei einem solchen Modell um ein kurvilineares

Moderationsmodell, dessen linearer und kurvilinearere Zusammenhang zwischen Prädiktor und Kriterium durch den Moderator linear beeinflusst wird. In einem entsprechend formulierten Regressionsmodell sind in Addition zum linearen Moderationsmodell (3) noch weitere Prädiktoren zu berücksichtigen: Der quadratische Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB wird mit einem quadratischen Term und die Moderation dieses Zusammenhangs durch Bewältigungsstrategien mit einem weiteren Interaktionsterm abgebildet. Das Kriterium wird demzufolge durch fünf Variablen prognostiziert (vgl. Gleichung (4)). Diese Moderationshypothesen gelten dann als bestätigt, wenn die kurvenlineare Interaktion  $b_5X^2Z$  signifikant ist und der Moderatoreffekt die erwartete Richtung hat.

$$Y = b_1X + b_2X^2 + b_3Z + b_4XZ + b_5X^2Z + \alpha \quad (4)$$

(X = Prädiktor, Y = Kriterium, Z = Moderator, b =  $\beta$ -Gewicht, a = Konstante)

5) Zusätzlich zu den beschriebenen kurvilinearen Moderationsmodell (4) soll im Rahmen dieser Arbeit auch die Annahme getestet werden, ob die Stärke des Moderatoreffekts der Bewältigung von einer weiteren Variable, den Kontrollüberzeugungen, abhängt. Auf Basis der Gleichung (4) und der dort formulierten einfachen Wechselwirkung wird nach Aiken und West (1991) in Gleichung (5) mit Hilfe eines zusätzlichen Prädiktors und weiterer Interaktionsterme ein kurvilineares, 3-fach Interaktionsmodell erstellt, welches aus insgesamt 11 Termen besteht: Vier Haupteffekte der Prädiktoren Anforderungen (linear und kurvilinear), Bewältigungsstrategie und Kontrollüberzeugung, fünf einfache Interaktionsterme sowie zwei höhere Interaktionsterme. Diese Moderationshypothesen gelten dann als bestätigt, wenn die lineare 3-fach Interaktion  $b_{10}XZM$  und / oder die kurvenlineare 3-fach Interaktion  $b_{11}X^2ZM$  signifikant sind und der Moderatoreffekt die erwartete Form hat.

$$\begin{aligned} Y = & b_1X + b_2X^2 + b_3Z + b_4M + \\ & + b_5XZ + b_6X^2Z + b_7XM + b_8X^2M + b_9ZM + \\ & + b_{10}XZM + b_{11}X^2ZM + \alpha \end{aligned} \quad (5)$$

(X = Prädiktor, Y = Kriterium, Z = Moderator 1, M = Moderator 2,

b =  $\beta$ -Gewicht, a = Konstante)

Die Teststärke aller Analysen liegt ausreichend hoch. Auch bei einem angenommenen kleinen Effekt nach Cohen von  $R^2 = .01$  beträgt die Teststärke noch  $1 - \beta > .95$ , so dass alle Analysen eindeutig interpretierbar sind. Die statistische Datenanalyse erfolgt mit Hilfe der Computerprogramme SPSS 14 und Mplus 4.21 (Muthén & Muthén, 2007).

Zum Abschluss dieses Kapitels sei noch die Wahl der Analysemethode thematisiert. Im Besonderen sei die Frage angesprochen, weshalb die Hypothesen mittels Regressionsgleichungen und nicht mittels Strukturgleichungsmodellen (SEM) getestet werden: Im besonderen Mittelpunkt der Fragestellungen stehen bivariate Zusammenhänge zwischen Moderator und Kriterium. Zwar sind solche Berechnungen prinzipiell auch auf Basis von SEM modellierbar, dies gelingt allerdings nur über Umwege. Im Kontext von SEM werden solche Fragestellungen in der Regel über Gruppenvergleiche modelliert (Kline, 2004): Eine Gruppe mit einer hohen Ausprägung auf dem Moderator wird gegen eine Gruppe mit einer geringen Ausprägung getestet und die Stärke der Zusammenhänge zwischen Prädiktor und Kriterium verglichen. Ein signifikanter Unterschied in der Ausprägung der Zusammenhänge zwischen beiden Gruppen belegt den Moderatoreffekt: Der Zusammenhang zwischen Prädiktor und Kriterium hängt von der Ausprägung des Moderators ab. Die Aufteilung in Gruppen allerdings ist gleichbedeutend mit einer Dichotomisierung des Moderators, was mit einer Reduktion der gesamten Varianz des Moderators einhergeht und somit zu Schwierigkeiten bei der Identifikation von Moderatoreffekten führen kann (O'Connor, 2006).<sup>37</sup> Dies gilt in noch stärkerem Maße für 3-fach Interaktionen, da beide Moderatoren dichotomisiert und kreuztabelliert werden müssen. Bei multiplen Regressionen und der Berechnung von Interaktionstermen geht hingegen die gesamte Varianz des Moderators in die Analysen ein. Vor diesem Hintergrund erscheint es gerechtfertigt, die Hypothesen mit Hilfe von Regressionsgleichungen zu analysieren und keine Strukturgleichungsmodelle zu berechnen.

---

<sup>37</sup> Moderne SEM-Programme wie Mplus benötigen zur Analyse von Interaktionseffekten diesen Umweg über Gruppenvergleiche nicht mehr, da sie die Modellierung von Interaktionen auch aus latenten Variablen erlauben. Allerdings ist dies zur Zeit nur für 2-fach Interaktionen möglich. Für 3-fach Interaktionen ist weiterhin der beschriebene Gruppenvergleich notwendig.

## 7 *Darstellung der Ergebnisse*

Der folgende Abschnitt befasst sich im Wesentlichen mit der Darstellung der Analysen und Ergebnisse zu den im fünften Kapitel zusammengestellten Hypothesen. Diesen Analysen vorangestellt werden jedoch zwei Berechnungen, in denen erstens die Qualität der vorhandenen Daten überprüft und sichergestellt wird, dass fehlende Werte, Ausreißer oder fehlende Messäquivalenz die spätere Hypothesentestung nicht beeinflussen (Kapitel 7.1). Zweitens werden zur statistischen Kontrolle der Ergebnisse die Beziehungen des SWB mit soziodemographischen Charakteristika analysiert (Kapitel 7.2). Auf Basis dieser Voruntersuchungen können die Zusammenhangshypothesen 1 bis 3 (Kapitel 7.3 – 7.4) sowie die Moderationshypothesen 4 bis 6 (Kapitel 7.5) überprüft werden. Die Darstellung der Ergebnisse schließt im Kapitel 7.6 mit einer synoptischen Zusammenstellung und Aufbereitung aller ermittelten Befunde.

### 7.1 *Voranalysen zur Qualität der Daten*

Vor den inhaltlichen Analysen zu Zusammenhängen des SWB mit den Untersuchungsvariablen wird in drei Analyseschritten die Qualität der Daten beurteilt: Erstens soll analysiert werden, inwieweit fehlende Werte in den Daten zufällig auftreten oder bestimmten Charakteristika der Stichprobe geschuldet sind. Generell stellen fehlende Werte ein häufiges und auch unterschätztes Problem bei der Analyse empirischer Datensätze dar. Neben der effektiven Verringerung der Stichprobenumfänge muss damit gerechnet werden, dass durch fehlende Angaben statistische Ergebnisse verfälscht werden (Schafer & Graham, 2002). Zweitens soll untersucht werden, in welchem Umfang die Verteilungen der Untersuchungsvariablen durch extreme Werte verzerrt sind. Auch diese können die empirische Schätzung der Regressionskoeffizienten verfälschen (Tabachnick & Fidell, 2007). Drittens soll eine Grundvoraussetzung für Tests von Gruppenunterschieden überprüft werden, nämlich die Sicherstellung der Messäquivalenz der abhängigen Untersuchungsvariablen. Ohne Messäquivalenz sind Mittelwertunterschiede zwischen Untersuchungsgruppen nicht eindeutig zu interpretieren, da signifikant unterschiedliche Mittelwerte nicht nur auf Gruppenunterschiede, sondern auch auf unterschiedlichen Skalenmetriken basieren können (Little, 1997).

#### 7.1.1 *Analyse und Behandlung von fehlenden Werten*

Zur Analyse fehlender Werte wird eine *Missing Value Analysis* nach Tabachnick und Fidell (2007) durchgeführt. Zuerst wird dabei überprüft, auf welchen beteiligten

Untersuchungsvariablen mehr als fünf Prozent der Angaben fehlen. Hierbei zeigt sich, dass keine der Variablen einen solchen Prozentsatz fehlender Werte aufweist.<sup>38</sup> In den nächsten Untersuchungsschritten wird die Art der fehlenden Werte identifiziert. Die Klassifikation fehlender Werte geht auf Rubin (1976) zurück. Er beschreibt fehlende Werte als *missing completely at random* (MCAR), wenn die Daten vollständig zufällig fehlen, das heißt, wenn das Auftreten fehlender Werte weder von den Ausprägungen anderer Variablen noch von der Ausprägung der (nicht angegebenen) Werte der Variablen selbst abhängt. Die zweite Klassifikation fehlender Werte wird als *missing at random* (MAR) bezeichnet. „Zufälliges Fehlen“ bedeutet, dass das Fehlen von Werten vollständig durch die übrigen Informationen im Datensatz vorhergesagt werden kann (Schafer & Graham, 2002).<sup>39</sup> Die dritte Art fehlender Werte nennt sich *non random missing* (NRM; nicht zufällig). Hier hängen die im Datensatz fehlenden Werte direkt von der Ausprägung der betreffenden Variable ab und können nicht durch andere Variablen im Datensatz erschlossen werden.

Little's MCAR-Test ergibt ein Ergebnis von  $\chi^2 (12597) = 14,771.43 (p < .01)$ . Anhand dieses hochsignifikanten Wertes kann davon ausgegangen werden, dass die Daten nicht vollständig zufällig fehlend sind. Hiermit ist die Konsequenz verbunden, listen- oder paarweise Fallausschlüsse nicht mehr verwenden zu dürfen. Da die fehlenden Werte nicht vollständig zufällig sind, wäre eine neue, reduzierte Stichprobe keine repräsentative Auswahl der ursprünglichen Stichprobe. Die Frage aber, ob die Daten zufällig (MAR) oder nicht zufällig (NRM) fehlen, kann in der Arbeit mit Hilfe der vorliegenden Daten empirisch nicht beantwortet werden. Es müssten die „wahren“ Ausprägungen der fehlenden Werte bekannt sein, um zu klären, ob die nicht vorliegenden Informationen notwendig sind, um den Ausfall der Daten erklären zu können. Als Kompromiss wird daher mit Hilfe der *Maximum Likelihood* (ML) Schätzung ein quasi-vollständiger Datensatz berechnet (Tabachnick & Fidell, 2007). Auf statistisch-theoretischer Basis sollte die ML-Prozedur zwar nicht bei nicht zufällig fehlenden Daten angewendet werden, jedoch erweist sich auf empirischer Ebene die Prozedur sogar noch bei moderaten Verletzungen der MAR-Bedingung als sehr robust: Dies gilt vor allem bei großen Datensätzen mit einer Vielzahl von Variablen, bei großen Stichproben und

---

<sup>38</sup> Die Items der Depressivität werden im Mittel zu 0.9 Prozent nicht gültig beantwortet (Spannbreite: 0.7 – 1.0 Prozent), die Items der positiven Affektskala zu 1.7 Prozent (Spannbreite: 0.8 – 2.5 Prozent), Lebenszufriedenheit zu 1.1 Prozent sowie internale und externale Kontrollüberzeugungen zu 2.4 und 2.8 Prozent. Die Items zu engagierter und disengagierter Bewältigung werden von den Studienteilnehmern jeweils im Mittel zu 0.7 Prozent (Spannbreite: 0.4 – 0.9 Prozent) nicht gültig beantwortet, arbeitsbezogene Anforderungen zu 0.8 Prozent (Spannbreite: 0.7 – 0.8 Prozent) und familienbezogene Anforderungen zu 0.4 Prozent (Spannbreite: 0.2 – 0.7 Prozent).

<sup>39</sup> Der Begriff „zufälliges Fehlen“ beschreibt den Sachverhalt nicht eindeutig. Schafer und Graham (2002) fordern, dass nach Berücksichtigung der Informationen im Datensatz keine weiteren Informationen zur Vorhersage des Fehlens von Werten erforderlich sind.

wenn weniger als 30 Prozent der Werte in einzelnen Variablen fehlen (Collins, Schafer & Kam, 2001). Es wird angenommen, dass die der Arbeit zugrunde liegenden Daten den genannten Bedingungen genügen. Für alle Studienteilnehmer mit fehlenden Werten werden daher mit Hilfe des *Expectation Maximization* (EM) Algorithmus<sup>40</sup> Ersatzwerte geschätzt, was in einem Datensatz mit 3,065 vollständigen Fällen resultiert.<sup>41</sup>

### 7.1.2 Analyse und Behandlung von Ausreißwerten

Ausreißerwerte sind sehr ungewöhnliche Werte einer einzelnen Variable (univariate Ausreißer) oder eine sehr ungewöhnliche Kombination auf zwei oder mehr Variablen (multivariate Ausreißer). Ausreißerwerte verzerren die uni- und multivariate Verteilungen der Daten und verfälschen so die Schätzung der Regressionskoeffizienten (Tabachnik & Fidell, 2007).

Zwar nimmt der Grad der Verzerrung durch Ausreißerwerte bei zunehmender Stichprobengröße ab, im Rahmen dieser Arbeit soll aber explizit für univariate und multivariate Ausreißer kontrolliert werden. Um univariate Ausreißer zu identifizieren, werden erstens Prädiktor-, Moderator- und Kriteriumsvariablen  $z$ -standardisiert und dahingehend bewertet, welche Personen außerhalb eines  $z$ -Wertes von  $\pm 3.29$  (entspricht  $p < .001$ ) liegen. Zweitens werden die jeweiligen Verteilungen optisch inspiziert und dahingehend bewertet, in welchem Ausmaß die ermittelten Ausreißer von der restlichen Verteilung abweichen. Zur Überprüfung möglicher multivariater Ausreißer wird die sogenannte Mahalanobis Distanz berechnet, welche die jeweilige Distanz des Wertes von dem multivariaten Zentroiden (d.h. dem Mittelwert aller Variablen) darstellt. Die Wahrscheinlichkeit, einen solchen Distanzwert zu erhalten, kann mittels einer  $\chi^2$ -Statistik bewertet werden. Bei einer Irrtumswahrscheinlichkeit von  $p < .001$  liegt der kritische Wert eines multivariaten Ausreißers für neun Untersuchungsvariablen bei  $\chi^2 = 27.88$ .

Wie die Ergebnisse zeigen, weisen drei der untersuchten neun Variablen univariate Ausreißer aus: Auf der Skala Engagement finden sich zehn Extremwerte (max. Ausreißer  $z = -3.98$ ), auf der Skala Depressivität fünf Extremwerte (max. Ausreißer  $z = 3.46$ ) sowie auf der Skala positiver Affekt 14 Extremwerte (max. Ausreißer  $z = 3.92$ ). Unter weiterer Berücksichtigung der Verteilung der Variablen wird offensichtlich, dass nur wenige dieser ermittelten Ausreißer von ihren restlichen Verteilungen abweichen. Lediglich sieben Extremwerte auf

---

<sup>40</sup> Bei diesem Algorithmus handelt es sich um ein zweistufiges Verfahren: Zuerst erfolgt eine Schätzung der fehlenden Werte anhand der vorhandenen Daten. Hieran schließt sich zweitens eine ML-Prozedur, d.h. eine Wahrscheinlichkeitsmaximierung der Schätzung der Varianz-Kovarianz-Matrizen dieser fehlenden Werte an (Schafer & Graham, 2002).

<sup>41</sup> Die skalometrischen Analysen des Kapitels 6 bezogen sich auf diese beschriebene Untersuchungsstichprobe mit imputierten Werten.

der Engagementskala ( $z < -3.45$ ) sowie zwei Extremwerte auf der Affektskala ( $z < -3.62$ ) sind so weit von der restlichen Verteilung entfernt, dass sie aus der Verteilung deutlich herausstehen. Zusätzlich finden sich zwei multivariate Ausreißer, deren Mahalanobis Distanz das angelegte Kriterium übertreffen. Beide multivariaten Ausreißer weisen im Übrigen auch univariate Extremwerte auf. Insgesamt liegen somit bei neun Personen univariate und / oder multivariate Ausreißer vor, was gemessen an der Gesamtstichprobe ein sehr geringer Prozentanteil ist. Die Stichprobe ist also um diese neun Fälle zu bereinigen, so dass den folgenden Analysen eine Untersuchungsstichprobe von  $N = 3,056$  Personen zu Grunde liegt.

### 7.1.3 Äquivalenztestung der Untersuchungsvariablen

Während die Messäquivalenz in der allgemeinen Forschungspraxis zumeist nur implizit angenommen wird, wird diese in der vorliegenden Arbeit für ausgewählte Substichproben explizit überprüft. Der Test erfolgt mittels einer Überprüfung der Invarianz der Faktorstruktur und Faktorladungen der jeweiligen Untersuchungsvariablen, indem mit Hilfe konfirmatorischer Faktorenanalysen Messmodelle der verschiedenen Merkmalsgruppen gegeneinander getestet werden (Little, 1997). Hierbei wird ein Vergleichsmodell, bei dem alle relevanten Parameter eines Messmodells (d.h. Faktorladungen, Intercepts und Residualvarianzen) in den jeweiligen Gruppen frei geschätzt werden, mit einem Modell verglichen, bei dem die Faktorladungen in allen Gruppen gleichgesetzt sind. Generell gilt die Invarianz der Faktorladungen dann als bestätigt, wenn die Differenz des  $\chi^2$ -Wertes beider Modelle das Signifikanzniveau nicht erreicht, das heißt die Passungsgüte des gleichgesetzten Modells nicht signifikant schlechter als die des freien Modells ist. Da allerdings der  $\chi^2$ -Wert systematisch mit der Stichprobengröße variiert (große Stichproben erreichen leichter das Signifikanzniveau), wird von Cheung und Rensvold (2002) als besserer Indikator der faktoriellen Invarianz die Differenz des *CFI* (*comparative fit index*) zwischen beiden Modellen angesehen. Unabhängig von den  $\chi^2$ -Werten weist nach den Autoren eine Differenz der *CFI*-Werte kleiner oder gleich .01 auf eine ausreichend hohe Äquivalenz der Faktorladungen hin. Für die Beurteilung des Vergleichs zwischen beiden Modellen werden daher sowohl die  $\chi^2$ - als auch die *CFI*-Statistik verwendet. Im Rahmen der vorliegenden Untersuchung gelten die Faktorladungen der Messmodelle dann als unterschiedlich, wenn beide Indikatoren zusammen keine Messäquivalenz in den Untersuchungsgruppen beschreiben.

Die Untersuchung der Messäquivalenz erfolgt insgesamt an zehn Merkmalen und deren Subgruppen. Die Merkmale sind soziodemographischer (Geschlecht, Bildung, Erwerbsstatus und Familienstatus) und psychologischer Art (Ausprägung auf den Anforderungs-



Bewältigungs- oder Kontrollüberzeugungsvariablen).<sup>42</sup> Mit dieser Untersuchung soll gewährleistet werden, dass die Messmodelle der Untersuchungsvariablen nicht entlang soziodemographischer Merkmale oder entlang der Ausprägung auf den zentralen Variablen der Untersuchung variieren. So ist beispielsweise bei einer fehlenden Messäquivalenz der Depressivitätsskala ein möglicher Mittelwertsunterschied zwischen Erwerbstätigen und Arbeitslosen nicht ausschließlich so zu interpretieren, dass eine Personengruppe höhere Depressivität als die andere aufweist. Unterschiede zwischen beiden Gruppen können ebenso auf unterschiedlichen Skalometrien des Depressivitätsmaßes beruhen und somit auf ein unterschiedliches Verständnis der Items zwischen Erwerbstätigen und Arbeitslosen hindeuten.

Die Testung der Messäquivalenz in psychologischen Subgruppen ist besonders vor dem Hintergrund der Interaktionshypothesen angezeigt. Findet sich zum Beispiel für engagierte Bewältigung keine Messäquivalenz hinsichtlich der Anforderungen, so besäßen Personen mit einem geringen Anforderungsniveau ein anderes Verständnis von engagierter Bewältigung als Personen mit einem hohen Anforderungsniveau. In diesem Fall wäre der Interaktionsterm zwischen Anforderung und Engagement nicht zu interpretieren und in Folge dessen die Beantwortung der Interaktionshypothese nicht möglich. Die Gewährleistung der Messäquivalenz der Variablen ist daher eine unabdingbare Voraussetzung für die eindeutige Interpretation der Ergebnisse der späteren Mittelwerts- und Regressionsanalysen.

#### 7.1.3.1 Test der faktoriellen Äquivalenz der Skala „Depressivität“

In der folgenden Tabelle 7.1 sind die jeweiligen Indizes der freien und gleichgesetzten Messmodelle in den untersuchten Subgruppen aufgeführt. Wie aus der Tabelle ersichtlich wird, besitzt die Skala „Depressivität“ in allen soziodemographischen Subgruppen Messäquivalenz: Zwar finden sich signifikante  $\chi^2$ -Differenzen zwischen den Messmodellen für die Familienstatus-Gruppen, die *CFI*-Statistik kann dies aber nicht bestätigen. Innerhalb der restlichen Subgruppen zeigen sich keine Unterschiede in den Faktorladungen, welche die beiden Kriterien der  $\chi^2$ - und *CFI*-Statistik übertreffen. Selbiges gilt für psychologische Subgruppen, auch an dieser Stelle finden sich keine unterschiedlichen Faktorladungen zwischen den Gruppen mit einer hohen oder niedrigen Ausprägung auf den Anforderungs-, Bewältigungs- oder Kontrollüberzeugungsvariablen.

---

<sup>42</sup> Die zu testenden Subgruppen umfassen die Merkmale Geschlecht (Männer vs. Frauen), Bildung (Hochschulreife vs. keine Hochschulreife), Erwerbstatus (Erwerbstätig vs. erwerbslos vs. Schüler/Studenten/Auszubildende vs. Sonstige), Familienstatus (ledig, ohne Partner vs. ledig, mit Partner vs. verheiratet), arbeits- und familienbezogene Anforderungen (hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung), engagierte und disengagierte Bewältigung (hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung) sowie internale und externale Kontrollüberzeugung (hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung).

Tabelle 7.1: Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Depressivität“ in Subgruppen

Modell	$\chi^2$	df	CFI	$\Delta \chi^2$	$\Delta df$	$\Delta CFI$
<b>Geschlecht</b>						
Freie Faktorladungen	80.60	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	87.50	21	.98	6.90	5	.00
<b>Bildung<sup>a</sup></b>						
Freie Faktorladungen	89.67	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	94.65	21	.98	4.98	5	.00
<b>Erwerbsstatus<sup>b</sup></b>						
Freie Faktorladungen	108.23	32	.98			
Gleiche Faktorladungen	129.72	47	.98	21.42	15	.00
<b>Familienstatus<sup>c</sup></b>						
Freie Faktorladungen	97.60	24	.98			
Gleiche Faktorladungen	118.21	34	.97	20.60*	10	.01
<b>Arbeitsbez. Anforderungen<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	75.54	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	96.71	21	.98	21.17**	5	.00
<b>Familienbez. Anforderungen<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	89.57	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	100.78	21	.98	11.21*	5	.00
<b>Engagement<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	76.93	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	107.51	21	.98	30.58**	5	.00
<b>Disengagement<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	82.42	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	90.90	21	.98	8.48	5	.00
<b>Internale Kontrolle<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	67.88	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	80.40	21	.98	12.52*	5	.00
<b>Externale Kontrolle<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	80.81	16	.98			
Gleiche Faktorladungen	84.61	21	.98	3.80	5	.00

Anmerkungen: df = Freiheitsgrade, CFI = comparative fit index; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; <sup>a</sup> Hochschulreife als Unterscheidungskriterium; <sup>b</sup> Erwerbstätig vs. erwerbslos vs. Schüler/Studenten/Auszubildende vs. sonstige Gruppe; <sup>c</sup> ledig, ohne Partner vs. ledig, mit Partner vs. verheiratet; <sup>d</sup> Mittelwertssplit: hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung.

### 7.1.3.2 Test der faktoriellen Äquivalenz der Skala „positiver Affekt“

Wie Tabelle 7.2 zeigt, besitzt die Skala „positiver Affekt“ zufriedenstellende Messäquivalenz in den Untersuchungsgruppen. In keiner Gruppe deuten die  $\chi^2$ - und CFI-Statistik gemeinsam darauf hin, dass unterschiedliche Faktorladungen zwischen den Subgruppen bestehen. Zwar übertreffen acht der zehn  $\chi^2$ -Werte das Signifikanzniveau, diese können durch die CFI-Statistik aber nicht bestätigt werden.

Tabelle 7.2: Test der faktoriellen Invarianz der Skala „positiver Affekt“ in Subgruppen

Modell	$\chi^2$	df	CFI	$\Delta \chi^2$	$\Delta df$	$\Delta CFI$
<b>Geschlecht</b>						
Freie Faktorladungen	234.75	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	252.74	67	.98	17.99	15	.00
<b>Bildung<sup>a</sup></b>						
Freie Faktorladungen	248.67	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	272.14	67	.98	23.47	15	.00
<b>Erwerbsstatus<sup>b</sup></b>						
Freie Faktorladungen	313.87	104	.98			
Gleiche Faktorladungen	987.49	149	.98	73.63**	45	.00
<b>Familienstatus<sup>c</sup></b>						
Freie Faktorladungen	288.71	78	.98			
Gleiche Faktorladungen	334.07	108	.98	45.36*	30	.00
<b>Arbeitsbez. Anforderungen<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	254.18	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	289.06	67	.98	34.88**	15	.00
<b>Familienbez. Anforderungen<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	239.80	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	281.19	67	.98	41.39**	15	.00
<b>Engagement<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	266.42	52	.97			
Gleiche Faktorladungen	312.11	67	.97	45.69**	15	.00
<b>Disengagement<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	233.47	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	267.36	67	.98	33.89**	15	.00
<b>Internale Kontrolle<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	255.80	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	290.41	67	.98	34.61**	15	.00
<b>Externale Kontrolle<sup>d</sup></b>						
Freie Faktorladungen	240.57	52	.98			
Gleiche Faktorladungen	271.96	67	.98	31.39**	15	.00

Anmerkungen: df = Freiheitsgrade, CFI = comparative fit index; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; <sup>a</sup> Hochschulreife als Unterscheidungskriterium; <sup>b</sup> Erwerbstätig vs. erwerbslos vs. Schüler/Studenten/Auszubildende vs. sonstige Gruppe; <sup>c</sup> ledig, ohne Partner vs. ledig, mit Partner vs. verheiratet; <sup>d</sup> Mittelwertsplit: hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung.

Die Messäquivalenz der Lebenszufriedenheit kann an dieser Stelle nicht getestet werden, da dieses Maß ein Einzelitem-Indikator ist. Es sei explizit darauf hingewiesen, dass somit die in den folgenden Abschnitten ermittelten Unterschiede für dieses Maß nicht zweifelsfrei zu interpretieren sind. Die bisherigen zufriedenstellenden Ergebnisse zur Überprüfung der Messäquivalenz in den affektiven SWB-Maßen können nicht als Indikator auf fehlende Messäquivalenz des Zufriedenheitsmaßes verwendet werden. Allerdings, und soweit kann man in der

Interpretation gehen, bieten sie auch keinen Hinweis auf bestehende Unterschiede im Verständnis des Items entlang der soziodemographischen und psychologischen Subgruppen.

### 7.1.3.3 Test der faktoriellen Äquivalenz der Bewältigungsskalen

An die bisherigen Analysen anknüpfend soll an dieser Stelle die Messäquivalenz der weiteren skalometrischen Variablen der Untersuchung – Engagement und Disengagement – untersucht werden. Zwar werden beide Variablen in dieser Studie nicht als abhängige Maße verstanden, vor dem Hintergrund aber ihrer Interaktionshypothesen mit wandelbezogenen Anforderungen und Kontrollüberzeugungen ist es unabdingbar zu überprüfen, ob die Güte der Messung beider Bewältigungsskalen von der Ausprägung auf diesen Untersuchungsvariablen abhängt.

In Tabelle 7.3 sind die Ergebnisse der Äquivalenztestung der Faktorladungen der engagierten Bewältigung in den angeführten psychologischen Subgruppen dargestellt. Wie zu erkennen ist, weisen die Messmodelle der untersuchten Gruppen keine unterschiedlichen Faktorladungen auf. Zwar übertreffen die  $\chi^2$ -Werte das Signifikanzniveau, können jedoch durch die *CFI*-Statistik nicht bestätigt werden.

Tabelle 7.3: Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Engagement“ in Subgruppen

Modell	$\chi^2$	<i>df</i>	<i>CFI</i>	$\Delta \chi^2$	$\Delta df$	$\Delta CFI$
Arbeitsbez. Anforderungen <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	248.22	85	.99			
Gleiche Faktorladungen	334.01	117	.99	85.79**	32	.00
Familienbez. Anforderungen <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	320.18	85	.99			
Gleiche Faktorladungen	386.39	117	.99	66.21**	32	.00
Internale Kontrolle <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	290.78	85	.99			
Gleiche Faktorladungen	348.04	117	.99	57.26**	32	.00
Externale Kontrolle <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	209.86	85	.99			
Gleiche Faktorladungen	286.96	117	.99	77.10**	32	.00

Anmerkungen: *df* = Freiheitsgrade, *CFI* = comparative fit index; \*\*  $p < .01$ ; <sup>a</sup> Mittelwertssplit: hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung.

Tabelle 7.4 stellt die Befunde zur Äquivalenztestung der Faktorladungen des Disengagements dar. Analog zu den bisherigen Befunden der Äquivalenztestung zeigen sich auch für das Disengagement keine unterschiedlichen Faktorladungen zwischen den Gruppen. In keiner Gruppe deuten die  $\chi^2$ - und *CFI*-Statistik gemeinsam auf unterschiedliche Faktorladungen zwischen den Subgruppen hin.

Tabelle 7.4: Test der faktoriellen Invarianz der Skala „Disengagement“ in Subgruppen

Modell	$\chi^2$	<i>df</i>	<i>CFI</i>	$\Delta \chi^2$	$\Delta df$	$\Delta CFI$
Arbeitsbez. Anforderungen <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	3.95	2	1.00			
Gleiche Faktorladungen	14.49	9	1.00	10.54	7	.00
Familienbez. Anforderungen <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	1.41	2	1.00			
Gleiche Faktorladungen	21.83	9	1.00	20.42**	7	.00
Internale Kontrolle <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	2.61	2	1.00			
Gleiche Faktorladungen	8.85	9	1.00	6.24	7	.00
Externale Kontrolle <sup>a</sup>						
Freie Faktorladungen	0.48	2	1.00			
Gleiche Faktorladungen	6.19	9	1.00	5.71	7	.00

Anmerkungen: *df* = Freiheitsgrade, *CFI* = comparative fit index; \*\*  $p < .01$ ; <sup>a</sup> Mittelwertssplit: hohe Ausprägung vs. niedrige Ausprägung.

Zusammenfassend kann von einer sehr guten Messäquivalenz der Maße für die Erfassung des SWB und der Bewältigung ausgegangen werden. Es kann gezeigt werden, dass die verwendeten Maße des SWB weder in soziodemographischen noch in psychologischen Subgruppen unterschiedliche Faktorladungen besitzen. Auch die Messmodelle beider Bewältigungsmaße weisen keine unterschiedlichen Faktorladungen auf. Personen mit unterschiedlichem soziodemographischem Hintergrund und mit unterschiedlichen Ausprägungen an Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung besitzen dieselben Messmodelle. Daher können die im nächsten Kapitel 7.2 zu ermittelnden Mittelwertsunterschiede des SWB in soziodemographischen Merkmalen zweifelsfrei erklärt werden. Selbiges gilt auch für die Analysen der Kapitel 7.3 – 7.5: Mögliche Unterschiede im SWB entlang der Anforderungs-, Bewältigungs- und Kontrollüberzeugungsvariablen sind eindeutig interpretierbar.

## 7.2 Zur statistischen Kontrolle soziodemographischer Merkmale

In diesem Analyseschritt soll kontrolliert werden, inwieweit sich Unterschiede im SWB entlang der demographischen Merkmale Geschlecht, Bildung, Familien- und Erwerbsstatus ergeben. Solche Variablen, die statistisch mit dem SWB kovariieren, werden in die späteren Zusammenhangs- und Moderationsberechnungen als Kontrollvariablen einbezogen.<sup>43</sup>

<sup>43</sup> Es könnte an dieser Stelle argumentiert werden, dass solche Stratifizierungsmerkmale nicht nur bivariat mit SWB zusammenhängen, sondern auch die beschriebenen Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen moderieren. Eine Testung der moderierenden Wirkung soziodemographischer Merkmale geht aber über die Fragestellung dieser Arbeit hinaus, die sich primär der Frage nach der Adaptivität von Bewältigungsmechanismen für das SWB widmet. Es sei aber auf das Kapitel 8.3 verwiesen, welches eine Diskussion über mögliche Moderationseffekte der Soziodemographie bietet.

In diesem Analyseschritt werden zur Überprüfung der Beziehungen zwischen soziodemographischen Gruppen und SWB multifaktorielle Varianzanalysen für die einzelnen Maße des SWB berechnet. Die Unterschiedlichkeit zwischen mehreren Faktorstufen wird mittels Bonferroni korrigierten paarweisen Vergleichen überprüft. Neben dem quantitativen Test der Signifikanz findet auch die qualitative Beurteilung der Effekte Beachtung, indem  $\eta^2$  ( $\eta^2$ ) als Effektstärkemaß verwendet wird. Auf Anraten von Cohen (1992) sollen nur solche Effekte berücksichtigt werden, die eine Varianzaufklärung von mindestens einem Prozent bieten. Mit Hilfe der multifaktoriellen Testung kann zudem die wechselseitige Konfundierung der soziodemographischen Variablen berücksichtigt werden. Es sei aber darauf hingewiesen, dass diese Analyse lediglich der Überprüfung der wechselseitigen Konfundierung dient und keine Interaktion zwischen den unabhängigen Variablen berücksichtigt wird.

### 7.2.1 *Depressivität und soziodemographische Merkmale*

In Tabelle 7.5 sind die Befunde zu soziodemographischen Unterschieden in der Depressivität aufgeführt. Wie zu sehen ist, finden sich keine signifikanten Bildungsunterschiede, Personen mit und ohne Hochschulreife zeigen ein vergleichbares Niveau an Depressivität. Differenzen zeigen sich jedoch zwischen den Geschlechtern sowie beim Erwerbs- und Familienstatus:

- Erstens weisen weibliche Teilnehmer eine leicht höhere Depressivität auf ( $M = 1.51$ ;  $SD = 0.49$ ) als männliche ( $M = 1.48$ ;  $SD = 0.48$ ;  $F = 7.83$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 < .01$ ).
- Vergleichsweise größere Unterschiede finden sich zweitens hinsichtlich des Erwerbstatus: So liegt die Depressivität bei Erwerbstätigen ( $M = 1.40$ ;  $SD = 0.41$ ) deutlich unterhalb der Werte Arbeitsloser ( $M = 1.82$ ;  $SD = 0.60$ ;  $F = 89.56$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .08$ ). Schüler/Studenten/Auszubildende ( $M = 1.49$ ;  $SD = 0.45$ ) und sonstige Personen liegen dazwischen ( $M = 1.49$ ;  $SD = 0.51$ ).
- Drittens zeigen sich unterschiedliche Depressivitätslevel beim Familienstatus. Verheiratete Personen haben die niedrigste Depressivität ( $M = 1.39$ ;  $SD = 0.84$ ), gefolgt von ledigen Personen in Partnerschaft ( $M = 1.51$ ;  $SD = 0.92$ ). Die höchste Depressivität haben ledige Personen ohne Partnerschaft ( $M = 1.90$ ;  $SD = 1.33$ ;  $F = 67.27$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .04$ ).

Insgesamt klären die soziodemographischen Merkmale 13.1 Prozent der Unterschiede in der Depressivität auf. Das Merkmal Geschlecht erreicht nicht das vorab gesetzte Effektstärkeminimum von einem Prozent Varianzaufklärung. Der höchste Anteil aufgeklärter Varianz liegt in der multifaktoriellen Betrachtung mit acht Prozent beim Merkmal Erwerbstätigkeit.

Tabelle 7.5: Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in der Skala „Depressivität“

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	Post-hoc <sup>a</sup>	$\eta^2$
Geschlecht	Männer	1,416	1.48	.48	7.83	1	**		<.01
	Frauen	1,640	1.51	.49					
Bildung	Mit Hochschulreife	1,204	1.45	.45	2.66	1	<i>n.s.</i>		
	Ohne Hochschulreife	1,811	1.52	.51					
Erwerbstätigkeit	Erwerbstätig	1,523	1.40	.41	89.56	3	**	ER <sup>1</sup>	.08
	Arbeitslos	478	1.82	.60				AR <sup>3</sup>	
	Schüler/Student/Auszubildende	713	1.49	.45				ST <sup>2</sup>	
	Sonstige	342	1.49	.51				SO <sup>2</sup>	
Familienstand	Ledig, ohne Partnerschaft	1,320	1.61	.54	67.15	2	**	LO <sup>3</sup>	.04
	Ledig, mit Partnerschaft	690	1.45	.44				LM <sup>2</sup>	
	Verheiratet	1,046	1.38	.40				HE <sup>1</sup>	

Anmerkung: *N* = Gruppengröße; *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; *F* = Testwert der F-Statistik; *df* = Freiheitsgrade; \*\*  $p < .01$ ;  $\eta^2$  = Anteil aufgeklärter Varianz;  
<sup>a</sup> Als Post-hoc Tests wurden Bonferroni korrigierte paarweise Vergleiche mit  $p < .05$  berechnet; Hochzahlen indizieren Gruppen, zwischen denen signifikante Unterschiede bestehen.

### 7.2.2 Positiver Affekt und soziodemographische Merkmale

Die Ergebnisse der multivariaten Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in der positiven Affektskala sind in Tabelle 7.6 dargestellt.

- Nur ein geringfügiger Unterschied lässt sich zwischen Männern und Frauen ermitteln: In Einklang mit der empirischen Forschung tendieren Frauen ( $M = 5.26$ ;  $SD = 1.06$ ) zu einer leicht positiveren Stimmung als Männer ( $M = 5.16$ ;  $SD = 1.09$ ;  $F = 4.27$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2 < .01$ ). Da die Varianzaufklärung dieses Unterschieds aber nur gering ausfällt, sollte das Ergebnis nicht überbewertet werden.
- Bei der Schulbildung finden sich analoge Unterschiede in der positiven Stimmung wie schon in der Depressivität. Höher Gebildete zeigen eine leicht höhere Stimmung ( $M = 5.31$ ;  $SD = 0.99$ ) als geringer Gebildete ( $M = 5.15$ ;  $SD = 1.13$ ;  $F = 5.23$ ;  $p < .05$ ;  $\eta^2 < .01$ ).

Wiederum finden sich die relativ größten Effekte für die Merkmale Erwerbstätigkeit und Familienstand.

- Arbeitslose zeigen den geringsten positiven Affekt ( $M = 4.68$ ;  $SD = 1.23$ ) und liegen damit deutlich unterhalb des Mittelwerts für sonstige Personen ( $M = 5.19$ ;  $SD = 1.08$ ), für Schüler/Studenten/Auszubildender ( $M = 5.32$ ;  $SD = 0.99$ ) und für Erwerbstätige ( $M = 5.34$ ;  $SD = 1.01$ ;  $F = 49.03$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .05$ ).
- Beim Merkmal Familienstand zeigen sich gleichfalls die bekannten Unterschiede: Ledige Personen ohne Partnerschaft weisen die geringste positive Stimmung auf ( $M = 5.06$ ;  $SD = 1.13$ ), verheiratete Personen ( $M = 5.31$ ;  $SD = 1.05$ ) oder auch ledige in Partnerschaft haben jeweils höhere Mittelwerte ( $M = 5.36$ ;  $SD = 0.99$ ;  $F = 22.72$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .02$ ).

Die untersuchten soziodemographischen Merkmale klären insgesamt sieben Prozent der Unterschiedlichkeit des positiven Affekts auf. Den höchsten Anteil aufgeklärter Varianz liefert dabei der Status der Erwerbstätigkeit ( $\eta^2 = .05$ ), gefolgt vom Familienstand ( $\eta^2 = .02$ ). Vergleichbar mit den Ergebnissen für die Depressivitätsskala sind auch hier die Unterschiede hinsichtlich des Geschlechts und der Bildung zu vernachlässigen.



Tabelle 7.6: Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in der Skala „positiver Affekt“

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	Post-hoc <sup>a</sup>	$\eta^2$
Geschlecht	Männer	1,421	5.16	1.09	4.27	1	*		<.01
	Frauen	1,644	5.26	1.06					
Bildung	Mit Hochschulreife	1,206	5.31	.99	5.23	1	*		<.01
	Ohne Hochschulreife	1,818	5.15	1.13					
Erwerbstätigkeit	Erwerbstätig	1,525	5.34	1.01	49.03	3	**	ER <sup>2</sup>	.05
	Arbeitslos	482	4.68	1.23				AR <sup>1</sup>	
	Schüler/Student/Auszubildende	714	5.32	0.99				ST <sup>2</sup>	
	Sonstige	344	5.19	1.08				SO <sup>2</sup>	
Familienstand	Ledig, ohne Partnerschaft	1,327	5.06	1.13	22.72	2	**	LO <sup>1</sup>	.02
	Ledig, mit Partnerschaft	691	5.36	1.05				LM <sup>2</sup>	
	Verheiratet	1,047	5.31	0.99				HE <sup>2</sup>	

Anmerkung: *N* = Gruppengröße; *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; *F* = Testwert der F-Statistik; *df* = Freiheitsgrade; \*\*  $p < .01$ ;  $\eta^2$  = Anteil aufgeklärter Varianz;  
<sup>a</sup> Als Post-hoc Tests wurden Bonferroni korrigierte paarweise Vergleiche mit  $p < .05$  berechnet; Hochzahlen indizieren Gruppen, zwischen denen signifikante Unterschiede bestehen.

### 7.2.3 Lebenszufriedenheit und soziodemographische Merkmale

In Tabelle 7.7 sind die Befunde zu soziodemographischen Unterschieden in der Lebenszufriedenheit dargestellt. Wie zu erkennen ist, finden sich keine signifikanten Geschlechts- und Bildungsunterschiede. Größere Differenzen zeigen sich bei den Variablen Familienstatus und besonders beim Erwerbsstatus.

- Den bisherigen Ergebnissen der Affektskalen entsprechend fallen die Befunde der Lebenszufriedenheit für den Familienstand aus: Verheiratete Personen ( $M = 5.24$ ;  $SD = 1.30$ ) und ledige Personen, die in einer Partnerschaft leben ( $M = 5.17$ ;  $SD = 1.30$ ) haben eine deutlich höhere Lebenszufriedenheit als ledige Personen ohne Partnerschaft ( $M = 4.85$ ;  $SD = 1.41$ ;  $F = 32.49$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .02$ ).
- Die vergleichsweise höchste Zufriedenheit mit ihrem Leben zeigen Erwerbstätige ( $M = 5.31$ ;  $SD = 1.17$ ) und Schüler/Studenten/Auszubildende ( $M = 5.38$ ;  $SD = 1.06$ ). Sonstige Personen, wie etwa Hausfrauen (oder Hausmänner), Personen im Elternurlaub, weisen eine etwas geringere Lebenszufriedenheit aus ( $M = 5.07$ ;  $SD = 1.47$ ). Mehr als einen ganzen Skalenwert unterhalb dieser drei Gruppen liegen die Arbeitslosen mit der niedrigsten Zufriedenheit aller untersuchten demographischen Teilgruppen ( $M = 3.77$ ;  $SD = 1.51$ ;  $F = 206.83$ ;  $p < .01$ ;  $\eta^2 = .17$ ).

Die generelle Aufklärung der Lebenszufriedenheit durch die soziodemographischen Merkmale liegt mit einem Anteil von fast 19 Prozent deutlich über den Effektstärken der Skalen „Depressivität“ und „positiver Affekt“. Besonders für den Erwerbsstatus ergibt sich mit 17 Prozent die höchste Varianzaufklärung aller untersuchten Teilgruppen. Der Einfluss des Familienstandes entspricht in seiner Größenordnung von zwei Prozent den bisherigen Befunden der Affektskalen des SWB.

Tabelle 7.7: Multivariate Varianzanalyse zu soziodemographischen Unterschieden in dem Merkmal „Lebenszufriedenheit“

		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	Post-hoc <sup>a</sup>	$\eta^2$
Geschlecht	Männer	1,421	5.03	1.35	0.62	1	<i>n.s.</i>		
	Frauen	1,644	5.07	1.37					
Bildung	Mit Hochschulreife	1,206	5.14	1.32	0.04	1	<i>n.s.</i>		
	Ohne Hochschulreife	1,818	4.99	1.39					
Erwerbstätigkeit	Erwerbstätig	1,525	5.31	1.17	206.83	3	**	ER <sup>3</sup>	.17
	Arbeitslos	482	3.77	1.51				AR <sup>1</sup>	
	Schüler/Student/Auszubildende	714	5.37	1.06				ST <sup>3</sup>	
	Sonstige	344	5.06	1.47				SO <sup>2</sup>	
Familienstand	Ledig, ohne Partnerschaft	1,327	4.85	1.41	32.49	2	**	LO <sup>1</sup>	.02
	Ledig, mit Partnerschaft	691	5.17	1.30				LM <sup>2</sup>	
	Verheiratet	1,047	5.24	1.30				HE <sup>2</sup>	

Anmerkung: *N* = Gruppengröße; *M* = Mittelwert; *SD* = Standardabweichung; *F* = Testwert der F-Statistik; *df* = Freiheitsgrade; \*\*  $p < .01$ ;  $\eta^2$  = Anteil aufgeklärter Varianz;  
<sup>a</sup> Als Post-hoc Tests wurden Bonferroni korrigierte paarweise Vergleiche mit  $p < .05$  berechnet; Hochzahlen indizieren Gruppen, zwischen denen signifikante Unterschiede bestehen.

