

**„Du siehst aber sinnerfüllt aus!“
Eine Studie zur interpersonellen Sinnwahrnehmung**

Diplomarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades
Magistra rerum naturalium (Mag^a. rer. nat.)
der Psychologie
an der Fakultät für Psychologie
und Sportwissenschaften
der Universität Innsbruck

vorgelegt von

Anna-Lena Thüringer

Innsbruck, am 15. September 2014

eingereicht bei Frau

Assoz. Prof. Dr. Tatjana Schnell

Prüfungssenat

Erstprüfer: Assoz. Prof. Dr. Tatjana Schnell
Zweitprüferin: PhD Manuela Gander
Vorsitz: ao. Univ.-Prof. Dr. Harald R. Bliem

Tag der mündlichen Prüfung: 27.10.2014

Zusammenfassung

Der Fokus dieser Arbeit lag auf der Fragestellung, ob es möglich ist, die Sinnerfüllung einer anderen Person wahrzunehmen. Hierzu wurde ein Experiment durchgeführt, in welchem sich zwei fremde Personen zehn Minuten lang unterhielten und daraufhin die Sinnerfüllung ihres Gesprächspartners einschätzten. Wie sich in der Hypothesenprüfung herausstellte, ist eine adäquate Beurteilung der Sinnerfüllung einer anderen Person nicht möglich. Weiterhin wurde untersucht, ob andere Konstrukte bei der Bewertung von Sinn einen Einfluss haben. Hier zeigte sich, dass weder der Selbstwert noch die Persönlichkeit im Zusammenhang mit der Sinnerfüllungswahrnehmung stehen. Allerdings wurden zwei Korrelationen mit der sichtbaren Sinnerfüllung bestätigt, nämlich die zur Attraktivität und die zur eigenen Sinnerfüllung. So werden attraktivere Menschen höher sinnerfüllt wahrgenommen und Menschen, welche selber sinnerfüllt sind, beurteilen ihren Gesprächspartner höher in dessen Sinnerfüllung. Die sichtbare Sinnerfüllung ist somit eine Projektion der eigenen Sinnerfüllung, und unabhängig von der tatsächlichen Sinnerfüllung, der zu bewertenden Person.

Direkt im Anschluss an das Experiment wurden zusätzlich Interviews durchgeführt, in welchen nach Gründen der Sinnerfüllungsbeurteilung gefragt wurde. Hier ergaben sich im Rahmen der Auswertung folgende Kategorien: *Nonverbale Komponente*, *Verbale Komponente*, *Interpretation von Gesprächsinhalten*, *Intuition*, *Äußere Kennzeichen*, *Sympathie*, *Verweis auf Ähnlichkeit* und *Attraktivität*. So sind es vor allem die nonverbalen und verbalen Signale des Gesprächspartners, welche zu einer Beurteilung des Sinnniveaus von diesem führen. Weiterhin kann man anhand der Interviews feststellen, dass verschiedenste Eindrücke und Gedanken eine Rolle im Bewertungsprozess spielen, was wiederum die Komplexität des Konstrukts Lebenssinn widerspiegelt.

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	4
2 Theoretischer Hintergrund.....	5
2.1 Sinnforschung in der Psychologie.....	5
2.1.1 Definition Lebenssinn.....	6
2.1.2 Definition Lebensbedeutung	11
2.1.3 Sinnerfüllung und Sinnkrise	12
2.1.4 Lebenssinn und Wohlbefinden	13
2.2 Persönlichkeit	15
2.2.1 Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit.....	15
2.2.1.1 Entwicklung des Fünf- Faktoren- Modell.....	15
2.2.1.2 Definition der fünf Dimensionen	16
2.2.2 Persönlichkeit und Sinn	18
2.2.3 Selbstwert.....	20
2.2.4 Emotionale Intelligenz.....	22
2.3 Attraktivität.....	23
2.4 Aktueller Forschungsstand.....	25
2.4.1 Die soziale Natur des Menschen.....	25
2.4.2 Soziologie des Selbst	26
2.4.3 Studie: „Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal“	28
2.5 Zusammenfassung.....	30
3 Methodik	31
3.1 Untersuchungsverfahren.....	31
3.1.1 Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn.....	31
3.1.2 NEO-Fünf-Faktoren Inventar.....	35
3.1.3 Selbstwert.....	36
3.2 Hypothesen.....	37
3.2.1 Hypothesenblock 1.....	37
3.2.2 Hypothesenblock 2.....	38
3.2.3 Hypothesenblock 3.....	41
3.2.4 Explorative Fragestellung	43