#### 7.2.4 Zusammenfassung der Ergebnisse zu Beziehungen des SWB mit soziodemographischen Merkmalen

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die soziodemographischen Unterschiede in den untersuchten Maßen des SWB den aus der empirischen Literatur bekannten Befunden entsprechen. Die Variabilität der Operationalisierungen unterschiedlicher Konstrukte des SWB ist – bis auf wenige Ausnahmen – nicht groß und korrespondiert auch in dieser Hinsicht mit der zitierten Forschung. Nicht außer Acht gelassen werden soll aber die Tatsache, dass die gesamte Aufklärungsrate der Unterschiedlichkeit des SWB durch alle soziodemographischen Merkmale substanziell hoch ist: Sie liegt je nach beobachtetem Merkmal zwischen sieben Prozent für die Skala „positiver Affekt“ und 19 Prozent für das Merkmal „Lebenszufriedenheit“. Als konsistent stärkste Prädiktoren des SWB zeigen sich unabhängig von dessen Operationalisierung der Erwerbsstatus und der Familienstand. In Relation zu anderen soziodemographischen Merkmalen erklären diese Variablen mehr als 80% der aufgeklärten Varianz, die restlichen Merkmale Geschlecht und Bildung kovariieren deutlich schwächer und auch unsystematischer mit den verschiedenen Maßen des SWB. Nachfolgend soll eine schrittweise Bewertung der ermittelten Befunde der Zusammenhänge zwischen den vier soziodemographischen Merkmalen und SWB erfolgen:

*Geschlecht:* Zwischen Männern und Frauen finden sich weitestgehend analog zu der Forschungsliteratur leichte Unterschiede hinsichtlich der affektiven Maße des SWB, aber keine Unterschiede hinsichtlich des kognitiven Maßes. Die Effektstärke der Unterschiede in den Affektmaßen liegen aber jeweils unter einem Prozent und somit in einem Wertebereich, der nach Cohen (1992) als nicht mehr als substanziell bezeichnet wird, so dass für die vorliegende Untersuchung das Geschlecht nicht als relevanter Faktor erscheint.

*Bildung:* Zwischen Personen mit hoher und niedriger Bildung findet sich ein gering signifikanter Unterschied in der Skala „positiver Affekt“, nicht jedoch in der Skala „Depressivität“ und „Lebenszufriedenheit“. Die Effektstärke dieses Unterschieds liegt unterhalb der in dieser Studie angelegten Schwelle von mindestens einem Prozent. Somit sind die Mittelwertunterschiede im SWB zwischen den Bildungsgruppen zu vernachlässigen.

*Erwerbsstatus:* Die hier ermittelten Ergebnisse bezüglich des Zusammenhangs zwischen Erwerbsstatus und SWB sind eindeutig: In allen Maßen zeigen Arbeitslose das geringste SWB aller untersuchten soziodemographischen Gruppen. Deutliche Unterschiede finden sich

nicht nur im Vergleich mit erwerbstätigen Befragten, sondern auch im Vergleich mit Schülern/Studenten/Auszubildenden oder auch mit der sonstigen Erwerbsgruppe (Hausfrauen, Hausmännern und Personen im Elternschutz). Hinsichtlich der Skalen „Depressivität“ und „Lebenszufriedenheit“ zeigt der Erwerbsstatus die stärkste Vorhersagekraft, die Erklärungsrate liegt zwischen acht Prozent (Depressivität) und 17 Prozent (Lebenszufriedenheit). Für den Zusammenhang zwischen dem Erwerbsstatus und SWB lässt sich insgesamt festhalten, dass er mit bestehenden Befunden kompatibel ist.

*Familienstatus:* Die These, dass verheiratete Studienteilnehmer und Befragte in Partnerschaft ein höheres SWB haben als ledige, geschiedene oder verwitwete Studienteilnehmer findet in den untersuchten SWB-Maßen Entsprechung. Zwischen verheirateten Personen und ledigen, geschiedenen und verwitweten Personen bestehen vergleichsweise deutliche Unterschiede in allen drei SWB-Maßen. Die eigentliche Trennlinie zwischen hohem und niedrigem SWB liegt allerdings nicht im gesetzlichen Familienstatus, sondern eher in der Tatsache, ob die Befragten in einer Partnerschaft leben oder nicht. Mit Blick auf die Erklärungskraft des Merkmals Familienstand zeigen sich relativ große Effektstärken. Besonders die Skala „Depressivität“ variiert mit dem Familienstand. Eine Partnerschaft erscheint als wirkungsvoller Schutzfaktor gegen eine schlechte Befindlichkeit im Sinne der Skala „Depressivität“.

Auf der Grundlage dieser Ergebnisse werden in den später folgenden Regressionsmodellen zur Vorhersage des SWB aus der Gruppe der soziodemographischen Merkmale der Erwerbsstatus und der Familienstatus als Kontrollvariablen einbezogen. Dies geschieht aus zwei Gründen: Erstens soll abgeschätzt werden, inwiefern die Effekte der Anforderungs-, Bewältigungs- und Kontrollüberzeugungsvariablen auf SWB unabhängig von der soziodemographischen Abhängigkeit des SWB sind. Zweitens soll auch bewertet werden, ob die in diesem Abschnitt ermittelten soziodemographischen Unterschiede im SWB möglicherweise über andere Variablen, wie zum Beispiel die psychologischen Variablen der Bewältigungsstrategien vermittelt werden, das heißt ob sie bei Berücksichtigung der weiteren Untersuchungsvariablen geringere Erklärungskraft aufweisen.

Zur Vereinfachung der folgenden Regressionsberechnungen und deren Interpretation sollen aber nicht alle Stufen der Faktoren Erwerbstätigkeit und Familienstand betrachtet werden. Auf Basis der in diesem Abschnitt ermittelten Befunde werden zwei orthogonale Kontraste entlang der Stufen der Faktoren gebildet, die einen deutlichen Zusammenhang mit den Maßen des SWB zeigen. Bezüglich des Erwerbstatus verläuft die Trennlinie zwischen

den Arbeitslosen und den restlichen drei Gruppen. Der erste orthogonale Kontrast testet daher die Unterschiedlichkeit zwischen Arbeitslosen und dem Mittelwert der anderen drei Erwerbsgruppen (Erwerbstätige, Studenten/Schüler/Auszubildende und Sonstige). Mit Blick auf den Familienstand zeigen sich die größten Differenzen zwischen Personen mit und ohne Partnerschaft. Der zweite orthogonale Kontrast testet mithin die Personen ohne Partnerschaft gegen den Mittelwert aus den beiden anderen Gruppen (verheiratet und Personen in Partnerschaft).

### 7.3 *Korrelationsanalyse der Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen*

Die Hypothesengruppen 1 bis 3 betreffen bivariate Zusammenhänge des SWB mit den Untersuchungsvariablen der wandelbezogenen Anforderungen in den Bereichen Arbeit und Familie, der Bewältigungsstrategien und den Kontrollüberzeugungen. Es geht im aktuellen Analyseschritt um einen ersten Eindruck, wie die interessierenden Untersuchungsvariablen interkorreliert sind. Somit sollen auch der tatsächliche Test und die Bewertung der Zusammenhangshypothesen noch nicht in diesem Abschnitt erfolgen, die Korrelationsanalyse liefert jedoch schon Hinweise, ob die Interkorrelationen der Variablen den Erwartungen entsprechen. Den Analysen vorangestellt seien noch zwei wichtige Anmerkungen:

- Erstens stellen die Befunde der folgenden Korrelationsberechnung die unbereinigten Korrelationskoeffizienten dar. Es sollen somit explizit noch nicht partielle Korrelationskoeffizienten für die um Kontrollvariablen bereinigten Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen berücksichtigt werden (siehe hierfür Kapitel 7.4).
- Zweitens können nur lineare Zusammenhänge zwischen den wandelbezogenen Anforderungen und SWB ermittelt werden. Die Testung alternativer Modelle und kurvilinearere Zusammenhänge (wie sie im Kapitel 2.8 besprochen wurden) wird ebenfalls im Kapitel 7.4 vorgenommen.

Die Ergebnisse der bivariaten Korrelationsanalyse sind in Tabelle 7.8 zusammengefasst. Sie lassen sich im Einzelnen, bezogen auf die jeweiligen Hypothesen, wie folgt beschreiben:

- Arbeitsbezogene Anforderungen weisen gemäß der Hypothese 1a entsprechende Zusammenhänge mit dem SWB auf: Je stärker die Anforderungen im Bereich Arbeit sind, umso höher ist die Depressivität der Befragten ( $r = .21$ ) und umso geringer ihr positiver Affekt und ihre Lebenszufriedenheit ( $r = -.13$ ;  $r = -.29$ ).
- Bezüglich Hypothese 1b und den Zusammenhängen familienbezogener Anforderungen mit dem SWB zeigen sich bis auf eine Ausnahme ähnliche Befunde:

Stärkere Anforderungen aus dem Bereich Familie gehen einher mit höherer Depressivität ( $r = .11$ ) und geringerer Lebenszufriedenheit ( $r = -.13$ ). Überraschenderweise aber weist der Korrelationskoeffizient zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt ein positives Vorzeichen aus ( $r = .06$ ) und nicht, wie in der Hypothese gefordert, ein negatives Vorzeichen. Allerdings ist die gemeinsame Varianz beider Variablen nur von sehr geringer Ausprägung und liegt unter einem halben Prozent.

- Gänzlich den Erwartungen entsprechend sind die Befunde zu Zusammenhängen zwischen Bewältigungsstrategien und SWB. Hypothese 2a, die positive Beziehungen zwischen engagierter Bewältigung und SWB annimmt, kann bestätigt werden: Ein hohes Engagement geht mit geringerer Depressivität ( $r = -.21$ ), mit höherem positivem Affekt ( $r = .36$ ) und mit höherer Lebenszufriedenheit ( $r = .19$ ) einher.
- Auch Hypothese 2b, die negative Beziehungen zwischen disengagierter Bewältigung und SWB postuliert, findet in den Befunden ihre Bestätigung. Je höher das Niveau im Disengagement, umso höher sind die Werte der Depressivitätsskala ( $r = .12$ ) und umso geringer ist das Niveau des positiven Affekts ( $r = -.18$ ) und der Lebenszufriedenheit ( $r = -.06$ ).
- Die letzte Gruppe an Zusammenhangshypothesen betrifft die Variablen der internalen und externalen Kontrollüberzeugungen. Den Erwartungen aus Hypothese 3a entsprechend finden sich folgende Beziehungen zwischen den Kontrollüberzeugungen und Maßen des SWB: Internale Kontrollüberzeugung steht mit geringerer Depressivität ( $r = -.25$ ), mit höherem positivem Affekt ( $r = .28$ ) und mit höherer Lebenszufriedenheit ( $r = .30$ ) in Verbindung.
- Auch externale Kontrollüberzeugung weist konform mit Hypothese 3b Zusammenhänge mit dem SWB auf, die Stärke der Zusammenhänge ist aber schwächer: Externale Kontrollüberzeugung geht mit mehr Depressivität ( $r = .09$ ), mit geringerem positivem Affekt ( $r = -.07$ ) und mit geringerer Lebenszufriedenheit ( $r = -.15$ ) einher.

Tabelle 7.8: Korrelationsmatrix der Untersuchungsvariablen

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 Anforderungen Arbeit								
2 Anforderungen Familie	.41**							
3 Engagierte Bewältigung	.15**	.22**						
4 Disengagierte Bewältigung	.00	-.07**	-.31**					
5 Internale Kontrollüberzeugung	-.16**	.00	.21**	-.17**				
6 Externale Kontrollüberzeugung	.15**	.10**	.03	.03	-.27**			
7 Depressivität	.21**	.11**	-.21**	.12**	-.25**	.09**		
8 Positiver Affekt	-.13**	.06**	.36**	-.18**	.28**	-.07**	-.47**	
9 Lebenszufriedenheit	-.29**	-.13**	.19**	-.06**	.30**	-.15**	-.48**	.43**

Anmerkung:  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ .

Vier weitere, nicht an Hypothesen gebundene Befunde sollen an dieser Stelle erwähnt werden:

Das erste Ergebnis betrifft den Zusammenhang zwischen den beiden Anforderungsbereichen. Die Korrelation zwischen arbeitsbezogenen und familienbezogenen Anforderungen ist deutlich positiv ( $r = .41$ ). Da nicht davon auszugehen ist, dass beide Anforderungsbereiche in einer kausalen Logik zueinander stehen – das heißt, dass etwa die Zunahme an Arbeitsanforderungen zu einer Zunahme von Familienanforderungen führt oder vice versa –, kann dieser Befund eher dahingedeutet werden, dass bestimmte Personengruppen (wie z.B. Arbeitslose) generell in stärkerem Ausmaß unter den Anforderungen des sozialen Wandels als andere Personengruppen leiden und diese als bedrückend erleben (Tomasik & Silbereisen, 2008). Auch aus diesem Grund erscheint es angebracht, in den folgenden multivariaten Analysen den Erwerbsstatus als zusätzliche Kontrollvariable mit aufzunehmen.

Zweitens ist die Tatsache auffällig, dass die Koeffizienten arbeitsbezogener Anforderungen mit SWB stärker ausgeprägt sind im Vergleich zu den familienbezogenen Anforderungen. Ein durchgeführter Test der Zusammenhänge ergibt eine signifikante Differenz zwischen dem Arbeits- und Familienbereich (Depressivität: Arbeit vs. Familie:  $t = -5.62$ ,



$p < .01$ ; positiver Affekt: Arbeit vs. Familie:  $t = -6.29$ ,  $p < .01$ ; Lebenszufriedenheit: Arbeit vs. Familie:  $t = -7.89$ ,  $p < .01$ ).<sup>44</sup> Ob diese Unterschiede auch nach Kontrolle für soziodemographische Merkmale bestehen bleiben, wird im folgenden Abschnitt 7.4 behandelt.

Drittens sind unterschiedliche Zusammenhänge zwischen den Kontrollüberzeugungen und Bewältigungsstrategien zu erkennen: Internale Kontrollüberzeugung korreliert positiv mit engagierter Bewältigung ( $r = .21$ ) und negativ mit disengagierter Bewältigung ( $r = -.17$ ). Externale Kontrollüberzeugung indes korreliert nicht mit Engagement ( $r = .03$ ) und nicht mit Disengagement ( $r = .03$ ). Dieser letzte Punkt widerspricht den theoretischen Vorgaben und wirft die Frage auf, ob dies als schon Hinweis auf Probleme der *goodness of fit* These gedeutet werden kann. Eine näher gehende Untersuchung dieses Befunds erfolgt im Abschnitt 7.5.

Viertens sollte auch die Interkorrelation zwischen den SWB-Maßen, also zwischen den Indikatoren der abhängigen Variablen, erwähnt werden. Sie stehen miteinander in einer jeweils moderat hohen Beziehung zueinander ( $r = .43$  (positiver Affekt mit Lebenszufriedenheit),  $r = -.48$  (Depressivität mit positivem Affekt) und  $r = -.46$  (Depressivität mit Lebenszufriedenheit)). Diese Befunde belegen zum einen die Ähnlichkeit der verwendeten SWB-Indikatoren, sie stehen zueinander in einem theoretischen und logischen Zusammenhang. Zum anderen teilen die Variablen jedoch nicht den Großteil ihrer Varianz, die gemeinsame Varianz beträgt etwa 20 Prozent. Eine zu große Ähnlichkeit der Maße hätte auf Redundanz hingewiesen und ein Zusammenlegen dieser Maße oder die Beschränkung auf ein einzelnes Maß nahegelegt. Die Befunde aber lassen den Schluss zu, dass die Maße noch genügend Eigenständigkeit besitzen, die nicht von den anderen Instrumenten geteilt wird. Die Verwendung von drei relativ distinkten Maßen zur Erfassung unterschiedlicher Komponenten des SWB in dieser Studie erfährt somit eine empirische Unterstützung.

#### 7.4 *Multivariate Analysen zu Zusammenhängen wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen mit SWB*

In diesem Abschnitt werden mit Hilfe multipler Regressionsanalysen mögliche lineare und kurvilineare Zusammenhänge des SWB mit Anforderungen des sozialen Wandels in den Lebensbereichen Arbeit und Familie, mit engagierten und disengagierten Bewältigungsstrategien und mit Kontrollüberzeugungen untersucht. Im darauf folgenden Abschnitt 7.5 werden die Regressionsanalysen dann um die Testung der Moderationshypothesen erweitert. Das Vorgehen entspricht somit einer Sequenz hierarchischer Regressionsberechnungen, bei

---

<sup>44</sup> Unterschiede der Korrelationen für abhängige Stichproben wurden nach den Vorgaben von Chen und Popovich (2002) berechnet.

der zuerst die einzelnen Haupteffekte der beteiligten Untersuchungsvariablen auf das SWB untersucht werden und daran anschließend in einem zweiten Schritt die Vorhersage des SWB um die Interaktionsterme der Variablen erweitert wird. In jeder Regressionsanalyse wird zudem kontrolliert, inwieweit die jeweiligen Effekte der Prädiktoren robust gegenüber soziodemographischen Merkmalen sind.

Statistisch gesehen stellt sich mit der Höhe der im vorigen Abschnitt berichteten Korrelationen das Problem der Multikollinearität in keiner Weise. Diese sollte erst ab einem Korrelationskoeffizienten von  $r > .90$  auftreten, die ermittelten Koeffizienten liegen weit darunter. Zur weiteren Überprüfung dieses Sachverhalts sind in den folgenden Regressionsanalysen Kollinearitätsanalysen einbezogen. Dies geschieht mittels einer Berechnung des *variance inflation factor (VIF)* jeder im jeweiligen Modell beteiligten Variable. Der *VIF* vergleicht den Varianzanstieg im Modell durch die beteiligten Variablen mit dem Varianzanstieg in einem Modell mit komplett orthogonalen Variablen. *VIF*-Werte größer als vier werden gemeinhin als Hinweis auf Multikollinearität gedeutet (Tabachnick & Fidell, 2007). Die ermittelten Werte des *VIF* der Variablen liegen nun deutlich unterhalb dieser Schwelle (der höchste Wert liegt bei 3.4). Dies deutet darauf hin, dass die Regressionsanalysen nicht durch Multikollinearität beeinträchtigt sind.

Aus Gründen der besseren Übersichtlichkeit werden die Ergebnisse im Folgenden nach Hypothesen gegliedert dargestellt. Begonnen wird mit der Analyse der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB (Hypothesen 1a – 1d). Es folgen die Berechnungen zu Beziehungen zwischen den Bewältigungsstrategien und SWB (Hypothesen 2a - 2b) sowie zu Beziehungen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB (Hypothesen 3a – 3b).

#### 7.4.1 *Hypothesen 1a – 1d: Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB*

Tabelle 7.9 zeigt für jede Kombination aus wandelbezogenem Anforderungen und SWB-Maß den unstandardisierten Regressionskoeffizienten  $B$ , den standardisierten Koeffizienten  $\beta$  sowie den Zuwachs an Varianzaufklärung, der durch die Prädiktoren geleistet wird. Berichtet werden die Koeffizienten nach Hinzunahme aller Prädiktoren inklusive der Kontrollvariablen. Zur besseren Übersicht stellt die Tabelle die Prädiktoren gegliedert nach den Anforderungsbereichen Arbeit und Familie dar.<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> Die im weiteren Verlauf der Ergebnisdarstellung noch folgenden Tabellen haben denselben Aufbau. Im Anhang A findet sich eine ausführliche tabellarische Darstellung der einzelnen Schritte der Regressionsanalysen.

Hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB zeigen sich in allen untersuchten Maßen die erwarteten Zusammenhänge: Eine steigende Anzahl an arbeitsbezogenen Anforderungen geht mit einem geringeren SWB einher. Der Zusammenhang ist dabei bezüglich Depressivität kurvilinear, für positiven Affekt und Lebenszufriedenheit linear, wie aus den Grafiken (a) bis (c) der Abbildung 7.1 deutlich wird.<sup>46</sup> Generell schwächere Zusammenhänge zeigen sich für familienbezogene Anforderungen. Sehr interessant ist die Beziehung mit positivem Affekt. Analog zur Korrelationstabelle findet sich ein unerwartet linear positiver Zusammenhang, der erst bei weiterer Berücksichtigung einer kurvilinearen Beziehung als hypothesenkonform negativ angesehen werden kann. Die Form der Zusammenhänge ist in den Abbildungen 7.1 (d) bis (f) dargestellt.

Die Zusammenhangskoeffizienten berücksichtigen bereits die Kontrollvariablen aus der Demographie. Wie sich in allen Analysen zeigt, haben Arbeitslose (im Gegensatz zum Mittelwert der drei anderen Erwerbsgruppen) sowie Personen ohne Partnerschaft (im Gegensatz zum Mittelwert der Personen mit Partnerschaft) ein geringeres SWB. Besonders interessant sind die Koeffizienten der wandelbezogenen Anforderungen hinsichtlich ihrer Unabhängigkeit vom Erwerbsstatus und Familienstand. Durch die Hinzunahme der demographischen Merkmale werden die Koeffizienten zwar abgeschwächt, besitzen aber noch ausreichend systematische Kovarianz mit dem SWB. In einem Fall allerdings (Zusammenhang zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit) sinkt der kurvilineare Koeffizient nach Aufnahme des Erwerbsstatus unterhalb des Signifikanzniveaus. Es hat somit den Anschein, dass besonders die Zufriedenheit von Arbeitslosen unter einer Kumulation von Arbeitsanforderungen zurückgeht.

Insgesamt können auf Basis dieser Befunde die Hypothesen 1a und 1b bestätigt werden: Eine steigende Anzahl von Anforderungen in den Bereichen Arbeit und Familie geht mit einem Sinken des SWB einher. Die Hypothesen 1c und 1d zum kurvilinearen Zusammenhang können nur bedingt bestätigt werden. Lediglich zwei der sechs Analysen zeigen die erwartete kurvilineare Form des Zusammenhangs.

---

<sup>46</sup> Die Graphen stellen den signifikanten Zusammenhang zwischen Prädiktor (wandelbezogenen Anforderungen) und Kriterium (SWB) prototypisch anhand der ermittelten Werte auf den beteiligten Prädiktoren dar.

Tabelle 7.9: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB

	Kriterien								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Zusammenhang zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Arbeit	.024**	.106	.04	-.034**	-.068	.02	-.102**	-.161	.09
Arbeit <sup>2</sup>	.024*	.042	.05	.012	.010	.02	-.033	-.021	.09
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.301**	.225	.10	-.536**	-.182	.05	-1.25**	-.335	.19
Ohne Partnerschaft	.192**	.195	.13	-.225**	-.104	.06	-.289**	-.106	.20
<i>Zusammenhang zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Familie	.029**	.091	.01	.102**	.144	.00	-.081**	-.089	.02
Familie <sup>2</sup>	.001	.001	.01	-.064**	-.091	.01	.003	.003	.02
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.351**	.263	.09	-.633**	-.215	.06	-1.45**	-.388	.17
Ohne Partnerschaft	.194**	.198	.13	-.199**	-.092	.07	-.296**	-.108	.18

Anmerkungen. N = 3,056; \*\* p < .01; \* p < .05; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Arbeit und Familie beziehen sich auf die Zählvariablen der hoch zugestimmten arbeits- und familienbezogenen Anforderungen, Arbeit<sup>2</sup> und Familie<sup>2</sup> auf die quadrierten Zählvariablen.

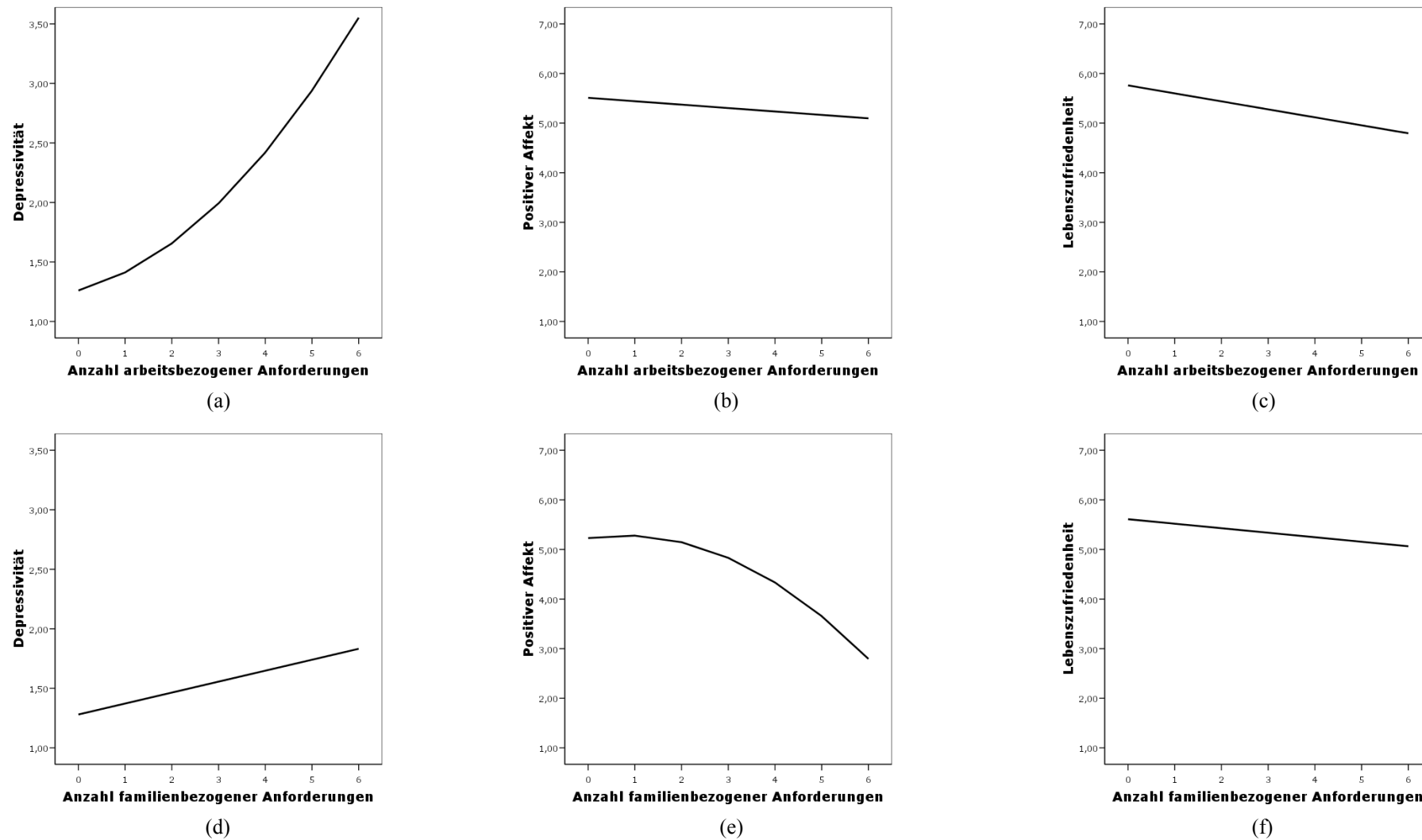


Abb. 7.1: Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB<sup>47</sup>

<sup>47</sup> Auf der x-Achse ist die Anzahl der arbeits- oder familienbezogenen Anforderungen abgetragen (Spannbreite 0 – 6), auf der y-Achse die Höhe der jeweiligen SWB-Maße (Spannbreite 1 – 3.5 (Depressivität); Spannbreite 1 – 7 (positiver Affekt und Lebenszufriedenheit)).

#### 7.4.2 Hypothesen 2a – 2b: Zusammenhang zwischen Bewältigungsstrategien und SWB

Wie aus Tabelle 7.10 zu erkennen ist, können die Hypothesen 2a und 2b zur Beziehung zwischen Bewältigung und SWB überwiegend bestätigt werden. Wie erwartet geht eine engagierte Bewältigung mit einer Steigerung, eine disengagierte Bewältigung mit einer Verringerung des SWB einher. Generell finden sich stärkere Verbindungen zwischen Engagement und SWB als zwischen Disengagement und SWB (siehe Abb. 7.2 (a) – (f)).

Die soziodemographischen Merkmale besitzen einen signifikanten Zusammenhang mit dem SWB über Bewältigungsstrategien hinaus. Interessant ist an dieser Stelle, dass die Koeffizienten des Engagements durch die Aufnahme der Demografie unberührt bleiben, die Koeffizienten des Disengagements aber abgeschwächt werden. Vor diesem Hintergrund ist auch der einzige hypothesendiskonforme Befund der nicht signifikanten Beziehung zwischen Disengagement und Lebenszufriedenheit zu sehen: Ohne Berücksichtigung der Soziodemographie findet sich der erwartete negative Zusammenhang, er verschwindet jedoch bei deren Berücksichtigung. Wie es scheint, gibt es einen Überlappungsbereich zwischen Disengagement und Arbeitslosigkeit sowie zwischen Disengagement und Partnerlosigkeit, der zumindest für einen Teil der Beziehungen des Disengagements mit SWB verantwortlich ist.

Tabelle 7.10: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB

	Kriterien								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$
<i>Zusammenhang zwischen engagierter Bewältigung und SWB</i>									
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.076**	-.186	.04	.306**	.344	.13	.192**	.170	.04
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.358**	.267	.12	-.570**	-.194	.17	-1.47**	-.393	.20
Ohne Partnerschaft	.177**	.181	.15	-.173**	-.080	.17	-.252**	-.092	.20
<i>Zusammenhang zwischen disengagierter Bewältigung und SWB</i>									
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.025**	.087	.02	-.097**	-.151	.03	-.015	-.019	.00
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.356**	.266	.09	-.566**	-.193	.07	-1.48**	-.397	.17
Ohne Partnerschaft	.183**	.187	.13	-.199**	-.092	.08	-.280**	-.102	.18

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

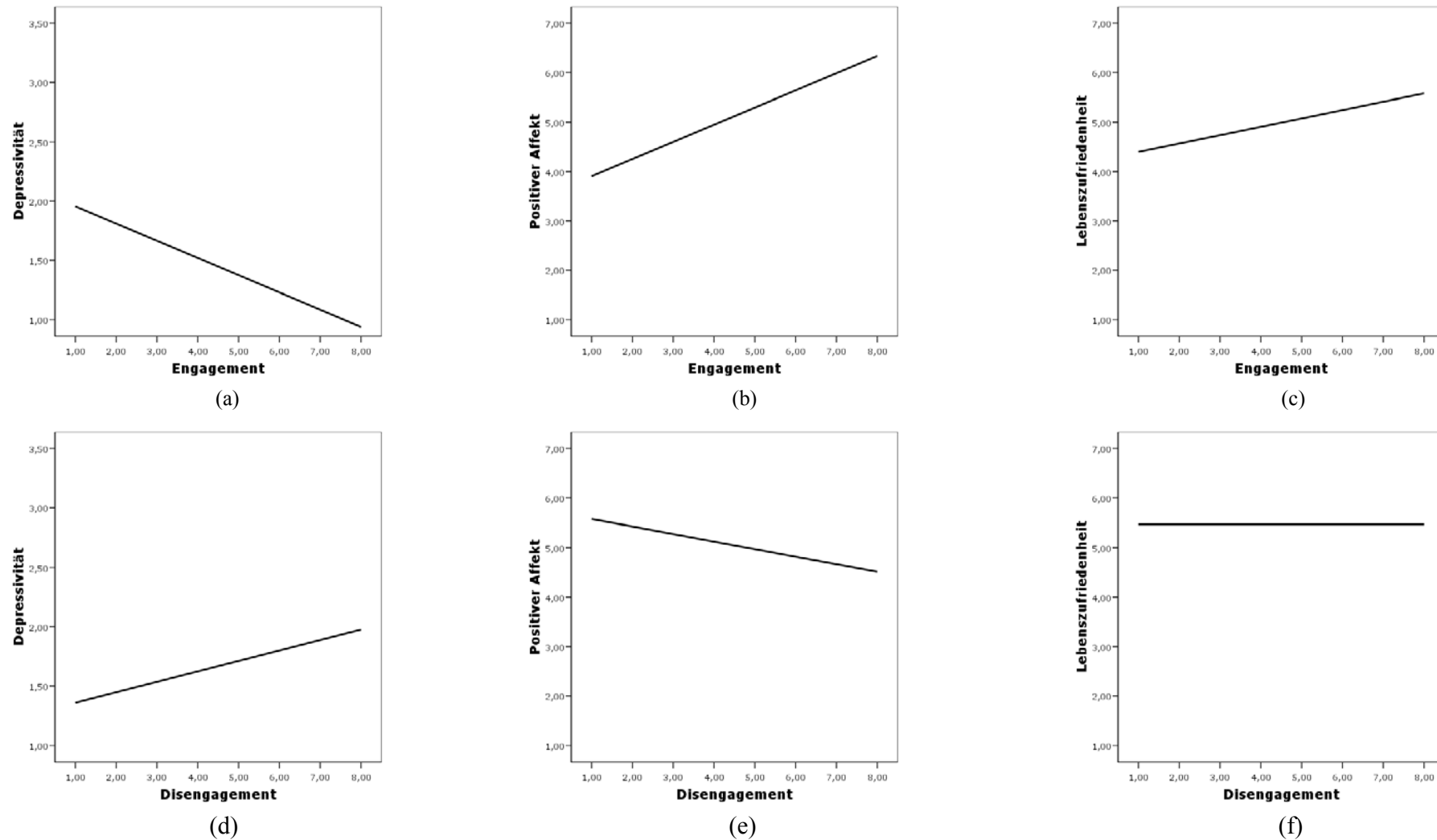


Abb. 7.2: Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB<sup>48</sup>

<sup>48</sup> Auf der x-Achse ist die Ausprägung der engagierten oder disengagierten Bewältigung abgetragen (Spannbreite 1 – 8), auf der y-Achse die Höhe der jeweiligen SWB-Maße (Spannbreite 1 – 3.5 (Depressivität); Spannbreite 1 – 7 (positiver Affekt und Lebenszufriedenheit)).

### 7.4.3 Hypothesen 3a – 3b: Zusammenhang zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB

In Tabelle 7.11 sind die Regressionskoeffizienten zur Beziehung zwischen internaler Kontrollüberzeugung und SWB sowie zwischen externaler Kontrollüberzeugung und SWB aufgeführt. Die Beziehungen zwischen den Kontrollüberzeugungen und SWB sind erwartungskonform: Hohe interne Kontrollüberzeugung geht mit höherem SWB, hohe externe Kontrollüberzeugung mit geringen Ausprägungen des SWB einher. In Abbildung 7.3 (a) bis (f) sind die linearen Zusammenhänge graphisch abgebildet. Internale Kontrollüberzeugung weist eine vergleichsweise hohe Varianzaufklärung in allen untersuchten Maßen des SWB auf, externe Kontrollüberzeugung hingegen nur eine relativ geringe, wenngleich noch signifikante.

Weiterhin zeigen sich die berichteten Beziehungen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB robust gegenüber Einflüssen soziodemographischer Kontrollvariablen. Zwar sinken die jeweiligen Regressionskoeffizienten der Kontrollüberzeugungen bei Aufnahme des Arbeitslosendummys (nicht bei Aufnahme des Partnerschaftsdummys), die Kontrollüberzeugungen besitzen aber noch ausreichend eigenständige Kovarianz mit dem SWB.

Tabelle 7.11: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalysen des Zusammenhangs zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Zusammenhang zwischen internaler Kontrollüberzeugung und SWB</i>									
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung<sup>a</sup></i>									
Internale KÜ	-.063**	-.194	.06	.172**	.241	.08	.194**	.214	.09
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.309**	.231	.12	-.445**	-.152	.10	-1.31**	-.351	.21
Ohne Partnerschaft	.183**	.187	.15	-.206**	-.095	.11	-.263**	-.096	.22
<i>Zusammenhang zwischen externaler Kontrollüberzeugung und SWB</i>									
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung<sup>a</sup></i>									
Externale KÜ	.016**	.048	.01	-.028*	-.037	.01	-.088**	-.092	.02
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.356**	.266	.08	-.586**	-.199	.05	-1.44**	-.385	.17
Ohne Partnerschaft	.190**	.193	.12	-.224**	-.104	.06	-.284**	-.104	.18

Anmerkungen. N = 3,056; \*\* p < .01; \* p < .05; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Internale KÜ bezeichnet interne Kontrollüberzeugung, externale KÜ externe Kontrollüberzeugung.



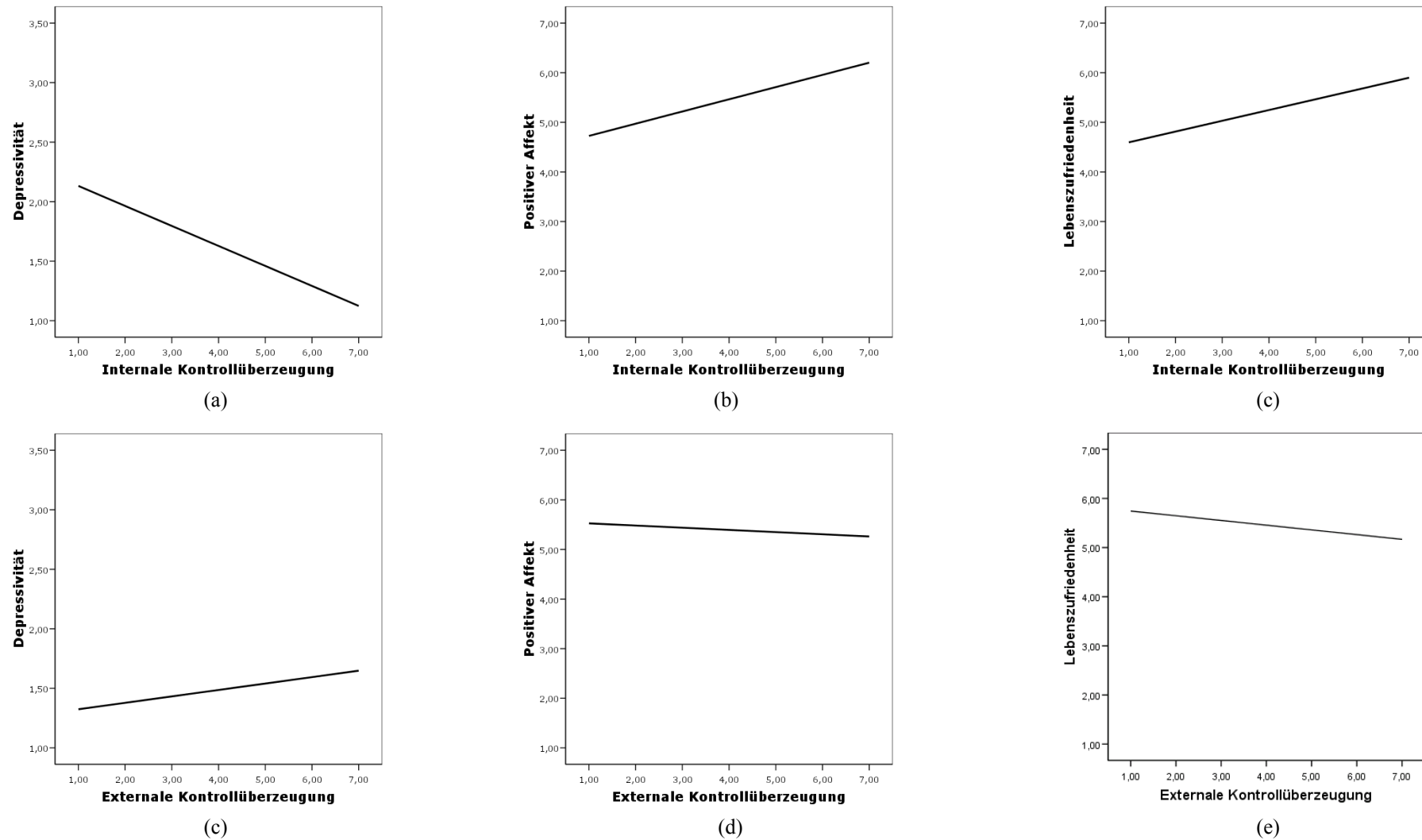


Abb. 7.3 Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB<sup>49</sup>

<sup>49</sup> Auf der x-Achse ist die Ausprägung der internalen oder externalen Kontrollüberzeugung abgetragen (Spannbreite 1 – 7), auf der y-Achse die Höhe der jeweiligen SWB-Maße (Spannbreite 1 – 3.5 (Depressivität); Spannbreite 1 – 7 (positiver Affekt und Lebenszufriedenheit)).

### 7.5 *Analysen der Moderationshypothesen*

In weiteren hierarchisch multiplen Regressionsanalysen werden mögliche Moderationen durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen auf die im letzten Abschnitt getesteten Zusammenhänge untersucht. In diesem Analyseschritt werden ausgehend von Aiken und West (1991) Prädiktionsmodelle aufgestellt, welche erstens den linearen und kurvenlinearen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB dahingehend untersuchen, ob er mit den Variablen Engagement und Disengagement variiert (Hypothesen 4a – 4b). Zweitens wird den Einfluss internaler und externaler Kontrollüberzeugung auf den Zusammenhang zwischen Bewältigungsstrategien und SWB getestet (Hypothesen 5a – 5b). Drittens wird analysiert, ob die Stärke der zuvor betrachteten Moderationen durch Bewältigung von der Ausprägung internaler und externaler Kontrollüberzeugung abhängt (Hypothesen 6a – 6b).<sup>50</sup>

#### 7.5.1 *Hypothese 4a: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung*

Betrachtet man die Regressionskoeffizienten in Tabelle 7.12, so fällt auf, dass bei Berücksichtigung der Moderationsvariable die bivariaten Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB sowie zwischen Engagement und SWB bestehen bleiben, was die Robustheit der Befunde des Abschnittes 7.4 noch einmal unterstreicht: Arbeits- und familienbezogene Anforderungen stehen mit einem geringeren SWB und eine engagierte Bewältigungsstrategie mit einem höheren SWB in Verbindung. Mit Blick auf die Moderationshypothese zeigt sich in drei von sechs Fällen ein signifikanter Effekt, welcher sich auch unabhängig von soziodemographischen Merkmalen zeigt (siehe Abbildungen 7.4 (a) – (f)): Eine hohe Ausprägung engagierter Bewältigungsstrategien vermindert den positiven Zusammenhang zwischen arbeits- und familienbezogenen Anforderungen und Depressivität sowie den negativen Zusammenhang zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit. Die Effektstärke der Moderationsterme liegt bei 0.7 Prozent Varianzaufklärung. Die Moderation des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit verfehlt erst bei Aufnahme der Demografie knapp das Signifikanzniveau. Dessen ungeachtet ist das Ergebnis der Moderation jedoch als positiv zu bewerten und die Hypothese 4a zumindest als teilweise bestätigt einzuschätzen.

---

<sup>50</sup> Zur Vermeidung von Multikollinearität wurden die Variablen vor der Berechnung der Interaktionsterme zentriert.

Tabelle 7.12: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Arbeit	.033**	.145	.04	-.065**	-.132	.02	-.125**	-.198	.09
Arbeit <sup>2</sup>	.030**	.053	.05	.007	.006	.02	-.041	-.026	.09
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.072**	-.177	.10	.316**	.355	.16	.210**	.186	.14
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Arbeit x Eng	-.019*	-.040	.11	-.015	-.014	.16	.007	.005	.14
Arbeit <sup>2</sup> x Eng	-.017	-.036	.11	.010	.012	.16	.022	.022	.14
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.273**	.204	.15	-.432**	-.147	.18	-1.18**	-.316	.23
Ohne Partnerschaft	.179**	.182	.18	-.173**	-.080	.19	-.254**	-.093	.24
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Familie	.050**	.154	.01	.032*	.045	.00	-.132**	-.146	.02
Familie <sup>2</sup>	-.002	.007	.01	-.043**	-.062	.01	-.004	-.004	.02
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.076**	-.187	.07	.295**	.311	.13	.164**	.145	.06
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Familie x Eng	.011	.023	.07	.002	.002	.13	-.036	-.026	.06
Familie <sup>2</sup> x Eng	-.016*	-.059	.08	.009	.015	.13	.076**	.102	.07
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.333**	.249	.14	-.573**	-.195	.17	1.40**	-.375	.21
Ohne Partnerschaft	.183**	.187	.17	-.163**	-.075	.17	-.267**	-.097	.22

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Arbeit und Familie beziehen sich auf die Zählvariablen der hoch zugestimmten arbeits- und familienbezogenen Anforderungen, Arbeit<sup>2</sup> und Familie<sup>2</sup> auf die quadrierten Zählvariablen; <sup>b</sup> Arbeit x Eng bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und engagierter Bewältigung, Familie x Eng die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und engagierter Bewältigung.

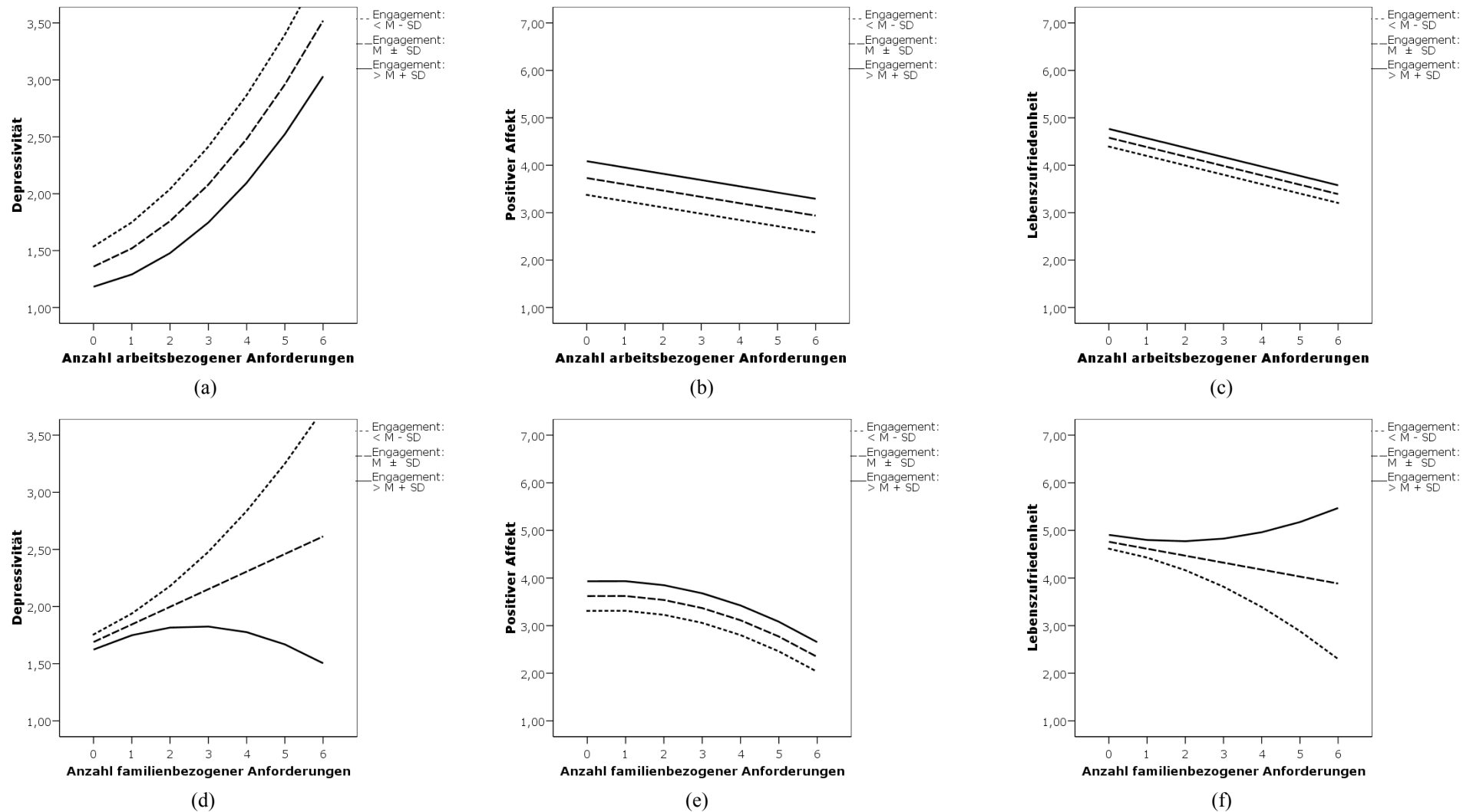


Abb. 7.4: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung<sup>51</sup>

<sup>51</sup> Zur Untersuchung der Interaktion ist der signifikante Zusammenhang zwischen Anforderung und SWB für den Mittelwert engagierter Bewältigung sowie ober- bzw. unterhalb einer Standardabweichung vom Mittelwert prototypisch anhand der ermittelten Werte auf dem beteiligten Prädiktor dargestellt.

### 7.5.2 Hypothese 4b: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung

Auch bei der Moderation der Beziehung zwischen Anforderungen und SWB zeigt sich, dass die ermittelten Haupteffekte der Anforderungen und des Disengagements robust bleiben: Mehr erlebte Anforderungen und höheres Disengagement stehen mit einem niedrigeren SWB in Verbindung (siehe Tabelle 7.13).

Entsprechend der formulierten Erwartung in Hypothese 4b zeigt sich, dass disengagierte Bewältigung in der Lage ist, die negative Beziehung zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB zu verringern (siehe Abbildungen 7.5 (a) – (f)). Bei hohen Ausprägungen von Disengagement ist die negative Beziehung zwischen Anforderungen und SWB weniger negativ, bei geringen Ausprägungen hingegen stärker negativ. Analog zur engagierten Bewältigung liegt die Effektstärke der Moderationsterme disengagierter Bewältigung über einem halben Prozent Varianzaufklärung. Im Unterschied jedoch zum Engagement zeigt sich der Puffereffekt disengagierter Bewältigung bis auf eine Ausnahme (Zusammenhang zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität) in allen untersuchten Zusammenhängen und ist robust gegenüber der Kovariation des SWB mit soziodemographischen Merkmalen.

Insgesamt ist das Ergebnis der Hypothese 4b und des Moderationseffekts für disengagierte Bewältigung als positiv zu bewerten. Die Zusammenhänge der wandelbezogenen Anforderungen mit SWB werden hypothesenkonform durch disengagierte Bewältigung abgepuffert.

Tabelle 7.13: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$	<i>B</i>	$\beta$	$R^2$
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>									
Arbeit	.025**	.109	.04	-.037**	-.074	.02	-.102**	-.271	.09
Arbeit <sup>2</sup>	.023*	.041	.05	.015	.012	.02	-.032	-.046	.09
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.025**	.085	.06	-.097**	-.151	.04	-.030	-.036	.09
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Arbeit x Dis	-.007	-.014	.06	.079**	.076	.05	.059*	.044	.10
Arbeit <sup>2</sup> x Dis	.003	.009	.06	-.011	-.014	.05	.009	.010	.10
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.291**	.218	.11	-.505**	-.172	.08	-1.25**	-.336	.19
Ohne Partnerschaft	.185**	.188	.14	-.197**	-.091	.09	-.281**	-.103	.20
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Familie	.035**	.108	.01	.085**	.119	.00	-.085**	-.094	.01
Familie <sup>2</sup>	-.003	-.009	.01	-.051**	-.073	.01	-.001	-.000	.01
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.030**	.102	.03	-.088**	-.137	.03	-.029*	-.036	.03
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Familie x Dis	-.022*	-.046	.04	.082**	.084	.04	.079**	.065	.04
Familie <sup>2</sup> x Dis	.001	.003	.04	-.017	-.038	.04	-.003	-.005	.04
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.341**	.255	.10	-.600**	-.204	.08	-1.45**	-.388	.08
Ohne Partnerschaft	.187**	.190	.14	-.178**	-.082	.09	.285**	-.104	.08

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Arbeit und Familie beziehen sich auf die Zählvariablen der hoch zugestimmten arbeits- und familienbezogenen Anforderungen, Arbeit<sup>2</sup> und Familie<sup>2</sup> auf die quadrierten Zählvariablen; <sup>b</sup> Arbeit x Dis bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und disengagierter Bewältigung, Familie x Dis die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und disengagierter Bewältigung.

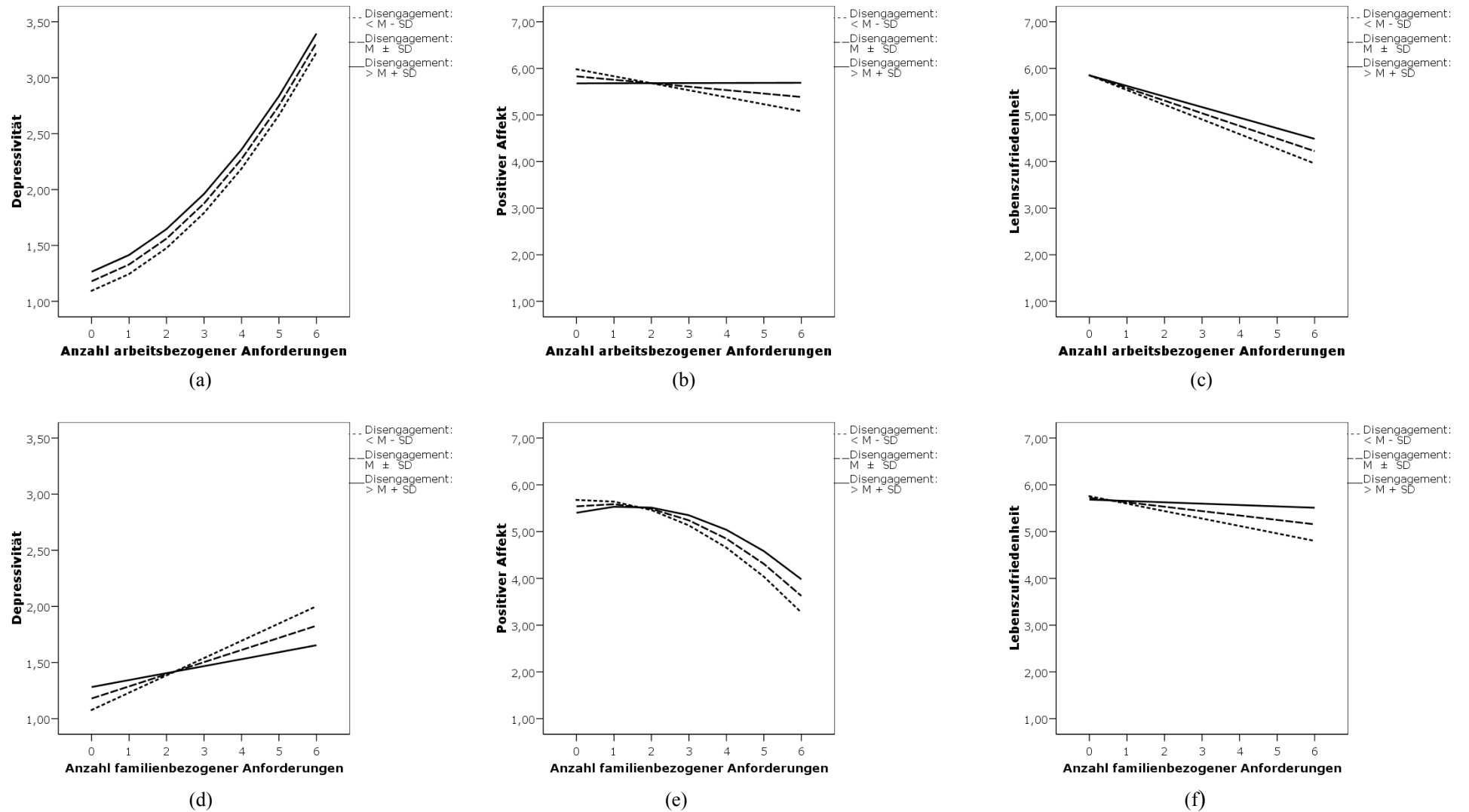


Abb. 7.5: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung

### 7.5.3 Hypothese 5a: Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung

Die bivariate Beziehung des SWB mit engagierter Bewältigung sowie mit interner Kontrollüberzeugung wird auch in der multiplen Analyse bestätigt (siehe Tabelle 7.14): Engagement steht wie interne Kontrollüberzeugung mit dem SWB in einer positiven Beziehung.

Der Test der Moderation zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung erbringt allerdings in keinem der drei getesteten Zusammenhänge eine signifikante Moderation, alle Moderationskoeffizienten verfehlen jeweils deutlich das Signifikanzniveau (siehe Abbildungen 7.6 (a) – (c)). Analog zu den bisherigen Analysen zeigen Arbeitslose und Personen ohne Partnerschaft ein geringeres SWB, ihre Aufnahme in die Regressionsgleichung berührt aber nicht die Stärke (oder besser die Schwäche) der Interaktionen. Das generelle Ergebnis fällt somit eindeutig aus: Die Hypothese 5a zur Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung kann durch die Daten in dieser Studie nicht bestätigt werden.

Tabelle 7.14: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen engagierter Bewältigung und SWB durch interne Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.061**	-.150	.04	.273**	.306	.13	.146**	.129	.04
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Interne KÜ	-.079**	-.162	.09	.124**	.174	.17	.169**	.186	.10
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>a</sup></i>									
Engagement x Interne KÜ	.009	.019	.09	-.006	-.006	.17	-.008	-.006	.10
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.311**	.233	.15	-.461**	-.157	.19	-1.32**	-.353	.22
Ohne Partnerschaft	.174**	.177	.18	-.165**	-.077	.20	-.242**	-.088	.23

Anmerkungen. N = 3,056; \*\* p < .01; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Engagement x interne KÜ bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen engagierter Bewältigung und interner Kontrollüberzeugung.



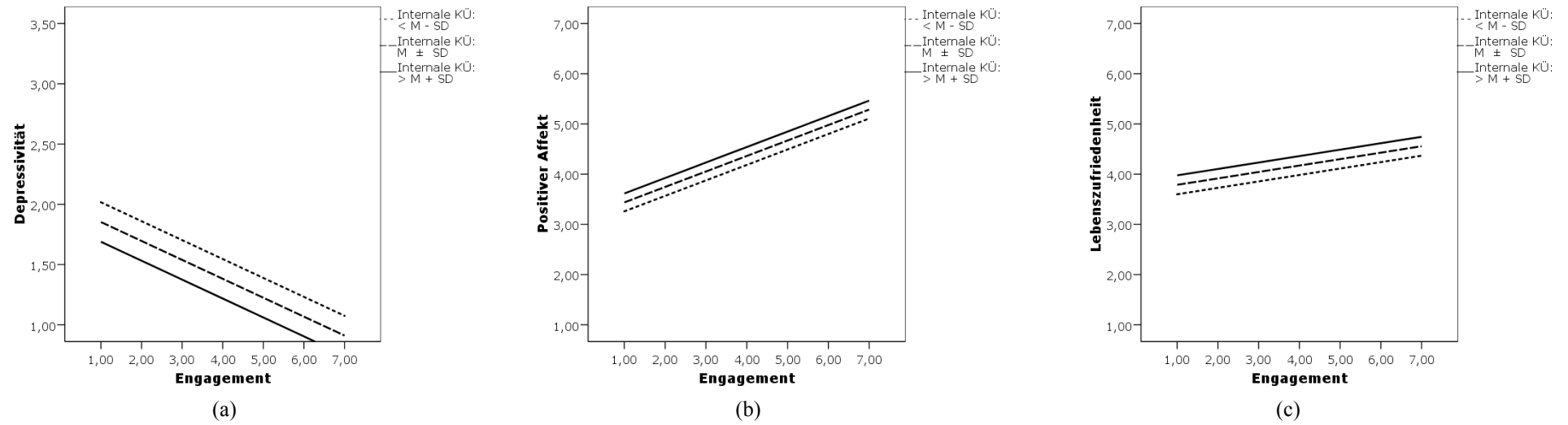


Abb. 7.6: Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung

#### 7.5.4 Hypothese 5b: Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugungen

Auch diese Analysen können die bivariaten Beziehungen des SWB mit disengagierter Bewältigung und mit externalen Kontrollüberzeugungen bestätigen, beide Maße stehen negativ mit dem SWB in Verbindung (siehe Tabelle 7.15).

Allerdings entsprechen die Befunde zur Moderation des Zusammenhangs zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugungen den dargestellten Befunden der Moderation des Zusammenhangs zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugungen: Keine der drei getesteten Zusammenhänge wird durch Kontrollüberzeugungen signifikant moderiert (siehe Abbildungen 7.7 (a) – (c)). Mithin kann die Hypothese 5b zur Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugungen durch die Daten in dieser Studie gleichfalls nicht bestätigt werden.

Tabelle 7.15: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Disengagement und SWB durch externale Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen disengagierter Bewältigung und SWB durch externale Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.025**	-.086	.01	-.097**	.151	.02	-.014	-.017	.00
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Externale KÜ	.016**	.046	.02	-.025*	-.034	.03	-.088**	-.092	.03
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>a</sup></i>									
Disengagement x Externale KÜ	.001	.001	.02	.016	.016	.03	.014	.011	.03
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.348**	.260	.09	-.556**	-.189	.07	-1.44**	-.385	.17
Ohne Partnerschaft	.183**	.187	.13	-.200**	-.093	.08	-.281**	-.103	.18

Anmerkungen. N = 3,056; \*\* p < .01; \* p < .05; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Disengagement x externale KÜ bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung.

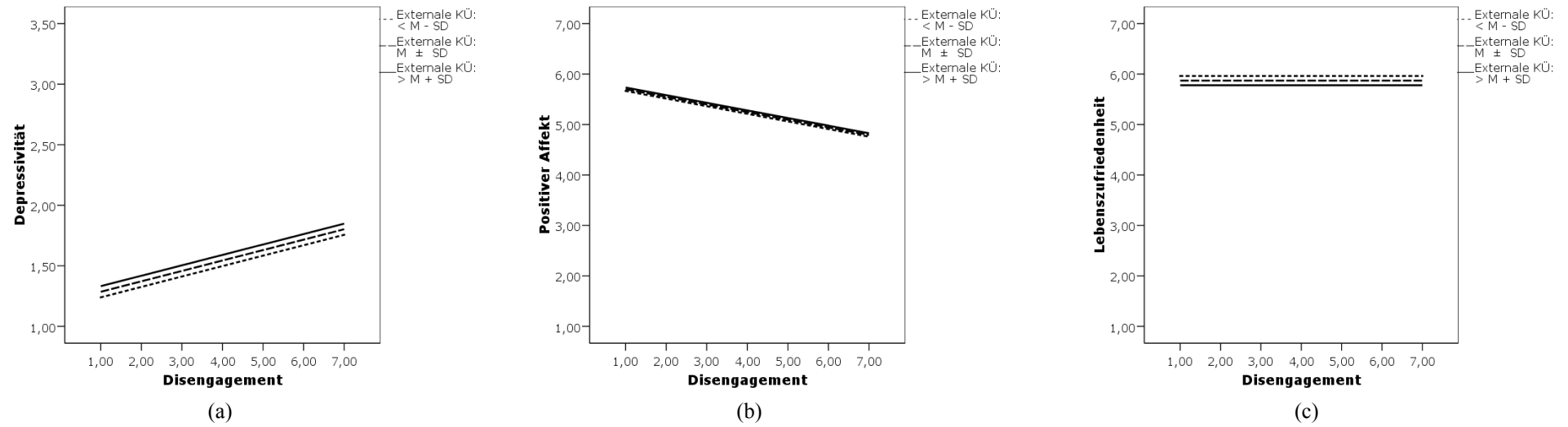


Abb. 7.7: Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externe Kontrollüberzeugung

### 7.5.5 Hypothese 6a: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

In den folgenden Analysen werden wandelbezogene Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen in einem gemeinsamen Modell zur Prädiktion des SWB verwendet. Hierbei kommt es im besonderen auf die 3-fach Wechselwirkung aller beteiligten Prädiktoren an, die über die schon betrachteten Haupteffekte und 2-fach Interaktionen hinaus einen substanziellen Beitrag zur Erklärung des SWB bieten soll.

Mit Blick auf die Regressionskoeffizienten in Tabelle 7.16 und 7.17 fällt auf, dass auch unter Berücksichtigung aller Prädiktorvariablen in einem gemeinsamen Modell die bivariaten Zusammenhänge zwischen Anforderungen, Engagement und internaler Kontrollüberzeugung mit dem SWB bestehen bleiben. Wandelbezogene Anforderungen stehen mit einem geringeren SWB, engagierte Bewältigung und interne Kontrollüberzeugung mit einem höheren SWB in Verbindung. Auch der Puffereffekt engagierter Bewältigung für den Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB bleibt bestehen.

Betrachtet man nun die interessierende 3-fach Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Engagement und internaler Kontrollüberzeugung, zeigt sich in drei von sechs Fällen ein entsprechend der formulierten Erwartung signifikanter Moderationseffekt, welcher zudem unabhängig von soziodemographischen Merkmalen ist: Die Stärke des Puffereffekts engagierter Bewältigung auf die negative Beziehung zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB wird bei hoher internaler Kontrollüberzeugung größer, bei geringer Kontrollüberzeugung geringer (siehe Abbildungen 7.8 und 7.9, jeweils (a) – (c)). Es ist somit die Kombination aus hoher engagierter Bewältigung sowie gleichzeitig hoher internaler Kontrollüberzeugung, welche den – insgesamt betrachtet – stärksten Puffereffekt für das SWB bietet. Die Varianzaufklärung der 3-fach-Moderationsterme liegt jeweils bei etwa 0.5 Prozent.

Folgt man den Koeffizienten und den Abbildungen zeigt sich ein weiterer interessanter Befund, zu dem es aber keine formulierten Hypothesen gab. Besonders negativ hinsichtlich des SWB scheint die Kombination aus hoher internaler Kontrolle und geringem Engagement zu sein. Es wird zu diskutieren sein, warum gerade diese Konstellation eine so negative Beziehung mit SWB aufweist.

Mithin ist das Ergebnis dieser 3-fach-Moderation als positiv zu bewerten und die Hypothese 6a zumindest als teilweise bestätigt einzuschätzen: Die Stärke der Beziehung zwischen Anforderungen und SWB erfährt bei gleichzeitiger hoher Ausprägung von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung den höchsten Puffereffekt.

Tabelle 7.16: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung und internale Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Arbeit	.029**	.126	.04	-.059**	-.119	.02	-.113**	-.179	.09
Arbeit <sup>2</sup>	.035**	.061	.05	.000	.000	.02	-.048	-.030	.09
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.057**	-.142	.09	.274**	.308	.14	.163**	.144	.09
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Internale KÜ	-.026**	-.079	.11	.103**	.144	.16	.130**	.144	.14
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Arbeit x Eng	-.021*	-.043	.12	-.011	-.010	.16	.020	.015	.18
Arbeit <sup>2</sup> x Eng	-.021	-.058	.12	.029	.041	.16	.033	.032	.18
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Kontrollüberzeugung<sup>c</sup></i>									
Arbeit x Internale KÜ	.004	.008	.12	.012	.012	.16	-.018	-.014	.18
Arbeit <sup>2</sup> x Internale KÜ	-.024*	-.075	.13	.001	.001	.16	.019	.021	.18
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>d</sup></i>									
Engagement x Internale KÜ	.045**	.096	.14	-.064*	-.062	.17	-.040	-.031	.18
<i>Dreifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>e</sup></i>									
Arbeit x Eng x Internale KÜ	-.001	-.002	.14	.022	.024	.17	.017	.014	.18
Arbeit <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ	-.031**	-.102	.15	.043*	.064	.18	.027	.031	.18
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.239**	.179	.17	-.350**	-.119	.20	-1.08**	-.289	.25
Ohne Partnerschaft	.177**	.180	.20	-.171**	-.079	.21	-.247**	-.090	.26

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Arbeit bezieht sich auf die Zählvariable der hoch zugestimmten arbeitsbezogenen Anforderungen, Arbeit<sup>2</sup> auf die quadrierte Zählvariable; <sup>b</sup> Arbeit x Eng bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und engagierter Bewältigung, <sup>c</sup> Arbeit x internale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und internaler Kontrollüberzeugung; <sup>d</sup> Engagement x internale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung, <sup>e</sup> Arbeit x Eng x internale KÜ die 3-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen, engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung.

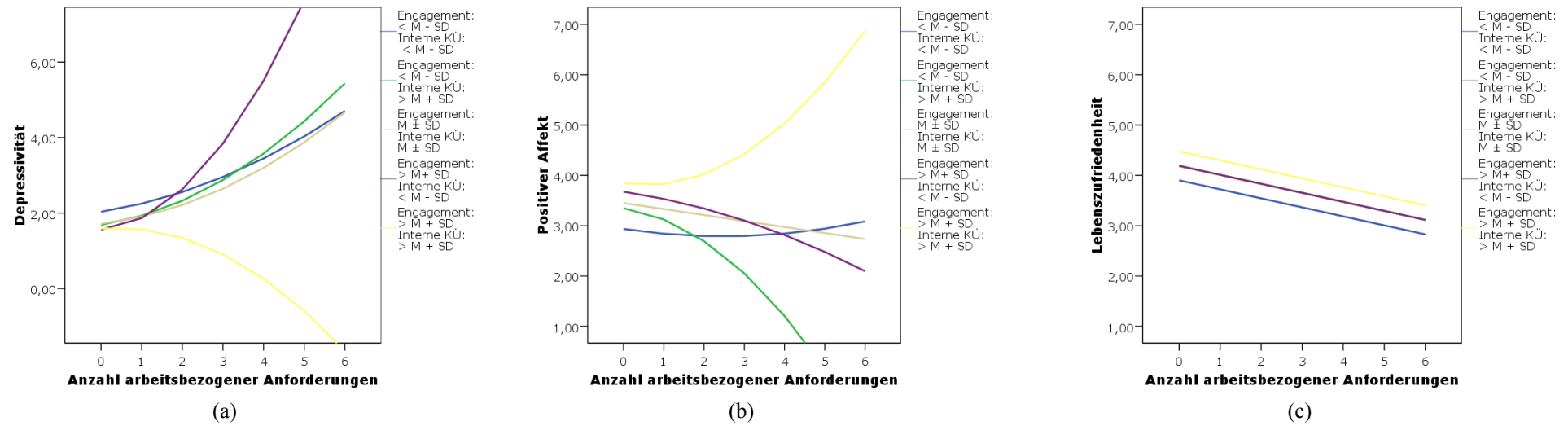


Abb. 7.8: Moderation der Zusammenhänge zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch Engagement und interne Kontrollüberzeugung<sup>52</sup>

<sup>52</sup> Zur Untersuchung der 3-fach Interaktion ist der signifikante Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB für den Mittelwert beider Moderatoren (Engagement und interne Kontrollüberzeugung) sowie für eine Standardabweichung ober- bzw. unterhalb vom Mittelwert beider Moderatoren prototypisch anhand der ermittelten Werte auf dem beteiligten Prädiktor dargestellt.

Tabelle 7.17: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Engagement und internalen Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch engagierte Bewältigung und internale Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Familie	.049**	.152	.02	.034*	.047	.00	-.126**	-.140	.02
Familie <sup>2</sup>	-.002	-.008	.02	-.050**	-.072	.01	-.002	-.002	.02
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Engagement	-.067**	-.165	.07	.270**	.303	.12	.132**	.116	.07
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Internale KÜ	-.043**	-.134	.11	.112**	.157	.16	.151**	.167	.13
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Familie x Eng	.007	-.013	.11	.015	.013	.16	-.023	-.017	.13
Familie <sup>2</sup> x Eng	-.009	-.035	.11	-.001	-.001	.16	.059**	.080	.13
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Kontrollüberzeugung<sup>c</sup></i>									
Familie x Internale KÜ	-.007	-.014	.11	.013	.012	.16	.008	.006	.13
Familie <sup>2</sup> x Internale KÜ	-.009	-.037	.11	.009	.017	.16	.019	.029	.13
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>d</sup></i>									
Engagement x Internale KÜ	.013	.028	.11	-.033	-.032	.16	-.002	-.001	.13
<i>Dreifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>e</sup></i>									
Familie x Eng x Internale KÜ	-.005	-.012	.11	.011	.011	.16	-.001	-.001	.13
Familie <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ	-.001	-.004	.11	.026*	.040	.17	-.007	-.010	.13
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.287**	.214	.16	-.465**	-.158	.19	-1.26**	-.336	.24
Ohne Partnerschaft	.180**	.184	.20	-.155**	-.072	.20	-.256**	-.093	.25

Anmerkungen. N = 3,056; \*\* p < .01; \* p < .05; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Familie bezieht sich auf die Zählvariable der hoch zugestimmten familienbezogenen Anforderungen, Familie<sup>2</sup> auf die quadrierte Zählvariable; <sup>b</sup> Familie x Eng bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und engagierter Bewältigung; <sup>c</sup> Familie x internale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und internaler Kontrollüberzeugung; <sup>d</sup> Engagement x internale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung; <sup>e</sup> Familie x Eng x internale KÜ die 3-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen, engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung.

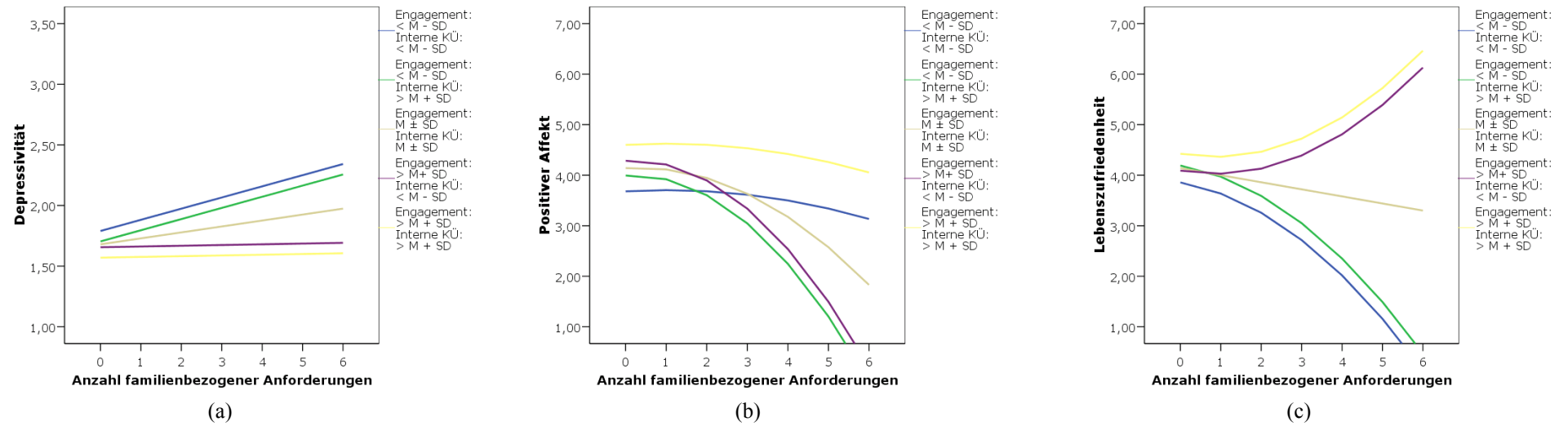


Abb. 7.9: Moderation der Zusammenhänge zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch Engagement und interne Kontrollüberzeugung



### *7.5.6 Hypothese 6b: Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung*

Analog zu den bisherigen Ergebnissen zeigt sich auch in diesen Analysen die Robustheit der bisher untersuchten bivariaten Beziehungen und Moderatoreffekte: Anforderungen, Disengagement und externale Kontrollüberzeugung sind mit einem geringen SWB verbunden. Disengagierte Bewältigung vermag aber den negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB abzuschwächen.

Wie die Tabellen 7.18 und 7.19 zeigen, erbringt der Test der Moderation zwischen Anforderungen und SWB durch die Kombination aus Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung in vier der sechs Fälle ein signifikantes Ergebnis. Konform zu Hypothese 6b wird die Stärke des Puffereffekts disengagierter Bewältigung auf den negativen Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB bei hohen Ausprägungen externaler Kontrollüberzeugung größer, bei geringen Ausprägungen externaler Kontrollüberzeugung schwächer (siehe auch Abbildungen 7.10 und 7.11, jeweils (a) – (c)). Die größte Pufferung des negativen Zusammenhangs ist mithin für die Merkmalskombination aus hohen Ausprägungen disengagierter Bewältigung und gleichzeitiger externaler Kontrollüberzeugung zu beobachten. Besonders ausgeprägt ist diese Moderation für den Zusammenhang zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB, in allen drei untersuchten Beziehungen findet sich die signifikante 3-fach Interaktion. Analog zu der vorangehenden Analyse beträgt auch die Effektstärke dieser Interaktionen etwa 0.6 Prozent Varianzaufklärung und bleibt robust gegenüber der Aufnahme soziodemographischer Kontrollvariablen in die Regressionsgleichung.

Die Abbildungen zeigen weiterhin den besonders negativen Zusammenhang zwischen SWB und der Merkmalskombination aus geringem Disengagement und hoher externaler Kontrollüberzeugung. Personen mit dieser Kombination zeigen über alle sechs untersuchten Zusammenhängen hinweg ein niedriges SWB. Auch dieser interessante Befund wird in der anschließenden Diskussion näher thematisiert.

In Zusammenfassung dieser Befunde bleibt festzuhalten, dass überwiegend erwartungskonform zu Hypothese 6b die Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Disengagement und externaler Kontrolle moderiert werden: Die Kombination aus hohem Disengagement gepaart mit hoher externaler Kontrollüberzeugung zeigt den höchsten Puffereffekt.

Tabelle 7.18: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung und externe Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Arbeit	.023**	.101	.04	-.035**	-.071	.02	-.097**	-.154	.09
Arbeit <sup>2</sup>	.015	.026	.04	.025	.020	.02	-.012	-.008	.09
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.026**	.090	.06	-.096**	-.150	.04	-.030	-.037	.09
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Externale KÜ	-.006	-.017	.06	-.008	-.011	.04	-.056*	-.058	.10
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Arbeit x Dis	-.010	-.021	.06	.079**	.076	.05	.067**	.051	.11
Arbeit <sup>2</sup> x Dis	-.003	-.007	.06	-.013	-.017	.05	.015	.015	.11
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Kontrollüberzeugung<sup>c</sup></i>									
Arbeit x Externale KÜ	.014	.030	.06	-.042*	-.040	.06	-.033	-.025	.11
Arbeit <sup>2</sup> x Externale KÜ	.023*	.065	.07	-.017	.023	.06	-.025	-.026	.11
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>d</sup></i>									
Disengagement x Externale KÜ	-.011	-.025	.07	-.021	.021	.06	.026	.021	.11
<i>Dreifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>e</sup></i>									
Arbeit x Dis x Externale KÜ	.000	.000	.07	.005	.005	.06	.020	.017	.11
Arbeit <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ	.010	.031	.07	.031*	.043	.06	-.019	-.021	.11
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.286**	.214	.11	-.489**	-.166	.08	-1.23**	-.328	.20
Ohne Partnerschaft	.186**	.190	.14	-.200**	-.093	.09	-.284**	-.104	.21

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; B ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Arbeit bezieht sich auf die Zählvariable der hoch zugestimmten arbeitsbezogenen Anforderungen, Arbeit<sup>2</sup> auf die quadrierte Zählvariablen <sup>b</sup> Arbeit x Dis bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und disengagierter Bewältigung, <sup>c</sup> Arbeit x externale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und externaler Kontrollüberzeugung; <sup>d</sup> Disengagement x externale KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung, <sup>e</sup> Arbeit x Dis x externale KÜ die 3-fach Wechselwirkung zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen, disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung.



Tabelle 7.19: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriteriumsvariable								
	Depressivität			Positiver Affekt			Lebenszufriedenheit		
	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	R <sup>2</sup>
<i>Moderation des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch disengagierte Bewältigung und externe Kontrollüberzeugung</i>									
<i>Wandelbezogene Prädiktoren<sup>a</sup></i>									
Familie	.033**	.102	.01	.088**	.125	.00	-.076**	-.084	.02
Familie <sup>2</sup>	-.002	-.008	.01	-.060**	-.087	.01	-.006	-.006	.02
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhaltens</i>									
Disengagement	.030**	.103	.02	-.084**	-.131	.02	-.029	-.035	.02
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Externale KÜ	.011	.031	.02	-.037*	-.049	.03	-.080**	-.083	.03
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Bewältigung<sup>b</sup></i>									
Familie x Dis	-.021*	-.048	.03	.084**	.088	.04	.081**	.067	.04
Familie <sup>2</sup> x Dis	-.001	-.003	.03	-.022	-.048	.04	-.001	-.002	.04
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Kontrollüberzeugung<sup>c</sup></i>									
Familie x Externale KÜ	.033**	.071	.04	-.052*	-.051	.05	-.098**	-.075	.05
Familie <sup>2</sup> x Externale KÜ	.001	.002	.04	.011	.021	.05	.004	.006	.05
<i>Zweifach-Wechselwirkung zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>d</sup></i>									
Disengagement x Externale KÜ	.012	.027	.04	-.039	-.039	.05	-.038	-.030	.05
<i>Dreifach-Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung<sup>e</sup></i>									
Familie x Dis x Externale KÜ	.012	.030	.04	-.032	-.042	.05	-.032	.029	.05
Familie <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ	-.015*	-.063	.05	.047**	.118	.05	.042**	.082	.06
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos	.334**	.250	.11	-.583**	-.198	.09	-1.41**	-.376	.19
Ohne Partnerschaft	.185**	.188	.14	-.171**	-.079	.09	-.278**	-.102	.20

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz; <sup>a</sup> Familie bezieht sich auf die Zählvariable der hoch zugestimmten familienbezogenen Anforderungen, Familie<sup>2</sup> auf die quadrierte Zählvariable <sup>b</sup> Familie x Dis bezeichnet die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und disengagierter Bewältigung, <sup>c</sup> Familie x externe KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen und externaler Kontrollüberzeugung; <sup>d</sup> Disengagement x externe KÜ die 2-fach Wechselwirkung zwischen disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung, <sup>e</sup> Familie x Dis x externe KÜ die 3-fach Wechselwirkung zwischen familienbezogenen Anforderungen, disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung.

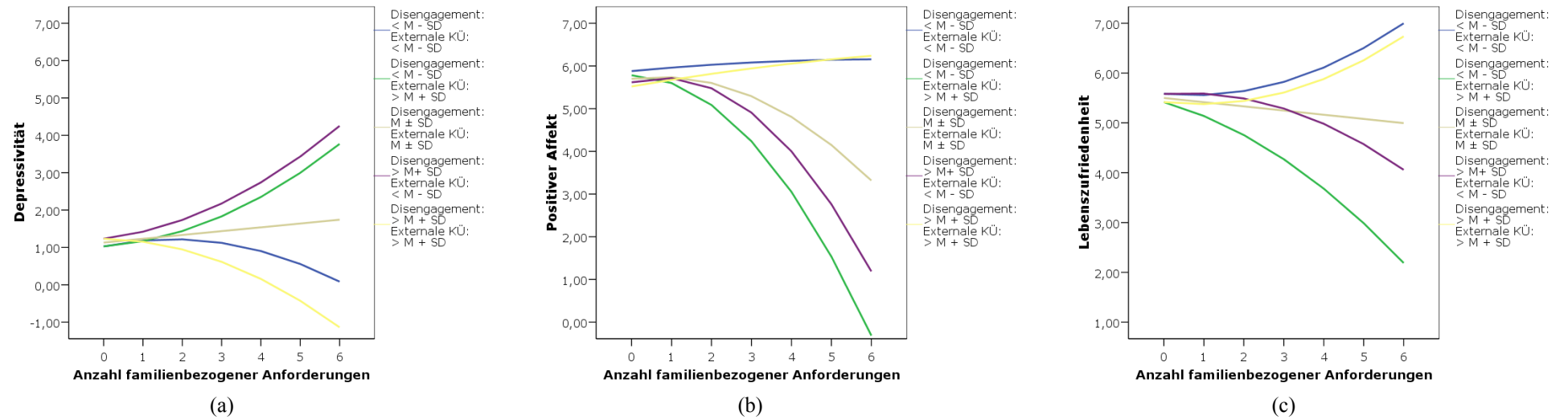


Abb. 7.11: Moderation der Zusammenhänge zwischen familienbezogenen Anforderungen und SWB durch Disengagement und externe Kontrollüberzeugung

## 7.6 *Synopse der Zusammenhangs- und Moderationshypothesen*

Der folgende Abschnitt dient einer Zusammenstellung und Aufbereitung der Ergebnisse, um mögliche Befundmuster besser erkennbar zu machen. Dadurch soll ein Vergleich der Anzahl signifikanter und hypothesenkonformer Zusammenhangs- und Moderatoreffekte in Abhängigkeit von den betrachteten Zusammenhängen und als Funktion der beteiligten Prädiktor- und Kriteriumsvariablen ermöglicht werden.

### 7.6.1 *Synopse der Zusammenhangshypothesen*

In Bezug auf die *Anzahl der Zusammenhänge* ergibt sich in der überwiegenden Anzahl der Analysen ein signifikanter Zusammenhang zwischen der Zielvariable SWB und den Untersuchungsvariablen wandelbezogene Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen. Insgesamt verfehlt lediglich eine der untersuchten 18 Zusammenhänge das Signifikanzniveau. Bezüglich der *Richtung der Zusammenhänge* sind alle 17 signifikanten Analysen auch hypothesenkonform. Der Zuwachs an Varianzaufklärung und damit der *Stärke der Zusammenhänge* liegt in einem Wertebereich von  $\Delta R^2 = .005$  bis  $\Delta R^2 = .127$ . Gemessen an den Vorschlägen für die Interpretierbarkeit von Effektstärken bei Cohen (1992) ist dieses Ausmaß von spezifisch durch die Prädiktoren geleistete Aufklärung als mittel bis hoch zu bewerten (siehe Tabelle 7.20).

Tabelle 7.20: Anzahl signifikanter und hypothesenkonformer Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen bezogen auf die Anzahl durchgeführter Analysen

	Betrachteter Zusammenhang		
	Anforderungen → SWB (Hypothese 1)	Bewältigung → SWB (Hypothese 2)	Kontrollüberzeugung → SWB (Hypothese 3)
<i>Gesamt</i>	6 / 6 (.032)	5 / 6 (.052)	6 / 6 (.044)
<i>Lebensbereich der Anforderungen</i>			
Arbeit	3 / 3 (.050)	/ /	/ /
Familie	3 / 3 (.013)	/ /	/ /
<i>Gradient des Zusammenhangs</i>			
Linear	6 / 6 (.030)	/ /	/ /
Quadratisch	2 / 6 (.005)	/ /	/ /
<i>Bewältigungsstrategie</i>			
Engagement	/ /	3 / 3 (.069)	/ /
Disengagement	/ /	2 / 3 (.023)	/ /
<i>Kontrollüberzeugungen</i>			
Internal	/ /	/ /	3 / 3 (.077)
External	/ /	/ /	3 / 3 (.011)
<i>Maße des SWB</i>			
Depressivität	2 / 2 (.030)	2 / 2 (.029)	2 / 2 (.036)
Positiver Affekt	2 / 2 (.014)	2 / 2 (.079)	2 / 2 (.042)
Lebenszufriedenheit	2 / 2 (.052)	1 / 2 (.036)	2 / 2 (.055)

Anmerkungen: Die Zellen enthalten in Klammern den mittleren Zuwachs an Varianzaufklärung durch den Prädiktor ( $\Delta R^2$ ).

*Hypothesengruppe 1: Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB*

- In den Hypothesen 1a und 1b wurde eine negative Beziehung zwischen erlebten Anforderungen in den Lebensbereichen Arbeit und Familie mit dem SWB erwartet. Wie aus den vorliegenden Analysen zu ersehen ist, konnte für die bivariaten Beziehungen zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB in allen sechs möglichen Analysen ein signifikanter und hypothesenkonformer Zusammenhang ermittelt werden. Die Effektstärke dieser Assoziationen lag im Mittel bei  $\Delta R^2 = .030$ , was einem kleinen bis mittleren Effekt entspricht. Besonders stark ausgeprägte Beziehungen zeigten sich auf Prädiktorseite für Anforderungen aus dem Arbeitsbereich sowie auf Kriteriumsseite für Lebenszufriedenheit.
- In den Hypothesen 1c und 1d wurde angenommen, dass der negative Zusammenhang zwischen arbeits- und familienbezogenen Anforderungen mit SWB sich besser durch ein kurvilineares Modell als durch ein lineares Additionsmodell beschreiben lässt. Beide Hypothesen zum kurvilinearen Zusammenhang konnten nur bedingt bestätigt werden. Lediglich zwei der sechs Analysen zum Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB zeigten die erwartete kurvilineare Form. Die Stärke des kurvilinearen Effekts lag jeweils bei  $\Delta R^2 = .005$  und somit deutlich unterhalb der Effekte des linearen Zusammenhangs. Es hat somit den Anschein, dass diese Beziehung eher dem linearen Additionsmodell als dem kurvilinearen Modell folgt.

*Hypothesengruppe 2: Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB*

- Hypothese 2a beschrieb die Erwartung einer positiven Beziehung zwischen engagierter Bewältigung und SWB. Diese Hypothese konnte gänzlich bestätigt werden. Ein hohes Ausmaß engagierter Bewältigung ging in allen Analysen mit einer hohen Ausprägung der SWB-Maße einher. Auch nach Kontrolle demographischer Merkmale lag die Stärke dieser hypothesenkonformen Assoziationen bei hohen  $\Delta R^2 = .069$ .
- In Hypothese 2b wurde angenommen, dass disengagierte Bewältigung einen negativen Zusammenhang mit SWB aufweist. Bis auf eine Ausnahme konnte diese Annahme bestätigt werden, in zwei von drei Analysen zeigte sich der erwartete negative Zusammenhang zwischen beiden Maßen. Die Stärke dieses Zusammenhangs lag – gerade im Vergleich zu den Beziehungen engagierter Bewältigung – bei niedrigen  $\Delta R^2 = .023$ . Wie die Analysen auch zeigten, war die Kovariation zwischen disengagierter Bewältigung und SWB zumindest in Teilen durch einen unterschiedlichen Erwerbsstatus erklärbar.



*Hypothesengruppe 3: Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugung und SWB*

- In Hypothese 3a wurde die Erwartung formuliert, positive Zusammenhänge zwischen internaler Kontrollüberzeugung und SWB zu ermitteln.

Diese Erwartung konnte in allen Analysen bestätigt werden: Hohe interne Kontrollüberzeugungen gingen konsistent mit hohen Ausprägungen des SWB einher. Die beachtliche Varianzaufklärung dieser Zusammenhänge von  $\Delta R^2 = .077$  unterstreicht die hypothesenkonformen Ergebnisse.

- In Hypothese 3b wurden negative Zusammenhänge zwischen externalen Kontrollüberzeugungen und SWB angenommen.

Auch für diese Hypothese ist ein positives Befundbild erkennbar. In allen drei Analysen konnte eine hypothesenkonform negative Beziehung ermittelt werden. Im Vergleich aber zu den Beziehungen internaler Kontrollüberzeugung mit SWB lag die Effektstärke externaler Kontrollüberzeugung bei geringeren  $\Delta R^2 = .011$ , die sich auch weniger robust gegenüber der Aufnahme weiterer Untersuchungsvariablen zeigte.

Die bivariaten Beziehungen lassen sich mithin wie folgt zusammenfassen: Bis auf eine Ausnahme entsprechen alle untersuchten Zusammenhänge zwischen den Variablen den Erwartungen und können somit die Hypothesengruppen 1, 2 und 3 bestätigen. Generell starke Zusammenhänge mit dem SWB finden sich für arbeitsbezogene Anforderungen, engagierte Bewältigung und interne Kontrollüberzeugung.

*7.6.2 Synopsis der Moderationshypothesen*

In Bezug auf die *Anzahl der Moderationen* ergibt sich eine geringere Anzahl signifikanter Effekte als bei Betrachtung bivariater Zusammenhänge (siehe Tabelle 7.21): Die Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen Bewältigung und SWB werden in keinem der untersuchten Fälle signifikant von Kontrollüberzeugungen moderiert. Die Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien werden in acht von zwölf Fällen signifikant moderiert, durch die Interaktion von Bewältigung und Kontrollüberzeugungen in sieben von zwölf Fällen. Mit Blick auf die *Richtung der Moderation* sind alle 15 signifikanten Analysen hypothesenkonform. Der Zuwachs an Varianzaufklärung respektive die *Stärke des Moderatoreffekts* liegt im Mittel bei  $\Delta R^2 = .006$ .

Tabelle 7.21: Anzahl signifikanter Moderationseffekte von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen bezogen auf die Anzahl durchgeführter Analysen

	Betrachteter Zusammenhang		
	Anforderungen → SWB Moderator: Bewältigung (Hypothese 4)	Bewältigung → SWB Moderator: Kontrollüberzeugung (Hypothese 5)	Anforderungen → SWB Moderatoren: Bewältigung und KÜ (Hypothese 6)
<i>Gesamt</i>	8 / 12 (.006)	0 / 6	7 / 12 (.006)
<i>Lebensbereich der Anforderungen</i>			
Arbeit	3 / 6 (.006)	/ /	3 / 6 (.005)
Familie	5 / 6 (.006)	/ /	4 / 6 (.006)
<i>Gradient des Zusammenhangs</i>			
Linear	6 / 12 (.006)	/ /	0 / 12 (.000)
Quadratisch	2 / 12 (.007)	/ /	7 / 12 (.006)
<i>Bewältigungsstrategie</i>			
Engagement	3 / 6 (.007)	0 / 3	3 / 6 (.005)
Disengagement	5 / 6 (.006)	0 / 3	4 / 6 (.006)
<i>Kontrollüberzeugungen</i>			
Internal	/ /	0 / 3	3 / 6 (.005)
External	/ /	0 / 3	4 / 6 (.006)
<i>Maße des SWB</i>			
Depressivität	3 / 4 (.006)	0 / 2	2 / 4 (.006)
Positiver Affekt	2 / 4 (.006)	0 / 2	4 / 4 (.006)
Lebenszufriedenheit	3 / 4 (.006)	0 / 2	1 / 4 (.007)

Anmerkungen: Die Zellen enthalten in Klammern den mittleren Zuwachs an Varianzaufklärung durch den Moderatoreffekt ( $\Delta R^2$ ).

*Hypothesengruppe 4: Moderation der Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB durch engagierte und disengagierte Bewältigung*

- Hypothese 4a beschrieb die Annahme eines puffernden Einflusses engagierter Bewältigung auf die Beziehung zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB.

Wie die Ergebnisse demonstrieren, fand diese Hypothese in der Hälfte der analysierten Zusammenhänge empirische Bestätigung. In drei von sechs Analysen zeigte sich die angenommene verminderte Beziehung zwischen Anforderungen und SWB bei einer hohen Ausprägung engagierter Bewältigung. Die Größe der Moderation lag hierbei bei jeweils  $\Delta R^2 = .006$ . Varianzaufklärungen dieser Größenordnung von Moderationstermen sind als substantielle Effekte zu bewerten (Evans, 1985).

- Hypothese 4b erweiterte die Annahme eines Puffereffekts hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB auch auf disengagierte Bewältigungsstrategien.