3.3	Untersuchungsdurchführung.....	43
3.3.1	Datenerhebung.....	43
3.3.2	Datenbereinigung.....	44
3.4	Beschreibung der Stichprobe.....	45
3.5	Auswertungsmethoden.....	46
4	Ergebnisse.....	47
4.1	Deskriptive Statistik.....	47
4.1.1	Reliabilitätsprüfung.....	47
4.1.2	Überprüfung der Normalverteilung.....	48
4.2	Hypothesenprüfung.....	50
4.2.1	Überprüfung der Ergebnisse der Hypothesen 1a, 1b und 1c.....	50
4.2.2	Überprüfung der Ergebnisse der Hypothese 2a, 2b, 2c und 2d	50
4.2.3	Überprüfung der Ergebnisse der Hypothesen 3a, 3b, 3c, 3d und 3e.....	54
5	Ergebnisse der Interviews.....	59
5.1	Auswertung der Interviews.....	67
5.1.1	Bildung der Oberkategorien.....	67
5.1.2	Bildung der Unterkategorien.....	69
5.1.3	Reduktion der Aussagen.....	71
5.2	Analyse der Interviews.....	74
5.2.1	Häufigkeiten der Reduktionen.....	74
5.2.2	Häufigkeiten der Gesprächsthemen.....	75
5.2.3	Größe der Kategorien.....	76
5.2.4	Verteilung der Reduktionen auf die Kategorien.....	77
5.3	Zusammenfassung.....	78
6	Diskussion der Ergebnisse	80
6.1	Differenzen dieser Arbeit und der Studie von Stillman et al. (2011).....	81
6.2	Zusammenhänge der sichtbaren Sinnerfüllung zu untersuchten Konstrukten.....	82
6.3	Diskussion der Interviews.....	86
6.4	Projektion der eigenen Person.....	89
6.5	Diskussion Abschluss.....	90
7	Limitationen und Forschungsausblick.....	91
7.1	Limitationen.....	91
7.2	Forschungsausblick.....	91

8 Literaturverzeichnis.....	93
9 Tabellenverzeichnis.....	104
10 Abbildungsverzeichnis.....	106
11 Anhang.....	107

1 Einleitung

Die Fragestellung zu dieser Arbeit basiert auf der Studie *“Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal“* von Stillman et al. (2011). Diese untersuchen den Zusammenhang zwischen der Sinnerfüllung einer Person und ihrer Attraktivität als Interaktionspartner. Es zeigte sich, dass sinnerfüllte Menschen im Vergleich zu wenig sinnerfüllten als sympathischer wahrgenommen werden, als Gesprächspartner bevorzugt werden und andere Menschen lieber mit ihnen befreundet wären.

So bergen diese Ergebnisse wichtige Erkenntnisse, da sie zwei grundlegende Bedürfnisse des Menschen miteinander verbinden. Das Streben nach Sinn und die soziale Natur des Menschen. Die Sinnerfüllung einer Person ist nichtmehr nur für sich als Individuum von Bedeutung, sondern wirkt sich auch auf die Gestaltung der sozialen Beziehungen aus. Empfindet jemand sein Leben sinnerfüllt, wird es ihm folglich leichter fallen, neue soziale Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten.

Interessensgegenstand dieser Arbeit ist das Bindeglied zwischen der Sinnerfüllung einer Person und der Wahrnehmung dieser in ihrer Attraktivität als Interaktionspartner: Die sichtbare Sinnerfüllung, also die wahrgenommene Sinnerfüllung einer Person. Wenn sinnerfüllte Menschen als attraktive Sozialpartner eingestuft werden, muss die Sinnerfüllung einer Person für ein Gegenüber zugänglich sein. Hierfür fanden Stillman et al. (2011) auch Bestätigung. Da sich ihre Untersuchungen jedoch auf den Zusammenhang von Sinnerfüllung und sozialer Attraktivität konzentrierten, wünschten sich die Autoren fortführende Forschungen auf diesem Gebiet.