Es zeigten sich erwartungskonforme Moderationseffekte disengagierter Bewältigung, lediglich in einem der sechs analysierten Zusammenhänge konnte keine signifikante Moderation ermittelt werden. Die Höhe der fünf hypothesenkonformen Moderationseffekte des Disengagement lag bei  $\Delta R^2 = .006$ . Betrachtet man die Form dieser Moderationseffekte, so war auffällig, dass die signifikanten Moderationseffekte jeweils den linearen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB betrafen, in keinem der fünf Fälle aber den kurvilinearen Zusammenhang.

*Hypothesengruppe 5: Moderation der Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB durch Kontrollüberzeugungen*

- In der Hypothese 5a wurde angenommen, dass die positiven bivariaten Zusammenhänge zwischen engagierter Bewältigung und SWB durch internale Kontrollüberzeugung moderiert werden.

Entgegen der formulierten Erwartung zeigten sich keine hypothesenkonformen Befunde für die Moderation der Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB durch internale Kontrollüberzeugung. Die drei untersuchten Moderationen verfehlten alle deutlich das Signifikanzniveau. Man kann somit konstatieren, dass die Stärke der Beziehung zwischen Engagement und SWB – zumindest in den vorliegenden Daten – unabhängig von der Ausprägung internaler Kontrollüberzeugungen ist.

- Hypothese 5b beschrieb die Moderation der Beziehungen zwischen disengagierter Bewältigung und SWB durch externale Kontrollüberzeugung.

Auch diese Moderationen fanden in den Daten keine empirische Bestätigung: Wie die Ergebnisse belegen, wurde keine der drei getesteten Zusammenhänge durch externe Kontrollüberzeugungen signifikant moderiert. Mithin konnte die Hypothese 5b zur Moderation der Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB durch externe Kontrollüberzeugung nicht bestätigt werden, die Stärke der bivariaten Zusammenhänge wurde nicht von diesen Kontrollüberzeugungen beeinflusst.

*Hypothesengruppe 6: Moderation der Zusammenhänge zwischen Anforderung und SWB durch die Interaktion von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen*

- In Hypothese 6a wurde die Erwartung einer 3-fach Wechselwirkung formuliert: Die Stärke des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB sollte von der gemeinsamen Ausprägung engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung abhängen.

Eine hypothesenkonforme 3-fach Wechselwirkung zwischen Anforderungen, Engagement und internaler Kontrollüberzeugung konnte in drei von sechs Analysen ermittelt werden. Ein Zuwachs an wandelbezogenen Anforderungen ging besonders dann nicht mit einem verminderten SWB einher, wenn die Person über gleichzeitig hohe Ausprägungen in engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung verfügte. Es war somit die Kombination aus hoher engagierter Bewältigung sowie gleichzeitig hoher internaler Kontrollüberzeugung, die den jeweils stärksten Puffereffekt auf das SWB bietet. Die Höhe der Moderationseffekte lag bei  $\Delta R^2 = .005$ , für eine 3-fach Wechselwirkung ist dies als bedeutsamer Effektstärke zu bewerten. Ein weiterer relevanter Befund betrifft die Form der Moderationseffekte: alle signifikanten Moderationseffekte betrafen jeweils den kurvilinearen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB, der lineare Zusammenhang wurde nicht signifikant moderiert.

- Hypothese 6b beschrieb die Erwartung, dass bei hoher Ausprägung externaler Kontrollüberzeugung der Puffereffekt disengagierter Bewältigung auf den Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB stärker, bei geringer Ausprägung schwächer ausfällt.

Auch für diese Hypothese lässt sich ein überwiegend positives Befundbild beschreiben: Die Ergebnisse zeigten in vier von sechs Zusammenhängen zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB den erwarteten Puffereffekt bei gleichzeitigen hohen Ausprägungen von disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung. Auch an dieser Stelle kam es im Besonderen auf die

Kombination aus hohem Disengagement und hoher externaler Kontrollüberzeugung an, die den stärksten Puffereffekt hinsichtlich des SWB bot. Im Mittel lag die Varianzaufklärung der 3-fach Interaktion aus Anforderungen, Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung bei  $\Delta R^2 = .006$ . Wiederum betraf die Form dieser 3-fach Interaktion ausschließlich die kurvilineare Beziehung zwischen Anforderungen und SWB, der lineare Zusammenhang wurde nicht signifikant moderiert.

Die Moderationsbefunde können damit wie folgt resümiert werden: Die nicht signifikante Moderation der Zusammenhänge zwischen Bewältigung und SWB widerspricht der in Hypothese 5 formulierten Erwartung. Eine Diskussion über mögliche Ursachen erscheint notwendig und soll in Kapitel 8.2 geleistet werden. Die weiteren Moderation der Zusammenhänge zwischen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen entsprechen aber den Erwartungen aus Hypothese 4 und 6: Beide Bewältigungsstrategien können die negative Beziehung zwischen Anforderungen und SWB abpuffern. Bei einer Passung zwischen den Bewältigungsstrategien und dem erlebten Kontrollpotenzial der Anforderungen kann die negative Beziehung der Anforderungen mit dem SWB besonders stark moderiert werden. Die Stärke aller Moderatoreffekte liegt bei ungefähr einem halben Prozent Varianzaufklärung.



---

## 8 Diskussion

Am Ausgangspunkt der vorliegenden Studie liegen jüngere Studien zur Sollwerttheorie des SWB, nach denen das SWB einer Person auf Grund von Lebensereignissen und Adaptationsprozessen variieren kann (Lucas, 2007). Für eine umfassende Analyse des SWB sind somit interindividuell unterschiedliche Erfahrungen von Lebensereignissen und Bewältigungskompetenzen zu berücksichtigen. Diese sind für die vorliegende Untersuchung als individuelle Erfahrung mit dem sozialen Wandel sowie als engagierte und disengagierte Bewältigung spezifiziert. Der leitende Gedanke dieser Dissertation ist damit die Frage, wie Menschen im Angesicht des aktuellen sozialen Wandels und der sich daraus ergebenden veränderten Lebensumständen ihr SWB regulieren können.

Aufbauend auf Ideen von Silbereisen und Pinqart (2004), die ein theoretisches Rahmenmodell zu den Auswirkungen der individuellen Erfahrung mit gesellschaftlichen Veränderungen aufstellen, wurden in dieser Untersuchung drei Grundprämissen formuliert und überprüft.

Die erste Grundprämisse dieser Arbeit ist die Annahme, dass die vielfältigen und weitreichenden sozialen und gesellschaftlichen Veränderungen – durch Pluralisierungsprozesse, durch demografischen Wandel und durch Globalisierung – eine Neu- oder Umorientierung von gewohnten Verhaltensweisen erfordern, potenziell mit Unsicherheit verbunden sind und daher zu einem Absinken des SWB führen. Als zweite Grundprämisse werden Bewältigungsstrategien – in diesem Fall engagierte und disengagierte Bewältigung – als zentrale menschliche Kompetenzen betrachtet, welche eine Regulation des SWB gerade im Angesicht von solchen Problemen erlauben, die aus der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel stammen. Die dritte Grundprämisse erweitert den Gedanken der regulativen Wirkung von Bewältigungsstrategien um einen wichtigen Aspekt. Die Adaptivität von Bewältigungsstrategien hängt eng mit der wahrgenommenen Kontrolle zusammen. Erst eine gemeinsame Betrachtung von Bewältigung und Kontrollüberzeugung erlaubt eine Bewertung, ob und wie Menschen trotz Anforderungen des sozialen Wandels ihr SWB regulieren können.

Auf Basis dieser drei Prämissen und der ihnen zu Grunde liegenden theoretischen Modelle wurden explizite Hypothesen über bivariate Zusammenhänge zwischen den vier beteiligten Variablengruppen – wandelbezogene Anforderungen, Bewältigungsstrategien, Kontrollüberzeugungen und SWB – sowie über Moderatoreffekte formuliert und mittels multipler Regressionsanalysen überprüft.

Im den folgenden Abschnitten 8.1 und 8.2 werden alle Hypothesen und deren Befunde unter theoretischen und methodischen Gesichtspunkten diskutiert und damit mögliche Gründe für die ermittelten Ergebnisse angezeigt. Die Diskussion der Befunde folgt hierbei der Reihenfolge der aufgestellten Hypothesen. Im Anschluss erfolgt in Kapitel 8.3 eine Diskussion über Zusammenhänge zwischen SWB und soziodemographischen Merkmalen, die nicht im speziellen Fokus der Fragestellungen und Hypothesen standen. Kapitel 8.4 behandelt eine Diskussion über mögliche methodische Einschränkungen und Probleme der Arbeit. Die Diskussion schließt in Kapitel 8.5 mit einem Ausblick auf Forschungsimplicationen und weitere Fragestellungen, die sich durch diese Arbeit ergeben.

### *8.1 Diskussion der Befunde zu bivariaten Prädiktoren des SWB*

Einen ersten Schwerpunkt der Arbeit bilden bivariate Analysen zu den Prädiktoren des SWB. In drei Hypothesengruppen wurden bivariate Beziehungen des SWB mit den Variablen wandelbezogene Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen überprüft, deren Befunde im folgenden eingehender besprochen werden sollen.

#### *8.1.1 Diskussion der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB*

Das erste wichtige Untersuchungsziel der vorliegenden Arbeit liegt in der Überprüfung bivariater Zusammenhänge verschiedener Arten von wandelbezogenen Anforderungen mit SWB sowie der Überprüfung der Form dieser Zusammenhänge. In Übereinstimmung mit den Hypothesen 1a und 1b steht der negative Zusammenhang der individuellen Erfahrung mit Anforderungen des sozialen Wandels und allen Maßen des SWB. Die Beziehungen zeigen sich robust gegenüber soziodemographischen Merkmalen, Bewältigungsstrategien, Kontrollüberzeugungen sowie deren Interaktionstermen, das heißt auch nach Kontrolle für die weiteren Untersuchungsvariablen bestätigt sich der erwartete negative Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB. Diese Robustheit ist ein wichtiger Befund, denn somit kann ausgeschlossen werden, dass diese negative Beziehung über eine spezifische Personengruppe oder ein Personenmerkmal vermittelt wird. Anforderungen des Bereichs Arbeit und Familie scheinen unabhängig von der Ausprägung anderer Merkmale einen generell belastenden Zusammenhang mit dem SWB zu haben. Weiterhin kann ausgeschlossen werden, dass die Beziehung zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB auf einem unterschiedlichen Verständnis der SWB-Maße beruhen: Deren Erfassung ist unabhängig von soziodemographischen Variablen wie auch von der Ausprägung der wandelbezogenen Anforderungen.



Die negativen Assoziationen arbeitsbezogener Anforderungen mit SWB befinden sich im Einklang mit Ergebnissen von Semmer und Mohr (2001) und von dem Knesebeck, Joksimovic, Dragano und Siegrist (2004). Arbeit als ein zentraler Lebensbereich vieler Menschen zeichnet sich dadurch aus, dass dessen Anforderungen unausweichlich und unvermeidbar sind. Längsschnittstudien zeigen, dass eine Vielzahl von Stress auslösenden Anforderungen in diesem Bereich einen negativen Einfluss auf das SWB hat (Warr, Jackson & Banks, 1988). Gerade eine erlebte Unsicherheit bezüglich des Einkommens oder der Erwerbstabilität beeinflusst nicht nur die aktuelle Stimmung, sondern hat auch längerfristige Auswirkungen auf das SWB (Latack, Kinicki & Prussia, 1995).

Auch für familienbezogene Anforderungen ließ sich die erwartete negative Beziehung mit dem SWB ermitteln. In Korrespondenz mit Befunden von dem Knesebeck et al. (2004) oder auch Bamberg (1992) zeigt sich in dieser Studie, dass die Erfahrung familienbezogener Stressoren mit vermindertem SWB einhergehen kann. Als Erklärungsmodell hierfür kann mit Hilfe des Familien-Stressmodell nach Conger und Kollegen (Conger, Rueter & Conger, 2000) argumentiert werden, dass familiäre Stressoren sich nicht nur negativ auf die Familienentwicklung, sondern sich auch längerfristig auf die individuelle Befindlichkeit auswirken können (siehe auch McCubbin & Patterson, 1983). Die Befunde können mithin als Beleg für die Überlegung sprechen, dass Menschen in den gegenwärtigen Zeiten eines raschen sozialen Wandels mit so vielen Neuerungen und Veränderungen konfrontiert sind, dass ein inneres Gleichgewicht zwischen eigenen Ansprüchen und den Ressourcen, diese zu erfüllen, in Schieflage gerät. Der Verlust eines solchen Gleichgewichts hat dann negative Folgen für das SWB (Elder & Caspi, 1990).

Weiterhin fällt auf, dass Anforderungen im Bereich Arbeit nicht nur eine höhere Zustimmung erfahren als Anforderungen im Bereich Familie, sondern auch stärkere Zusammenhänge mit dem SWB zeigen. Als Begründung für diesen Befund kann man annehmen, dass im Berufsleben eine Reihe von fremdbestimmten Einflüssen der persönlichen Kontrolle und Selbstbestimmung Schranken setzt.<sup>53</sup> Zudem ist die Möglichkeit und die Fähigkeit, sich den beruflichen Anforderungen zu entziehen, schwierig, gerade vor dem Hintergrund, dass der Beruf die materielle und häufig auch soziale Grundlage für viele andere Lebensbereiche darstellt. Familienanforderungen mögen zwar vergleichbar schwierig zu vermeiden sein, es ist aber anzunehmen, dass diese Anforderungen weniger fremdbestimmt sind.

---

<sup>53</sup> In der vorliegenden Arbeit wurden die Kontrollüberzeugung nicht für die Lebensbereiche Arbeit und Familie getrennt erfasst. Es ist daher nicht mit Sicherheit zu sagen, ob arbeitsbezogene Anforderungen tatsächlich als fremdbestimmter wahrgenommen werden.

Eine das erste Untersuchungsziel erweiternde Fragestellung betrifft die Form des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB. Im Besonderen gilt dies der Überprüfung, ob diese empirische Beziehung einem linearen Trend folgt, bei dem eine höhere Belastung an Anforderungen mit einer stetigen Abnahme des SWB einhergeht oder ob sich die Beziehung besser durch ein kurvilineares Modell beschreiben lässt, bei dem eine steigende Belastung durch Anforderungen mit einer Potenzierung der Abnahme des SWB verbunden ist. Die dieser Studie zu Grunde liegenden Daten sprechen überwiegend für das lineare Additionsmodell, der Zusammenhang zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB folgt in der Mehrzahl der Analysen dem linearen Trend. Das quadratische Modell erfährt in dieser Studie nur begrenzt Unterstützung, lediglich in zwei der sechs Analysen ergibt sich ein kurvilinearere Zusammenhang. Die an dieser Stelle ermittelten Befunde legen nahe, dass eine Zunahme an Stressoren zwar mit einer Verschlechterung einhergeht, es aber keine spezifische Schwelle gibt, ab der eine weitere Zunahme an Stressoren besonders gravierende Auswirkungen hat. Dies entspricht Befunden von Appleyard et al. (2005), in deren Studie beide Modelle getestet werden und kein Hinweis auf einen kurvilinearen Zusammenhang gefunden wird.

Wie beschrieben wurde, sind mit der Frage nach der Art des Zusammenhangs wichtige Implikationen für das Feld der Intervention und Prävention verbunden (Jones et al., 2002): Die Identifizierung von besonders risikoreichen Personengruppen hängt maßgeblich von der Art des Zusammenhangs ab. Gerade vor diesem Hintergrund sind die aktuellen Ergebnisse besonders interessante Befunde, da sie nahelegen, dass es anscheinend keinen absoluten Belastungswert gibt, ab dem eine Intervention kaum noch möglich ist. Viel eher scheint es so zu sein, dass jede Anforderung gleich viel zählt und somit jede Anforderung, die umgangen und vermieden werden kann, für das SWB wichtig ist.

An dieser Stelle sei eine zusätzliche Anmerkungen zu den Beziehungen zwischen Anforderungen und SWB angeführt: So liegt die Effektstärke der wandelbezogenen Anforderungen in einem als klein bis mittel zu bezeichnenden Wertebereich, nach Kontrolle für soziodemographische Variablen erklären diese circa drei Prozent der Varianz des SWB. Eine Erklärung hierfür mag die Art der Erfassung der Anforderungen sein. Die Studienteilnehmer werden nicht nach ihren spezifischen Lebensereignissen gefragt, sondern nach ihrer Einschätzung, inwieweit vorgegebene, prototypische Lebensereignisse über die letzten fünf Jahre zugenommen haben. Es wird demnach die erlebte Zunahme von allgemeinen Risiken (etwa arbeitslos zu werden) thematisiert, ohne dass die betreffenden Ereignisse tatsächlich ein-

getreten sein müssen. Stärkere Effekte auf das SWB werden in der Literatur berichtet, wenn man Auswirkungen schon eingetretener Ereignisse untersucht (z.B. bei Eintreten von Arbeitslosigkeit; Winefield, 1995). Die Bildung der Zählvariablen über unterschiedliche und nicht notwendigerweise zusammen auftretende Sachverhalte hinweg mag engere Beziehungen mit dem SWB verhindert haben.

Die Art der Erfassung kann zudem für den Befund der niedrigen Mittelwerte und Varianzen der Prädiktorvariablen verantwortlich gemacht werden. Die Summenskala beider Anforderungsbereiche zeigen sehr rechtschiefe Verteilungen, nur 20 Prozent der Studienteilnehmer berichten über eine mittlere oder hohe Anzahl von Anforderungen (d.h. vier oder mehr Anforderungen). Eine derartige Werte- und Varianzeinschränkung kann sich nach O'Connor (2006) in geringeren Zusammenhängen manifestieren.

Die geringe Varianzaufklärung kann weitergehend so gedeutet werden, dass hohe interindividuelle Unterschiede in den Zusammenhängen zwischen der individuellen Erfahrung mit sozialem Wandel und SWB eine statistisch größere Effektstärke verhindern (Pinquart & Silbereisen, 2004). Die bisherige Interpretation der Beziehungen bezieht sich auf einen mittleren Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB über alle Personen (und damit über deren interindividuelle Unterschiede) hinweg: Im Mittel aller Personen und ohne Berücksichtigung weiterer Merkmale findet sich eine stetige Abnahme des SWB bei einer steigenden Anzahl von Anforderungen.

Explizit nicht gedeutet werden darf dieser Befund in der Weise, dass eine solche stetige Abnahme des SWB in der berichteten Größenordnung für jede Person in der Stichprobe gilt. In der verhaltenswissenschaftlichen Forschungspraxis findet man selten homogene Untersuchungseinheiten, vielmehr zeigen sich in der Mehrzahl der Studien deutliche Unterschiede zwischen den Einheiten, die durch noch nicht berücksichtigte Variablen erklärbar sind. Tatsächlich lassen sich bei gleichzeitiger Berücksichtigung von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen Merkmalskonstellationen identifizieren, deren Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB einem kurvilinearen und oder sogar positiven Trend folgt. An dieser Stelle sei auf die Diskussion in den Abschnitten 8.2.1 und 8.2.3 verwiesen, die sich detailliert mit besonderen Merkmalskonstellationen und deren Zusammenhänge mit dem SWB befasst.

Insgesamt sprechen die Ergebnisse zur ersten Hypothesengruppe für die Annahme, dass es sich bei den in dieser Studie erfassten wandelbezogenen Anforderungen um belastende Veränderungen der Lebensgewohnheiten handelt, die mit einem verminderten SWB einhergehen.

Das ist eine wichtige Voraussetzung für alle nachfolgenden Analysen, die davon ausgehen, dass sich diese spezifischen Anforderungen des sozialen Wandels im Rahmen eines Stress-Bewältigungs-Modells begreifen lassen. Die relativ geringe Varianzaufklärung ist aber als Indiz zu werten, dass Menschen dem sozialen Wandels nicht hilflos gegenüber stehen und dass dessen Anforderungen nicht uniform wirken. Nur mit Wissen darüber, auf welche Art und Weise Menschen die Anforderungen bewältigen und welche Ressourcen sie in den Bewältigungsprozess mitbringen, kann näher beschrieben werden, wer mit besonders gravierenden Einschränkungen des SWB zu rechnen hat oder wessen SWB weniger und sogar unbeeinflusst bleibt.

### *8.1.2 Diskussion der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB*

Als zweites wichtiges Untersuchungsziel fokussiert die Arbeit auf die Zusammenhänge von zwei bestimmten Bewältigungsstrategien – Engagement und Disengagement – mit SWB. Konform zu Hypothese 2a und 2b zeigen sich entgegengesetzte Beziehungen beider Bewältigungsstrategien mit dem SWB: Engagement weist positive Assoziationen mit dem SWB aus, Disengagement – zumindest in den signifikanten zwei von drei Analysen – negative Zusammenhänge.<sup>54</sup>

Diese Befunde stehen in einer Reihe mit einer Vielzahl von Studien, die engagierte Bewältigungsstrategien mit einem höheren SWB, mit geringerer Ängstlichkeit und einem geringeren Stresserleben in Verbindung bringen (bspw. Ben-Zur, 2002). Umgekehrt sind disengagierte Strategien in diesen Studien mit einem niedrigeren SWB, mit höherer Ängstlichkeit und einem höheren Stresserleben assoziiert. Die Befunde unterstützen die Annahme, dass bei den erfragten wandelbezogenen Anforderungen eine aktive Bewältigung im Mittel erfolgsversprechend erscheint. Widrigkeiten fordern dazu heraus, Kontrolle über sie auszuüben und den aktuellen Zustand zu verbessern (Heckhausen, 1999). So kann konsistent zu Heckhausens Annahme des Primats primärer Bewältigung ermittelt werden, dass diejenigen Personen, die eine Zunahme wandelbezogener Anforderungen erleben, verstärkt engagierte Bewältigungsprozesse einsetzen, während die berichtete Zunahme von Anforderungen nur sehr gering und auch eher negativ mit einer disengagierten Bewältigung korreliert.

Die vorliegenden Befunde zu den Zusammenhängen zwischen Bewältigung und SWB entsprechen mithin den Annahmen, dass engagierte Bewältigung eine positive Einschätzung der aktuellen Situation fördert und die Handlungsmotivation steigert. Aktuelle Probleme

---

<sup>54</sup> Es kann ausgeschlossen werden, dass die Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und SWB auf unterschiedlichen Skalometrien der SWB-Maßen beruhen: Die Erfassung des SWB ist unabhängig von dem Erwerbs- und Familienstatus sowie der Ausprägung auf den Bewältigungsvariablen.

werden eher gelöst, wodurch das individuelle Selbstwertgefühl gestärkt und mithin ein hohes SWB gefördert wird (Wrosch et al., 2002). Durch den Einsatz disengagierter Strategien hingegen werden gerade jene positiven Gefühle seltener erlebt, die aus einer erfolgreichen Lösung einer Anforderung entstehen. Es überwiegen stattdessen Stimmungslagen wie Enttäuschung oder Hilflosigkeit, die eigenen Probleme nicht lösen zu können (Greve, 1997).

Weiterhin entsprechen die Befunde der von Heyl et al. (2007) gemachten These, dass Engagement eher mit einer Steigerung positiver und weniger mit einer Abnahme negativer Affekte einhergeht. In den vorliegenden Daten zeigt sich eine besonders starke Beziehung zwischen engagierter Bewältigung und positivem Affekt sowie vergleichsweise geringere zwischen Engagement und den anderen SWB-Maßen. Eine mögliche Erklärung hierfür ist, dass engagierte Strategien und zuvorderst eine erfolgreiche Bewältigung von Anforderungen gerade mit einer positiven Gefühlslage wie Stolz, Freude und Begeisterung einhergehen, wie sie durch die positive Affektskala erfasst wird. Im Sinne dieser Interpretation ist die Lebenszufriedenheit als kognitives SWB-Maß ein zu fernes und unsensitives Maß, um direkte Auswirkungen von engagierten Bewältigungsverhalten erfassen zu können.

Ein weiterer wichtiger Befund der Assoziationen zwischen Engagement und SWB ist deren Robustheit gegenüber weiteren Untersuchungsmerkmalen, wie den Anforderungen, Kontrollüberzeugungen oder der Soziodemographie. So hätte man vermuten können, dass die positive Beziehung zwischen Engagement und SWB beispielsweise durch Erwerbstätigkeit gefördert wird, da erwerbstätige Personen stärker mit wichtigen Bewältigungsressourcen ausgestattet sind. Statt dessen scheint engagierte Bewältigung relativ unabhängig mit einem höheren SWB verbunden zu sein. Über alle weiteren Variablen hinaus klärt Engagement eigenständig Varianz des SWB auf. Dies ist ein sehr wichtiger Befund, denn er zeigt, dass Engagement solche Verhaltensweisen umfasst, die spezifisch mit SWB in Verbindung stehen.

Etwas anders sieht hingegen die Befundlage zu den Beziehungen zwischen Disengagement und SWB aus: Hier zeigt sich erstens eine – im Vergleich zu engagierter Bewältigung – geringere Varianzaufklärung des SWB. Im Mittel werden nur zwei Prozent aufgeklärt. Zudem verfehlt eine der drei Analysen – Zusammenhang zwischen Disengagement und Lebenszufriedenheit – das Signifikanzniveau. Die Beziehungen zwischen Disengagement und SWB zeigen sich mithin vergleichsweise uneindeutig und entsprechen damit der in Kapitel 3.3 vorgestellten uneinheitlichen Befundlage in der empirischen Literatur, deren überwiegender Teil zwar disengagierte Strategien in Verbindung mit einem negativen SWB bringt, jedoch auch zahlreiche gegenteilige Ergebnisse berichtet (bspw. Zeidner, 2005; Wadsworth et al., 2005).

Eine plausible Erklärung dieser widersprüchlichen Befunde basiert auf der im dritten Kapitel angeführten Balance zwischen Engagement und Disengagement: Negative Stimmungslagen wie Enttäuschung oder Frustration sind vor allem in der Phase des Übergangs von engagierten zu disengagierten Strategien präsent. Disengagement kann ein schmerzlicher Prozess sein, wenn valente und besonders wichtige Ziele aufgegeben werden müssen (Greve, 1997). Erst über längere Zeit betrachtet manifestieren sich positive Aspekte disengagierter Bewältigung, wenn beispielsweise aufgrund der holistischen Informationsverarbeitung neue und aussichtsreiche Ziele ermittelt werden (Carver & Scheier, 1998).

Die geringe Varianzaufklärung des Disengagements sowohl in unseren Daten als auch in den bisherigen Studien kann also dahingehend gedeutet werden, dass sie eine empirische Manifestation der beschriebenen Ambivalenz disengagierter Bewältigungsprozesse darstellt. Auf der einen Seite geraten durch die Distanzierung zentrale Aspekte des eigenen Lebens (wie etwa ihre Identität) in Mitleidenschaft, was geringes SWB fördert. Auf der anderen Seite können aber aversive Gefühle – aufgrund nicht mehr erreichbarer Ziele – durch eine Neuorientierung auf mögliche Alternativen reduziert werden. Es bleibt somit festzuhalten, dass disengagierte Bewältigung nicht per se als gut oder als schlecht für das SWB zu begreifen ist. Eine Beurteilung der Adaptivität von Disengagement erfordert demnach mehr als die Untersuchung schlichter bivariater Zusammenhänge. Wie schon mehrfach angeführt wurde, sind für eine umfassendere Auskunft zum Thema Disengagement weitere Randbedingungen zu berücksichtigen, wie sie in der vorliegenden Arbeit anhand von Kontrollüberzeugungen spezifiziert sind (siehe hierfür Abschnitt 8.2.3).

Ein weiteres Indiz für das Argument, dass die Beziehungen zwischen Disengagement und SWB nicht global, sondern differenziert betrachtet werden müssen, offenbaren die soziodemographischen Faktoren, die mit einer disengagierten Bewältigung im Zusammenhang stehen. Besonders deutlich wird dies für den Faktor Arbeitslosigkeit. Wird Arbeitslosigkeit in die Regressionsberechnung eingefügt, sinken die Koeffizienten des Disengagements deutlich und verfehlen in einem Fall sogar das Signifikanzniveau. Im Vergleich zu der Gruppe der Erwerbstätigen, Studenten, Schüler, Azubis und Sonstigen sind Arbeitslose erstens mit mehr Anforderungen konfrontiert (Tomasik & Silbereisen, 2008), zweitens bewältigen sie diese stärker in einer disengagierten Art und Weise und drittens haben sie ein geringeres SWB (Paul & Moser, 2001). Wird nun die Varianz arbeitsloser Personen aus der Lebenszufriedenheit auspartialisiert, bleibt für das Disengagement weniger zu erklärende Varianz übrig. Die negative Beziehung des Disengagements mit dem SWB ist demzufolge zu einem beachtlichen Anteil der negativen Kovarianz zwischen Arbeitslosigkeit und SWB geschuldet.

Allerdings – und hier schließt sich der Kreis aus dem vorangehenden Absatz – ist der Faktor Arbeitslosigkeit aller Wahrscheinlichkeit nach nicht direkt für die gering negative Beziehung zwischen Disengagement und SWB verantwortlich, sondern er steht vielmehr als relativ grober Indikator für Unterschiede zwischen den Erwerbsgruppen hinsichtlich erlebter Anforderungen und verfügbarer Ressourcen. So kann Arbeitslosigkeit als Ausdruck einer benachteiligten Ressourcenausstattung verstanden werden. Arbeitslose verfügen wie beschrieben in einem erheblich geringeren Umfang über solche finanziellen, sozialen und psychologischen Ressourcen, die eine engagierte Bewältigung fördern, wie es beispielsweise von internaler Kontrollüberzeugung angenommen wird. Unter solchen Umständen kann Disengagement durchaus funktional sein, da es das Individuum vor den negativen Auswirkungen eines drohenden Misserfolgs schützt.

Insgesamt machen die bisherigen Befunde der zweiten Hypothesengruppe deutlich, dass engagierte Bewältigungsstrategien zur Regulierung des SWB im Vordergrund stehen. Im Vergleich zu disengagierter Bewältigung wird ihnen in stärkerem Maße zugestimmt, deren Beziehung zum SWB ist in allen Analysen deutlich stärker und gegenüber den Einflüssen weiterer Variablen stabiler. Engagierte Bewältigung scheint somit konstant mit einem positiven Befinden einherzugehen. Disengagierte Bewältigung hingegen zeigt eine geringe Varianzaufklärung sowie einen verhältnismäßig instabilen Zusammenhang mit SWB. Diese beiden Befunde und die hohe Varianzüberschneidung von Arbeitslosigkeit und Disengagement können als wichtige Indizien genommen werden, dass Disengagement keine uniforme, sondern eine ambivalente Wirkung auf das SWB hat. Zur besonderen Beurteilung des Disengagements bedarf es daher der Berücksichtigung weiterer Variablen, welche die Ambivalenz dieser Bewältigungsstrategie für das SWB aufklären.

### *8.1.3 Diskussion der Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB*

Thema des dritten Untersuchungsziels dieser Arbeit ist die Analyse der Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen (internalen und externalen) und SWB. In Übereinstimmung mit der formulierten Erwartung in Hypothese 3a zeigt sich eine deutlich positive Beziehung zwischen internaler Kontrollüberzeugung und SWB. Zwischen externaler Kontrollüberzeugung und SWB findet sich erwartungskonform zu Hypothese 3b eine negative Beziehung.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> Auch an dieser Stelle kann ausgeschlossen werden, dass die ermittelten Assoziationen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB auf unterschiedlichen Skalometrien der SWB-Maße basieren: Die Erfassung des SWB variierte nicht in Abhängigkeit von der Ausprägung der Kontrollüberzeugungen.

Das zuerst genannte Ergebnis entspricht einer großen Zahl empirischer Studien, die positive Zusammenhänge zwischen internaler Kontrollüberzeugung mit SWB berichten (bspw. Mclean et al., 2007; Pucheu et al., 2004; Roesch & Weiner, 2001). Analog zu Befunden von Pucheu et al. (2004) zeigt sich auch in den vorliegenden Daten, dass im Vergleich verschiedener Variablen im Stress- und Bewältigungsprozess interne Kontrollüberzeugung die höchste Varianzaufklärung des SWB bietet. Im Mittel werden acht Prozent der Varianz des SWB durch interne Kontrollüberzeugung erklärt. In diesem Zusammenhang ist es wichtig darauf hinzuweisen, dass es kaum Unterschiede zwischen den drei verwendeten SWB-Maßen gibt. Im Gegensatz zu engagierter Bewältigung weist interne Kontrolle einen hohen Zusammenhang sowohl mit affektiven als auch mit kognitiven Maßen des SWB auf. Dies ist ein wichtiger Beleg dafür, dass die positiven Einflüsse internaler Kontrollüberzeugung sich in vielerlei Bereichen manifestieren.

Weiterhin zeigt sich, dass die positiven Zusammenhänge unabhängig vom Ausmaß an Belastung sowie der Ausprägung von weiteren Drittvariablen sind. Dies deutet darauf hin, dass interne Kontrollüberzeugung nicht spezifisch mit belastenden Anforderungen in Beziehung steht, sondern einen generell als stabilisierend zu bezeichnenden Zusammenhang mit dem SWB hat (Leppin, 1997).<sup>56</sup> Gleichfalls im Einklang mit den weiter oben bereits angeführten Studien findet sich auch in unserer Untersuchung, dass externe Kontrollüberzeugung negative Assoziationen mit dem SWB aufweist (Mclean et al., 2007). Im direkten Vergleich zu internaler Kontrolle ist die Größe des Zusammenhangs nur als gering zu bewerten und liegt bei maximal zwei Prozent Varianzaufklärung.

Insgesamt sind somit die Beziehungen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB als hypothesenkonform zu bewertenden und lassen sich auf die folgenden Gründe zurückführen: Unter anderem von Suls und Mullen (1981) werden direkte Verbindungen internaler und externaler Kontrollüberzeugungen mit dem SWB berichtet. Das Empfinden, selbst aktiv an der Gestaltung seiner Umwelt und vor allem des eigenen Lebens mitzuwirken, sollte direkt zu positiven Gefühlszuständen wie Stolz oder auch Zufriedenheit führen. Personen mit internaler Kontrollüberzeugung sind in der Regel auch optimistische Personen und empfinden weniger Stress (Thompson, 1981), was beides zu einem höheren SWB beiträgt. Längsschnittlich an-

---

<sup>56</sup> Es wäre jedoch auch denkbar, dass Personen mit einem hohen Ausmaß an internaler Kontrollüberzeugung von vorneherein einer geringeren Anzahl stressreicher Ereignisse aus den Bereichen Arbeit und Familie ausgesetzt ist. Zumindest für familienbezogene Anforderungen kann dies aber verneint werden: Wie die Korrelationstabelle 7.8 zeigt, stehen interne Kontrollüberzeugungen in keiner Verbindung zu familienbezogenen Anforderungen. Hingegen zeigt sich eine leicht negative Beziehung zwischen dieser Kontrollüberzeugung und arbeitsbezogenen Anforderungen, so dass eine eindeutige Klärung dieser These letztendlich nicht erfolgen kann.



gelegte Studien zeigen zudem, dass eine hohe Ausprägung internaler Kontrollüberzeugung einer negativen und auch resignativen Bewertung der aktuellen Situation entgegenwirkt (Schröder & Schwarzer, 1997). Sie führt zu einer positiven Selbsteinschätzung der eigenen Ressourcen und fördert somit unmittelbar ein hohes SWB (Carver et al., 1993).

Personen mit externaler Kontrollüberzeugung gestehen sich hingegen nur einen geringen Einfluss auf ihr Leben zu: Tatsächlich gehören zu den wesentlichen ätiologischen Faktoren depressiver Störungen nicht nur kritisch empfundene Ereignisse oder Verluste, sondern auch Zweifel an den eigenen Möglichkeiten, die Situation positiv beeinflussen zu können. Vor dem Hintergrund depressiver Symptomatiken wird der Gesichtspunkt der externalen Kontrolle insbesondere in vielen hilflosigkeitstheoretischen Ansätzen behandelt (Abramson, Seligman & Teasdale, 1978; Peterson & Seligman, 1987). Es verwundert daher nicht, dass externe Kontrollüberzeugung – wie in der vorliegenden Studie auch – mit klinischen Depressionskalen positiv korreliert (Coyne, 1992) sowie negativ mit Skalen positiver Lebensqualität (Coyne & Gotlib, 1983). Die wahrgenommene Unabänderlichkeit der Bedingungen kann, so Klinger (1977), zu Motivationsdefiziten führen und sogar Sinnverluste nach sich ziehen.

Neben den bereits angeführten Erklärungen für die Beziehungen zwischen Kontrollüberzeugungen und SWB ist auch eine Mediation dieser Zusammenhänge über jeweils unterschiedliche Bewältigungsstrategien denkbar. Personen mit hoher internaler Kontrollüberzeugung stellen sich eher neuen Herausforderungen, da sie sich eher in der Lage sehen, stressbehaftete Situationen auch meistern zu können (Roesch & Weiner, 2001). Sie zeigen einen höheren Einsatz engagierter Anstrengungen und eine größere Persistenz in der Auseinandersetzung mit Schwierigkeiten, was – wie im vorangehenden Abschnitt 8.1.2 diskutiert wurde – mit einem höheren SWB einhergeht. Externale Kontrollüberzeugung korrespondiert hingegen mit fatalistischen Gedanken, dass der Mensch dem Geschehen in seinem Leben eher chancenlos ausgeliefert ist. Da sich Personen mit externaler Kontrollüberzeugung nicht als aktive Gestalter ihres Lebens sehen, bevorzugen sie disengagierte Strategien, welche – wie im letzten Abschnitt gezeigt – mit einem negativen SWB in Verbindung stehen.

Interessanterweise finden sich aber in den Daten nur geringe Indizien für diese Mediationsthese: Mit Blick auf die Korrelationstabelle 7.8 und die Assoziationen zwischen Kontrollüberzeugungen und Bewältigungsstrategien lässt sich lediglich eine geringe Korrelationen zwischen internaler Überzeugung und Engagement ermitteln, deren Größenordnung nur bei vier Prozent gemeinsamer Varianz liegt. Die Assoziation zwischen externaler Kontrolle und Disengagement fällt bemerkenswerterweise noch geringer aus, es findet sich kein signifikanter Zusammenhang zwischen beiden Maßen. Auch mit Blick auf die ebenso geringe

Beziehung zwischen Disengagement und SWB scheint eine mögliche Mediation der Kontrollüberzeugungen über Bewältigungsstrategien somit auszuschließen zu sein.

Ein ähnlich geringer Zusammenhang wie zwischen disengagierter Bewältigung und SWB besteht auch zwischen externaler Kontrollüberzeugung und SWB. Dieser zeigt sich zudem nicht sonderlich robust gegenüber Einflüssen weiterer Variablen. Wie die späteren Analysen zu den Wechselwirkungen zeigen, sinkt die Stärke des Haupteffekts externaler Kontrolle auf das SWB unterhalb des Signifikanzniveaus, sobald die Interaktionen externaler Kontrolle mit Anforderungen berücksichtigt werden. Der negative Zusammenhang externaler Kontrolle mit dem SWB scheint somit nicht für alle Personen in der Untersuchungsstichprobe gleichermaßen zu gelten, sondern er variiert deutlich entlang der Erfahrung mit wandelbezogenen Anforderungen. Nicht die Überzeugung externaler Kontrolle alleine steht mit einem geringen SWB in Verbindung. Es ist vielmehr die Kombination aus einer solchen fatalistischen Überzeugung sowie der Konfrontation mit vielen Anforderungen des sozialen Wandels, die besonders nachteilig mit dem SWB verbunden ist. Dieser Befund entspricht der schon zuvor genannten Ätiologie depressiver Störungen, nach der belastende Lebensereignisse und externe Kontrollüberzeugung zu den wichtigsten Faktoren einer Entwicklung depressiver Verstimmungen gehören (Ingram, 1990).

An dieser Stelle sei aber eine kritische Anmerkung zu diesem Befund und der ihm zugrundeliegenden theoretischen Modelle eingefügt: Aus hilflosigkeitstheoretischer Sicht mag der Verlust von Kontrolle in Zeiten hoher Anforderungen ein zentraler Risikofaktor der Depressionsgenese sein. Aus Sicht des OPS-Modells von Heckhausen und Schulz (1995) greifen solche Modelle allerdings zu kurz, da sie die Art des individuellen Umgangs mit Stressoren und somit auch deren differenzielle Folgen für das SWB nicht berücksichtigen. Die Ablösung eigener Kontrolle von solchen Anforderungen wird als Bestandteil disengagierter Bewältigung verstanden, welche die Distanzierung von nicht mehr erfüllbaren Anforderungen unterstützt. Aus dieser Sicht ist externe Kontrollüberzeugung auch als Indiz zu verstehen, dass disengagierte Prozesse vorliegen, die eine Ablösung von bestehenden Anforderungen erlauben und ein hartnäckiges Festhalten verhindern sollen. Die Einsicht, einer Anforderung nicht gerecht werden zu können und die Distanzierung von ihr gelingt eher bei hoher externaler Kontrollüberzeugung. So ist es keine neue Idee, dass eine Distanzierung von nicht mehr erfüllbaren Anforderungen eine wichtige Rolle in der Therapie depressiver Patienten darstellt (Nesse, 2000). Tatsächlich kann – wie in Abschnitt 8.2.3 diskutiert wird – auch externe Kontrolle einen adaptiven Charakter für SWB bieten.

Wie sind nun die Ergebnisse der dritten Hypothesengruppe insgesamt zu bewerten? Zusammenfassend sprechen die Befunde für die Annahme, dass internale Kontrollüberzeugung eine wichtige Prädiktorvariable für das SWB ist und eine bedeutsame Rolle in Stress- und Bewältigungsprozessen übernimmt. Auch externale Kontrollüberzeugung hängt mit SWB zusammen, sie weist jedoch im Gegensatz zu interner Kontrollüberzeugung nur geringe Zusammenhänge auf. Mithin wird auch an dieser Stelle deutlich, dass die ermittelten Befunde differenziert zu betrachten sind: Ein einfaches Haupteffektmodell kann nach bisherigem Kenntnisstand nur für internale Kontrollüberzeugung angenommen werden. Die relativ geringe Varianzaufklärung externaler Kontrollüberzeugung hingegen ist als Indiz zu werten, dass diese keine einheitlichen Beziehungen mit dem SWB besitzt. Wie schon beschrieben, erfordert eine genauere Beschreibung der Bedingungen, welche mit besonders gravierenden Einschränkungen des SWB einhergehen, und der Bedingungen, welche nur mit geringen Einbußen des SWB zusammenhängen, eine integrative Betrachtung aller beteiligten Variablen. Eine solche Betrachtung und Bewertung der weiter oben dargestellten Moderatoranalysen soll im folgenden Kapitel 8.2 erfolgen: Hier kann dann die Frage beantwortet werden, unter welchen Bedingungen welcher Bewältigungsstil für welches Ausmaß des Erlebens wandelbezogener Anforderungen einen adaptiven Wert für das SWB bietet.

## *8.2 Diskussion der Befunde der Moderatoranalysen*

Den letzten Schwerpunkt der empirischen Analysen dieser Arbeit bildeten Analysen zu Wechselwirkungen zwischen den beschriebenen Untersuchungsvariablen. In insgesamt drei Hypothesengruppen wurden die Interaktionen von wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen in ihrem gemeinsamen Zusammenhang mit dem SWB überprüft. Die Befunde sollen nun in den folgenden drei Abschnitten diskutiert werden.

### *8.2.1 Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien*

Die erste Moderationsthese betrifft die Pufferung des negativen Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien. In überwiegender Übereinstimmung mit der vierten Hypothesengruppe vermindern hohe Ausprägungen von engagierter und disengagierter Bewältigung diesen negativen Zusammenhang. Wie die Ergebnisse zeigen, erreicht die Wechselwirkung wandelbezogener Anforderungen und Engagement in drei von sechs Fällen, die Wechselwirkung zwischen Anforderungen und Disengagement

sogar in fünf von sechs Fällen das Signifikanzniveau. Die entsprechenden Abbildungen 7.4 und 7.5 demonstrieren für diese insgesamt acht signifikanten Moderationen, dass hypothesenkonform eine steigende Anzahl belastender Anforderungen aus den Bereichen Arbeit und Familie bei Personen mit niedriger und mittlerer Ausprägung engagierter oder disengagierter Bewältigung mit einem deutlichen Absinken des SWB in Verbindung steht. Für Personen jedoch mit einer hohen Ausprägung dieser Bewältigungsstrategien steht das Ausmaß erlebter Anforderungen mit einem vergleichsweise geringeren Rückgang des SWB oder sogar einer leichten Steigerung des SWB in Verbindung. Die Stärke der jeweiligen Moderationen unterscheidet sich hierbei nicht, sie beträgt in allen signifikanten Fällen etwa 0.6 Prozent Varianzaufklärung.

An dieser Stelle erscheint es wichtig zu kommentieren, dass die signifikanten Moderationsterme gegenüber Einflüssen soziodemographischer und weiterer Variablen kontrolliert sind. So hätte man vermuten können, dass die Pufferung zwischen Anforderungen und SWB durch Engagement beispielsweise durch Personen in Partnerschaft gestiftet ist, da diese mehr soziale Unterstützung und weitere wichtige Bewältigungsressourcen besitzen. Vor diesem Hintergrund sind dies bemerkenswerte Befunde, da sie die Unabhängigkeit der Puffereffekte beider Bewältigungsstrategien von solchen Drittvariablen belegen.<sup>57</sup>

Die insgesamt hypothesenkonformen Puffereffekte des Engagement im Falle einer hohen Belastung stehen im Einklang mit Befunden unter anderem von Connor-Smith & Compas (2004) oder auch von Wrosch et al. (2000). Engagierte Bewältigung zeigt gerade in schwierigen Situationen eine positive Wirkung, da durch eine erhöhte Anstrengung verbunden mit externer Unterstützung aktuelle Probleme eher gelöst werden (Wahl et al., 2005; Connor-Smith & Compas, 2002). Auf diese Weise führen stresshafte Anforderungen zu geringeren Auswirkungen auf das SWB als bei einem geringen Einsatz dieses Modus (Bladgen & Craske, 1996).

Auch disengagierte Bewältigung kann als eine Puffervariable für den negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB beschrieben werden, womit die vorliegenden Befunde der überwiegenden Anzahl empirischer Studien entsprechen (Brandtstädter & Rothermund, 2003; Connor-Smith & Compas, 2004). Die Ablösung der Aufmerksamkeit von schwer oder nicht zu erfüllenden Anforderungen, die Regulation des

---

<sup>57</sup> Weitergehend könnte vermutet werden, dass sich beispielweise für Personen ohne Anforderungen eine engagierte Bewältigung anderes darstellt als für Personen mit vielen Anforderungen. Wäre dies der Fall, dürften keine Interaktionsterme zwischen Anforderungen und Bewältigung gebildet werden, da sie auf unterschiedlichen Skalometrien beruhen. Wie die Ergebnisse der Messäquivalenz beider Bewältigungsstrategien aber zeigen, besitzen beide Bewältigungsmodi hohe Messäquivalenz auch über unterschiedliche Ausprägungen der Anforderungen hinweg, so dass die Interaktionsterme gebildet und deren Zusammenhänge mit dem SWB zweifelsfrei interpretiert werden können.

eigenen Anspruchs auf wieder tatsächlich erreichbare Ziele sowie die mentale Entlastung durch kognitive Umdeutung und Neustrukturierung hat – sofern eine kritische Menge an Belastung empfunden wird – erleichternde Wirkung und die empfundene Belastung von stresshaften Anforderungen nimmt ab.

Vor dem Hintergrund der bisherigen Befunde sei an dieser Stelle eine zusätzliche Anmerkung zu der Moderation des Zusammenhangs zwischen Anforderungen und SWB durch Bewältigungsstrategien eingefügt. Diese betrifft den Vergleich zwischen den statistischen Haupteffekten der Bewältigungsstrategien und deren Interaktionseffekten. So fällt mit Blick auf die Befunde des Abschnitts 8.1.2 auf, dass sich die bekannten positiven bivariaten Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB auch bei Kontrolle der Interaktionsterme zeigen. Unabhängig vom Ausmaß stresshafter Anforderungen haben Personen mit hohem Engagement ein höheres SWB. Durch die Hinzunahme der signifikanten Interaktionsterme der Anforderungen mit Engagement wird nun dieses bekannte Befundbild erweitert: Eine Zunahme wandelbezogener Anforderungen führt genau dann nicht zu einer Abnahme des SWB, wenn Personen gleichzeitig über hohes engagiertes Bewältigungsverhalten berichten. Der negative Zusammenhang einer steigenden Anzahl von Stressoren mit dem SWB fällt bei ihnen geringer aus. Engagierte Strategien wirken somit zweifach positiv: Sie erlauben ein höheres Niveau des SWB und im Falle stresshafter Lebensereignisse eine bessere Regulation des SWB. Wie im Abschnitt 8.2.3 noch ausführlicher diskutiert wird, ist besonders das Empfinden von eigenem Kontrollpotenzial fundamental für den adaptiven Charakter engagierter Bewältigung. Vor dem Hintergrund der positiven Zusammenhänge zwischen Engagement und SWB lässt sich daher vermuten, dass die in dieser Studie untersuchten Anforderungen zum überwiegenden Anteil ausreichende Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial bieten und mithin engagierte Bewältigung eine lohnenswerte Option ist.

Etwas anders sieht die Befundlage für disengagierte Bewältigung aus: Zwar finden sich auch bei Hinzunahme der Wechselwirkungen die bekannten Zusammenhänge zwischen Disengagement und SWB: Höheres Disengagement ist mit einem niedrigerem SWB verbunden. Ein Blick jedoch auf die signifikanten Wechselwirkungen disengagierter Bewältigungsstrategien mit den Anforderungen relativiert das bivariate Befundbild: Eine Zunahme stressiger Anforderungen aus den Bereichen Arbeit und Familie geht nicht mit einem sinkenden SWB einher, sofern die Person in einem hohen Maße disengagierte Bewältigungsstrategien verwendet. Mithin gilt es, disengagierte Bewältigung differenziert zu betrachten und zu diskutieren. Bei einer geringen Anzahl stressiger Anforderungen sind disengagierte

Strategien mit einem geringeren SWB verbunden. Für den Fall weiter steigender Belastungen kehrt sich das Bild jedoch um: Eine hohe Ausprägung des Disengagements bietet nun einen Schutz gegenüber den Anforderungen. Diesen Befund kann man als eine Art Schwelleneffekt interpretieren: Bis zum Erreichen der Schwelle überwiegen negative Auswirkungen des Disengagements, ab der Schwelle jedoch herrschen deren positiven Korrelate vor.

Eine plausible Erklärung dieses Schwelleneffekts wurde schon bei der theoretischen Einführung des Disengagements gegeben (Heckhausen & Schulz, 1995): Das Handlungsphasen-Modell der Lebenslauftheorie der Kontrolle beschreibt, dass der Umschwung von Engagement zu Disengagement nicht schrittweise und graduell, sondern eher von diskontinuierlicher und plötzlicher Natur ist. Infolgedessen ist zu vermuten, dass erst ab dem Punkt, an dem Belastungen eine kritische Stärke erreichen und Möglichkeiten zur Veränderung der Situation (d.h. eigene Kontrollpotenziale) schwinden, die Vorteile disengagierter Bewältigungsprozesse deren Nachteile überwiegen und mithin dieser Bewältigungsmodi eine positive Verbindung zum SWB aufweist. Anders formuliert: disengagierte Bewältigungsstrategien haben erst ab einem bestimmten Belastungspunkt eine positive Wirkung, vorher sind deren Implikationen für das SWB eher negativ (Greve, 1997). So beschreiben auch Colvin und Block (1994), dass disengagierte Bewältigung vor allem dann dysfunktional ist, wenn es um die Auseinandersetzung mit nur gering ausgeprägten Problemen geht. Es ist zu vermuten, dass eine geringe Anzahl von Anforderungen anscheinend noch ausreichend Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial bietet und daher die dysfunktionalen Nebenwirkungen des Disengagements überwiegen. Hierzu zählen vor allem eine unnötige und verfrühte Distanzierung von möglicherweise erfüllbaren Anforderungen, eine instabile Zielbindung sowie eine mangelnde Ausschöpfung eigener Handlungsmöglichkeiten. Bei einem nur geringen Stresslevel ist auch ein höherer Rechtfertigungsdruck von Seiten Dritten vorstellbar: Eine vollständige Distanzierung von Anforderungen dürfte umso eher als ein Eingeständnis eigenen Versagens verstanden und als ein Zeichen von Schwäche interpretiert werden, je weniger nachvollziehbar und unnötiger (d.h. je früher) disengagiert bewältigt wird.

An einer bestimmten kritischen Schwelle erlebter Anforderungen des sozialen Wandels besteht nun ein relatives Gleichgewicht zwischen den funktionalen und dysfunktionalen Aspekten des Disengagements. Mit Blick auf die vorliegenden Daten scheint diese Schwelle bei ungefähr zwei Anforderungen zu liegen. Das heißt, der disengagierte Bewältigungsmodi lohnt sich erst für die Personen, die drei oder mehr Anforderungen des sozialen Wandels erleben. Ab dieser Schwelle der Anforderungen scheinen die Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial so zu schwinden, dass disengagierte Bewältigung nun einen adaptiven

Charakter für das SWB besitzt (infolge der Abnahme frustrierender Erfahrungen oder der entlastenden Umdeutung der Situation). Ist eine Person hingegen mit keiner oder nur einer einzigen wandelbezogenen Anforderung konfrontiert, ist disengagierte Bewältigung als eine unangemessene Strategie zu bewerten. Da mutmaßlich eine einzelne Anforderung noch ausreichend Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial bietet, wäre hier der engagierte Modus für das SWB angebrachter.

Dies zusammenfassend kann festgehalten werden: Sind Personen nur mit wenigen Anforderungen konfrontiert, ist die entscheidende Variable für ihr SWB die Art der Bewältigung: Es lässt sich aus den Daten eindeutig erkennen, dass in einem solchen Fall mit ausreichenden Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial der engagierte Bewältigungsmodus dem disengagierten vorzuziehen ist. Sind Personen hingegen mit einer Vielzahl von Anforderungen konfrontiert, müssen weitere Randbedingungen untersucht werden. Besonders die Frage, ob trotz einer Kumulation von Anforderungen noch ausreichend Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial empfunden werden, mag entscheidend für die Adaptivität von Bewältigungsstrategien sein.

Insgesamt können die diskutierten Befunde der vierten Hypothesengruppe als relativ deutlicher Beleg dafür bewertet werden, dass Bewältigungsstrategien auch in Zeiten sozialen Wandels einen hohen adaptiven Wert besitzen. Sowohl engagierte als auch disengagierte Bewältigung bieten einen Puffer gegen die aktuellen Anforderungen. Im Vergleich beider Bewältigungsstrategien gilt es im Besonderen festzuhalten, dass sich die disengagierte Bewältigungsstrategie nicht bei einem geringen Belastungsniveau lohnt, da – so können die Daten interpretiert werden – dieses noch Potenzial für eigene Kontrolle bietet. Weiterhin weisen die Befunde auch darauf hin, dass eine Nichtbewältigung oder zu geringe Bewältigungsanstrengungen negative Konsequenzen haben können, gerade wenn ein hohes Belastungsniveau vorliegt. Nichts zu tun, das heißt weder seine Ressourcen für die engagierte Verfolgung des Ziels auszuschöpfen noch sich für die disengagierte Distanzierung vom Ziel und eine Neuorientierung einzusetzen, ist im Falle einer hohen Belastung nicht ratsam.

#### *8.2.2 Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen Bewältigungsstrategien und SWB durch Kontrollüberzeugungen*

Im Gegensatz zu den positiven Befunden der vierten Hypothesengruppe kann in den Daten keine Entsprechung für die fünfte Hypothesengruppe ermittelt werden. Es findet sich keine signifikante Moderation der Beziehungen zwischen Bewältigung und SWB durch Kontroll-

überzeugungen. Entgegen der Erwartungen in Hypothese 5a und 5b wird weder der positive Zusammenhang zwischen Engagement und SWB durch interne Kontrollüberzeugung verstärkt noch der negative Zusammenhang zwischen Disengagement und SWB durch externe Kontrollüberzeugung abgeschwächt.

Als signifikante Prädiktoren des SWB verbleiben in diesen Analysen lediglich dessen aus den vorangehenden Untersuchungen bekannten positiven Beziehungen zu engagierter Bewältigung und internaler Kontrollüberzeugung sowie dessen negative Beziehungen zu disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung. Analog zu den vorangehenden Analysen zeigen sich auch bei Kontrolle der Interaktionsterme die vergleichsweise hohen Effektstärken internaler Kontrollüberzeugung und engagierter Bewältigung gegenüber externaler Kontrollüberzeugung und disengagierter Bewältigung. Die Nichtsignifikanz der untersuchten Moderationsterme indes ist unabhängig von der Ausprägung soziodemographischer Kontrollvariablen. Auch ohne Berücksichtigung des Familien- und des Erwerbsstatus verfehlen alle sechs Moderationsterme deutlich das Signifikanzniveau.<sup>58</sup>

Ist man als Forscher in starkem Maße an der Bestätigung seiner Hypothesen interessiert, so muss man die referierten Befunde zur Hypothesengruppe 5 als enttäuschend bezeichnen. Umso mehr muss daher eine inhaltliche Auseinandersetzung mit diesen Befunden erfolgen. Im Besonderen wird hierbei auf methodische Schwierigkeiten der Interaktionstestung hingewiesen und dysfunktionale Aspekte der hypothesenrelevanten Merkmalskombinationen zwischen Bewältigung und Kontrolle bei nur geringem Belastungsniveau erläutert.

Das Scheitern aller sechs Moderationen an der Signifikanzschwelle mag mit der generellen Schwierigkeit zusammenhängen, in Feldstudien an einer Normalpopulation signifikante Interaktionseffekte zu ermitteln (McClelland & Judd, 1993). O'Connor (2006) geht sogar noch einen Schritt weiter und behauptet, die Nichtidentifikation von Interaktionstermen könne nicht derart interpretiert werden, dass diese überhaupt nicht existieren. In einer Metaanalyse zum Thema Moderationseffekte ermitteln Aguinis, Beaty, Boik und Pirce (2005) einen mittleren Moderationseffekt von gerade einmal  $R^2 = .002$ . Infolgedessen betrachtet Evans (1985) Effektstärken von Moderationsanalysen schon von einem Prozent Varianzaufklärung als sehr wichtige Befunde.

Die generelle Schwierigkeit der Entdeckung signifikanter Moderationseffekte in Feldstudien liegt an der – für statistische Zwecke eigentlich sehr sinnvollen und auch

---

<sup>58</sup> Neben den Maßen des SWB besitzen auch die Bewältigungsstrategien eine hohe Messäquivalenz über unterschiedlich hohe Ausprägungen der Kontrollüberzeugungen. Damit sind die nichtsignifikanten Interaktionseffekte nicht auf unterschiedliche Skalometrien der SWB- und Bewältigungsmaße zurückzuführen.



angestrebten – Normalverteilung der Untersuchungsvariablen sowie der hiermit verbundenen Tatsache, dass nur sehr wenige Fälle relativ extreme Werte am linken und rechten Rand der Verteilung aufweisen (McClelland & Judd, 1993). Die Wahrscheinlichkeit tatsächlich existierende Interaktionen auch zu entdecken, steigt in dem Maße, in dem extreme Werte der Prädiktorvariablen mit extremen Werten der Moderatorvariablen einhergehen. In Laboruntersuchungen kann diese benötigte Kovariation experimentell hergestellt werden. Hier wird versucht, jeweils zweipolige Verteilungen der Prädiktor- und Moderatorvariablen abzubilden, die bestenfalls in Gänze aus Extremwerten bestehen. In Feldstudien an einer Normalpopulation ist diese experimentelle Variation verständlicherweise nicht möglich. Auch die Variablen der vorliegenden Studie basieren – wie im sechsten Kapitel zur Dokumentation der Untersuchungsskalen beschrieben – auf relativ normalverteilten Daten, bei der per definitionem nur wenige Extremwerte am Rand der Verteilungen existieren. Infolgedessen mag die Nichtsignifikanz aller Interaktionsterme besser einzuordnen und mithin weniger überraschend sein.

Diese methodische Erklärung kann zwar einen Beleg für das generelle Verfehlen der Signifikanz von Moderationen bieten. Sie bietet allerdings keinen Aufschluss darüber, weshalb vier der sechs 2-fach Interaktionen zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung ein falsches Vorzeichen aufweisen. Diese unerwarteten und gänzlich hypothesenwidrigen Befunde überraschen und werfen Fragen nach ihrem Ursprung auf. Wie im folgenden sowohl theoretisch diskutiert als auch empirisch belegt wird, soll dieser Befund darauf zurückgeführt werden, dass die speziellen Merkmalskombinationen aus hohem Engagement und internaler Kontrollüberzeugung beziehungsweise aus hohem Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung gerade bei einem geringen Belastungsniveau unangemessene Züge annehmen.

Ihre theoretische Basis findet diese These in dem im Kapitel 4.3 dargelegten Passungsverhältnis zwischen Bewältigung und erlebtem Kontrollpotenzial. Dabei gelten engagierte Bewältigungsstrategien bei hoher internaler Kontrolle respektive disengagierte Strategien bei hoher externaler Kontrolle als adaptive Mittel für den Umgang mit Stressoren. Nicht thematisiert ist allerdings die Frage, ob und inwieweit sich deren Adaptivität auch auf Situationen ohne tatsächlich zu bewältigende Stressoren übertragen lässt?

Mit Blick auf die Kombination aus Engagement und internaler Kontrolle kann man erwarten, dass im Falle einer geringen Anforderungshöhe die positiven Erfahrungen einer engagierten Auseinandersetzung mit den Stressoren nur seltener erlebt werden. Zudem geht engagierte Bewältigung generell mit einer Erschöpfung eigener Handlungsressourcen einher,

so dass für andere Lebensbereiche, die auf solche Ressourcen angewiesen sind, in diesem Fall weniger oder möglicherweise sogar zu wenige erforderliche Ressourcen zur Verfügung stehen. Wie Nesse (2000) berichtet, kann eine Erschöpfung der Handlungsressourcen zu länger anhaltenden und auch stärkeren depressiven Reaktionen führen.

Hilflosigkeitstheoretische Ansätze (siehe Kapitel 8.1.3) können für die Beantwortung der Frage fruchtbar gemacht werden, inwieweit die Merkmalskonstellation aus Disengagement und externaler Kontrolle bei einem geringen Belastungsniveau maladaptiv ist. Eine generelle wahrgenommene Unabänderlichkeit der Bedingungen gilt schon als starker Prädiktor für ein geringes SWB (Coyne, 1992). Bei einem geringen Anforderungsniveau (und hohem Potenzial für eigene Kontrolle) aber dürfte die Wahrnehmung externaler Kontrolle besonders enttäuschend und frustrierend sein. Die Wahrnehmung, dem Geschehen in seinem Leben chancenlos ausgeliefert zu sein und die gleichzeitige Distanzierung von Anforderungen korrespondieren nicht oder nur kaum mit dem tatsächlichen Empfinden eines geringen Anforderungsniveaus. Es erscheint nicht nachvollziehbar, bei einem solch geringen Belastungslevel weder eigenes Kontrollpotenzial zu empfinden noch die geringe Belastung aktiv zu beantworten

Ihre empirische Entsprechung finden diese Thesen in einer noch nicht vorgestellten Besonderheit der Befunde zu Hypothesengruppe 5. Werden in die Moderationsanalysen zu den für diese Hypothesen relevanten Untersuchungsvariablen Bewältigung und Kontrollüberzeugung zusätzlich noch wandelbezogene Anforderungen sowie die Interaktionen aus diesen drei Variablen mit aufgenommen, verbleiben erstens die erwartungswidrigen Vorzeichen der Moderationen und zweitens erreichen die Regressionskoeffizienten von zwei Moderationen sogar das statistische Signifikanzniveau.<sup>59</sup> Die beiden signifikanten Interaktionen betreffen jeweils die Moderation des Zusammenhangs zwischen Engagement und SWB durch internale Kontrollüberzeugung. Im Gegensatz zur Erwartung in Hypothese 5a aber wird der positive Zusammenhang zwischen engagierter Bewältigung und SWB durch internale Kontrollüberzeugung nicht verstärkt, sondern abgeschwächt. Dies bedeutet: Die 2-fach Interaktionen zwischen Bewältigung und Kontrollüberzeugung weisen dann erwartungswidrige Vorzeichen auf, wenn statistisch sowohl für wandelbezogene Anforderungen (und somit für das individuelle Belastungsniveau) als auch für die 3-fach Interaktionen zwischen Anforderungen, Bewältigung und Kontrolle (und somit für die Pufferung durch Bewältigung und Kontrolle bei steigenden Anforderungen) kontrolliert wird.

---

<sup>59</sup> Es handelt sich somit um einen klassischen Supressoreffekt. Die neuen Prädiktoren unterdrücken störende und unsystematische Anteile der Moderationsterme, so dass ein systematischer Zusammenhang zwischen Moderator und Kriterium stärker zum Vorschein treten kann.

Verständlich wird dieser Befund, wenn man berücksichtigt, was eine statistische Kontrolle der Anforderungen und der 3-fach Interaktion inhaltlich bedeutet: Generell kann diese als Konstanthaltung der Kontrollvariable über alle Personen hinweg auf dem jeweiligen Mittelwert verstanden werden. Da die Mehrzahl der Personen eine geringe Anzahl von Anforderungen erlebt und das arithmetische Mittel dementsprechend in einem unteren Wertebereich liegt (siehe Kapitel 6.2.2), scheint sich erstens die negative Interaktion zwischen Engagement und internaler Kontrolle (resp. zwischen Disengagement und externaler Kontrolle) vorwiegend bei einem geringen Belastungslevel auszudrücken. In dieselbe Argumentationsrichtung geht zweitens der angeführte Befund, dass der Regressionskoeffizient der Interaktion des Engagements mit internaler Kontrollüberzeugung stärker negativ ausfällt, wenn in die Analysen die 3-fach Interaktion aus Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung eingeführt wird. Wird also für die puffernde Wirkung engagierter Bewältigung und internaler Kontrolle bei einer steigenden Anzahl von Anforderungen kontrolliert, geht die Interaktion aus hohem Engagement und internaler Kontrollüberzeugung mit einem geringeren SWB einher.

Es kann an dieser Stelle nicht mit Sicherheit belegt werden, aus welchen Gründen die fünfte Hypothesengruppe empirisch nicht bestätigt werden kann. Die angeführten weiteren Befunde stehen aber, und soweit kann man in der Interpretation gehen, im Einklang mit Alternativüberlegungen zu einer möglichen Maladaptivität von Bewältigung und Kontrolle. Wie es scheint, trägt bei einem geringen Anforderungslevel besonders die Merkmalskombinationen aus hohem Engagement und wahrgenommener Kontrolle zu einem niedrigeren SWB bei. Erst unter tatsächlich stresshaften Bedingungen vermögen sich die funktionalen Aspekte dieser Merkmalskonstellation zu manifestieren.

Insgesamt bleibt somit festzuhalten, dass die fünfte Hypothesengruppe in den vorliegenden Daten keine empirische Entsprechung findet. Bewältigung und Kontrollüberzeugungen scheinen lediglich additiv mit SWB zusammenzuhängen, jedoch keine multiplikativen Beziehungen zu haben. Vor diesem Hintergrund wird deutlich, dass die Frage, ob und wann Bewältigungsstrategien oder Kontrollüberzeugungen einen förderlichen oder schädlichen Aspekt für das SWB bieten, an dieser Stelle nicht beantwortet werden kann. Keine Merkmalskombination aus Bewältigung und Kontrollüberzeugung scheint einen besonders angemessenen Charakter zu besitzen. Dies entspricht der schon mehrfach angeführten These, dass für eine umfassende Auskunft zum Thema der Adaptivität von Bewältigung wandelbezogener Anforderungen berücksichtigt werden muss, dass Personen erstens unterschiedlich

stark mit belastenden Anforderungen des sozialen Wandels konfrontiert sind, sie zweitens auf unterschiedliche Weise mit den Anforderungen umgehen und sie drittens unterschiedliche Ressourcen in den Bewältigungsprozess mitbringen. Erst dies erlaubt eine genaue Betrachtung möglicher Risiko- und Schutzfaktoren für das SWB. Diese abschließende Bewertung unter Einbezug aller Untersuchungsvariablen soll nun im folgenden Kapitel erfolgen.

### 8.2.3 *Diskussion der Moderation des Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB durch die Interaktion von Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen*

Das letzte Untersuchungsziel der vorliegenden Arbeit liegt in der Überprüfung der 3-fach Wechselwirkung zwischen wandelbezogenen Anforderungen, Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen in ihrer Vorhersagekraft für das SWB. In Übereinstimmung mit den formulierten Erwartungen in Hypothese 6 zeigt sich in der überwiegenden Anzahl der Analysen eine besonders ausgeprägte Pufferung des negativen Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB für zwei spezifische Merkmalskonstellationen: Eine steigende Anzahl an Anforderungen geht bei hohem Engagement und internaler Kontrolle sowie bei hohem Disengagement und externaler Kontrolle nicht mit einem Absinken des SWB einher. In Übereinstimmung mit den bisherigen Analysen zeigen sich die hypothesenrelevanten Ergebnisse robust gegenüber soziodemographischen Merkmalen. Die im folgenden zu diskutierende Pufferung durch eine besondere Merkmalskombination aus Bewältigungsverhalten und Kontrollüberzeugung kann somit nicht auf eine besondere demographische Gruppe zurückgeführt werden, dieser Puffereffekt ist unabhängig vom Erwerbsstatus und Familienstand.<sup>60</sup>

Die vorliegenden Befunde entsprechen den theoretischen Vorgaben der *goodness of fit* These der wahrgenommenen Kontrolle und der angeführten Literatur zum kongruenten Passungsverhältnis zwischen Bewältigungsstrategien und erlebtem Kontrollpotenzial (Zakowski et al., 2001; McLean et al., 2007; Saile & Hülsebusch, 2006). Wie die aktuellen Ergebnisse zeigen, variiert in der überwiegenden Mehrzahl der Analysen die Stärke der Puffereffekte beider Bewältigungsmodi signifikant und hypothesenkonform entlang den Kontrollüberzeugungen: Engagierte Bewältigung bietet in drei von sechs Analysen eine besonders hohe Pufferung bei

---

<sup>60</sup> Außerdem besitzen die SWB- und Bewältigungsskalen eine ausreichend hohe Messäquivalenz über unterschiedlich hohe Ausprägungen von Anforderungen und Kontrollüberzeugungen. Mithin ist es sehr unwahrscheinlich, dass die 3-fach Wechselwirkungen durch unterschiedliche Skalometrien verursacht werden. Infolgedessen können deren Zusammenhänge mit dem SWB zweifelsfrei interpretiert werden.

gleichzeitig hoch ausgeprägter internaler Kontrollüberzeugung, disengagierte Bewältigung sogar in fünf von sechs Analysen bei gleichzeitig hoch ausgeprägter externaler Kontrollüberzeugung. Eingedenk der diskutierten Schwierigkeit der Identifikation von Moderatoreffekten sind die aktuellen Befunde überwiegend signifikanter 3-fach Wechselwirkungen – deren Analyse in Feldstudien um ein Vielfaches schwieriger ist als die Analyse von 2-fach Interaktionen – sowie deren mittlere Varianzaufklärung von  $R^2 = .006$  als äußerst zufriedenstellend zu bewerten.

Mit dem erstgenannten Befund der signifikanten Interaktion zwischen Anforderungen, Engagement und internaler Kontrolle werden Ergebnisse von Pucheu et al. (2004), Thompson et al. (2006) oder auch Baumgardner, Heppner und Arkin (1986) unterstützt. Das Gefühl, selber Kontrolle über stresshafte Ereignisse ausüben zu können, geht nicht nur mit einem höheren SWB einher, sondern auch mit einer höheren Bereitschaft, Stressoren engagiert anzugehen und zu bewältigen. Tatsächlich sehen einige Studien in einer kontrollierbaren Umwelt die notwendige Bedingung für engagierte Bewältigungsstrategien. Erst in einer beeinflussbaren Umgebung können sich engagierte Strategien, wie das hartnäckige Festhalten an eingeschlagenen Wegen, auch manifestieren und sich deren positive Konsequenzen auszahlen (Pucheu et al., 2004). Anders formuliert setzt diesen Überlegungen zu Folge das Gelingen einer engagierten Bewältigung eine hohe Veränderbarkeit der Situation voraus. Für diesem Fall stellt Engagement eine adaptive Bewältigungsstrategie dar und geht mit einem höheren SWB einher (Baumgardner et al., 1986). Personen, die sich als aktive Gestalter ihrer Umwelt sehen, schreiben sich größere Handlungsspielräume zu, betrachten Handlungshindernisse eher als überwindbar und sind hartnäckiger und ausdauernder in ihrer Auseinandersetzung mit Stressoren. Sie generieren ein höheres Ausmaß an sozialer Unterstützung (Amirkhan, 1996) und erleben mögliche Rückschläge als weniger belastend (Peterson, 1999).

Als eine der Grundlagen dieses Befundbildes können positive Rückkopplungsprozesse angeführt werden: Internale Kontrollüberzeugung begünstigt eine engagierte Bewältigung, diese führt zu mehr erlebten Handlungserfolgen, wodurch in Konsequenz das Zutrauen in die eigenen Handlungsmöglichkeiten und in das engagierte Zielstreben wiederum verstärkt werden (Brandtstädter, 1993). Längerfristig ist somit der Grad der Zielerreichung bei Personen mit gleichzeitig hohen Ausprägungen im Engagement und internaler Kontrollüberzeugung höher, was nach Brunstein, Maier und Dargel (2007) mit einem höheren Sinnerleben und nach Bandura (1997) mit einem höheren SWB einhergeht.

Auf analoge Weise lässt sich auch der den Erwartungen entsprechende Puffereffekt disengagierter Bewältigung und externaler Kontrollüberzeugung auf die negative Beziehung

zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB beschreiben. In Korrespondenz zu Befunden von beispielsweise Brandtstädter et al. (1998) tragen disengagierte Bewältigungsstrategien gerade unter den Bedingungen einer eingeschränkten Handlungskontrolle wesentlich zur Wahrung der Stabilität des SWB bei. Disengagierte Strategien besitzen dann einen hohen adaptiven Wert, sofern Anforderungen als nicht kontrollierbar erscheinen.

Auch an dieser Stelle soll argumentiert werden, dass eine nicht beeinflussbare Umwelt eine Vorbedingung für disengagierte Bewältigung ist (Roesch & Weiner, 2001). Wie schon dargelegt wurde, gelingt die Trennung von schwer erreichbaren Zielen nicht einfach per intentionalem Entschluss (Bargh & Chartrand, 1999). Erst an dem Punkt, an dem die Schwierigkeiten im engagierten Umgang eine kritische Stärke erreicht haben, treten disengagierte Prozesse in den Vordergrund. Auf Basis dieser Überlegung sind die Ergebnisse dahingehend interpretierbar, dass erstens das Erreichen dieser Schwelle und somit des Punktes, an dem Disengagement mit positiven Konsequenzen einhergeht, bei hoher externaler Kontrolle eher erreicht wird (Heckhausen & Schulz, 1995). Zweitens scheint es Menschen mit hoher externaler Kontrollüberzeugung nicht nur leichter zu fallen, sich von stresshaften Anforderungen zu lösen, sondern sie akzeptieren die Distanzierung auch schneller und lassen sich eher auf neue Ziele ein (Brandtstädter, 2007).

Die vorliegenden Befunde lassen sich mithin gut vor dem Hintergrund der im Vorfeld angeführten positiven Aspekte des Disengagements erklären: Im Angesicht von nicht zu beeinflussenden Stressoren senkt dieser Bewältigungsmodus die Wahrscheinlichkeit für Misserfolgserlebnisse und frustrierende Rückschläge (Heyl et al., 2007). Er verhindert negative Konsequenzen einer persistierenden Bindung an nicht veränderbare Anforderungen und bietet Schutz vor einer unnötigen Vergeudung wichtiger Ressourcen. Diese können stattdessen auf neue Ziele und Anforderungen abgestimmt werden, wodurch sich in Konsequenz die Wahrscheinlichkeit von zukünftigen Handlungserfolgen erhöht. Die Pufferung stresshafter Anforderungen entsteht mithin vor allem durch die Reduzierung negativer Erfahrungen und durch die Aussicht auf eine bessere Zukunft.

Insgesamt können die ermittelten Ergebnisse die *goodness of fit* These stützen, nach der in belastungsreichen Situationen eine Regulation des SWB eine spezifische Passung zwischen Bewältigungsmodus und Kontrollüberzeugung voraussetzt. Der engagierte Modus erfordert internale Kontrollüberzeugung, der disengagierte Modus externale Kontrollüberzeugung.<sup>61</sup>

---

<sup>61</sup> Weitere, an dieser Stelle nicht aufgeführte Analysen unterstützen die *goodness of fit* These hinsichtlich dieser spezifischen Merkmalskonstellationen: Wie zusätzliche Berechnungen zeigen, erreicht keine der entgegengesetzten Interaktionen zwischen engagierter Bewältigung und externaler Kontrolle sowie zwischen disengagierter Bewältigung und internaler Kontrolle das Signifikanzniveau. Eine Pufferung des negativen Zusammenhangs zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB bieten somit ausschließlich die

Entsprechend der Frage, welche Merkmalskombination im Angesicht des aktuellen sozialen Wandels eine Regulation des SWB erlaubt, lässt sich ebenso fragen, welche Merkmalskonstellation für eine Bewältigung der Anforderungen besonders ungeeignet erscheint. Folgt man den Analysen, zeigen sich zwei spezielle Konstellationen, für die eine Zunahme an stresshaften Anforderungen konsistent mit einem geringeren SWB einhergeht. Besonders negativ hinsichtlich des SWB scheint erstens die Kombination aus hoher internaler Kontrolle und geringem Engagement zu sein. Zweitens lassen sich für die Kombination aus hoher externaler Kontrolle und geringem Disengagement unangemessene Konsequenzen für das SWB erkennen. Beide Kombinationen zeigen über alle Untersuchungen hinweg bei steigenden Anforderungen die höchste Maladaptivität für das SWB.

Wie schon in Kapitel 8.2.1 berichtet, sind im Falle einer hohen Belastung zu geringe Bewältigungsanstrengungen maladaptive Strategien (Connor-Smith & Compas, 2004). Eine unzureichende Bewältigung verstärkt den negativen Zusammenhang zwischen Anforderungen und SWB. Es kann nun angenommen werden, dass konform zu den theoretischen Vorgaben der *goodness of fit* These die negativen Folgen einer unzureichenden Bewältigung bei hohen Ausprägungen der Kontrollüberzeugungen „eskalisieren“. Internale Kontrollüberzeugung intensiviert global die Effekte einer engagierten Bewältigung – im positiven wie auch im negativen Sinne –, externale Kontrollüberzeugung die Effekte disengagierter Bewältigung (Holan & Moos, 1987).

Es hat den Anschein, als ob das Ungleichgewicht zwischen einer hohen Überzeugung, Kontrolle über steigende Anforderungen ausüben zu können, und der Nicht-Manifestation dieser Kontrolle in engagierter Bewältigung mit einem Rückgang des SWB verbunden ist. Die unzureichende Bewältigung von Anforderungen mit hohem Kontrollpotenzial kann somit als besonders frustrierendes Ereignis betrachtet werden. Eine ähnliche Argumentation lässt sich für das Absinken des SWB bei steigenden Anforderungen für die Merkmalskombination aus hoher externaler Kontrollüberzeugung und geringem Disengagement anführen. In Situationen, die nicht der eigenen Kontrolle unterliegen, wird sich nur unzureichend von stresshaften Anforderungen distanziert. Wie schon mehrfach angeführt, ist eine nicht vollzogene Trennung von unveränderbaren und weiterhin immanenten Anforderungen eine Quelle von andauernder Enttäuschung und Unzufriedenheit (Heckhausen & Schulz, 1995).

Insgesamt können diese Ergebnisse über besonders gefährdete Merkmalskonstellationen als weitere Validierung der *goodness of fit* These der wahrgenommenen Kontrolle verstanden werden. Bei einer Übereinstimmung des Bewältigungsmodus mit dem Grad des wahr-

---

Merkmalskombinationen aus engagierter Bewältigung und internaler Kontrolle sowie aus disengagierter Bewältigung und externaler Kontrolle.

genommenen Kontrollpotenzials manifestieren sich positive Zusammenhänge mit dem SWB, bei fehlender Übereinstimmung zwischen Bewältigung und wahrgenommener Kontrolle hingegen negative Zusammenhänge (Amirkhan, 1998).

Zuletzt sollen noch zwei weiterführende Anmerkungen zu den Zusammenhängen der besprochenen adaptiven Merkmalskombinationen mit SWB angeführt werden. Vor dem Hintergrund der besprochenen Regressionskoeffizienten und besonders der Zusammenhänge spezifischer Merkmalskonstellationen mit dem SWB erscheint es erstens wichtig zu bemerken, dass diese nicht auf eine Ungleichverteilung der Probanden über die Konstellationen zurückzuführen sind. So hätte man annehmen können, dass sich die untersuchten Kombinationen aus Anforderungen, Bewältigung und Kontrollüberzeugung in ihrer Auftretenshäufigkeit deutlich voneinander unterscheiden und somit die regressionsanalytische Schätzung des SWB beeinflussen. Mit besonderem Blick aber auf die in den Abbildungen 7.8 bis 7.11 dargestellten 18 Kombinationen aus hohem, mittleren oder niedrigen Ausprägungen von Bewältigung und Kontrolle lässt sich festhalten, dass deren Regressionslinien durch eine ausreichende Anzahl von Probanden repräsentiert sind.<sup>62</sup> Alle Schätzungen des SWB der Merkmalskombinationen aus Engagement und internaler Kontrolle sowie aus Disengagement und externaler Kontrolle basieren jeweils auf mindestens 100 Personen (eine einzelne Ausnahme betrifft die Kombination aus geringem Engagement und hoher internaler Kontrolle, diese wird lediglich durch 43 Personen repräsentiert). Vor diesem Hintergrund können Unterschiede in der Güte der Schätzung des SWB aufgrund unterschiedlich besetzter Merkmalsgruppen ausgeschlossen werden. Die großen Unterschiede im SWB zwischen den einzelnen Merkmalskonstellationen werden mithin durch hinreichend große Teilmengen der Stichprobe verkörpert.

Zweitens soll auch an dieser Stelle auf die Form der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB eingegangen werden. Die in den vorangehenden Kapiteln diskutierten Befunde legen die Schlussfolgerung nahe, dass eine Zunahme an Stressoren zwar mit einer Verschlechterung des SWB einhergeht, es aber keine spezifische Schwelle gibt, ab der eine weitere Zunahme an Stressoren besonders schlechte Auswirkungen hat. In diese Richtung zeigen sowohl die bivariaten Analysen zwischen Anforderungen und SWB wie auch die Analysen zur Pufferung dieses Zusammenhangs durch Bewältigungsstrategien.

---

<sup>62</sup> Die genannten 18 Regressionslinien ergeben sich aus neun Kombination für engagierte Bewältigung und interne Kontrolle (jeweils mit hoher, mittlerer und niedriger Ausprägung) sowie aus neun Kombinationen für disengagierte Bewältigung und externe Kontrolle (ebenfalls jeweils mit hoher, mittlerer und niedriger Ausprägung).



Mit Hilfe der Analyse aller Untersuchungsvariablen in einem Regressionsmodell kann eine – zumindest für die vorliegende Studie – endgültige Antwort auf die Frage gegeben werden, welcher Art die Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und SWB sind. Unter gleichzeitiger Berücksichtigung der Anforderungen, der Bewältigungsstrategien und der Kontrollüberzeugungen zeigt sich in eindeutiger Weise, dass unter klar definierten Umständen eine steigende Anzahl wandelbezogener Anforderungen aus beiden Lebensbereichen besonders stark mit einem Absinken des SWB zusammenhängt. Wie die Befunde zeigen, beziehen sich alle sieben signifikanten 3-fach Wechselwirkungen auf das kurvilineare Modell zwischen Anforderungen und SWB, das lineare Modell hängt in keiner der Analysen signifikant mit der 3-fach Interaktion zusammen.

Das Befundbild lässt sich mithin folgendermaßen beschreiben: Im Mittel bedroht eine steigende Anzahl von Anforderungen das SWB immer in derselben Größenordnung. Die Auswirkungen der Anforderungen auf das SWB scheinen der Summe ihrer einzelnen Effekte zu entsprechen. Für Personen allerdings mit einer der beschriebenen Merkmalskonstellationen aus Bewältigungsstrategie und Kontrollüberzeugung sieht dies anders aus: Bewältigt eine Person nur unzureichend und weist sie parallel hohe Ausprägung in der entsprechenden Kontrollüberzeugung auf, so potenzieren sich die Stressoren in ihren negativen Auswirkungen auf das SWB und deren gemeinsamer Effekt fällt deutlich schädlicher aus als die additive Summation der einzelnen Effekte.

Als Grundlage zur Erklärung dieser Befunde bieten sich zwei Überlegungen an: Erstens kann angenommen werden, dass bis zum Erreichen einer interindividuell unterschiedlichen Belastungsgrenze der Zusammenhang zwischen Stressoren und SWB eher linearer Natur ist: Steigen stresshafte Anforderungen bis zu dieser Schwelle an, wachsen in jeweils gleichem Maße deren negative Auswirkungen auf das SWB. Steigt indes die Anzahl der Stressoren noch weiter an und übertrifft die individuelle Belastungsgrenze, verstärken sich die negativen Folgen der Stressoren exponentiell. Es kann angenommen werden, dass diese individuelle Schwelle entlang spezifischer Charakteristika der Stressoren und der Person variiert. So führen beispielsweise besonders bedrohliche und schwerwiegende Stressoren dazu, dass die Schwelle früher erreicht wird. Auch bei nur geringen Bewältigungsressourcen sollte die Belastungsgrenze eher erreicht werden.

Zweitens ist vorstellbar, dass die Charakteristika der Stressoren und der Person nicht nur den Punkt beeinflussen, von dem ab Stressoren besonders gravierende Auswirkungen auf zahlreiche Ergebnisvariablen haben, sondern auch den Gradienten des Zusammenhangs zwischen Stressoren und SWB. Je bedrohlicher Stressoren wahrgenommen werden, je un-

passender bewältigt wird und je geringer die eigenen Bewältigungsressourcen ausfallen, desto stärker sollten sich die Auswirkungen von Stressoren darstellen, das heißt desto größer sollte der Gradient des Zusammenhangs zwischen Stressoren und SWB sein.

Beide Erklärungsmodelle lassen sich gut mit den Daten vereinbaren und bieten einen integrativen Rahmen für das lineare Additionsmodell und das kurvilineare Modell. In diesem Sinne kann das Additionsmodell als eine Sonderform des kurvilinearen Modells interpretiert werden: Bei einem nur geringen oder mittleren Stressniveau fällt der Gradient des Zusammenhangs zwischen Stressoren und SWB linear aus, bei einem steigenden Stressniveau (aufgrund steigender Stressoren oder sinkender Ressourcen) erhöht sich der Gradient des Zusammenhangs und zeigt exponentielle Züge.

Es bleibt somit festzuhalten, dass diese Ergebnisse eine bedeutsame Erweiterung der bisherigen Dateninterpretation darstellen. Sie bieten auch eine Erklärungsgrundlage für die uneindeutige Befundlage in der empirischen Literatur zur Art des Zusammenhang zwischen Stressoren und SWB (bspw. Greenberg et al., 2001; Appleyard et al., 2005) und widersprechen einer strikten Auslegung der Sollwerttheorie des SWB: Anstelle einer generellen Annahme, dass Stressoren entweder additiv oder multiplikativ mit SWB in Verbindung stehen, legen die aktuellen Ergebnisse die Überlegung nahe, dass eine Beurteilung dieses Zusammenhangs und des SWB im Allgemeinen zuvorderst eine Beurteilung der Stressoren, der Person mit ihren Ressourcen sowie der Passung zwischen Stressoren und Person benötigt. So greift eine ausschließliche Beurteilung des Einflusses ausgewählter Stressoren (siehe Kapitel 8.1.1), der Bewältigungsstrategien (siehe Kapitel 8.1.2) oder auch des empfundenen Kontrollpotenzials (siehe Kapitel 8.1.3) zu kurz und bietet jeweils nur ein unvollständiges Bild für die Erklärung des SWB. Erst eine gemeinsame Betrachtung dieser Faktoren in einem Modell – wie an dieser Stelle geschehen – ermöglicht eine umfassendere Interpretation der Daten und hierbei eine Antwort auf die Frage, ob und wie sehr das SWB einer Person von belastenden Situationen betroffen ist.

Resümierend sprechen die Ergebnisse zur sechsten Hypothesengruppe für die Annahme, dass die Adaptivität von engagierter und disengagierter Bewältigung eng mit der wahrgenommenen Kontrolle zusammenhängt. Die Regulation des SWB durch beide Bewältigungsprozesse bei steigender Belastung variiert in Abhängigkeit von internalen und externalen Kontrollüberzeugungen. Die Adaptivität engagierter Bewältigung für das SWB wird durch internale Kontrollüberzeugung, die Adaptivität disengagierter Bewältigung durch externale Kontrollüberzeugung unterstützt. Anforderungen aus den Lebensbereichen Arbeit

und Familie wirken somit nicht uniform, sondern ihr Zusammenhang mit dem SWB hängt von der Bewältigungsstrategie und dem empfundenen Kontrollpotenzial ab.

Somit lassen sich die Moderationsbefunde gut vor dem Hintergrund der thematisierten Stress- und Bewältigungsmodelle einordnen (Heckhausen & Schulz, 1995, Elder & Caspi, 2000): Wird eine Person mit einer bestimmten Anforderung konfrontiert, so sollte sie zuerst einschätzen, wie hoch ihr aktuelles Belastungslevel ist. Ist dieses nur gering, so bedarf es nur geringer Bewältigungsanstrengungen, vorhandene Ressourcen können gut für eine engagierte Bewältigung genutzt werden. Ist die empfundene Belastung indes hoch, bedarf es einer zweiten Einschätzung und zwar des wahrgenommenen Kontrollpotenzials über den Stressor. Anhand des Ausmaßes ihrer Kontrolle über den Stressor sollte sich die Auswahl ihrer Bewältigungsstrategien bemessen: Erscheint im Lichte der eigenen Einflussmöglichkeiten ein engagiertes „weiter so“ oder eher ein disengagiertes „besser aufhören“ als vorteilhafter und gewinnbringender? Ein erfolgreiches Engagement bedarf der Wahrnehmung eines eigenen Kontrollpotenzials über die Stressoren, bei hohem externaler Kontrollpotenzial ist hingegen Disengagement adaptiv für eine Verbesserung des SWB.

### *8.3 Ergänzende Anmerkungen zu Zusammenhängen zwischen soziodemographischen Merkmalen und SWB*

Nach der in den vorangehenden Abschnitten angeführten Bewertung der einzelnen Hypothesen und kritischen Beschreibung der Ergebnisse unter inhaltlichen und methodischen Gesichtspunkten sind an dieser Stelle ergänzende Anmerkungen zu den jeweiligen Beziehungen der soziodemographischen Merkmale Arbeitslosigkeit und Partnerschaft mit dem SWB angezeigt. Beide Maße zeigen signifikante Zusammenhänge mit allen in dieser Studie verwendeten Maßen des SWB, sind darüber hinaus äußerst robust gegenüber konfundierenden Einflüssen der psychologischen Anforderungs- und Bewältigungsvariablen und bieten eine substanzielle Varianzaufklärung. Nach Kontrolle für die Untersuchungsvariablen Anforderung, Bewältigung und Kontrollüberzeugung liegt die Varianzaufklärung noch zwischen einem und 13 Prozent für Arbeitslosigkeit (im Mittel bei 5.5 Prozent) sowie zwischen einem und vier Prozent für Partnerschaft (im Mittel bei 1.6 Prozent). Neben internaler Kontrollüberzeugung und engagierter Bewältigung gehört das Merkmal Arbeitslosigkeit somit zu den Variablen mit der stärksten Varianzaufklärung.

Beide Zusammenhänge des SWB mit dem Status einer Arbeitslosigkeit als auch mit einer Partnerschaft entsprechen in ihrer Ausprägung den bisherigen Befunden zu soziodemographischen Unterschieden im SWB (bspw. Diener et al., 1998; McKee-Ryan et al., 2005). In

solchen Studien würden allerdings nur soziodemographische Faktoren und ihr Einfluss auf das SWB untersucht. Die in den vorliegenden Studien ermittelte Robustheit auch gegenüber vielen Belastungs- und Bewältigungsvariablen unterstreicht die Bedeutung einer Arbeitslosigkeit und Partnerschaft für das SWB. Auch bei gleichem Belastungsniveau durch Anforderungen oder bei gleicher Ausprägung des Bewältigungsverhaltens liegt das SWB von Personen ohne Arbeit oder ohne Partnerschaft deutlich unterhalb dem erwerbstätiger Vergleichspersonen respektive unterhalb dem von Personen in Partnerschaft.

An dieser Stelle steht nun zu befürchten, dass Personen ohne Erwerbstätigkeit oder ohne Partnerschaft nicht nur ein generell niedrigeres Niveau des SWB haben, sondern dass sie stärker von weiteren belastenden Stressoren betroffen sind und dass ihnen ihre Bewältigung mit diesen Anforderungen nur eine geringere Entlastung bietet. Mit Blick auf arbeitslose Personen argumentieren zum Beispiel Paul und Moser (2001) in die Richtung eines Teufelskreises: So besitzen Personen mit einem geringeren SWB erstens ein höheres Risiko von Arbeitslosigkeit betroffen zu sein, da sie dem täglichen Leistungsdruck in der Arbeit weniger gut gewachsen sind. Zweitens verursacht der Zustand der Arbeitslosigkeit bei ihnen stärkere Probleme (wie den Verlust von sozialen oder finanziellen Ressourcen), welche die Suche nach einer neuen Arbeit weiter erschweren, so dass die negativen Effekte der Arbeitslosigkeit länger andauern. Vor diesem Hintergrund ist somit ein geringes SWB sowohl Wirkung als auch Ursache einer Arbeitslosigkeit und die Richtung der Kausalbeziehung abhängig von unterschiedlichen theoretischen Ausgangspunkten.