Im Hinblick darauf, dass die sichtbare Sinnerfüllung die Attraktivität als Interaktionspartner und somit das Bilden von Beziehungen beeinflusst, handelt es sich um ein wichtiges Phänomen, dass es näher zu verstehen lohnt. Deswegen beschäftigt sich diese Arbeit mit Fragen wie: *“Ist es möglich die Sinnerfüllung eines fremden Menschen nach einem kurzen Gespräch treffend einzuschätzen?, Spielen noch andere Merkmale eine Rolle bei der Beurteilung von Sinn?, Kann ein so komplexes Konstrukt wie Lebenssinn aus dem Verhalten einer Person erschlossen werden?, Worauf achtet man, wenn man die Sinnerfüllung einer anderen Person einschätzt?“*.

2 Theoretischer Hintergrund

Im Folgenden wird der theoretische Hintergrund erläutert, welcher die Basis dieser Arbeit bildet. Zu Beginn wird ein Grundverständnis über die relevanten Themengebiete vermittelt, nämlich die Konstrukte Lebenssinn, Persönlichkeit und Attraktivität.

Überleitend zum Methodenteil wird speziell auf aktuelle Forschung, welche die Fragestellung dieser Arbeit betrifft, eingegangen. Hierbei handelt es sich um die Bedeutung von sozialen Beziehungen für den Menschen im Allgemeinen und weiterführend um den Zusammenhang von sozialen Beziehungen und Lebenssinn.

2.1 Sinnforschung in der Psychologie

Die Frage nach „dem Sinn in unserem Leben“ wird in der Geschichte der Menschheit immer wieder aufgegriffen und in verschiedensten Bereichen, wie zum Beispiel der Religion, der Literatur und der Philosophie thematisiert. Vor allem die Philosophen des Existenzialismus wie Søren Kierkegaard, Martin Heidegger oder Jean Paul Satre beschäftigten sich mit der Existenz des Menschen und seiner Stellung in der Welt (Prechtl & Burkard, 1996). Während sich die Philosophie eher mit dem höheren Sinn im Leben, dem *cosmic meaning* beschäftigt, geht es in der Psychologie um den irdischen Sinn. Dieser wird auch *personal meaning* genannt, wobei die bewusst gewählte, individuelle Gestaltung des Lebensweges im Vordergrund steht (Yalom, 1980).

Die Frage nach dem „Wie soll ich leben?“ ist in der Psychologie schon länger fester Bestandteil der Überlegungen. So ist im Zusammenhang mit Lebenssinn vor allem der Psychologe Victor Frankl zu erwähnen. Von diesem wurde bereits im Jahre 1926 beim dritten internationalen Kongress für Individualpsychologie die Sinnfrage angesprochen, und es folgte ein umfassendes Lebenswerk zum Thema Lebenssinn (Längle, 2005). Aus seinen Auseinandersetzungen resultiert des Weiteren die Logotherapie und die Existenzanalyse, welche neben der Psychoanalyse Freuds und der Individualpsychologie Adlers, auch als „Dritte Wiener Schule der Psychotherapie“ bezeichnet wird (Frankl, 1981).

Die empirische Erforschung dieses Gebietes ist jedoch eher jung, erhält aber zusehends mehr Aufmerksamkeit (Schnell & Becker, 2006). Von Reker und Chamberlain (2000) werden mehrere Gründe angeführt, warum die Sinnforschung jüngst immer mehr in den

Fokus des Interesses rückt. Zum einen führen sie den Perspektivenwechsel in der Psychologie an, bei welchem sich nicht mehr nur auf die psychopathologischen Aspekte konzentriert wird, sondern auch auf die positiven Aspekte der menschlichen Natur, wie inneres Wachstum und Ausleben der Potenziale. Zum Anderen sind für die Forschung präzisere Operationalisierungen des Konstrukts Lebenssinn vorhanden und auch die qualitativen Forschungsmethoden finden heute wissenschaftliche Anerkennung, welche für die Sinnforschung ein unerlässliches Werkzeug darstellen.