Eine analoge Argumentation kann auch auf die Partnerschaft angewendet werden: Glücklichere und zufriedener Menschen heiraten oder leben mit größerer Wahrscheinlichkeit in längerfristigen Partnerschaften als andere Personen (Veenhoven, 1989). Darüber hinaus bleiben sie länger verheiratet (Mastekaasa, 1994), so dass die unwidersprochen positiven Auswirkungen einer intimen Partnerschaft, wie der Schutz vor ökonomischen Problemen oder wie eine emotionale Unterstützung, sich bei zufriedenen Personen länger und stärker manifestieren können. Ein geringes SWB kann somit gleichzeitig – je nach theoretischer Perspektive – Wirkung und Ursache von Partnerlosigkeit sein.

Der Status einer Arbeits- oder Partnerlosigkeit ist mithin immer als ein Proxy für vermittelnde Faktoren, wie eine unterschiedliche Ressourcenausstattung, zu sehen. Vor diesem Hintergrund können sich an dieser Stelle weiterführende Forschungsfragen der Art anschließen, ob zum Beispiel arbeitslose Personen aufgrund geringerer Erfolgserlebnisse höhere externale Kontrollüberzeugungen haben, ob sie möglicherweise weniger adaptiv mit den Anforderungen des sozialen Wandels umgehen oder welcher Bewältigungsmodi ihr SWB am

ehesten unterstützen kann. Gleichfalls wäre zu fragen, ob Personen ohne Partnerschaft weniger Ressourcen besitzen, die ihnen einen adäquaten Umgang mit wandelbezogenen Anforderungen erleichtern würden. Auf der Basis der hier behandelten Literatur und auch mit den in dieser Arbeit benutzten Daten wären Fragestellungen der beschriebenen Art zu beantworten.

#### *8.4 Methodische Einschränkungen*

Obwohl das statistische Design und die statistischen Analysen der Studie sorgfältig geplant wurden, sind manche methodologischen Fallstricke nicht zu vermeiden gewesen. Dementsprechend müssen in Bezug auf die Interpretation der Ergebnisse einige Einschränkungen beachtet werden.

Die wichtigste methodische Einschränkung der vorliegenden Arbeit liegt in ihren korrelativen Daten begründet. Die Analysen zu den Beziehungen zwischen den postulierten Prädiktoren, Moderatoren und SWB sind mit simultan erhobenen, das heißt innerhalb eines Messzeitpunkts erhobenen Daten berechnet. Dies hat zwar den Vorteil, die Befunde mit denen ähnlich angelegter Studien vergleichen zu können, besitzt jedoch den großen Nachteil, keine kausalen Schlussfolgerungen ziehen zu können. Das theoretische Fundament der Arbeit legt eine spezielle Richtung der Dateninterpretation nahe, das mathematische Fundament der korrelativen Beziehungen zwischen Anforderungen, Bewältigung, Kontrolle und SWB aber lässt auch Spielraum für zwei alternative Auslegungen der Ergebnisse.

Erstens kann eine den Hypothesen umgekehrte Wirkungsrichtung interpretiert werden. Anstelle der Interpretation, dass zum Beispiel Engagement mit einer Steigerung des SWB einhergeht, Disengagement hingegen mit einer Senkung, kann in umgekehrter Weise vorgeschlagen und argumentiert werden, dass Personen je nach ihrer Stimmung unterschiedliche Bewältigungsstile präferieren. Beispielsweise fördert ein höheres SWB eher engagierte, Gefühle wie Frustration eher disengagierte Bewältigungsstrategien (Schulz & Heckhausen, 1998; Ben-Zur et al., 2005; siehe auch Kapitel 8.6). In analoger Weise ist vorstellbar, dass anstelle der besprochenen Wirkrichtung von belastenden Anforderungen auf SWB, auch die umgekehrte Richtung gilt: So empfinden zufriedener und glücklichere Personen Anforderungen als grundsätzlich weniger belastend (Pruessner, Hellhammer, Pruessner & Lupien, 2003).

Neben der umgekehrten Wirkungsrichtung können zweitens die Befunde auch dahingehend interpretiert werden, dass die ermittelten Beziehungen zwischen den Variablen auf die

Wirkung von Drittvariablen zurückführbar sind. So ist beispielsweise erwiesen, dass unterschiedliche Ressourcen (wie etwa soziale Unterstützung) sowohl das SWB von Personen als auch deren subjektive Wahrnehmung von Stressoren beeinflussen (Thoits, 1996): Personen mit einem sozialen Rückhalt besitzen erstens unmittelbar ein höheres SWB und sind zweitens einer geringeren Anzahl stressreicher Ereignisse ausgesetzt als Personen mit geringer sozialer Unterstützung (Schwarzer & Leppin, 1989). Hiernach treten im Leben dieser glücklicheren Personen potenziell weniger Ereignisse auf, die überhaupt als stressreich interpretiert werden können.

Die vorliegenden Daten erlauben bedauerlicherweise keine Analysen, mit Hilfe derer die relative Stärke der genannten Einflussrichtungen bestimmt werden könnte. Alle Möglichkeiten erscheinen auf theoretischer Ebene als plausibel und können sogar gleichzeitig Gültigkeit besitzen. Allerdings darf nicht in Vergessenheit geraten – und dies soll an dieser Stelle noch einmal explizit erwähnt und herausgestellt werden –, dass die Fragestellungen der vorliegenden Arbeit theoriegeleitet erarbeitet und untersucht sind. Darüber hinaus können schon einige längsschnittliche Stress- und Bewältigungsstudien die hier präferierte Wirkungsrichtung unterstützen (bspw. Poulin & Heckhausen, 2007). Tatsächlich kausale Schlussfolgerungen sollten aber nur mit Bedacht gezogen werden, bis die Fragestellungen mit längsschnittlichen Daten, bei denen eine systematische Manipulation der Prädiktoren erfolgt, analysiert werden.

Eine weitere methodische Einschränkung liegt in der Quelle der Daten begründet. Alle Analysen bauen auf Selbstauskünften der Studienteilnehmer auf, so dass davon ausgegangen werden muss, dass die Daten nicht nur systematische Varianz, sondern auch gemeinsame Residualvarianz teilen. Ein Problem, das im Zusammenhang mit Selbstberichten häufig diskutiert wird, sind spezifische *response sets* oder *response styles*, wie sie vor dem Hintergrund sozialer Erwünschtheit (Moorman & Podsakoff, 1992), des *impression management* (Mummendey, 1995) oder auch einfacher Ja-Sage-Tendenzen besprochen werden. Zwar ist zu vermuten, dass die Orientierung an sozialen Normen und Erwartungen eher bei negativen Verhaltensmaßen, wie bei Delinquenz oder deviantem Verhalten, und weniger bei positiven Maßen wie dem verwendeten SWB einen bedeutsamen Einfluss auf das Antwortverhalten hat. Urteilstendenzen aber wie zum Beispiel eine Verlagerung der Antworten zum positiven Skalenende sind aber auch für die Erfassung des SWB nicht auszuschließen. Diese sind auf eine ungenügende Differenzierungsleistung oder auf eine besondere Wichtigkeitszuschreibung bestimmter Sachverhalte zurückzuführen. In Konsequenz kann nicht ausgeschlossen werden, dass die ermittelten Zusammenhänge zwischen den Variablen nur teil-

weise in inhaltlichen Beziehungen begründet liegen, ein Anteil ist sicherlich auch kovariierenden Residualvarianzen zuzuschreiben. Dies kann zu Überschätzungen der Regressions- und Moderationskoeffizienten führen und somit die Analyse theoretisch hergeleiteter und systematischer Effekte erschweren. Allerdings, und dies sei an dieser Stelle besonders betont, kann vor dem Hintergrund der zahlreichen theoriekonformen Zusammenhänge zwischen den Untersuchungsvariablen bemerkt werden, dass mögliche Probleme durch kovariierende Residualvarianzen die Identifikation der theoretisch hergeleiteten Zusammenhänge zumindest in diese Studie nicht überschattet haben.

Eine dritte Einschränkung der bisherigen Interpretation betrifft die Generalisierbarkeit der Befunde. Zwar repräsentiert die in dieser Arbeit verwendete Stichprobe recht gut die Populationsverhältnisse vieler soziodemographischer Merkmale und sollte somit ein relativ repräsentatives Sample der in den vier untersuchten Bundesländer lebenden Personen darstellen (Reitzle, 2008).<sup>63</sup> Jedoch umfasst die Stichprobe nur Personen im Alter zwischen 16 und 43 Jahren. Dies geschah, um im Hinblick auf Erwerbsarbeit, Familie und Kinderziehung die vornehmlich aktivste Periode des mittleren Erwachsenenalters abbilden zu können (Silberstein et al., 2006). Infolgedessen bleibt die Frage offen, ob die aktuellen Befunde auch für andere Altersbereiche, wie das Jugendalter oder das Seniorenalter, valide sind. So steht zum Beispiel für die letztgenannte Personengruppe zu vermuten, dass sie wegen nachlassender Kompetenzen, abnehmender Kontrollpotenziale und einer zunehmend ungünstigen Bilanz von Entwicklungsgewinnen und -verlusten (Baltes & Mayer, 1999) stärker geneigt ist, eine engagierte Bewältigung zu reduzieren und stattdessen stärker auf disengagierte Formen der Bewältigung zu setzen. Auch ist bekannt, dass sich erlebte Kontroll- und Ressourcenverluste weniger gravierend im SWB manifestieren (Brandtstädter & Greve, 1994). Daher kann angenommen werden, dass die Variablen des an dieser Stelle untersuchten Modells auch im höheren Erwachsenenalter bedeutsam sind, jedoch sowohl in ihrer Ausprägung als auch in der Stärke ihrer Zusammenhänge untereinander von der in dieser Arbeit untersuchten Stichprobe abweichen können.

Die letzte methodische Limitation der Studie bezieht sich auf die Erfassung der Kontrollüberzeugungen als einer der zentralen Variablen der Studien. Im Besonderen soll auf methodische Aspekte der Reliabilität und Validität dieser Einzelitem-Indikatoren eingegangen werden.

---

<sup>63</sup> In der verwendeten Stichprobe sind lediglich arbeitslose Personen leicht über-, ledige Personen leicht unterrepräsentiert.

Generell werden in der Psychometrik Skalen mit mehreren Items gegenüber Einzelitem-Indikatoren bevorzugt, da sie eine höhere Reliabilität und Validität aufweisen sollen (Gardner, Cummings, Dunham & Pierce, 1998). Dieser Gedanke fußt auf Axiomen der klassischen Testtheorie, nach denen multiple Item-Indikatoren – im Gegensatz zu Einzelindikatoren – eine genaue Schätzung des Messfehlers erlauben. Die Berechnung der internen Konsistenz einer Skala als Maß ihrer Reliabilität oder auch die direkte Schätzung des Messfehlers mittels konfirmatorischer Faktoranalyse kann nur bei multiplen Indikatoren erfolgen. Zwar existieren alternative Schätzmethode zur Messfehlerbestimmung wie die Test-Retest-Reliabilität oder die Paralleltest-Reliabilität, die auch bei Einzelindikatoren berechnet werden können. Da sie aber eher die zeitliche Stabilität eines Merkmals oder die Äquivalenz zwischen zwei Messinstrumenten erfassen, gelten sie gemeinhin als ungeeignet (Cronbach, 1951). Eine Bestimmung der Reliabilität und des Messfehlers der Indikatoren zur Erfassung der wahrgenommenen internalen und externalen Kontrolle ist somit nicht möglich.

Mit Blick auf den Aspekt der Validität und an dieser Stelle besonders der Inhaltsvalidität gilt es zu bedenken, dass psychologische Konstrukte häufig eine Vielzahl von Inhaltsbereichen umfassen, die es bei der Messung in ihrer Gesamtheit zu berücksichtigen gilt. Da Einzelindikatoren nicht alle Teilaspekte eines Konstruktes so repräsentieren können wie dies mit multiplen Indikatoren möglich ist, sind Einzelindikatoren häufig sehr global formuliert (Baumgartner & Homburg, 1996). Hierbei wird allerdings implizit gefordert, dass die Testpersonen erstens alle möglichen Teilaspekte des Konstrukts kennen und diese bei der Beantwortung des Items berücksichtigen. Zweitens wird gefordert, dass die Wichtigkeit der Teilaspekte sich nicht zwischen den Testpersonen unterscheidet und sie somit alle Teilaspekte mit denselben Anteilen in die Beantwortung des Items einfließen lassen. Wie schon Peter (1979) bemerkt, können diese Annahmen nicht bestätigt werden, so gibt es hohe interindividuelle Varianz in dem Wissen um alle Aspekte eines Konstrukts. Es kann daher nicht ausgeschlossen werden, dass Probanden kein homogenes Verständnis des Merkmals der Kontrollüberzeugungen haben. Vor diesem Hintergrund wird die Inhaltsvalidität eines mittels Einzelindikator erfassten Merkmals als kritisch eingestuft. Tatsächlich ist eine ausreichend hohe Inhaltsvalidität von Einzelitem-Indikatoren nur von wenigen Merkmalen (wie bspw. Arbeitszufriedenheit: Cortese & Quaglino, 2006; Nagy, 2002) belegt.

Zuletzt muss vor dem Hintergrund des Wortlauts beider Indikatoren eine kritische Überprüfung ihrer Konstruktvalidität erfolgen: Bilden die Items den Bedeutungsumfang des Konstrukts „wahrgenommene internale und externale Kontrolle“ präzise und nachvollziehbar ab? Wahrgenommene Kontrolle im Sinne von Weiner (1979) bezieht sich auf die Überzeugung,



ob die Handlung oder das Handlungsergebnis durch den Handelnden kontrolliert werden kann oder ob diese sich seiner Kontrolle entziehen. Für die vorliegende Arbeit wurde das Merkmal dahingehend interpretiert, dass die wandelbezogenen Anforderungen entweder genügend Möglichkeiten für eigenes Kontrollpotenzial bieten oder diese von äußeren Umständen (bspw. von machtvollen Anderen oder vom Schicksal) bestimmt werden. Der tatsächliche Wortlaut der Items bietet allerdings auch Freiraum für alternative Deutungen.<sup>64</sup> So besteht die Möglichkeit, diese Formulierung auch als Frage nach der (internalen oder externalen) Kontrollierbarkeit des eigenen Bewältigungsverhaltens zu interpretieren. Es ist somit unklar, welche Untersuchungseinheit des Attributionsprozesses im Fokus dieser Items steht: Liegt der Fokus auf der Kontrollierbarkeit des stresshaften Ereignisses oder auf der Kontrollierbarkeit des eigenen Verhaltens?<sup>65</sup> Es ist nicht auszuschließen, dass die Probanden bei der hier gegebenen Operationalisierung kein homogenes Verständnis des Merkmals der Kontrollüberzeugung haben und dieses somit weniger präzise, das heißt mit einem höheren Residualanteil erfasst ist. Hiermit ist eine geringere Teststärke und somit eine geringere Möglichkeit verbunden, tatsächlich existierende Kovarianzen der Variable der Kontrollüberzeugung mit weiteren Merkmalen zu finden.

Allerdings kann anhand der vorliegenden Ergebnisse konstatiert werden, dass trotz des uneindeutigen Wortlauts die theoretischen Annahmen der wahrgenommenen Kontrolle über bivariate Zusammenhänge mit SWB sowie über Puffereffekte empirische Unterstützung finden. Tatsächlich bestehen vor dem Hintergrund der Weinerschen Theorie kaum Unterschiede in den theoretischen Vorhersagen des SWB zwischen der Kontrollierbarkeit der Anforderungen auf der einen Seite und der Kontrollierbarkeit des Bewältigungsverhaltens auf der anderen Seite. So ist anzunehmen, dass sich – analog zur wahrgenommenen Kontrolle über Anforderungen – Personen mit hoher wahrgenommener Kontrolle über ihr Bewältigungsverhalten als aktive Gestalter ihrer Umwelt sehen und dass sie mit Stolz und Zufriedenheit auf ihre bisherige und mit Hoffnung und Zuversicht auf ihre zukünftige Entwicklung blicken. Im Gegensatz dazu sollte bei hoher externaler Überzeugung vor allem Gefühle wie Depression und Unzufriedenheit überwiegen, da die Personen sich nicht als

---

<sup>64</sup> Der genaue Wortlaut des Items zur internalen Kontrolle lautet: „Was würden Sie sagen, woran liegt es, wie gut Sie mit diesen Anforderungen zurechtkommen? Wie sehr liegt es an Ihnen selbst?“ Das Item für externe Kontrolle hat dieselbe Einleitung und fragt „Wie sehr liegt es an den äußeren Umständen?“ (siehe auch Anhang B, Tabelle B4).

<sup>65</sup> Eine eindeutiger zu interpretierende Formulierung für internale Kontrollierbarkeit der Anforderungen wäre zum Beispiel: „Ich selber habe großen Einfluss auf die Anforderungen, die in meinem Leben passieren“. Gleichermäßen wäre eine eindeutiger zu interpretierende Formulierung für externaler Kontrollierbarkeit: „Andere Personen oder das Schicksal haben großen Einfluss auf die Anforderungen, die in meinem Leben passieren.“

maßgebliches Moment des Bewältigungserfolgs betrachten. Analoges gilt für die *goodness of fit* These zwischen Bewältigung und Kontrollierbarkeit: Auch an dieser Stelle steht zu erwarten, dass engagierte Bewältigung besonders bei hoher wahrgenommener Kontrolle über das Bewältigungsverhalten adaptiv für das SWB ist, disengagierte Bewältigung hingegen besonders bei geringem Kontrollpotenzial. Somit entsprechen die Prognosen für die Kontrollierbarkeit der Anforderungen überwiegend den Prognosen für die Kontrollierbarkeit des Bewältigungsverhaltens.

Zwar kann an dieser Stelle nicht abschließend beurteilt werden, ob und inwieweit ein differenzielles Itemverständnis die Indikatoren der Kontrollüberzeugungen betrifft. Zumindest für die untersuchten Zusammenhänge des Kontrollüberzeugungen mit wandelbezogenen Anforderungen, mit individuellem Bewältigungsverhalten und mit SWB kann aber festgehalten werden, dass trotz der angeführten Bedenken die angenommenen Beziehungen zwischen den Merkmalen mehrheitlich theoriekonform sind. Die möglichen Auswirkungen einer geringeren Reliabilität und Validität scheinen sich in dieser Studie – glücklicherweise – nicht zu manifestieren.

### 8.5 *Ausblick*

Die in dieser Arbeit vorgestellten Befunde bieten einen guten Ausgangspunkt für weitere Forschungen zum Thema des SWB, besonders auch im Hinblick auf die in dieser Arbeit zentrale Frage, welche Faktoren das SWB auf welche Art und Weise beeinflussen. Die Ergebnisse belegen eindeutig, dass zur Beurteilung des SWB unter stresshaften Bedingungen im Besonderen deren gemeinsamer Einfluss beachtet werden soll. Gerade die Interaktion möglicher Prädiktoren scheint einen bedeutsamen Zusammenhang mit dem SWB zu haben und sollte in zukünftigen Forschungsarbeiten weiter verfolgt werden, um unser Verständnis von SWB und von adäquatem Bewältigungsverhalten je nach belastenden Ereignissen oder je nach persönlichen Ressourcen vertiefen zu können.

An dieser Stelle sind allerdings noch manche Fragen offen, so dass zum Abschluss der Dissertationsschrift ein Ausblick auf mögliche Frage- und Problemstellungen gegeben werden soll, denen sich die zukünftige Forschung annehmen kann. Es werden im Folgenden sechs Themen und Ansatzpunkte vorgestellt, die für das vorliegende Thema eine besondere Relevanz besitzen.

Erstens – und dieser Punkt wurde schon bei den methodischen Einschränkungen angeführt – sind längsschnittliche Erhebungen notwendig, um die zwar theoretisch fundierte, aber in

dieser Arbeit nicht überprüfbare Richtung der Beziehungen zwischen belastenden Stressoren, Bewältigungsstrategien, Bewältigungsressourcen und SWB zu validieren und um die Richtung der kausalen Beziehungen zu erhärten. Es kann erwartet werden, dass diese Beziehungen nicht einfacher unidirektionaler Natur sind, sondern dass die an der Regulation des SWB beteiligten Faktoren und Prozesse erstens miteinander verwoben sind (d.h. sie beeinflussen sich wechselseitig) und zweitens durch zahlreiche, noch nicht beachtete, subjektive und objektive Faktoren (wie Persönlichkeitstraits oder kontextuelle Barrieren) moderiert werden.

Vor diesem Hintergrund stehen interessanterweise gerade die beiden zentralen Modelle der vorliegenden Arbeit – die Sollwerttheorie des SWB und die Lebenslauftheorie der Kontrolle – in einem Spannungsverhältnis: Die Sollwerttheorie und der überwiegende Anteil der im ersten Kapitel vorgestellten Literatur fokussieren auf Prädiktoren zur Erklärung inter- und intraindividuelle Unterschiede im SWB und begreifen somit das SWB – so wie es auch in der vorliegenden Arbeit untersucht wird – als Ergebnis zum Beispiel der genetischen Ausstattung oder der Erfahrung mit unterschiedlichen Stressoren. Im Unterschied hierzu formuliert die Lebenslauftheorie der Kontrolle SWB explizit nicht nur als relevante Zielvariable, sondern sie betont vor allem dessen weitergehende Bedeutung für primäres Kontrollstreben als das grundlegende Moment der menschlichen Entwicklungsregulation (Schulz & Heckhausen, 1998). Zwar erkennen die Autoren an, dass eine Steigerung des SWB zum Beispiel in anforderungsreichen Situationen auch als proximales Ziel dienen kann, jedoch sehen sie dessen eigentliche Bedeutung in der Vermittlung und Unterstützung des primären Kontrollstrebens. So formulieren Schulz und Heckhausen (1998) ein Rückkopplungsmodell zwischen dem Ergebnis einer Bewältigung, den daraus folgenden Emotionen und deren Rückwirkungen auf die Art des Bewältigungsverhaltens: Nach diesem Modell dient beispielsweise ein hohes SWB infolge einer erfolgreichen Bewältigung wandelbezogener Anforderungen als Verstärker für weiteres Engagement, es bietet die Möglichkeit, neue Ressourcen (finanzieller, sozialer und personaler Art) zu generieren und als Folge weiteres primäres Kontrollstreben zu fördern. Auch kurzfristige negative Emotionen bei einer misslungenen Bewältigung von Anforderungen können zu einem höheren primären Kontrollstreben beitragen, wenn anfängliche Schwierigkeiten durch verstärktes Engagement und durch Mobilisierung weiterer Ressourcen (wie externe Hilfen) ausgeglichen werden. Da allerdings bei weiteren Misserfolgslebnissen die Gefahr besteht, dass diese Ressourcen auch aufgebraucht werden, fördern dem Modell zu Folge längerfristige negative Emotionen disengagierte Bewältigungsstrategien. Diese schützen noch vorhandene Motivation und

Ressourcen und bewahren somit noch bestehendes primäres Kontrollpotenzial. Positive oder negative Emotionen als Folge erfolgreicher oder misslungener Bewältigung lösen somit bestimmte Verhaltensweisen und Regulationsprozesse aus, die der Steigerung, der Aufrechterhaltung und dem Schutz des primären Kontrollstrebens dienen. An dieser Stelle ansetzende längsschnittliche Studien können helfen, die Größe der unterschiedlichen Einflussrichtungen zwischen den Variablen zu bestimmen.

Ein generelles Problem von längsschnittlich angelegten Studien ist allerdings die Auswahl solcher Erhebungszeitpunkte und -intervalle, welche die zu untersuchenden Prozesse und Entwicklungen adäquat erfassen und abbilden können. Die zeitliche Taktung der verschiedenen Regulationsprozesse kann sich deutlich voneinander unterscheiden. So wurde bereits im theoretischen Teil der Arbeit berichtet, dass SWB eine hohe zeitliche Stabilität aufweist und nur über einen kleinen Zeitraum betrachtet von dem Sollwert nach oben oder nach unten abweicht (Headey, 2008). Liegen die Auswirkungen spezieller Lebensereignisse auf die Lebenszufriedenheit einer Person im wissenschaftlichen Fokus, so bieten prospektive Längsschnittstudien (wie z.B. das SOEP) eine gute Datengrundlage, da sie es ermöglichen, die Vorläufer bestimmter Lebensereignisse und deren Auswirkungen über einen sehr langen Zeitraum zu beobachten. Liegt das Interesse eher an Stimmungen und der Affektvariabilität einer Person, sind hochfrequente Messungen wie die *experience sampling method* vorzuziehen (siehe bspw. Hektner, Schmidt & Csikszentmihaly, 2007).

Eine unterschiedliche zeitliche Taktung betrifft natürlich nicht nur unterschiedliche Komponenten des SWB: Auch Engagement und Disengagement wurden als zwei Strategien beschrieben, deren Prozesse und Auswirkungen sich auf unterschiedlichen Zeitrahmen einordnen lassen. Ein einfaches Messdesign mit zwei Messzeitpunkten mag daher schon zu wenig sein, um die Unterschiedlichkeit der Prozesse angemessen abbilden zu können. Längsschnittliche Studien müssen sich demzufolge auf unterschiedliche Prozesse einstellen und ihr Design nach deren speziellen Zeittakten ausrichten. So könnten beispielsweise mittels *high frequent measurement*, also einer hochfrequenten Längsschnittstudie mit täglichen Erhebungen, Prozesse und Auswirkungen engagierter Bewältigung erfasst werden. Prozesse des Disengagements allerdings können mit diesem Studiendesign nicht adäquat ermittelt werden. An dieser Stelle wird ein Studiendesign über einen längeren Zeitraum benötigt, welches sowohl die Distanzierung von aktuellen Zielen als auch die Ausrichtung auf neue Ziele abbilden kann.

Zweitens – und auch dies wurde wie der erste Punkt bereits in dem Abschnitt zu methodischen Einschränkungen der Studie angeführt – können auch längsschnittliche Studien die Beziehungen zwischen Anforderungen, Ressourcen, Bewältigungsstrategien und Entwicklungsergebnissen letztendlich nicht als kausal belegen. Der Anhaltspunkt dafür ist bislang nur die Kompatibilität von theoretischen Annahmen und empirischer Datenlage, was bekanntlich die Gültigkeit anderer Beziehungsmuster nicht ausschließen kann. Ob die jeweilige Deutung tatsächlich zutrifft, kann eine experimentelle Variation von Bedingungen belegen, um die im Prinzip korrelativen Daten und Aussagen eines Quer- und Längsschnitts zu erhärten.

Zwar besitzen experimentelle Studien eine hohe interne Validität, deren externe Validität, das heißt die Übertragbarkeit und Generalisierung der konkreten Befunde hinaus auf andere Populationen, Forschungsdesigns, Orte, Zeiten und Situationen wird allerdings kontrovers diskutiert (Shadish, Cook & Campell, 2002). Angesichts dieser Problematik haben sich *intervention trials* bewährt, bei denen – ähnlich einer klinischen Studie – eine kontrollierte Intervention bestimmter Variablen in einem Prä-Posttest-Design mit randomisierten Interventions- und Kontrollgruppen durchgeführt wird (Kellam & Rebok, 1992).

Bezogen auf die zentralen Variablen dieser Studie sollte allerdings die tatsächliche Realisierung einer experimentellen Manipulation mit nur unterschiedlichem Erfolg gelingen. So ist eine randomisierte Variation der erlebten Belastung durch wandelbezogene Anforderungen auf Personen verständlicherweise nicht realisierbar. Anders sieht dies indes für eine kontrollierte Intervention solcher Fähigkeiten aus, die einen adaptiven Umgang mit den belastenden Anforderungen ermöglichen sollen. Wie die Befunde dieser Arbeit belegen, scheinen in Zeiten sozialen Wandels besonders selbstregulative Fähigkeiten für das SWB zentral. In diesem Sinne könnte mit einer Förderung zentraler selbstregulativer Konzepte, wie etwa einer realistischen und ausreichenden Zielbildung auf Basis der eigenen Interessenlage und ihrer Realisierungschancen oder wie auch von Strategien zur deren Umsetzung in die Realität, eine Steigerung des SWB bewirkt werden. Der interessierte Leser sei an dieser Stelle an Blumenthal und Tomasik (2008) verwiesen, die in einer Pilot-Evaluation zum Übergang von der Schule in den Beruf eine kontrollierte Intervention an zentralen selbstregulativen Fähigkeiten durchführen und evaluieren, inwieweit querschnittliche Prognosen und bedingungs-kontrollierte Intervention vergleichbare Ergebnisse zeigen. Die Befunde dieser Evaluationsstudie sind vielversprechend und unterstützen die vorausgesagte kausale Richtung.

Drittens sollte dem Facettenreichtum des Konstrukts SWB in stärkerem Maße mittels verfeinerter und hoch entwickelter Messverfahren (wie etwa der *experience sampling method*, durch psychophysiologische Maße oder auch mittels Verfahren der Kognitions- oder Neuropsychologie) Rechnung getragen werden. SWB stellt ein breites Konstrukt mit vielen unterschiedlichen Phänomenen dar, wie positive und negative Emotionen oder Bewertungen spezifischer Lebensaspekte. Jede Einzelkomponente kann für sich genommen mit unterschiedlichen Methoden erhoben und analysiert werden.

Seit dem Beginn der Forschung zum SWB liegt das Hauptaugenmerk auf Selbstberichten und Fragebogenstudien, auch alle in dieser Arbeit berichteten empirischen Befunde stützen sich auf diese Datenquellen. Dies liegt sicherlich in deren vergleichsweise einfachen, unaufwändigen und preiswerten Administration begründet, was für mögliche alternative Methoden (besonders für diejenigen, die biologisch-physiologische Indikatoren miteinbeziehen) nicht unbedingt gilt. Fragebögen können zwar eine äußerst hohe psychometrische Qualität hinsichtlich ihrer Reliabilität und Validität aufweisen, sie unterliegen jedoch manchen klassischen Problemen wie den bereits genannten *response sets* und *response styles*. Alternative Erhebungsmethoden haben spezifische Vorteile, da sie erstens nicht denselben Problemen unterworfen sind wie Erhebungen mittels Fragebögen, zweitens unterschiedliche Aspekte des Konstrukts SWB erfassen und mithin insgesamt als komplementäre und ergänzende Verfahren wirken können.

Es besteht kein Grund zur Annahme, dass SWB als die interne Erfahrung einer Person nur adäquat mit Selbstauskünften und nicht mit alternativen Erhebungsmethoden erfasst werden kann. Moderne bildgebende Methoden und neuropsychologische Verfahren, wie die Analyse der Aktivität bestimmter Hirnregionen mittels EEG oder PET, kognitive Verfahren, wie die Messung von Reaktionszeiten bei der Erinnerung an positive oder negative Lebensereignisse, Verfahren der Verhaltensbeobachtung, wie die Analyse von Gesichtsausdrücken (Häufigkeit eines Lächelns) oder auch die Fremderhebung des SWB durch Freunde oder Partner sollten gleichberechtigt neben Selbstberichten stehen und wertvolle Auskünfte über das subjektive Erleben geben können. Erst der Verbund vieler Erhebungsmethoden kann der theoretischen Komplexität des Konstrukts SWB gerecht werden und die bisherigen theoretischen Ansätze einem härteren Test unterziehen. Dies bietet zudem die Chance, das Forschungsfeld zum SWB zu erweitern und neue Theorien zur Erklärung divergierender Befunde zu generieren. Ein solcher Verbund mehrerer Erhebungsmethoden bietet somit einen quasi *Single Trait Multi Method* Ansatz, der die bisherigen Erklärungen von Zusammenhangsstrukturen auf Grund von Selbstberichten entweder bestätigen oder erweitern oder sogar entkräften kann.

Viertens soll an dieser Stelle nicht verschwiegen werden, dass die verwendete theoretische Basis des SWB sowie dessen Komponenten nicht von allen Forschern und Experten dieses Themengebiets geteilt wird. Die aktuelle Forschung zu diesem Topos lässt sich grob in zwei generelle Perspektiven einordnen:

- Auf der einen Seite die hedonistische Perspektive, die ihren Fokus auf subjektiv erlebtem Glück (im Sinne von *happiness*) legt und SWB als die Erfahrung vieler positiver Emotionen (sowie weniger negativer Emotionen) und eines zufriedenstellenden Lebens definiert. Die vorliegende Arbeit wie auch die deutlich überwiegende Mehrzahl empirischer Literatur fußt auf dieser hedonistischen SWB-Perspektive (Diener, Lucas & Oishi, 2006).
- Auf der anderen Seite werden insbesondere in der letzten Dekade Stimmen lauter, welche für eine sogenannte eudämonische Perspektive argumentieren (bspw. Ryan & Deci, 2001; Ryff & Singer, 1998). Nach diesen Modellen erleben Menschen eudämonisches SWB, wenn ihr Leben und Handeln im Einklang mit ihren eigenen und universellen Werten, wie etwa Autonomie oder Verbundenheit steht (Waterman, 1993) und sie dadurch ihr eigenes Potenzial erleben und ausschöpfen können (Ryan & Deci, 2000). Anstelle das SWB durch die Häufigkeit von Emotionen zu quantifizieren, sieht die eudämonische Perspektive SWB eher repräsentiert durch den Grad von persönlicher Autonomie, von persönlichem Wachstum, von positiver Verbundenheit mit anderen Personen sowie durch das Erleben der eigenen Kompetenz und Stärke, durch eine hohe Akzeptanz der eigenen Person und durch das Erleben eines sinnvollen und –haften Lebens (Keyes & Ryff, 2000).

Empirische Studien, die beide Paradigmen des SWB gleichzeitig untersuchen, können zeigen, dass diese – trotz eines substanziellen Überschneidungsbereichs beider Perspektiven – ausreichend eigene Varianz besitzen und somit eigenständige und unabhängige Konstrukte darstellen (Compton, Smith, Cornish & Qualls, 1996). Insofern kann eine weitere interessante Problemstellung darin bestehen, nach der Übertragbarkeit der aktuellen Befunde dieser Studie auf alternative Spezifikationen des SWB zu fragen. Sind Anforderungen des sozialen Wandels ebenso belastend für das Erleben von Autonomie oder von Verbundenheit mit Anderen wie sie es für das Erleben von positiven Emotionen sind? Möglicherweise können aber auch divergierende Befunde zwischen beiden Paradigmen ermittelt werden: So mag das Erleben der belastenden Anforderungen auf der einen Seite sehr wohl mit stärkeren negativen Emotionen einhergehen, es bietet aber auf der anderen Seite die Möglichkeit zur Erweiterung

der Persönlichkeit und zum Erleben der eigenen Kompetenz. Insofern stellt die eudämonische keine konkurrierende Perspektive gegenüber der hedonistischen dar, sondern beide Paradigmen stehen komplementär zueinander, so dass deren gemeinsame Nutzung das Bild des SWB einer Person nur bereichern und weiter verfeinern kann.

Fünftens sollte die zukünftige Forschung weitere Prädiktoren und Prozesse in die systematische Untersuchung des SWB mit einbeziehen. Wie schon an verschiedenen Stellen der Arbeit diskutiert wurde, ist SWB ein breites Konstrukt, so dass es Diener et al. (1999) als eigenständiges und breit gefächertes Forschungsgebiet denn als Einzelkonstrukt aufzufassen. Insgesamt ist die Auflistung relevanter Faktoren umfangreich und sehr differenziert: Sie umfasst erstens individuelle Faktoren wie genetische Komponenten, Persönlichkeitseigenschaften, körperliche Gesundheit, Kognitionen, Zielvorstellungen, Bewältigungskompetenzen, zweitens soziale Komponenten wie die Größe des sozialen Umfelds und die Enge der sozialen Beziehungen, sowie drittens externe Komponenten wie Lebensereignisse, Aspekte der eigenen Erwerbsarbeit oder auch Aspekte der Kultur (wie z.B. die politische und ökonomische Struktur).

Für viele dieser Einflussfaktoren sind theoretische Modelle (wie das dieser Studie zu Grunde liegende Modell der Sollwerttheorie des SWB) entwickelt worden, die beispielsweise erklären, wie individuelle Faktoren einer Person die Auswirkungen externer Lebensereignisse auf das SWB moderieren und beeinflussen. Zukünftige Forschung sollte besonders darauf ausgelegt sein, die Interkorrelationen zwischen den einzelnen Variablengruppen weiter zu beschreiben und einen integrativen Rahmen um alle Komponenten zu spannen. So ist zu fragen, ob und inwieweit genetische Komponenten oder Persönlichkeitseigenschaften die Bewältigungskompetenz für den Umgang mit belastenden Lebensereignissen oder Lebenserfahrungen (wie z.B. körperliche Erkrankungen auf der individuellen Ebene) beeinflussen können. Gerade diese Interaktion zwischen internalen und externalen Faktoren erscheint äußerst reizvoll. SWB dürfte sich als vielschichtiges „bio-psycho-soziales“ Geschehen darstellen, das biologische Prozesse (wie der Expression von Genen), psychische Prozesse (wie kognitive Prozesse der Bewältigung), soziale Prozesse (auf der Ebene von Gruppen oder der Kultur) und externe Ereignisse umfasst. Es ist anzunehmen, dass sich diese Prozesse wechselseitig beeinflussen. Auswirkungen des einen Prozesses führen zu Veränderungen der anderen Prozesse.

Es liegt auf der Hand, dass dieser breit gefächerte Umfang relevanter Faktoren und die Analyse der damit verbundenen Prozesse die systematische Untersuchung des SWB zu einem



multidisziplinären Forschungsfeld konstituiert. Theoretische Ansätze und adäquate Forschungsmethoden aus den Bereichen der Psychologie, Soziologie, Medizin sowie Ökonomie können eine gemeinsame Grundlage für eine zukünftige und fruchtbare Erforschung dieses Forschungsfeldes bieten und integrative Erklärungsmodelle erstellen.

Sechstens und in Spezifizierung des gerade genannten Punktes sollte die zukünftige Forschung stärker als in bisherigem Maße berücksichtigen, dass psychische Prozesse wie das Erleben von Stressoren oder Regulationsprozesse immer in unterschiedliche gesellschaftliche Kontexte eingebettet sind. Vor allem Bronfenbrenner (1979) verweist auf die Notwendigkeit, nicht nur Beziehungen solcher Kontexte zu untersuchen, die eine Person unmittelbar umgeben, sondern deren Zusammenspiel mit übergeordneten gesellschaftlichen Kontexten zu verbinden. Gerade sozialer Wandel umfasst Veränderungen auf der gesellschaftlichen Markoebene, welche sich auf der individuelle Mikroebene in zahlreichen neuen und belastenden Anforderungen manifestieren. Der Einfluss des Makrokontexts auf individuelles Erleben ist also allgegenwärtig.

Mit Bezug zum SWB kann somit angenommen werden, dass erstens die Ausprägung des SWB entlang unterschiedlicher Kontexte sowie deren spezifischen Merkmale variiert. Die zugrunde liegende Annahme ist, dass Personen in zum Beispiel ökonomisch benachteiligten Regionen in ihrem Alltag mit mehr belastenden Stressoren konfrontiert sind, die gerade aus der wirtschaftlichen Schwäche ihrer Region herrühren. Aufgrund ihrer stärkeren Belastung durch solche regionalspezifischen Stressoren und Anforderungen kann angenommen werden, dass diese Personen ein geringeres SWB haben.

Zweitens und in Ergänzung des ersten Punktes kann erwartet werden, dass auch die Beziehungen zwischen Prädiktoren und SWB – wie die Assoziationen zwischen Bewältigung und SWB – in Abhängigkeit von Merkmalen des näheren oder weiteren ökologischen Kontexts variieren kann. So stellen beispielsweise wirtschaftlich prosperierende Kontexte ihren Bewohnern mehr Opportunitäten und solche Ressourcen zur Verfügung, die maßgeblich einen Einfluss auf Bewältigung und andere Regulationsprozesse haben.

Zwei bemerkenswerte Studien zu diesem Thema von Pinguart et al. (2008) sowie Tomasik (2008) sind schon im Kapitel 4.3 angesprochen worden, aus denen sich interessante Querbezüge mit der aktuellen Arbeit herleiten und weitere Forschungsfragen aufzeigen lassen. So ermitteln die Autoren, dass in opportunitätsarmen Regionen der ansonsten negative Zusammenhang von Belastungen und positiver Stimmung abgeschwächt (d.h. weniger negativ) wird. Wenn viele andere Bewohner der Region von ähnlichen Schwierigkeiten betroffen

sind, so sind eigene Probleme für das Befinden weniger relevant. In opportunitätsreicheren Regionen hingegen zeigt engagierte Bewältigung eine stärkere Verbindung mit SWB, da möglicherweise solche Regionen mehr Unterstützung für diesen Bewältigungsmodus bieten (Pinquart et al., 2008). Im Umkehrschluss findet sich in diesen Regionen auch eine deutliche Negativierung des Zusammenhangs zwischen disengagierter Bewältigung und Lebenszufriedenheit (Tomasik, 2008).<sup>66</sup>

Es wäre beispielsweise eine interessante Fragestellung, ob die unterschiedlichen Zusammenhänge zwischen Bewältigungsmodi und SWB entlang von Kontextmerkmalen durch unterschiedliche Kontrollüberzeugungen vermittelt werden. So ist vorstellbar, dass diejenigen Personen, die in wirtschaftlich schwächeren Regionen leben, eine höhere Überzeugung empfinden, auf ihr eigenes Leben keine oder nur geringe Einflussmöglichkeiten zu haben. Wirtschaftlich prosperierende Gegenden hingegen sollten in einem stärkeren Maße dazu geeignet sein, internale Kontrolle zu entwickeln und zu erleben und somit die Überzeugung aufzubauen, das Leben tatsächlich nach den eigenen Wünschen beeinflussen zu können. Wie in der vorliegenden Studie gezeigt wird, ist eine der wichtigsten Variablen zur Beurteilung der Adaptivität engagierter und disengagierter Bewältigung die wahrgenommene Kontrolle. Diese könnte einen zentralen Mediator der Beziehungen zwischen Umwelt- und Individualmerkmalen darstellen.

Insgesamt kann also davon ausgegangen werden, dass Individualmerkmale immer auch mit Kontextmerkmalen zu verbinden sind. Beide können gemeinsam einen bedeutsamen Einfluss auf das individuelle Leben und Erleben ausüben. Zukünftige Arbeiten sollten verstärkt die Wirkung solcher Umweltmerkmale in die Analyse von Individualmerkmalen einbeziehen und die Vermittlung zwischen der Kontext- und der Individualebene eingehender untersuchen. Damit wäre dann auch verbunden, dass die bereits in anderen Fachgebieten wie etwa der Soziologie und der Politologie erfolgreich angewandten Ansätze zur Mehrebenenanalyse für Fragestellungen der Psychologie fruchtbar gemacht werden können.

---

<sup>66</sup> Allerdings muss an dieser Stelle angefügt werden, dass ein Vergleich besonders der Befunde von Tomasik (2008) mit den Befunden der vorliegenden Studie nur über Umwege möglich ist. Zwar beruhen beide Studien auf demselben Datensatz, sie beziehen aber unterschiedliche Personen in ihre Analysen ein: Tomasik (2008) untersucht seine Fragestellung an einer ausgewählten Teilstichprobe, die sich durch ein besonders hohes Erleben von wandelbezogenen Anforderungen auszeichnet. Die aktuelle Studie hingegen hat diese Einschränkung nicht, sie betrachtet sowohl Personen mit vielen wandelbezogenen Anforderungen als auch mit wenigen oder keinen wandelbezogenen Anforderungen. In diesem Sinne bietet diese Arbeit ein allgemeineres Bild zum Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels und SWB. Berücksichtigt man diese Unterschiede zwischen beiden Studien, so zeigen die Schlussfolgerungen für den in beiden Studien untersuchten Zusammenhang zwischen disengagierter Bewältigung und SWB eine hohe Übereinstimmung: Ist eine Person mit vielen belastenden Anforderungen konfrontiert und offeriert ein soziales Setting (wie eine Region) nur geringes Kontrollpotenzial, so bietet Disengagement eine adaptive Regulation des SWB.

### 8.6 Resümee und Bilanz

Wenn im Sinne von Lerner und Buschnagel (1981) Menschen als Koproduzenten ihres eigenen – glücklichen (und unglücklichen) – Lebens verstanden werden, so setzt diese Behauptung zwei Prämissen voraus: Erstens dass Menschen selber zum Gelingen ihres glücklichen und zufriedenen Lebens beitragen können, dieses Leben aber zweitens auch Bedingungen unterliegt, auf die sie keinen Einfluss ausüben können und die ein glückliches Leben verhindern können.

Nur selten verläuft die individuelle Lebensplanung und –geschichte reibungslos und ohne Schwierigkeiten. In jedem Leben vermischen sich eigene gewollte Handlungsergebnisse auf der einen Seite und nicht-gewollte Erfahrungen auf der anderen Seite. Gerade in Handlungsfeldern und Kontexten, die eher undurchschaubar sind und nur geringe Einflussmöglichkeiten bieten, ist das Risiko für negative Auswirkungen auf das SWB nicht auszuschließen. Besonders die aktuellen Bedingungen eines raschen sozialen und kulturellen Wandels legen die Befürchtung nahe, dass für die Genese eines glücklichen Lebens gewollte Faktoren weniger wichtig werden und statt dessen der adaptive Umgang mit nicht-gewollten Faktoren in den Vordergrund rückt (Heckhausen, 1999). Eine systematische Erforschung dieser Grundbedingungen des SWB gerade in Zeiten des sozialen Wandels wurde jedoch bislang noch weitgehend vernachlässigt.

In der vorliegenden Arbeit wurden theoretische Überlegungen diskutiert und empirische Analysen durchgeführt, die zur Schließung dieser Forschungslücke beitragen sollten. Somit steht die Arbeit im Zusammenhang mit vielen Forschungsarbeiten zum Thema des SWB, zum Thema der individuellen Auswirkungen gesellschaftlicher Umbrüche sowie zum Thema der Adaptivität unterschiedlicher Bewältigungsstrategien. Der besondere Wert der Untersuchung liegt dabei in der Integration dieser unterschiedlichen Forschungsarbeiten und somit in der Beantwortung der Frage, ob und wie es Menschen in Zeiten sozialen Wandels und der damit zusammenhängenden belastenden Anforderungen gelingt, ihr SWB mittels unterschiedlicher Bewältigungsstrategien zu regulieren. Insgesamt können die Ergebnisse in Gänze die theoretischen Annahmen der drei Grundprämissen der Arbeit unterstützen, insbesondere der Erweiterung der Sollwerttheorie des SWB (Lucas, 2007), der Lebenslauftheorie der Kontrolle (Heckhausen & Schulz, 1995) und der *goodness of fit* These der Kontrollüberzeugungen (Zakowski et al., 2001).

- Erstens konnte gezeigt werden, dass veränderte Lebens- und Entwicklungsbedingungen der modernen Zeit eine negative Beziehung mit den untersuchten affektiven und kognitiven Maßen des SWB haben. Die erfassten Anforderungen des sozialen Wandels in den Lebensbereichen Arbeit und Familie können somit als verunsichernde und belastende Veränderungen der Lebensgewohnheiten interpretiert werden, die mit einem verminderten SWB einhergehen.
- Zweitens konnte belegt werden, dass angesichts von Problemen und Schwierigkeiten emotionsregulierende Elemente wie engagierte und disengagierte Bewältigungsstrategien wichtig werden, da sie einen adaptiven Umgang mit dem sozialen Wandel ermöglichen. An dieser Stelle bieten beide Bewältigungsmodi einen sinnvollen Puffer gegenüber den belastenden Anforderungen des sozialen Wandels.
- Drittens wurde ermittelt, dass die Größe des Puffereffekts – quasi als Maß der Adaptivität – vom Grad der wahrgenommenen Kontrolle abhängt: Einen hohen Puffer gegenüber einer steigenden Belastung durch sozialen Wandel bieten die beiden Merkmalskombinationen Engagement mit internaler Kontrollüberzeugung sowie Disengagement mit externaler Kontrollüberzeugung.

Die Resultate belegen eindeutig das enorme Potenzial menschlicher Handlungsregulation für das SWB auch unter schwierigen und stressigen Bedingungen. Natürlich gelingt der Umgang mit nur geringen Anforderungen besser, die Belastung fällt geringer aus, eine Bewältigung fällt leichter und es werden weniger Ressourcen benötigt. Allerdings zeigen die Befunde ebenso deutlich, dass auch solche Personen mit einer Vielzahl hoher Stressoren und nur einer geringen Überzeugung, daran etwas ändern zu können, eine positive Befindlichkeit und eine hohe Lebenszufriedenheit besitzen können.

Da die deutsche Gesellschaft nicht nur seit geraumer Zeit großen sozialen und ökonomischen Veränderungen unterworfen ist, sondern dies auch weiterhin sein wird, werden die Fragen nach den Auswirkungen solcher Veränderungen und besonders nach einem adaptiven Umgang hiermit zunehmend zu wichtigeren Themen für das individuelle Leben der Menschen. In dieser Arbeit konnte gezeigt werden, dass die menschliche Handlungsregulation auch unter solch belastenden Bedingungen ein verhältnismäßig glückliches Leben ermöglicht. Die Befunde entsprechen der Meinung Heckhausens (1999), dass die Grundbedingungen eines glücklichen Lebens in der heutigen Zeit sowohl die zweckmäßige Ausnutzung eigener Handlungspotenziale umfasst wie auch die Berücksichtigung möglicher Beschränkungen in den

eigenen Handlungsmöglichkeiten und eine Generierung sinnvoller Handlungsalternativen. Die passende Auswahl eigener Handlungen auf Basis der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Optionen bietet eine Grundlage für den Aufbau eines stabilen SWB und einer stabilen Identität.



## 9 Referenzen

- Abbott, P. & Sapsford, R. (2006). Life-satisfaction in post-soviet Russia and Ukraine. *Journal of Happiness Studies*, 7, 251-287.
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Affleck, G., Tennen, H. & Gershman, K. (1985). Cognitive adaptations to high-risk infants: The search for mastery, meaning, and protection from future harm. *American Journal of Mental Deficiency*, 89, 653-656.
- Aguinis, H., Beaty, J., Boik, R. & Pierce, C. (2005). Effect Size and Power in Assessing Moderating Effects of Categorical Variables Using Multiple Regression: A 30-Year Review. *Journal of Applied Psychology*, 90, 94-107.
- Aiken, L. S. & West, S. G. (1991). *Multiple regression*. Newbury Park, US: Sage.
- Albright, G., Andreassi, J. & Brockwell, A. (1991). Effects of stress management on blood pressure and other cardiovascular variables. *International Journal of Psychophysiology*, 11, 213-217.
- Alex, L. (2002). Diskrepanzen zwischen Ausbildung und Beschäftigung insbesondere im Facharbeiterbereich. In R. Jansen (Hrsg.), *Die Arbeitswelt im Wandel* (S. 33-51). Bielefeld: Bertelsmann.
- Amirkhan, J. (1998). Attributions as predictors of coping and distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 1006-1018.
- Andrews, F. & Robinson, J. (1991). Measures of subjective well-being. *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 61-114). San Diego, US: Academic Press.
- Appleyard, K., Egeland, B., van Dulmen, M. & Sroufe, L. (2005). When more is not better: The role of cumulative risk in child behavior outcomes. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46, 235-245.
- Arnett, J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arthaud-Day, M., Rode, J., Mooney, C. & Near, J. (2005). The subjective well-being construct: A test of its convergent, discriminant, and factorial validity. *Social Indicators Research*, 74, 445-476.
- Aymanns, P., Filipp, S. & Klauer, T. (1995). Family support and coping with cancer: Some determinants and adaptive correlates. *British Journal of Social Psychology*, 34, 107-124.
- Bak, P. M. & Brandtstädter, J. (1998). Flexible Ziellanpassung und hartnäckige Zielverfolgung als Bewältigungsressourcen: Hinweise auf ein Regulationsdilemma. *Zeitschrift für Psychologie*, 206, 235-249.
- Baltes, P. & Mayer, K. (1999). *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100*. New York, US: Cambridge University Press.
- Bamberg, E. (1992). Stressoren in der Erwerbsarbeit und in der Freizeit: Zusammenhänge mit psychischen Befindensbeeinträchtigungen. *Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie*, 36, 84-91.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, US: Freeman.
- Bargh, J. & Chartrand, T. (1999). The unbearable automaticity of being. *American Psychologist*, 54, 462-479.
- Baumeister, R., Bratslavsky, E., Finkenauer, C. & Vohs, K. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5, 323-370.

- Baumgardner, A., Heppner, P. & Arkin, R. (1986). Role of causal attribution in personal problem solving. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 636-643.
- Baumgartner, H. & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Marketing*, 13, 139-161.
- Beck-Gernsheim, E. (1997). Geburtenrückgang und Kinderwunsch - die Erfahrung in Ostdeutschland. *Zeitschrift für Bevölkerungswissenschaft*, 22, 59-71.
- Ben-Zur, H. (2002). Monitoring/blunting and social support: Associations with coping and affect. *International Journal of Stress Management*, 9, 357-373.
- Berger, P. A. (1996). *Individualisierung: Statusunsicherheit und Erfahrungsvielfalt*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Berlin-Institut für Bevölkerung und Entwicklung (Hrsg.) (2006). *Die demographische Lage der Nation. Wie zukunftsfähig sind Deutschlands Regionen?* München: dtv.
- Bertram, B. (1994). Berufswahl in der Planwirtschaft - Auswirkungen in der Marktwirtschaft. In B. Bertram, W. Bien, T. Gericke, M. Höckner, L. Lappe & H. Schröpfer (Hrsg.), *Gelungener Start - unsichere Zukunft? Der Übergang von der Schule in die Berufsbildung* (S. 5-24). München: DJI.
- Bertram, H. & Kreher, S. (1996). Lebensformen und Lebensverläufe in diesem Jahrhundert. *Aus Politik und Zeitgeschichte*, B 42, 18-29.
- Biederman, J., Milberger, S., Faraone, S. V., Kiely, K., Guite, J., Mick, E., Ablon, S., Warburton, R. & Reed, E. (1995). Family-environment risk factors for attention deficit hyperactivity disorder: A test of Rutter's indicators of adversity. *Archives of General Psychiatry*, 52, 464-470.
- Blagden, J. & Craske, M. (1996). Effects of active and passive rumination and distraction: A pilot replication with anxious mood. *Journal of Anxiety Disorders*, 10, 243-252.
- Blossfeld, H.-P. (2000). Bildung, Arbeit und soziale Ungleichheit im Globalisierungsprozess. Einige theoretische Überlegungen zu offenen Forschungsfragen. In T. Kurtz (Hrsg.), *Aspekte des Berufs in der Moderne* (S. 1-27). Opladen: Leske + Budrich.
- Blossfeld, H.-P. & Mills, M. (2003). Globalization, uncertainty and changes in early life courses. *Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, 6, 188-218.
- Blumenthal, A. & Tomasik, M. J. (2008). *Facilitating the school-to-work transition: A formative and process evaluation of a skills promoting intervention program*. Präsentation auf der 11<sup>th</sup> Conference of the European Association for Research on Adolescence (EARA), Turin, Italien.
- Bohle, H. H., Heitmeyer, W., Kühnel, W. & Sander, U. (1997). Anomie in der modernen Gesellschaft. In W. Heitmeyer (Hrsg.), *Was treibt die Gesellschaft auseinander?* (S. 29-65). Frankfurt: Suhrkamp.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago, US: Aldine.
- Bradburn, N. M. & Caplovitz, D. (1965). *Reports of happiness*. Chicago, US: Aldine.
- Brandtstädter, J. (2007). *Das flexible Selbst*. Heidelberg: Elsevier.
- Brandtstädter, J. (1993). Development, aging, and control: Empirical and theoretical issues. In D. Magnusson & P. Casaer (Eds.), *Longitudinal research on individual development: Present status and future perspectives* (pp. 194-216). New York, US: Cambridge University Press.
- Brandtstädter, J. & Greve, W. (1994). The aging self: Stabilizing and protective processes. *Developmental Review*, 14, 52-80.



- Brandtstädter, J., Krampen, G. & Greve, W. (1987). Personal control over development: Effects on the perception and emotional evaluation of personal development in adulthood. *International Journal of Behavioral Development*, 10, 99-120.
- Brandtstädter, J. & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5, 58-67.
- Brandtstädter, J. & Rothermund, K. (2003). Intentionality and time in human development and aging: Compensation and goal adjustment in changing developmental contexts. In U. M. Staudinger & U. Lindenberger (Eds.), *Understanding human development: Dialogues with lifespan psychology* (pp. 105-124). Dordrecht, NL: Kluwer.
- Brandtstädter, J. & Wentura, D. (1994). Veränderungen der Zeit- und Zukunftsperspektive im Übergang zum höheren Erwachsenenalter: Entwicklungspsychologische und differentielle Aspekte. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 26, 2-21.
- Braukmann, W. & Filipp, S. H. (1984). Strategien und Techniken der Lebensbewältigung. In U. Baumann, G. Seidenstücker & H. Berbalk (Hrsg.), *Klinische Psychologie. Trends in Forschung und Praxis* (S.52-87). Bern: Huber.
- Brickman, P. & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation level theory: A symposium* (pp. 287-302). New York, US: Academic Press.
- Brickman, P., Coates, D. & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 917-927.
- Brief, A., Butcher, A., George, J. & Link, K. (1993). Integrating bottom-up and top-down theories of subjective well-being: The case of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 646-653.
- Brinkmann, C. & Potthoff, P. (1983). Gesundheitliche Probleme in der Eingangsphase der Arbeitslosigkeit. *Mitteilungen aus der Arbeitsmarkt- und Berufsforschung*, 16, 378-394.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge, US: Harvard University Press.
- Brunstein, J. C., Maier, G. W. & Dargel, A. (2007). Persönliche Ziele und Lebenspläne: Subjektives Wohlbefinden und proaktive Entwicklung im Lebenslauf. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne: Ein Lehrbuch* (S. 270-304). Stuttgart: Kohlhammer.
- Bulmahn, T. (2000). Modernity and Happiness - The Case of Germany. *Journal of Happiness Studies*, 1, 375-400.
- Carver, C. S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L. & Clark, K. C. (1993). How coping mediates the effect of optimism on distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-390.
- Carver, C. & Scheier, M. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York, US: Cambridge University Press.
- Chen, P. Y. & Popovich, P. M. (2002). *Correlation: Parametric and nonparametric measures*. Thousand Oaks, US: Sage.
- Cheung, G. & Rensvold, R. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 9, 233-255.
- Christman, N., McConnell, E., Pfeiffer, C. & Webster, K. (1988). Uncertainty, coping, and distress following myocardial infarction: Transition from hospital to home. *Research in Nursing & Health*, 11, 71-82.

- Clark, A. E. & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment. *Economic Journal*, 104, 648-659.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155-159.
- Collins, L., Schafer, J. & Kam, C. (2001). A comparison of inclusive and restrictive strategies in modern missing data procedures. *Psychological Methods*, 6, 330-351.
- Colvin, C. & Block, J. (1994). Do positive illusions foster mental health? An examination of the Taylor and Brown formulation. *Psychological Bulletin*, 116, 3-20.
- Compas, B., Malcarne, V. & Fondacaro, K. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 405-411.
- Compton, W., Smith, M., Cornish, K. & Qualls, D. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 406-413.
- Conde, F. (1989). Wandlungstendenzen der spanischen Familie: Jugend zwischen Autonomie und Abhängigkeit. In B. Bertram, R. Borrmann-Müller, S. Hübner-Funk & A. Weidacher (Hrsg.), *Blickpunkt Jugend und Familie: Internationale Beiträge zum Wandel der Generationen* (S. 391-414). München: DJI.
- Conger, K., Rueter, M. & Conger, R. (2000). The role of economic pressure in the lives of parents and their adolescents: The Family Stress Model. In L. J. Crockett & R. K. Silbereisen (Eds.), *Negotiating adolescence in times of social change* (pp. 201-223). New York, US: Cambridge University Press.
- Connor-Smith, J. & Compas, B. (2004). Coping as a moderator of relations between reactivity to interpersonal stress, health status, and internalizing problems. *Cognitive Therapy & Research*, 28, 347-368.
- Connor-Smith, J. & Compas, B. (2002). Vulnerability to social stress: Coping as a mediator or moderator of sociotropy and symptoms of anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 39-55.
- Coombs, R. (1991). Marital status and personal well-being: A literature review. *Family Relations*, 40, 97-102.
- Cortese, C. & Quagliano, G. (2006). The measurement of job satisfaction in organizations: A comparison between a facet scale and a single-item measure. *TPM-Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 13, 305-316.
- Coyne, J. (1992). Cognition in depression: A paradigm in crisis. *Psychological Inquiry*, 3, 232-234.
- Coyne, J. & Gotlib, I. (1983). The role of cognition in depression: A critical appraisal. *Psychological Bulletin*, 94, 472-505.
- Crockett, L. A. & Silbereisen, R. K. (2000). *Negotiating adolescence in times of social change*. Cambridge, US: Cambridge University Press.
- Cronbach, L. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297-334.
- David, J., Green, P., Martin, R. & Suls, J. (1997). Differential roles of neuroticism, extraversion, and event desirability for mood in daily life: An integrative model of top-down and bottom-up influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 149-159.
- De Witte, H. (1999). Job Insecurity and Psychological Well-Being: Review of the Literature and Exploration of some Unresolved Issues. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 8, 155-177.
- Deater-Deckard, K., Dodge, K., Bates, J. & Pettit, G. (1998). Multiple risk factors in the development of externalizing behavior problems: Group and individual differences. *Development and Psychopathology*, 10, 469-493.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social Indicators Research*, 57, 119-169.
- Diener, E. & Emmons, R. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1105-1117.
- Diener, E., Lucas, R. & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 463-473). New York, US: Oxford University Press.
- Diener, E., Lucas, R. & Scollon, C. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61, 305-314.
- Diener, E. & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. In E. Diener & M. Eunkook (Eds.), *Culture and subjective well-being* (pp. 185-218). Cambridge, US: MIT Press.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L. & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute?. *Social Indicators Research*, 28, 195-223.
- Diener, E., Smith, H. & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 130-141.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diewald, M. (1991). *Soziale Beziehungen: Verlust oder Liberalisierung?* Berlin: edition sigma.
- Diewald, M., Huinink, J. & Heckhausen, J. (1996). Lebensverläufe und Persönlichkeitsentwicklung im gesellschaftlichen Umbruch: Kohortenschicksale und Kontrollverhalten in Ostdeutschland nach der Wende. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 48, 219-248.
- Dittrich, S. (2001). Fragen zur Gesundheit: Ergebnisse des Mikrozensus 1999. *Wirtschaft und Statistik*, 9, 771-780.
- Dodge, R. (1930). Raymond Dodge. In C. Murchison (Ed.), *History of Psychology in Autobiography* (Vol 1, pp. 119-120). Worcester, US: Clark University Press.
- Durkheim, E. (1963) [1897]. *Suicide – A Study in Sociology*. Glencoe: Free Press.
- Ebertz, M. N. (1997). *Kirche im Gegenwind: Zum Umbruch der religiösen Landschaft*. Freiburg: Herder.
- Egloff, B., Schmukle, S. C., Burns, L. R., Kohlmann, C.-W. & Hock, M. (2003). Facets of dynamic Positive Affect: Differentiating Joy, Interest, and Activation on the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 528-540.
- Eid, M., Lischetzke, T., Nussbeck, F. W. & Trierweiler, L. I. (2003). Separating trait effects from trait-specific method effects in multitrait-multimethod models: A multiple indicator CT-C(M-1) model. *Psychological Methods*, 8, 38-60.
- Elder, G. H. (1985). *Life course dynamics: Trajectories and transitions, 1968-1980*. Ithaca, US: Cornell University Press.
- Elder, G. H. (1974). *Children of the great depression: Social change in life experiences*. Chicago, US: University of Chicago Press.
- Elder, G. & Caspi, A. (1990). Studying lives in a changing society: Sociological and psychological explorations. In A. I. Rabin, R. Zucker, R. Emmons & S. Frank (Eds.), *Studying persons and lives* (pp. 201-247). New York, US: Springer.

- Elder, G. H. & Caspi, A. (1988). Human development and social change: An emerging perspective on the life course. In N. Bolger, A. Caspi, G. Downey & M. Moorehouse (Eds.), *Persons in context: Developmental processes* (pp. 77-113). New York, US: Cambridge University Press.
- Elkeles, T. (1999). Arbeitslosigkeit, Langzeitarbeitslosigkeit und Gesundheit. *Sozialer Fortschritt*, 6, 150-155.
- Elkeles, T. & Seifert, W. (1992). Arbeitslosigkeit und Gesundheit. Langzeitanalysen mit dem Sozio-Ökonomischen Panel. *Soziale Welt*, 43, 278-300.
- Engstler, H. & Menning, S. (2003). *Die Familie im Spiegel der amtlichen Statistik. Lebensformen, Familienstrukturen, wirtschaftliche Situation und familiendemographische Entwicklung in Deutschland*. Berlin: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.
- Evans, M. (1985). A Monte Carlo study of the effects of correlated method variance in moderated multiple regression analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 36, 305-323.
- Fend, H. (2000). The cultural scripts of control and individualization: Consequences for growing up during adolescence in modern societies. In W. J. Perrig & A. Grob (Eds.), *Control of human behavior, mental processes, and consciousness: Essays in honor of the 60th birthday of August Flammer* (pp. 487-503). Mahwah, US: Lawrence Erlbaum.
- Filipp, S.-H. (1995). Lebensereignisforschung - eine Bilanz. In S.-H. Philipp (Hrsg.), *Kritische Lebensereignisse* (S. 293-326). Weinheim: PVU.
- Fligstein, N. (1998). *The Architecture of Markets: An Economic Sociology of Twenty-First-Century Capitalist Societies*. Princeton, US: Princeton University Press.
- Folkman, S., Lazarus, R., Gruen, R. & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571-579.
- Forkel, I. & Silbereisen, R. K. (2003). Väterliche Selbstwirksamkeit als Moderator des Zusammenhangs zwischen ökonomischen Härten und depressiver Gestimmtheit bei Jugendlichen. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 35, 163-170.
- Franke, G. H. (2000). *Brief Symptom Inventory von Derogatis. Kurzform der SCL-90-R (BSI)*. Göttingen: Beltz.
- Frederick, S. & Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 302-329). New York, US: Russell Sage Foundation.
- Fujita, F. & Diener, E. (2005). Life Satisfaction Set Point: Stability and Change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 158-164.
- Fujita, F., Diener, E. & Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.
- Gardner, D., Cummings, L., Dunham, R. & Pierce, J. (1998). Single-item versus multiple-item measurement scales: An empirical comparison. *Educational and Psychological Measurement*, 58, 898-915.
- Gatz, M., Pederson, N., Plomin, R. & Nesselroade, J. (1992). Importance of shared genes and shared environments for symptoms of depression in older adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 701-708.
- Geißler, K. A. & Orthey, F. M. (1998). *Der große Zwang zur kleinen Freiheit. Berufliche Bildung im Modernisierungsprozess*. Stuttgart: Hirzel.

- Gohm, C., Oishi, S., Darlington, J. & Diener, E. (1998). Culture, parental conflict, parental marital status, and the subjective well-being of young adults. *Journal of Marriage & the Family*, 60, 319-334.
- Goschke, T. (2003). Voluntary action and cognitive control from a cognitive neuroscience perspective. In S. Maasen, W. Prinz & G. Roth (Eds.), *Voluntary action: Brains, minds, and sociality* (pp. 49-85). New York, US: Oxford University Press.
- Greco, V. & Roger, D. (2003). Uncertainty, stress, and health. *Personality and Individual Differences*, 34, 1057-1068.
- Greenberg, M. T., Speltz, M. L., DeKlyen, M. & Jones, K. (2001). Correlates of clinic referral for early conduct problems: Variable and person-oriented approaches. *Development and Psychopathology*, 13, 255-276.
- Greve, W. (1997). Sparsame Bewältigung - Perspektiven für eine ökonomische Taxonomie von Bewältigungsformen. In C. Tesch-Römer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung* (S. 18-41). Weinheim: PVU.
- Grossberg, S. (1988). Competitive learning: From interactive activation to adaptive resonance. In S. Grossberg (Ed.), *Neural networks and natural intelligence* (pp. 213-250). Cambridge, US: The MIT Press.
- Grüner, S. (2008). Skalen- und Variablendokumentation. In R.K. Silbereisen & M. Piquart (Hrsg.), *Individuelle Folgen des sozialen Wandels* (S. 291-316). Weinheim: Juventa.
- Grüner, S. & Piquart, M. (2008). Zusammenhang zwischen Anforderungen des sozialen Wandels, psychosozialen Ressourcen, Einstellung zu sozialem Wandel und subjektivem Wohlbefinden. In R.K. Silbereisen & M. Piquart (Hrsg.), *Individuelle Folgen des sozialen Wandels* (S. 228-255). Weinheim: Juventa.
- Haring, M., Okun, M. & Stock, W. (1984). A quantitative synthesis of literature on work status and subjective well being. *Journal of Vocational Behavior*, 25, 316-324.
- Headey, B. (2008). The set-point theory of well-being: Negative results and consequent revisions. *Social Indicators Research*, 86, 389-403.
- Headey, B. & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Heckhausen, J. (1999). *Developmental regulation in adulthood: Age-normative and socio-structural constraints as adaptive challenges*. New York, US: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J. (1994). Entwicklungsziele und Kontrollüberzeugungen Ost- und Westberliner Erwachsener. In G. Trommsdorff (Hrsg.), *Psychologische Aspekte des sozialen Wandels in Ostdeutschland* (S. 124-133). Berlin: de Gruyter.
- Heckhausen, J. & Schulz, R. (1998). Developmental regulation in adulthood: Selection and compensation via primary and secondary control. In J. Heckhausen & C.D. Dweck (Eds.), *Motivation and self-regulation across the life span* (pp. 50-77). New York, US: Cambridge University Press.
- Heckhausen, J. & Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, 102, 284-304.
- Heckhausen, J. & Schulz, R. (1993). Optimisation by selection and compensation: Balancing primary and secondary control in life span development. *International Journal of Behavioral Development*, 16, 287-303.
- Heckhausen, J., Schulz, R. & Wrosch, C. (1998). *Developmental regulation in adulthood: Optimization in primary and secondary control*. Unveröffentlichtes Dokument, Max Planck Institute for Human Development.

- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. Hoboken, US: John Wiley & Sons.
- Heim, E. (1993). Bewältigung der Berufsstressoren in den Heilberufen. *Psychotherapie, Psychosomatik und Medizinische Psychologie*, 43, 307-314.
- Hektner, J., Schmidt, J. & Csikszentmihaly, M. (2007). *Experience sampling method: Measuring the quality of everyday life*. Thousand Oaks, US: Sage Publications.
- Helson, H. (1947). Adaptation-level as frame of reference for prediction of psychophysical data. *American Journal of Psychology*, 60, 1-29.
- Hendrix, L. (1997). Quality and equality in marriage: A cross-cultural view. *Cross-Cultural Research: The Journal of Comparative Social Science*, 31, 201-225.
- Herkner, W. (1980). *Attribution – Psychologie der Kausalität*. Bern: Huber.
- Heyl, V., Wahl, H. & Mollenkopf, H. (2007). Affective well-being in old age: The role of tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment. *European Psychologist*, 12, 119-129.
- Holahan, C. & Moos, R. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 946-955.
- Holst, E. & Schupp, J. (2004). *Gestiegene berufliche Mobilität geprägt von Frauen und Jüngeren: Erfolgreiche Arbeitssuche durch private Initiative*. Berlin: Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung.
- Hurrelmann, K. (2000). *Gesundheitssoziologie: Eine Einführung in sozialwissenschaftliche Theorien zur Krankheitsprävention und Gesundheitsförderung*. Weinheim: Juventa.
- Inglehart, R. (1990). *Culture Shift in Advanced Industrial Society*. Princeton, US: Princeton University Press.
- Ingram, R. (1990). Depressive cognition: Models, mechanisms, and methods. In R. Ingram (Ed.), *Contemporary psychological approaches to depression: Theory, research, and treatment* (pp. 169-195). New York, US: Plenum Press.
- Jones, D. J., Forehand, R., Brody, G. & Armistead, L. (2002). Psychosocial adjustment of African American children in single-mother families: A test of three risk models. *Journal of Marriage and the Family*, 64, 105-115.
- Kahneman, D. & Tversky, A. (1984). Choices, values, and frames. *American Psychologist*, 39, 341-350.
- Kellam, S. & Rebok, G. (1992). Building developmental and etiological theory through epidemiologically based preventive intervention trials. In J. McCoard & R. E. Tremblay (Eds.), *Preventing antisocial behavior: Interventions from birth through adolescence* (pp. 162-195). New York, US: Guilford Press.
- Keyes, C. & Ryff, C. (2000). Subjective change and mental health: A self-concept theory. *Social Psychology Quarterly*, 63, 264-279.
- Kim, J. (2001). *Social change and psychological wellbeing: A structural equation model*. US: Univ Microfilms International.
- Kim-Prieto, C., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C. & Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 6, 261-300.
- King, L. (1993). Emotional expression, ambivalence over expression, and marital satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10, 601-607.
- Kirkcaldy, B., Petersen, L. & Hübner, G. (2002). Managing the stress of bringing the economy in the Eastern German states to the level of the Western German states. *European Psychologist*, 7, 53-62.

- Kline, R. (2004). *Beyond significance testing: Reforming data analysis methods in behavioral research*. Washington, US: American Psychological Association.
- Klinger, E. (1977). *Meaning & void: Inner experience and the incentives in people's lives*. Oxford, US: University of Minnesota Press.
- Kopp, J. (2000). Geburtenentwicklung in Ost- und Westdeutschland. In H. Bertram, B. Nauck & T. Klein (Hrsg.), *Solidarität, Lebensformen und regionale Entwicklung* (S. 83-135). Opladen: Leske + Budrich.
- Körner, A. & Tomasik, M. (2008). *Social Change and Demands in Work and Family Life: Three Ways of Forming an Index of the Load of Change-Related Demands*. Unveröffentlichtes Manuskript, Friedrich-Schiller-Universität Jena.
- Krampen, G. (1989). Perceived childrearing practices and the development of locus of control in early adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 177-193.
- Krampen, G. (1987). Entwicklung von Kontrollüberzeugungen. Thesen zu Forschungsstand und Perspektiven. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 19, 195-227.
- Krech, V. (1998). „Missionarische Gemeinde“: Bedingungen und Möglichkeiten aus soziologischer Sicht. *Evangelische Theologie*, 58, 433-444.
- Krohne, H., Egloff, B., Kohlmann, C. & Tausch, A. (1996). Untersuchungen mit einer deutschen Version der 'Positive and Negative Affect Schedule' (PANAS). *Diagnostica*, 42, 139-156.
- Kuhl, J. & Helle, P. (1986). Motivational and volitional determinants of depression: The degenerated-intention hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 247-251.
- Kunzmann, U., Little, T. & Smith, J. (2000). Is age-related stability of subjective well-being a paradox? Cross-sectional and longitudinal evidence from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging*, 15, 511-526.
- Landy, F., Quick, J. & Kasl, S. (1994). Work, stress, and well-being. *International Journal of Stress Management*, 1, 33-73.
- Lash, S. & Urry, J. (2004). *Die globale Kulturindustrie*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Latack, J. C., Kinicki, A. J. & Prussia, G. E. (1995). An integrative process model of coping with job loss. *Academy of Management Review*, 20, 311-342.
- Lazarus, R. (1985). The psychology of stress and coping. *Issues in Mental Health Nursing*, 7, 399-418.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York, US: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, US: Springer.
- Lazarus, R. & Launier, R. (1981). Streßbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In J. R. Nitsch (Hrsg.), *Streß. Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen* (S. 213-260). Bern: Huber.
- Leppin, A. (1997). Stresseinschätzungen, Copingverhalten und Copingerfolg: Welche Rolle spielen Ressourcen? In C. Tesch-Roemer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung* (S. 196-208). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Lerner, R. M. & Busch-Rossnagel, N. (1981). Individuals as producers of their development: Conceptual and empirical bases. In R. M. Lerner & N. A. Busch-Rossnagel (Eds.), *Individuals as producers of their development: A life-span perspective* (pp.1-36). New York, US: Academic Press.

- Lewin, K. (1946). Behavior and development as a function of the total situation. In L. Carmichael (Ed.), *Manual of child psychology* (pp. 791-844). Hoboken, US: John Wiley & Sons.
- Lewis, H. & Kliever, W. (1996). Hope, coping, and adjustment among children with sickle cell disease: Tests of mediator and moderator models. *Journal of Pediatric Psychology*, 21, 25-41.
- Lewis, J. (2003). *Should we worry about family change?* Toronto, CA: University of Toronto Press.
- Lichtenstein, P., Gatz, M. & Berg, S. (1998). A twin study of mortality after spousal bereavement. *Psychological Medicine*, 28, 635-643.
- Little, T. (1997). Mean and covariance structures (MACS) analyses of cross-cultural data: Practical and theoretical issues. *Multivariate Behavioral Research*, 32, 53-76.
- Lucas, R. (2007). Adaptation and the set-point model of subjective well-being: Does happiness change after major life events?. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 75-79.
- Lucas, R., Clark, A. E., Georgellis, Y. & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 527-539.
- Lucas, R., Diener, E. & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lüscher, K. (2000): Die Ambivalenz von Generationenbeziehungen. Eine allgemeine heuristische Hypothese. In M. Kohli & M. Szydlik. (Hrsg.), *Gesellschaftliche Generationen, familiäre Generationen* (S. 138–161), Opladen: Leske + Budrich.
- Lykken D. & Tellegen A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Mantler, J., Matejcek, A., Matheson, K. & Anisman, H. (2005). Coping With Employment Uncertainty: A Comparison of Employed and Unemployed Workers. *Journal of Occupational Health Psychology*, 10, 200-209.
- Mastekaasa, A. (1994). The subjective well-being of the previously married: The importance of unmarried cohabitation and time since widowhood or divorce. *Social Forces*, 73, 665-692.
- Mayring, P. (2003). Gesundheit und Wohlbefinden. In M. Jerusalem & H. Weber (Hrsg.), *Psychologische Gesundheitsförderung. Diagnostik und Prävention* (S. 1-15). Göttingen: Hogrefe.
- McClelland, G. H. & Judd, C. M. (1993). Statistical difficulties of detecting interactions and moderating effects. *Psychological Bulletin*, 114, 376-390.
- McCubbin, H. & Patterson, J. (1983). The Family Stress Process: The Double ABCX Model of adjustment and adaptation. *Marriage & Family Review*, 6, 7-37.
- McGue, M. & Christensen, K. (1997). Genetic and environmental contributions to depression symptomatology: Evidence from Danish twins 75 years of age and older. *Journal of Abnormal Psychology*, 106, 439-448.
- McKee-Ryan, F. W., Song, Z., Wanberg, C. R. & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal of Applied Psychology*, 90, 53–76.
- Mclean, J., Strongman, K. & Neha, T. (2007). Psychological distress, causal attributions, and coping. *New Zealand Journal of Psychology*, 36, 85-92.



- McNulty, K., Livneh, H. & Wilson, L. (2004). Perceived Uncertainty, Spiritual Well-Being, and Psychosocial Adaptation in Individuals with Multiple Sclerosis. *Rehabilitation Psychology, 49*, 91-99.
- Mehnert, T., Krauss, H., Nadler, R. & Boyd, M. (1990). Correlates of life satisfaction in those with disabling conditions. *Rehabilitation Psychology, 35*, 3-17.
- Metz-Göckel, S. (2004). Wenn die Arbeit die Familie frisst. Work Life Balance als Genderproblem. In M. Kastner (Hrsg.), *Die Zukunft der Work Life Balance* (S. 107-141). Kröning: Asanger.
- Mishel, M. (1997). Uncertainty in acute illness. *Annual Review of Nursing Research, 15*, 57-80.
- Mishel, M. (1981). The measurement of uncertainty in illness. *Nursing Research, 30*, 258-263.
- Mishel, M., Germino, B., Gil, K., Belyea, M., Laney, I., Stewart, J., Porter, L. & Clayton, M. (2005). Benefits from an uncertainty management intervention for African-American and Caucasian older long-term breast cancer survivors. *Psycho-Oncology, 14*, 962-978.
- Monat, A., Averill, J. & Lazarus, R. (1972). Anticipatory stress and coping reactions under various conditions of uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology, 24*, 237-253.
- Montanari, I. (2001). Modernization, globalization and the welfare state: A comparative analysis of old and new convergence of social insurance since 1930. *British Journal of Sociology, 52*, 469-494.
- Moorman, R. & Podsakoff, P. (1992). A meta-analytic review and empirical test of the potential confounding effects of social desirability response sets in organizational behaviour research. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 65*, 131-149.
- Mummendey, H.D. (1995). *Psychologie der Selbstdarstellung*. Göttingen: Hogrefe.
- Muthén, L. K. & Muthén, B. O. (2007). *Mplus, Fourth Edition*. Los Angeles, US: Muthén & Muthén.
- Muthny, F. A. (1989). Krankheitsverarbeitung bei chronisch körperlich Kranken. *Praxis der Psychotherapie und Psychosomatik, 34*, 64-72.
- Nagy, M. (2002). Using a single-item approach to measure facet job satisfaction. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 75*, 77-86.
- Nauck, B. (2005). Changing value of children: An action theory of fertility behavior and intergenerational relationships in cross-cultural comparison. In W. Friedelmeier, P. Chakkarath & B. Schwarz (Eds.), *Culture and human development: The importance of cross-cultural research to the social sciences* (pp. 183-202). Hove, US: Psychology Press.
- Nesse, R. (2000). Is depression an adaptation?. *Archives of General Psychiatry, 57*, 14-20.
- Nezlek, J. & Gable, S. (2001). Depression as a moderator of relationships between positive daily events and day-to-day psychological adjustment. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*, 1692-1704.
- Noack, P., Kracke, B., Wild, E. & Hofer, M. (2001). Subjective experiences of social change in East and West Germany. *American Behavioral Scientist, 44*, 1798-1817.
- Nolan, R. W. (1999). *Communicating and adapting across cultures: Living and working in the global village*. Westport, US: Bergin & Garvey.
- Nolen-Hoeksema, S. & Rusting, C. (1999). Gender differences in well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 330-350). New York, US: Russell Sage Foundation.

- Norem, J. & Cantor, N. (1990). Cognitive strategies, coping, and perceptions of competence. In R. J. Sternberg & J. J. Kolligian (Eds.), *Competence considered* (pp. 190-204). New Haven, US: Yale University Press.
- O'Connor, B. (2006). Programs for Problems Created by Continuous Variable Distributions in Moderated Multiple Regression. *Organizational Research Methods*, 9, 554-567.
- Oishi, S. & Diener, E. (2001). Goals, culture, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1674-1682.
- Paul, K. & Moser, K. (2001). Negatives psychisches Befinden als Wirkung und Ursache von Arbeitslosigkeit: Ergebnisse einer Metaanalyse. In J. Zempel, J. Bacher & K. Moser (Hrsg.), *Erwerbslosigkeit. Ursachen, Auswirkungen und Interventionen*. (S. 83-110). Opladen: Leske + Budrich.
- Peter, J. (1979). Reliability: A review of psychometric basics and recent marketing practices. *Journal of Marketing Research*, 16, 6-17.
- Peterson, C. (1999). Personal control and well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 288-301). New York, US: Russell Sage Foundation.
- Peterson, C. & Seligman, M. (1987). Explanatory style and illness. *Journal of Personality*, 55, 237-265.
- Pinquart, M. & Fabel, K. (2008). Familienbezogene Anforderungen, Ressourcen, Bewältigung und Entwicklung im Bereich Partnerschaft. In R. K. Silbereisen & M. Pinquart (Hrsg.), *Individuelle Folgen des sozialen Wandels* (S. 177-210). Weinheim: Juventa.
- Pinquart, M. & Silbereisen, R. K. (2004). Human development in times of social change: Theoretical considerations and research needs. *International Journal of Behavioral Development*, 28, 289-298.
- Pinquart, M., Silbereisen, R. K. & Körner, A. (2008). Das Zusammenspiel von Merkmalen der Region mit individuell erlebtem wandelbezogenen Anforderungen und deren Bewältigung. In R. K. Silbereisen & M. Pinquart (Hrsg.), *Individuelle Folgen des sozialen Wandels* (S. 256-290). Weinheim: Juventa.
- Pollack, D., Pickel, G. (1999). Individualisierung und religiöser Wandel in der Bundesrepublik Deutschland. *Zeitschrift für Soziologie*, 28, 465-483.
- Pollmer, K. & Hurrelmann, K. (1992). Neue Chancen oder neue Risiken für Jugendliche in Ostdeutschland? Eine vergleichende Studie zur Stressbelastung sächsischer und nordrhein-westfälischer Schülerinnen und Schüler. *Zeitschrift für Sozialisationsforschung und Erziehungssoziologie*, 12, 2-29.
- Poulin, M. & Heckhausen, J. (2007). Stressful events compromise control strivings during a major life transition. *Motivation and Emotion*, 31, 300-311.
- Pruessner, M., Hellhammer, D., Pruessner, J. & Lupien, S. (2003). Self-reported depressive symptoms and stress levels in healthy young men: Associations with the cortisol response to awakening. *Psychosomatic Medicine*, 65, 92-99.
- Pucheu, S., Consoli, S., D'Auzac, C., Français, P. & Issad, B. (2004). Do health causal attributions and coping strategies act as moderators of quality of life in peritoneal dialysis patients?. *Journal of Psychosomatic Research*, 56, 317-322.
- Pyszczynski, T. & Greenberg, J. (1992). *Hanging on and letting go: Understanding the onset, progression, and remission of depression*. New York, US: Springer.
- Regini, M. (2000). Between deregulation and social pacts: The responses of European economies to globalization. *Politics and Society*, 28, 5-33.
- Reitzle, M. (2008). Stichprobe. In R. K. Silbereisen & M. Pinquart (Hrsg.), *Individuelle Folgen des sozialen Wandels* (S. 37-54). Weinheim: Juventa.

- Reitzle, M. & Körner, A. (2008). Aufstieg, Abstieg, Berg und Tal - Psychologische und demographische Korrelate von Erwerbsverläufen. In R. K. Silbereisen & M. Pinquart (Hrsg.), *Individuum und sozialer Wandel* (S. 149-176). Weinheim: Juventa.
- Reitzle, M. & Silbereisen, R. K. (1999) Der Zeitpunkt materieller Unabhängigkeit und seine Folgen für das Erwachsenwerden. In R. K. Silbereisen & J. Zinnecker (Hrsg.), *Jungsein in Deutschland. Jugendliche und junge Erwachsene 1991 und 1996* (S. 41-56). Opladen: Leske + Budrich.
- Richardson, J., Marks, G., Johnson, C., Graham, J., Chan, K., Selser, J., Kishbaugh, N., Baranday, Y. & Levine, A. (1987). Path model of multidimensional compliance with cancer therapy. *Health Psychology*, 6, 183-207.
- Rifkin, J. (1995). *The end of work: The decline of the global labor force and the dawn of the post-market era*. New York, US: G. P. Putnam's Sons.
- Roesch, S. & Weiner, B. (2001). A meta-analytic review of coping with illness: Do causal attributions matter?. *Journal of Psychosomatic Research*, 50, 205-219.
- Roloff, J. & Dorbritz, J. (Hrsg.) (1999). *Familienbildung in Deutschland Anfang der 90er Jahre. Demographische Trends, individuelle Einstellungen und sozio-ökonomische Bedingungen. Ergebnisse des deutschen Family and Fertility Survey*. Opladen: Leske + Budrich.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R. & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 5-37.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General & Applied*, 80, 1-28.
- Rousseau, J.-J. (1913) [1754]. *The Social Contract and Discourses* [Translated by G. D. Cole]. London, UK: J. M. Dent.
- Rubin, D. B. (1976): Inference and missing data. *Biometrika*, 63, 581-592.
- Rudel, T. & Hooper, L. (2005). Is the pace of social change accelerating? Latecomers, common languages, and rapid historical declines in fertility. *International Journal of Comparative Sociology*. 46, 275-296.
- Rutter, M. (1999). Psychosocial adversity and child psychopathology. *British Journal of Psychiatry*, 174, 480-493.
- Rutter, M. (1989). Pathways from childhood to adult life. *Journal Child Psychology and Psychiatry*, 30, 23-51.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Ryan, R. & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryff, C. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Saile, H. & Hülsebusch, T. (2006). Bewältigung allgemeiner Problemsituationen bei Kindern mit chronischen Kopfschmerzen: Abhängigkeit von der Kontrollierbarkeit der Situation und Zusammenhänge mit Schmerzverarbeitung. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 14, 21-27.
- Salmela-Aro, K. & Nurmi, J. (1996). Uncertainty and confidence in interpersonal projects: Consequences for social relationships and well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 13, 109-122.

- Sameroff, A. (2000). Developmental systems and psychopathology. *Development and Psychopathology*, 12, 297-312.
- Sameroff, A., Bartko, W. T., Baldwin, A., Baldwin, C. & Seifer, R. (1998). Family and social influences on the development of child competence. In M. Lewis & C. Feiring (Eds.), *Families, risk, and competence* (pp. 161–183). Mahwah, US: Erlbaum.
- Sameroff, A., Seifer, R., Zax, M. & Barocas, R. (1987). Early indicators of developmental risk: The Rochester Longitudinal Study. *Schizophrenia Bulletin*, 13, 191–199.
- Santacroce, S. & Lee, Y. (2006). Uncertainty, Posttraumatic Stress, and Health Behavior in Young Adult Childhood Cancer Survivors. *Nursing Research*, 55, 259-266.
- Sayer, L. C., Bianchi, S. I. & Robinson, J. P. (2004). Are parents investing less in children? Trends in mothers' and fathers' time with children. *American Journal of Sociology*, 110, 1-43.
- Schafer, J. & Graham, J. (2002). Missing data: Our view of the state of the art. *Psychological Methods*, 7, 147-177.
- Schäfers, B. (2002). *Sozialstruktur und sozialer Wandel in Deutschland*. Stuttgart: Lucius und Lucius.
- Scheuch, E. K. (2003). *Sozialer Wandel. Gegenwartsgesellschaften im Prozess des Wandels*. Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Schilling, O. (2006). Development of life satisfaction in old age: Another view on the 'paradox'. *Social Indicators Research*, 75, 241-271.
- Schink, M. A. (2004). *Die Informationsgesellschaft: Charakterisierung eines neuen gesellschaftlichen Konzeptes anhand quantitativer Indikatoren und qualitativer Veränderungen*. Frankfurt a. M.: Lang.
- Schmitt, M., Maes, J. & Schmal, A. (1999). Ungerechtigkeits erleben im Vereinigungsprozess: Folgen für das emotionale Befinden und die seelische Gesundheit. In M. Schmitt & L. Montada (Hrsg.), *Gerechtigkeits erleben im wiedervereinigten Deutschland* (S. 169-212). Opladen: Leske + Budrich.
- Schneider, N., Rosenkranz, D. & Limmer, R. (2000). Nichtkonventionelle Lebensformen. In U. Müller, B. Nauck & A. Dieckmann (Hrsg.), *Handbuch der Demographie* (Vol. 2, S. 980-1024). Berlin: Springer.
- Schröder, H. (1995). *Jugend und Modernisierung: Strukturwandel der Jugendphase und Statuspassagen auf dem Weg zum Erwachsensein*. Weinheim: Juventa.
- Schröder, K. E. E. & Schwarzer, R. (1997). Bewältigungsressourcen. In C. Tesch-Römer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung* (S. 174-195). Weinheim: PVU.
- Schulz, R. & Heckhausen, J. (1998). Emotion and control: A life-span perspective. In K. W. Schaie & M. P. Lawton (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatrics, Vol. 17: Focus on emotion and adult development* (pp. 185-205). New York, US: Springer.
- Schulz, R. & Heckhausen, J. (1996). A life span model of successful aging. *American Psychologist*, 51, 702-714.
- Schwarz, G., Salewski, C. & Tesch-Römer, C. (1997). Psychologie der Bewältigung – Variationen über ein altbekanntes Thema? In C. Tesch-Römer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung* (S. 1–6). Weinheim: PVU.
- Schwarzer, R. & Leppin, A. (1989). *Sozialer Rückhalt und Gesundheit*. Göttingen: Hogrefe.
- Schyns, P. (2000). The relationship between income, changes in income and life-satisfaction in West Germany and the Russian Federation: Relative, absolute, or a combination of both?. In E. Diener and D. R. Rahtz (Eds.), *Advances in quality of life theory and research* (pp. 203–207). London, UK: Kluwer.

- Seligman, M. E. P. (Ed.). (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. New York, US: Oxford University Press.
- Selye, H. (1973). The evolution of the stress concept. *American Scientist*, 61, 692-699.
- Semmer, N. K. & Mohr, G. (2001). Arbeit und Gesundheit: Konzepte und Ergebnisse der arbeitspsychologischen Stressforschung. *Psychologische Rundschau*, 52, 150-158.
- Sennett, R. (1998). *The Corrosion of Character — The Personal Consequences of Work in the New Capitalism*. New York, US: W.W. Norton.
- Settersten, R. A. (2002) Age structuring and the rhythm of the life course. In J. Mortimer & M. Shanahan (Eds.), *Handbook of the Life Course* (pp. 81-98). New York, US: Kluwer.
- Shadish, W., Cook, T. & Campbell, D. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Boston, US: Houghton, Mifflin and Company.
- Shamai, M. (2001). Parents' perceptions of their children in a context of shared political uncertainty. *Child & Family Social Work*, 6, 249-260.
- Shanahan, M. & Elder, G. (1997). *Nested comparisons in the study of historical change and individual adaptation*. New York, US: Cambridge University Press.
- Sheldon, K., Ryan, R. & Reis, H. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2, 1270-1279.
- Shin, D. C. & Rutkowski, C. P. (2003). Subjective quality in Korean Life in 1981 and 2001. *Social Indicators Research*, 62, 509-534.
- Shmotkin, D. (1990). Subjective well-being as a function of age and gender: A multivariate look for differentiated trends. *Social Indicators Research*, 23, 201-230.
- Shteyn, M., Schumm, J. A., Vodopianova, N., Hobfoll & Lilly, R. (2003). The impact of the russian transition on psychosocial resources and psychological distress. *Journal of Community Psychology*, 31, 113-127.
- Silbereisen, R.K. & Pinguart, M. (2008). Sozialer Wandel und individuelle Entwicklung. In R. K. Silbereisen & M. Pinguart (Hrsg.), *Individuum und sozialer Wandel* (S. 7-36). Weinheim: Juventa.
- Silbereisen, R. K., Pinguart, M., Reitzle, M., Tomasik, M. J., Fabel, K. & Grümer, S. (2006). Psychosocial resources and coping with social change. *Mitteilungen des SFB 580*, 18, 1-134.
- Silbereisen, R. K., Tomasik, M. J. & Grümer, S. (2008). Soziodemographische und psychologische Korrelate des bürgerschaftlichen Engagements anfangs 2000 in Deutschland. In R. K. Silbereisen & M. Pinguart (Hrsg.), *Individuum und sozialer Wandel* (S. 197-227). Weinheim: Juventa.
- Silberg, J., Heath, A., Kessler, R. & Neale, M. (1990). Genetic and environmental effects on self-reported depressive symptoms in a general population twin sample. *Journal of Psychiatric Research*, 24, 197-212.
- Silver, R. L. & Wortman, C. B. (1980). Coping with undesirable life events. In J. Garber & M. E. P. Seligman (Eds.), *Human helplessness: Theory and applications* (pp. 279-340). New York, US: Academic Press.
- Siu, O., Spector, P. E., Cooper, C. L. & Lu, C.-Q. (2005). Work stress, self-efficacy, Chinese work values, and work well-being in Hong Kong and Beijing. *International Journal of Stress Management*, 12, 274-288.
- Smith, J., Borchelt, M., Maier, H. & Jopp, D. (2002). Health and well-being in the young old and oldest old. *Journal of Social Issues*, 58, 715-732.

- Solga, H. (2004). Ausgrenzungserfahrungen trotz Integration – Die Übergangsbioografien von Jugendlichen ohne Schulabschluss. In S. Hillmert & K. U. Mayer (Hrsg.), *Geboren 1964 und 1971 – Neuere Untersuchungen zu Ausbildungs- und Berufschancen in der Bundesrepublik Deutschland* (S. 39-63). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Statistisches Bundesamt. (2005). *Statistisches Jahrbuch 2004*. Wiesbaden: Statistisches Bundesamt.
- Staudinger, U. (2000). Viele Gründe sprechen dagegen und trotzdem fühlen viele Menschen sich wohl: Das Paradox des subjektiven Wohlbefindens. *Psychologische Rundschau*, 51, 185-197.
- Staudinger, U., Marsiske, M. & Baltes, P. (1995). Resilience and reserve capacity in later adulthood: Potentials and limits of development across the life span. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology, Vol. 2: Risk, disorder, and adaptation* (pp. 801-847). Oxford, UK: John Wiley & Sons.
- Steinle, T. (2001). *Gesundheitsökonomische Aspekte der Arbeitslosigkeit. Literaturreview und empirische Analyse der Daten des sozioökonomischen Panels*. Magisterarbeit im Aufbaustudiengang Public Health, Universität Ulm.
- Stiensmeier-Pelster, J. & Heckhausen, H. (2006). Kausalattribution von Verhalten und Leistung. In J. Heckhausen & H. Heckhausen (Hrsg.), *Motivation und Handeln* (S. 355-389). Berlin: Springer.
- Stosberg, M. (1999). Netzwerk-, Familien- und Generationenbeziehungen. In B. Jansen, F. Karl, H. Radebold & R. Schmitz-Scherzer (Hrsg.), *Soziale Gerontologie* (S. 426-440). Weinheim: Beltz.
- Stroebe, W., Stroebe, M., Abakoumkin, G. & Schut, H. (1996). The role of loneliness and social support in adjustment to loss: A test of attachment versus stress theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1241-1249.
- Suls, J. & Mullen, B. (1981). Life change and psychological distress: The role of perceived control and desirability. *Journal of Applied Social Psychology*, 11, 379-389.
- Sverke, M., Hellgren, J. & Näswall, K. (2002). No security: A meta-analysis and review of job insecurity and its consequences. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7, 242-264.
- Sydow, H., Wagner, C., Jülich, B. R. & Kauf, H. (1999). Future oriented control and subjective well-being of students in East- and West-Berlin. In R. K. Silbereisen & A. von Eye (Eds.), *Growing up in times of social change* (pp. 107-130). Berlin: de Gruyter.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. New York, US: Allyn & Bacon.
- Tellegen, A., Lykken, D., Bouchard, T., Wilcox, K., Segal, N. & Rich, S. (1988). Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1031-1039.
- Thoits, P. (1996). Stress, coping, and social support processes. Where are we? What next?. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 53-79.
- Thompson, S. (1981). Will it hurt less if I can control it? A complex answer to a simple question. *Psychological Bulletin*, 90, 89-101.
- Thompson, S., Schlehofer, M., Bovin, M., Dougan, B., Montes, D. & Trifskin, S. (2006). Dispositions, control strategies, and distress in the general public after the 2001 terrorist attack. *Anxiety, Stress & Coping*, 19, 143-159.
- Thorsteinsson, E. & James, J. (1999). A meta-analysis of the effects of experimental manipulations of social support during laboratory stress. *Psychology & Health*, 14, 869-886.

- Tomasik, M. (2008). *Developmental barriers and the benefits of disengagement*. Unveröffentlichte Dissertationsschrift, Friedrich-Schiller-Universität Jena.
- Tomasik, M. & Pinguart, M. (2008). Adaptiver Umgang mit Anforderungen des sozialen Wandels. In R. K. Silbereisen & M. Pinguart (Hrsg.), *Individuum und sozialer Wandel* (S. 55-98). Weinheim: Juventa.
- Tomasik, M. & Silbereisen, R. K. (in press). Social Change and Demands in Work and Family Life. *Social Indicators Research*.
- Tomasik, M. & Silbereisen, R. K. (2008). Anforderungen des sozialen Wandels: Verteilung, Kumulation und psychosoziale Effekte. In R. K. Silbereisen & M. Pinguart (Hrsg.), *Individuum und sozialer Wandel* (S. 55-98). Weinheim: Juventa.
- Troll, L. (2000). *Moderne Technik bringt Vielfalt in die Arbeitswelt*. Nürnberg: Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung.
- Trommsdorff, G. (2000). Effects of social change on individual development: The role of social and personal factors and the timing of events. In L. J. Crockett & R. K. Silbereisen (Eds.), *Negotiating adolescence in times of social change* (pp. 58-68). New York, US: Cambridge University Press.
- van Dick, R., Wagner, U. & Petzel, T. (1999). Arbeitsbelastung und gesundheitliche Beschwerden von Lehrerinnen und Lehrern: Einflüsse von Kontrollüberzeugungen, Mobbing und Sozialer Unterstützung. *Psychologie in Erziehung und Unterricht*, 46, 269-280.
- Vaskovics, L., Buba, H. & Rupp, M. (1991). Die Partnerschaft in nichtehelichen Lebensgemeinschaften. *Forschungsforum der Universität Bamberg*, 3, 36-43.
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.
- Veit, C. & Ware, J. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51, 730-742.
- Verbrugge, L., Reoma, J. & Gruber-Baldini, A. (1994). Short-term dynamics of disability and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 97-117.
- von dem Knesebeck, O., Joksimovic, L., Dragano, N. & Siegrist, J. (2004). Belastungen am Arbeitsplatz und in der Familie: Die Auswirkungen von "Spillover"-Effekten auf depressive Symptome. In M. Kastner (Hrsg.), *Die Zukunft der Work-Life-Balance*. (S. 261-281). Asanger: Kröhnig.
- Voß, G.G. (2001). Der Arbeitskraftunternehmer. Ein neuer Typus von Arbeitskraft und seine sozialen Folgen. In H. Reichold, A. Löhr & G. Blickle (Hrsg.), *Wirtschaftsbürger oder Marktopfer? Neue Beschäftigungsverhältnisse-ein Risiko für Gesellschaft, Recht und Ethik?* (S. 15-32). München: Hampp.
- Wadsworth, M., Raviv, T., Compas, B. & Connor-Smith, J. (2005). Parent and Adolescent Responses to Poverty-Related Stress: Tests of Mediated and Moderated Coping Models. *Journal of Child and Family Studies*, 14, 283-298.
- Wahl, H.-W., Becker, S., Schilling, O., Burmedi, D. & Himmelsbach, I. (2005). Primäre und sekundäre Kontrolle versus hartnäckige Zielverfolgung und flexible Zielanpassung: Das Beispiel Sehbeeinträchtigung im Alter. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 37, 57-68.
- Warr, P., Jackson, P. & Banks, M. H. (1988). Unemployment and mental health: Some British studies. *Journal of Social Issues*, 44, 47-68.
- Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678-691.

- Watkins, S. C., Menken, J. A. & Bongaarts, J. (1987). Demographic foundations of family change. *American Sociological Review*, 52, 346-358.
- Weber, H. (1997). Zur Nützlichkeit des Bewältigungskonzeptes. In C. Tesch-Römer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung* (S. 7-17). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Weber, H. (1992). Belastungsverarbeitung. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 21, 17-27.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71, 3-25.
- Wells, J., Hobfoll, S. & Lavin, J. (1999). When it rains, it pours: The greater impact of resource loss compared to gain on psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 1172-1182.
- Wessman, A. & Ricks, D. (1966). *Mood and personality*. Oxford, UK: Holt, Rinehart & Winston.
- Weymann, A. (1998). *Sozialer Wandel: Theorie zur Dynamik der modernen Gesellschaft*. Weinheim: Juventa.
- Wheaton, B. (Ed.). (1994). *Sampling the stress universe*. New York, US: Plenum Press.
- White, J. (1992). Marital status and well-being in Canada: An analysis of age group variations. *Journal of Family Issues*, 13, 390-409.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.
- Winefield, A. (1995). Unemployment: Its psychological costs. *International Review of Industrial and Organizational Psychology*, 10, 169-212.
- Witter, R., Okun, M., Stock, W. & Haring, M. (1984). Education and subjective well-being: A meta-analysis. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 6, 165-173.
- Wortman, C. & Silver, R. (1987). Coping with irrevocable loss. In G. R. VandenBos & B. K. Bryant (Eds.), *Cataclysms, crises, and catastrophes: Psychology in action* (pp. 185-235). Washington, US: American Psychological Association.
- Wrosch, C. & Freund, A. (2001). Self regulation of normative and non-normative developmental challenges. *Human Development*, 44, 264-283.
- Wrosch, C., Schulz, R. & Heckhausen, J. (2002). Health stresses and depressive symptomatology in the elderly. *Health Psychology*, 21, 340-348.
- Zakowski, S. (1995). The effects of stressor predictability on lymphocyte proliferation in humans. *Psychology & Health*, 10, 409-425.
- Zakowski, S., Hall, M., Cousino Klein, L. & Baum, A. (2001). Appraised control, coping, and stress in a community sample: A test of the goodness-of-fit hypothesis. *Annals of Behavioral Medicine*, 23, 158-165.
- Zautra, A., Guarnaccia, C. & Reich, J. (1988). Factor structure of mental health measures for older adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 514-519.
- Zeidner, M. (2005). Contextual and personal predictors of adaptive outcomes under terror attack: The case of Israeli adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 459-470.
- Zinnecker, J. (1987). *Jugendkultur 1940-1985*. Opladen: Leske + Budrich.
- ZUMA (2004). Zufrieden mit Regierung und Demokratie? In A. Glöckner-Rist (Hrsg.), *ZUMA-Informationssystem. Elektronisches Handbuch sozialwissenschaftlicher Erhebungsinstrumente. ZIS Version 8*. Mannheim: ZUMA.







## Anhang

### Inhaltsverzeichnis

#### Anhang A: Regressionstabellen

A1	Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB .....	212
A2	Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und Maßen des SWB .....	218
A3	Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und Maßen des SWB .....	224
A4	Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB durch Bewältigungsstrategien .....	230
A5	Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und Maßen des SWB durch Kontrollüberzeugungen ....	242
A6	Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen .....	248

#### Anhang B: Erfassung der Untersuchungsvariablen

B1	Fragebogen: Maße des SWB .....	261
B2	Fragebogen: Erfassung der wandelbezogenen Anforderungen.....	264
B3	Fragebogen: Erfassung der Bewältigungsstrategien .....	268
B4	Fragebogen: Erfassung der Kontrollüberzeugungen.....	270

A1 Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB

*Tabelle A.1: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.335	1.323	1.343		72.882
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Arbeit	.047**	.042**	.024**	.106	5.297
Arbeit <sup>2</sup>		.032**	.024*	.042	2.216
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			.301**	.225	12.408
Ohne Partnerschaft			.192**	.195	11.562
Total $R^2 = .133$	$\Delta R^2$	.044	.002	.087	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.2: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und positivem Affekt

	Kriterium: Positiver Affekt				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.439	5.440	5.503		138.847
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Arbeit	-.065**	-.065**	-.034**	-.068	-3.251
Arbeit <sup>2</sup>		-.002	.012	.010	.494
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			-.536**	-.182	-9.623
Ohne Partnerschaft			-.225**	-.104	-5.919
Total R <sup>2</sup> = .058	$\Delta R^2$	.017	.001	.030	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.3: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit*

	Kriterium: Lebenszufriedenheit				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.680	5.706	5.753		123.902
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Arbeit	-.186**	-.173**	-.102**	-.161	-8.401
Arbeit <sup>2</sup>		-.068*	-.033	-.021	-1.128
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			-1.253**	-.335	-19.218
Ohne Partnerschaft			-.289**	-.106	6.508
Total $R^2 = .200$	$\Delta R^2$	.086	.001	.013	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.4: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.405	1.410	1.284		70.251
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Familie	.037**	.031**	.029**	.091	4.045
Familie <sup>2</sup>		.009	.001	.001	.037
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			.351**	.263	15.385
Ohne Partnerschaft			.194**	.198	11.577
Total R <sup>2</sup> = .127	$\Delta R^2$	.013	.000	.114	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.5: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt

	Kriterium: Positiver Affekt				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.111	5.066	5.220		125.674
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Familie	.045**	.093**	.102**	.144	6.199
Familie <sup>2</sup>		-.072**	-.064**	-.091	-3.937
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			-.633**	-.215	-12.198
Ohne Partnerschaft			-.199**	-.092	-5.224
Total R <sup>2</sup> = .066	$\Delta R^2$	.004	.006	.056	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.



*Tabelle A.6: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit*

	Kriterium: Lebenszufriedenheit				
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.338	5.333	5.607		113.464
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>					
Familie	-.115**	-.109**	-.081**	-.089	-4.103
Familie <sup>2</sup>		-.009	.003	.003	.130
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>					
Arbeitslos			-1.451**	-.388	-23.505
Ohne Partnerschaft			-.296**	-.108	-6.528
Total $R^2 = .182$	$\Delta R^2$	.016	.000	.166	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

A2 Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und Maßen des SWB

*Tabelle A.7: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Engagement und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.990	1.804		43.211
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Engagement	-.085**	-.076**	-.186	-11.152
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		.358**	.267	16.014
Ohne Partnerschaft		.177**	.181	10.800
Total $R^2 = .153$	$\Delta R^2$	.043	.110	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.8: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Engagement und positivem Affekt*

	Kriterium: Positiver Affekt			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	3.362	3.592		39.587
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Engagement	.318**	.306**	.344	20.819
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-.570**	-.194	-11.738
Ohne Partnerschaft		-.173**	-.080	-4.856
Total $R^2 = .172$	$\Delta R^2$	.127	.045	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.9: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Engagement und Lebenszufriedenheit*

	Kriterium: Lebenszufriedenheit			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	3.795	4.271		37.748
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Engagement	.216**	.192**	.170	10.472
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-1.47**	-.393	-24.275
Ohne Partnerschaft		-.252**	-.092	-5.666
Total $R^2 = .203$	$\Delta R^2$	.036	.167	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.10: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Disengagement und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.371	1.273		67.699
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Disengagement	.036**	.025**	.087	5.090
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		.356**	.266	15.664
Ohne Partnerschaft		.183**	.187	10.985
Total $R^2 = .126$	$\Delta R^2$	.015	.111	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.11: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Disengagement und positivem Affekt

	Kriterium: Positiver Affekt			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.604	5.726		128.815
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Disengagement	-.112**	-.097**	-.151	-8.637
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-.566**	-.193	-11.023
Ohne Partnerschaft		-.199**	-.092	-5.280
Total $R^2 = .077$	$\Delta R^2$	.030	.047	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.12: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen Disengagement und Lebenszufriedenheit

	Kriterium: Lebenszufriedenheit			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.226	5.463		102.248
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>				
Disengagement	-.050**	-.015	-.019	-1.144
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-1.48**	-.397	-24.024
Ohne Partnerschaft		-.280**	-.102	-6.176
Total $R^2 = .175$	$\Delta R^2$	.003	.172	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

A3 Regressionstabellen der Zusammenhänge zwischen Kontrollüberzeugungen und Maßen des SWB

*Tabelle A.13: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen interner Kontrollüberzeugung und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.913	1.686		54.030
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Internale Kontrolle	-.082**	-.063**	-.194	-11.334
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		.309**	.231	13.492
Ohne Partnerschaft		.183**	.187	11.184
Total $R^2 = .154$	$\Delta R^2$	.064	.090	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.



*Tabelle A.14: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen internaler Kontrollüberzeugung und positivem Affekt*

	Kriterium: Positiver Affekt			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	4.208	4.506		64.191
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Internale Kontrolle	.199**	.172**	.241	13.783
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-.445**	-.152	-8.638
Ohne Partnerschaft		-.206**	-.095	-5.569
Total $R^2 = .110$	$\Delta R^2$	.078	.032	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.15: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen interner Kontrollüberzeugung und Lebenszufriedenheit*

	Kriterium: Lebenszufriedenheit			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	3.689	4.390		52.372
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Internale Kontrolle	.269**	.194**	.214	13.063
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-1.313**	-.351	-21.376
Ohne Partnerschaft		-.263**	-.096	-5.987
Total $R^2 = .218$	$\Delta R^2$	.088	.130	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.16: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen externaler Kontrollüberzeugung und Depressivität*

	Kriterium: Depressivität			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.350	1.278		42.975
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Externale Kontrolle	.030**	.016**	.048	2.798
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		.356**	.266	15.491
Ohne Partnerschaft		.190**	.193	11.376
Total $R^2 = .121$	$\Delta R^2$	.007	.114	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.17: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen externaler Kontrollüberzeugung und positivem Affekt*

	Kriterium: Positiver Affekt			
	Schritt 1		Schritt 2	
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.460	5.542		81.788
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Externale Kontrolle	-.050**	-.028*	-.037	-2.068
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-.586**	-.199	-11.185
Ohne Partnerschaft		-.224**	-.104	-5.888
Total $R^2 = .056$	$\Delta R^2$	.005	.051	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

*Tabelle A.18: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Regressionsanalyse des Zusammenhangs zwischen externaler Kontrollüberzeugung und Lebenszufriedenheit*

	Kriterium: Lebenszufriedenheit			
	Schritt 1	Schritt 2		
	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.739	5.827		72.722
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>				
Externale Kontrolle	-.143 **	-.088 **	-.092	-5.587
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>				
Arbeitslos		-1.439 **	-.385	-23.238
Ohne Partnerschaft		-.284 **	-.104	-6.325
Total $R^2 = .183$	$\Delta R^2$	.022	.161	

*Anmerkungen.*  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

A4 Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB durch Bewältigungsstrategien

Tabelle A.19: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.323	1.877	1.839	1.658		23.808
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	.042**	.049**	.050**	.033**	.145	7.393
Arbeit <sup>2</sup>	.032**	.033**	.037**	.030**	.053	2.850
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		-.099**	-.093**	-.072**	-.177	-6.264
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Engagement			-.023*	-.019*	-.040	-2.123
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement			-.007	-.017	-.036	-1.539
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.273**	.204	11.506
Ohne Partnerschaft				.179**	.182	11.061
Total R <sup>2</sup> = .179	$\Delta R^2$	.046	.058	.008	.067	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.20: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.440	3.533	3.518	3.727		24.436
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	-.065**	-.092**	-.091**	-.065**	-.132	-6.724
Arbeit <sup>2</sup>	.002	-.006	-.004	.007	.006	.319
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		.342**	.344**	.316**	.355	12.588
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Engagement			-.007	-.015	-.014	-.768
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement			-.003	.010	.012	.418
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.432**	-.147	-8.309
Ohne Partnerschaft				-.173**	-.080	-4.898
Total R <sup>2</sup> = .185	$\Delta R^2$	.016	.144	.000	.025	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.21: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.706	4.200	4.161	4.576		24.424
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	-.173**	-.194**	-.194**	-.125**	-.198	-10.434
Arbeit <sup>2</sup>	-.068*	-.071*	-.074*	-.041	-.026	-1.430
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		.270**	.276**	.210**	.186	.6.822
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Engagement			.029	.007	.005	.301
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement			-.008	.022	.022	.764
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-1.180**	-.316	-18.453
Ohne Partnerschaft				-.254**	-.093	-5.842
Total R <sup>2</sup> = .239	$\Delta R^2$	.087	.056	.000	.096	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.



Tabelle A.22: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Depressivität durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.410	1.946	1.847	1.687		29.434
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	.031**	.054**	.054**	.050**	.154	6.867
Familie <sup>2</sup>	.009	.000	.006	-.002	.007	-.316
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		-.100**	-.084**	-.076**	-.187	8.030
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Engagement			.012	.011	.023	1.031
Familie <sup>2</sup> x Engagement			-.019*	-.016*	-.059	-2.077
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.333**	.249	14.937
Ohne Partnerschaft				.183**	.187	11.217
Total R <sup>2</sup> = .172	$\Delta R^2$	.013	.057	.006	.096	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.23: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.066	3.364	3.437	3.620		28.757
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	.093**	.019	.019	.032*	.045	1.986
Familie <sup>2</sup>	-.072**	-.045**	-.050**	-.043**	-.062	-2.682
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		.317**	.305**	.295**	.311	14.227
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Engagement			.000	.002	.002	.092
Familie <sup>2</sup> x Engagement			.014	.009	.015	.523
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.573**	-.195	-11.720
Ohne Partnerschaft				-.163**	-.075	-4.538
Total R <sup>2</sup> = .173	$\Delta R^2$	.010	.119	.000	.044	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.24: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch engagierte Bewältigung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.333	3.926	4.387	4.756		30.662
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	-.109**	-.170**	-.167**	-.132**	-.146	-6.703
Familie <sup>2</sup>	-.009	.013	-.016	-.004	-.004	-.199
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement		.262**	.187**	.164**	.145	6.422
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Engagement			-.044	-.036	-.026	-1.233
Familie <sup>2</sup> x Engagement			.090**	.076**	.102	3.697
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				1.40**	-.375	-23.233
Ohne Partnerschaft				-.267**	-.097	-6.039
Total R <sup>2</sup> = .223	$\Delta R^2$	.016	.050	.008	.150	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.25: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.323	1.200	1.205	1.178		36.501
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	.042**	.042**	.042**	.025**	.109	5.505
Arbeit <sup>2</sup>	.032**	.032**	.030**	.023*	.041	2.164
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		.036**	.035**	.025**	.085	3.052
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Disengagement			-.004	-.007	-.014	-.719
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement			.002	.003	.009	.279
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.291**	.218	11.975
Ohne Partnerschaft				.185**	.188	11.160
Total R <sup>2</sup> = .141	$\Delta R^2$	.044	.015	.000	.080	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.26: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.440	5.822	5.815	5.823		79.570
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	-.065**	-.066**	-.066**	-.037**	-.074	-3.590
Arbeit <sup>2</sup>	-.002	.002	.002	.015	.012	.610
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		-.112**	-.110**	-.097**	-.151	-5.223
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Disengagement			.074**	.079**	.076	3.683
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement			-.011	-.011	-.014	-.452
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.505**	-.172	-9.160
Ohne Partnerschaft				-.197**	-.091	-5.240
Total R <sup>2</sup> = .085	$\Delta R^2$	.017	.030	.005	.034	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.27: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.706	5.874	5.898	5.851		67.335
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Arbeit	-.173**	-.173**	-.174**	-.102**	-.271	-8.444
Arbeit <sup>2</sup>	-.068*	-.066*	-.066*	-.032	-.046	-1.098
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		-.050**	-.056**	-.030	-.036	-1.347
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Arbeit x Disengagement			.044	.059*	.044	2.299
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement			.006	.009	.010	.325
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-1.254**	-.336	-19.610
Ohne Partnerschaft				-.281**	-.103	-6.311
Total R <sup>2</sup> = .202	$\Delta R^2$	.087	.004	.006	.105	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.28: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Depressivität durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.410	1.298	1.253	1.175		41.838
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	.031**	.038**	.038**	.035**	.108	4.767
Familie <sup>2</sup>	.009	.002	.004	-.003	-.009	-.395
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		.038**	.042**	.030**	.102	4.839
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Disengagement			-.019	-.022*	-.046	1.986
Familie <sup>2</sup> x Disengagement			-.002	.001	.003	.102
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.341**	.255	14.975
Ohne Partnerschaft				.187**	.190	11.171
Total R <sup>2</sup> = .137	$\Delta R^2$	.013	.017	.006	.099	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.29: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.066	5.455	5.461	5.542		87.356
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	.093**	.073**	.072**	.085**	.119	5.138
Familie <sup>2</sup>	-.072**	-.053**	-.056**	-.051**	-.073	-3.131
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		-.105**	-.104**	-.088**	-.137	-6.280
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Disengagement			.079**	.082**	.084	3.268
Familie <sup>2</sup> x Disengagement			-.016	-.017	-.038	-1.218
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.600**	-.204	-11.661
Ohne Partnerschaft				-.178**	-.082	-4.709
Total R <sup>2</sup> = .088	$\Delta R^2$	.010	.025	.006	.048	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.



Tabelle A.30: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch disengagierte Bewältigung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.333	5.542	5.580	5.720		75.047
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>						
Familie	-.109**	-.120**	-.120**	-.085**	-.094	-4.282
Familie <sup>2</sup>	.009	.001	-.004	-.001	-.000	-.003
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement		-.057**	-.065**	-.029*	-.036	-1.963
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Familie x Disengagement			.071**	.079**	.065	2.615
Familie <sup>2</sup> x Disengagement			-.002	-.003	-.005	-.172
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-1.452**	-.388	-23.407
Ohne Partnerschaft				.285**	-.104	-6.284
Total R <sup>2</sup> = .185	$\Delta R^2$	.016	.004	.005	.160	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

A5 Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen Bewältigungsstrategien und Maßen des SWB durch Kontrollüberzeugungen

Tabelle A.31: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Engagement und Depressivität durch internale Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.990	1.875	1.861	1.724		.003
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement	-.085**	-.065**	-.063**	-.061**	-.150	.003
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Internale KÜ		-.107**	-.108**	-.079**	-.162	.003
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Engagement x Internale KÜ			.015	.009	.019	.003
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.311**	.233	.003
Ohne Partnerschaft				.174**	.177	.003
Total $R^2 = .176$	$\Delta R^2$	.043	.045	.001	.087	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.32: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Engagement und positivem Affekt durch internale Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	3.362	2.842	3.041	3.140		31.370
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement	.318**	.276**	.274**	.273**	.306	18.235
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Internale KÜ		.150**	.151**	.124**	.174	10.130
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Engagement x Internale KÜ			-.013	-.006	-.006	-.338
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.461**	-.157	-9.410
Ohne Partnerschaft				-.165**	-.077	-4.715
Total $R^2 = .199$	$\Delta R^2$	.127	.042	.000	.030	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.33: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Engagement und Lebenszufriedenheit durch interne Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	3.795	2.956	2.970	3.656		29.382
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Engagement	.216**	.148**	.145**	.146**	.129	7.879
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Internale KÜ		.243**	.245**	.169**	.186	11.103
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Engagement x Internale KÜ			-.027	-.008	-.006	-.361
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-1.321**	-.353	-21.703
Ohne Partnerschaft				-.242**	-.088	-5.537
Total $R^2 = .234$	$\Delta R^2$	.036	.067	.000	.131	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.34: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Disengagement und Depressivität durch externe Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.371	1.236	1.237	1.200		35.870
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement	.036**	.035**	.035**	.025**	-.086	5.037
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Externale KÜ		.029**	.029**	.016**	.046	2.704
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Disengagement x Externale KÜ			.012	.001	.001	-.067
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				.348**	.260	15.080
Ohne Partnerschaft				.183**	.187	11.005
Total $R^2 = .128$	$\Delta R^2$	.015	.007	.000	.106	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.35: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Disengagement und positivem Affekt durch externe Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.604	5.818	5.818	5.845		77.304
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement	-.112**	-.111**	-.111**	-.097**	.151	-8.610
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Externale KÜ		-.046**	-.046**	-.025*	-.034	-1.958
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Disengagement x Externale KÜ			-.002	.016	.016	.942
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-.556**	-.189	-10.681
Ohne Partnerschaft				-.200**	-.093	-5.308
Total $R^2 = .078$	$\Delta R^2$	.030	.004	.000	.044	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.36: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen Disengagement und Lebenszufriedenheit durch externe Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit					
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.226	5.886	5.883	5.872		64.897
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>						
Disengagement	-.050**	-.046**	-.045**	-.014	-.017	-1.041
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>						
Externale KÜ		-.141**	-.141**	-.088**	-.092	-5.572
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>						
Disengagement x Externale KÜ			-.030	.014	.011	.694
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>						
Arbeitslos				-1.438**	-.385	-23.069
Ohne Partnerschaft				-.281**	-.103	-6.241
Total $R^2 = .183$	$\Delta R^2$	.003	.022	.000	.158	

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

A6 Regressionstabellen der Moderation der Zusammenhänge zwischen wandelbezogenen Anforderungen und Maßen des SWB durch Bewältigungsstrategien und Kontrollüberzeugungen

Tabelle A.37: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	1.323	1.877	2.088	1.944	1.920	1.716		22.701
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Arbeit	.042**	.049**	.042**	.041**	.042**	.029**	.126	6.204
Arbeit <sup>2</sup>	.032**	.033**	.031**	.030**	.039**	.035**	.061	3.159
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Engagement		-.099**	-.081**	-.079**	-.073**	-.057**	-.142	-4.858
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Internale KÜ			-.057**	-.031**	-.035**	-.026**	-.079	-2.746
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Engagement				-.022*	-.024*	-.021*	-.043	-2.184
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement				-.002	-.011	-.021	-.058	-1.848
Arbeit x Internale KÜ				-.002	-.001	.004	.008	.375
Arbeit <sup>2</sup> x Internale KÜ				-.035**	-.027*	-.024*	-.075	-2.240
Engagement x Internale KÜ				.017*	.050**	.045**	.096	3.348
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Eng x Internale KÜ					.003	-.001	-.002	-.073
Arbeit <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ					-.031**	-.031**	-.102	-2.970
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						.239**	.179	10.026
Ohne Partnerschaft						.177**	.180	11.076
Total R <sup>2</sup> = .204		$\Delta R^2$	.046	.058	.028	.008	.005	.059

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.



Tabelle A.38: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt							$\beta$	$T$
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6			
	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$			
Konstante	5.440	3.533	3.055	3.143	3.195	3.430		20.729	
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>									
Arbeit	-.065**	-.092**	-.075**	-.075**	-.078**	-.059**	-.119	-5.882	
Arbeit <sup>2</sup>	.002	-.006	-.002	.006	-.006	.000	.000	.003	
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>									
Engagement		.342**	.301**	.302**	.293**	.274**	.308	10.590	
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Internale KÜ			.129**	.112**	.116**	.103**	.144	5.052	
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>									
Arbeit x Engagement				-.013	-.008	-.011	-.010	-.534	
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement				.000	.018	.029	.041	1.177	
Arbeit x Internale KÜ				.023	.020	.012	.012	.536	
Arbeit <sup>2</sup> x Internale KÜ				.018	.003	.001	.001	.024	
Engagement x Internale KÜ				-.023	-.070*	-.064*	-.062	-2.171	
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>									
Arbeit x Eng x Internale KÜ					.019	.022	.024	1.084	
Arbeit <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ					.042*	.043*	.064	1.971	
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos						-.436**	-.148	-6.714	
Ohne Partnerschaft						-.186**	-.086	-4.893	
Total R <sup>2</sup> = .210	$\Delta R^2$	.016	.143	.028	.000	.005	.015		

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.39: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.706	4.200	3.495	3.499	3.596	3.625		20.396
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Arbeit	-.173**	-.194**	-.169**	-.169**	-.171**	-.113**	-.179	-9.125
Arbeit <sup>2</sup>	-.068*	-.071*	-.065*	-.064*	-.070*	-.048	-.030	-1.625
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Engagement		.270**	.210**	.213**	.203**	.163**	.144	5.114
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Internale KÜ			.190**	.168**	.170**	.130**	.144	5.205
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Engagement				.026	.028	.020	.015	.766
Arbeit <sup>2</sup> x Engagement				-.005	.005	.033	.032	1.071
Arbeit x Internale KÜ				.015	.013	-.018	-.014	-.665
Arbeit <sup>2</sup> x Internale KÜ				.029	.020	.019	.021	.654
Engagement x Internale KÜ				-.033	-.056	-.040	-.031	-1.119
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Eng x Internale KÜ					.014	.017	.014	.654
Arbeit <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ					.020	.027	.031	.949
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos							-1.081**	-16.865
Ohne Partnerschaft							-.247**	-5.749
Total R <sup>2</sup> = .262	$\Delta R^2$	.087	.056	.040	.001	.000	.078	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.40: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Depressivität durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		<i>T</i>
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	
Konstante	1.410	1.946	2.186	2.084	2.084	1.862		29.757
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Familie	.031**	.054**	.050**	.050**	.050**	.049**	.152	6.708
Familie <sup>2</sup>	.009	.000	.002	.005	.006	-.002	-.008	-.327
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Engagement		-.100**	-.080**	-.069**	-.069**	-.067**	-.165	-6.999
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Internale KÜ			-.068**	-.062**	-.062**	-.043**	-.134	-5.986
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Engagement				.007	.007	.007	-.013	.588
Familie <sup>2</sup> x Engagement				-.011	-.011	-.009	-.035	-1.169
Familie x Internale KÜ				-.012	-.012	-.007	-.014	.586
Familie <sup>2</sup> x Internale KÜ				-.009	-.008	-.009	-.037	-1.189
Engagement x Internale KÜ				.018	.020	.013	.028	1.233
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Eng x Internale KÜ					.000	-.005	-.012	-.486
Familie <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ					-.002	-.001	-.004	-.138
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						.287**	.214	12.741
Ohne Partnerschaft						.180**	.184	11.174
Total R <sup>2</sup> = .195	$\Delta R^2$	.013	.057	.042	.001	.001	.081	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.41: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		<i>T</i>
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	
Konstante	5.066	3.364	2.837	2.909	2.908	3.175		23.190
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Familie	.093**	.019	.028	.028	.027	.034*	.047	2.099
Familie <sup>2</sup>	-.072**	-.045**	-.048**	-.049**	-.057**	-.050**	-.072	-3.040
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Engagement		.317**	.273**	.275**	.273**	.270**	.303	12.966
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Internale KÜ			.151**	.135**	.140**	.112**	.157	7.081
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Engagement				.011	.013	.015	.013	.596
Familie <sup>2</sup> x Engagement				-.004	.002	-.001	-.001	-.037
Familie x Internale KÜ				.018	.020	.013	.012	.512
Familie <sup>2</sup> x Internale KÜ				.021	.009	.009	.017	.568
Engagement x Internale KÜ				-.020	-.042	-.033	-.032	-1.416
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Eng x Internale KÜ					.005	.011	.011	.476
Familie <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ					.028*	.026*	.040	2.123
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						-.465**	-.158	-9.423
Ohne Partnerschaft						-.155**	-.072	-4.405
Total R <sup>2</sup> = .202	$\Delta R^2$	.010	.118	.042	.000	.005	.037	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.42: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch die Interaktion von Engagement und internaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit							$\beta$	$T$
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6			
	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$			
Konstante	5.333	3.926	3.102	3.530	3.522	4.135		24.537	
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>									
Familie	-.109**	-.170**	-.156**	-.153**	-.151**	-.126**	-.140	-6.373	
Familie <sup>2</sup>	-.009	.013	.008	-.015	-.012	-.002	-.002	-.096	
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>									
Engagement		.262**	.193**	.134**	.135**	.132**	.116	5.126	
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Internale KÜ			.236**	.223**	.222**	.151**	.167	7.750	
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>									
Familie x Engagement				-.025	-.028	-.023	-.017	-.781	
Familie <sup>2</sup> x Engagement				.067**	.065**	.059**	.080	2.787	
Familie x Internale KÜ				.024	.024	.008	.006	.248	
Familie <sup>2</sup> x Internale KÜ				.015	.020	.019	.029	.982	
Engagement x Internale KÜ				-.030	-.024	-.002	-.001	-.065	
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>									
Familie x Eng x Internale KÜ						-.014	-.001	-.046	
Familie <sup>2</sup> x Eng x Internale KÜ						-.006	-.007	-.343	
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos							-1.256**	-336	-20.707
Ohne Partnerschaft							-.256**	-.093	-5.905
Total R <sup>2</sup> = .252	$\Delta R^2$	.016	.050	.064	.005	.000	.117		

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.43: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Depressivität durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität							$\beta$	$T$
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6			
	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$	$B$			
Konstante	1.323	1.200	1.125	1.191	1.190	1.212		22.298	
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>									
Arbeit	.042**	.042**	.041**	.040**	.039**	.023**	.101	5.029	
Arbeit <sup>2</sup>	.032**	.030**	.028*	.021	.020	.015	.026	1.355	
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>									
Disengagement		.036**	.036**	.036**	.037**	.026**	.090	3.191	
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>									
Externale KÜ			.018**	.004	.005	-.006	-.017	-.629	
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>									
Arbeit x Disengagement				-.007	-.008	-.010	-.021	-1.028	
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement				-.002	-.005	-.003	-.007	-.230	
Arbeit x Externale KÜ				.020*	.020*	.014	.030	1.485	
Arbeit <sup>2</sup> x Externale KÜ				.016	.016	.023*	.065	2.127	
Disengagement x Externale KÜ				.006	.001	-.011	-.025	-.943	
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>									
Arbeit x Dis x Externale KÜ					.005	.000	.000	-.018	
Arbeit <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					.004	.010	.031	.977	
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>									
Arbeitslos						.286**	.214	11.696	
Ohne Partnerschaft						.186**	.190	11.266	
Total R <sup>2</sup> = .144	$\Delta R^2$	.046	.015	.003	.004	.000	.076		

Anmerkungen.  $N = 3,056$ ; \*\*  $p < .01$ ; \*  $p < .05$ ;  $B$  ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient;  $T$  = Testwert der  $T$ -Statistik;  $R^2$  = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.44: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		<i>T</i>
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	
Konstante	5.440	5.822	5.961	5.920	5.916	5.850		47.443
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Arbeit	-.065**	-.066**	-.063**	-.062**	-.063**	-.035**	-.071	-3.449
Arbeit <sup>2</sup>	-.002	.002	.007	.019	.015	.025	.020	1.007
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Disengagement		-.112**	-.112**	-.112**	-.110**	-.096**	-.150	-5.165
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Externale KÜ			-.032*	-.025	-.024	-.008	-.011	-.378
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Disengagement				.078**	.074**	.079**	.076	3.611
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement				-.004	-.011	-.013	-.017	-.509
Arbeit x Externale KÜ				-.053*	-.052*	-.042*	-.040	1.977
Arbeit <sup>2</sup> x Externale KÜ				-.009	-.009	-.017	.023	-.727
Disengagement x Externale KÜ				-.004	-.041	-.021	.021	-.768
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Dis x Externale KÜ					.005	.005	.005	.224
Arbeit <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					.037*	.031*	.043	.2.291
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						-.489**	-.166	-8.803
Ohne Partnerschaft						-.200**	-.093	-5.333
Total R <sup>2</sup> = .088	$\Delta R^2$	.016	.030	.001	.005	.005	.031	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.45: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen arbeitsbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.706	5.874	6.303	6.305	6.304	6.086		41.672
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Arbeit	-.173**	-.173**	-.166**	-.165**	-.165**	-.097**	-.154	-7.964
Arbeit <sup>2</sup>	-.068*	-.066*	-.052	-.038	-.039	-.012	-.008	-.412
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Disengagement		-.050**	-.047**	-.059*	-.059*	-.030	-.037	1.379
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Externale KÜ			-.100**	-.093**	-.093**	-.056*	-.058	2.231
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Disengagement				.055*	.054*	.067**	.051	2.599
Arbeit <sup>2</sup> x Disengagement				.018	.017	.015	.015	.508
Arbeit x Externale KÜ				-.059*	-.059*	-.033	-.025	-1.277
Arbeit <sup>2</sup> x Externale KÜ				-.007	-.007	-.025	-.026	-.878
Disengagement x Externale KÜ				-.015	-.022	.026	.021	.794
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Arbeit x Dis x Externale KÜ					.003	.020	.017	.802
Arbeit <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					.007	-.019	-.021	-.698
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						-1.227**	-.328	-18.653
Ohne Partnerschaft						-.284**	-.104	-6.394
Total R <sup>2</sup> = .208	$\Delta R^2$	.087	.004	.010	.006	.000	.101	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.



Tabelle A.46: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Depressivität durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Depressivität							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		<i>T</i>
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	
Konstante	1.410	1.268	1.158	1.137	1.144	1.127		25.638
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Familie	.031**	.038**	.036**	.036**	.035**	.033**	.102	4.510
Familie <sup>2</sup>	.009	.002	.002	.001	.005	-.002	-.008	-.333
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Disengagement		.038**	.038**	.042**	.041**	.030**	.103	4.844
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Externale KÜ			.025**	.025**	.024**	.011	.031	1.444
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Disengagement				-.019	-.020	-.021*	-.048	-2.022
Familie <sup>2</sup> x Disengagement				-.004	-.002	-.001	-.003	-.107
Familie x Externale KÜ				.037**	.036**	.033**	.071	2.973
Familie <sup>2</sup> x Externale KÜ				-.004	-.002	.001	.002	.084
Disengagement x Externale KÜ				.013	.027**	.012	.027	1.290
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Dis x Externale KÜ					.015	.012	.030	1.078
Familie <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					-.016*	-.015*	-.063	2.174
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						.334**	.250	14.527
Ohne Partnerschaft						.185**	.188	11.088
Total R <sup>2</sup> = .142	$\Delta R^2$	.013	.016	.005	.006	.006	.096	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.47: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und positivem Affekt durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Positiver Affekt							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.066	5.455	5.677	5.750	5.727	5.702		57.427
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Familie	.093**	.073**	.077**	.077**	.078**	.088**	.125	5.373
Familie <sup>2</sup>	-.072**	-.053**	-.053**	-.054**	-.065**	-.060**	-.087	-3.647
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Disengagement		-.105**	-.104**	-.103**	-.100**	-.084**	-.131	-6.032
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Externale KÜ			-.050*	-.063*	-.060*	-.037*	-.049	-2.203
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Disengagement				.081**	.082**	.084**	.088	3.326
Familie <sup>2</sup> x Disengagement				-.014	-.021	-.022	-.048	-1.536
Familie x Externale KÜ				-.062*	-.056*	-.052*	-.051	2.073
Familie <sup>2</sup> x Externale KÜ				.023	.015	.011	.021	.692
Disengagement x Externale KÜ				-.012	-.062**	-.039	-.039	-1.829
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Dis x Externale KÜ					-.049*	-.032	-.042	-1.853
Familie <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					.052**	.047**	.118	3.573
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						-.583**	-.198	-11.223
Ohne Partnerschaft						-.171**	-.079	-4.551
Total R <sup>2</sup> = .094	$\Delta R^2$	.010	.026	.004	.005	.007	.042	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

Tabelle A.48: Zusammenfassung der hierarchisch multiplen Moderationsanalysen des Zusammenhangs zwischen familienbezogenen Anforderungen und Lebenszufriedenheit durch die Interaktion von Disengagement und externaler Kontrollüberzeugung

	Kriterium: Lebenszufriedenheit							
	Schritt 1	Schritt 2	Schritt 3	Schritt 4	Schritt 5	Schritt 6		
	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Konstante	5.333	5.542	6.116	6.208	6.183	5.974		51.170
<i>Wandelbezogene Prädiktoren</i>								
Familie	-.109**	-.120**	-.108**	-.107**	-.106**	-.076**	-.084	-3.865
Familie <sup>2</sup>	-.009	.001	-.002	.001	-.011	-.006	-.006	-.288
<i>Prädiktor des Bewältigungsverhalten</i>								
Disengagement		-.057**	-.052**	-.065**	-.061**	-.029	-.035	-1.705
<i>Prädiktor der Kontrollüberzeugung</i>								
Externale KÜ			-.130**	-.137**	-.134**	-.080**	-.083	-3.950
<i>Zweifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Disengagement				.076*	.078**	.081**	.067	2.688
Familie <sup>2</sup> x Disengagement				.006	-.001	-.001	-.002	-.069
Familie x Externale KÜ				-.112**	-.106**	-.098**	-.075	-3.260
Familie <sup>2</sup> x Externale KÜ				.022	.013	.004	.006	.222
Disengagement x Externale KÜ				-.037	-.090**	-.038	-.030	-1.496
<i>Dreifach-Wechselwirkungen</i>								
Familie x Dis x Externale KÜ					-.042	-.032	.029	-1.103
Familie <sup>2</sup> x Dis x Externale KÜ					.052**	.042**	.082	2.637
<i>Soziodemographische Prädiktoren</i>								
Arbeitslos						-1.406**	-.376	-22.619
Ohne Partnerschaft						-.278**	-.102	-6.177
Total R <sup>2</sup> = .198	$\Delta R^2$	.016	.005	.018	.007	.007	.146	

Anmerkungen. *N* = 3,056; \*\* *p* < .01; \* *p* < .05; *B* ( $\beta$ ) = unstandardisierter (standardisierter) Regressionskoeffizient; *T* = Testwert der *T*-Statistik; R<sup>2</sup> = Summe aufgeklärter Varianz.

























## Ehrenwörtliche Erklärung

Durch meine Unterschrift versichere ich,

1. dass mir die geltende Promotionsordnung der Fakultät für Sozial- und Verhaltenswissenschaften der Friedrich-Schiller-Universität Jena bekannt ist;
2. dass ich meine Dissertation „Subjektives Wohlbefinden in Zeiten sozialen Wandels – Zur Adaptivität von Bewältigungsstrategien“ selbst angefertigt habe und alle von mir benutzten Hilfsmittel und Quellen angegeben habe;
3. dass mich bei der Erstellung des Manuskriptes meine Betreuer Prof. Dr. Rainer K. Silbereisen und Prof. Dr. Jutta Heckhausen beraten haben;
4. dass darüber hinaus Dritte weder unmittelbar noch mittelbar geldwerte Leistungen von mir erhalten haben, die im Zusammenhang mit dem Inhalt der vorgelegten Dissertation stehen;
5. dass ich meine Dissertation noch nicht als Prüfungsarbeit für eine staatliche oder eine andere wissenschaftliche Prüfung eingereicht habe und zwar weder an einer anderen Hochschule noch an einer anderen Fakultät;
6. dass ich nach bestem Wissen die Wahrheit erkläre und nichts verschwiegen habe.

Sebastian Grümer

Jena, den 26. Mai 2009