2.1.1 Definition Lebenssinn

Doch was ist eigentlich „Lebenssinn“? Die meisten Menschen haben zwar eine Vorstellung davon, was gemeint ist, müssten sie dies jedoch in Worte fassen, wird es ihnen eher schwerfallen. Die Komplexität der Thematik spiegelt sich auch in den unterschiedlichen Definitionen von Lebenssinn wieder. So gibt es nicht die „eine“ Definition, vielmehr werden in der Literatur verschiedenste Aspekte von Lebenssinn beleuchtet. Im Folgenden wird eine Auswahl von diesen vorgestellt, um ein Grundverständnis von „Lebenssinn“ und seiner Bedeutung für den Menschen, zu vermitteln.

Der etymologische Ursprung des Begriffs *Sinn* ist „Gang“, „Reise“, „Weg“. Die germanische Wortgruppe hat ihre Wurzeln in „*sent-*“, was so viel wie „gehen, reisen, fahren“ bedeutet und ursprünglich abstammt von „eine Richtung nehmen, eine Fährte suchen“. Auch die Verbform *sinnen* bezieht sich auf den gleichen Sachverhalt, nämlich „die Gedanken auf etwas richten, streben, begehren, gehen, sich begeben“ (Herkunftswörterbuch, 1989). Wie sich schon aus der Geschichte des Wortes *Sinn* eruieren lässt, geht der Sinnfindung ein Prozess der Sinnsuche voraus. So gibt es keinen feststehenden Sinn, vielmehr muss jeder Mensch seinen eigenen Sinn entwickeln. Wie im Folgenden zu sehen sein wird, spielen Begriffe wie „Streben“ und „eine Richtung nehmen“, auch in heutigen Definitionen von Sinn, eine wichtige Rolle.

Allgemein ist das Streben nach Sinn in der Natur des menschlichen Wesens verankert. Der Psychologe Victor Frankl (1966) beschreibt den „Willen zu Sinn“ als eine der primären Motivationen des Menschen. Die Frage nach dem Sinn ist Ausdruck des menschlichen schlechthin. „Die Frage nach dem Sinn des Lebens, mag sie nun ausgesprochen oder unausdrücklich gestellt sein, ist als eine eigentlich menschliche

Frage zu bezeichnen. Das In-Frage-Stellen des Lebenssinns kann daher niemals an sich etwa der Ausdruck von Krankhaften am Menschen sein; es ist vielmehr eigentlicher Ausdruck des Menschseins schlechthin – Ausdruck nachgerade des Menschlichsten im Menschen“ (S.39). Da im Gegensatz zum Tier dem Menschen keine Instinkte sagen, was er soll, muss er selber herausfinden, was er eigentlich will. Hier wird auch von Victor Frankl der Prozess der Sinnsuche betont, da Sinn niemals einfach so erzeugt werden kann (Frankl, 1987). So wartet „Jeder Tag, jede Stunde [...] mit einem neuen Sinn auf, und auf jeden Menschen wartet ein anderer Sinn. So gibt es einen Sinn für einen jeden, und für einen jeden gibt es einen besonderen Sinn“ (Frankl, 1979, S.157).

Es gibt nicht den „einen“ Lebenssinn, vielmehr hat jede Person ihren eigenen Lebenssinn. So erfüllt eine Sache eine Person mit Sinn, eine andere Person wiederum nicht. Der Blick auf die Innenperspektive eines Individuums ist unerlässlich, um seinen Sinn zu verstehen. Dabei was von einer Person als sinnvoll wahrgenommen wird, spielen mehrere Prozesse eine Rolle, nämlich motivationale, kognitive, affektive, relationale und personale. Diese sind maßgeblich daran beteiligt, welche Werte oder Ziele jemand in seinem Leben verfolgt und bilden ein persönliches Sinnsystem (Wong, 1998).

Der *motivationale Anteil* wird wie bei Victor Frankl (1966) auch von Paul Wong (1998) als grundlegende Motivation des Menschen beschrieben. So verkörpert der „Wille zum Sinn“, das Bedürfnis aktiv nach Lebenszielen zu streben. Das *kognitive System* spielt vor allem eine wichtige Rolle dabei, wie Menschen über sich selbst und Lebenssituationen denken und beinhaltet zum Beispiel individuelle Selbstkonzepte, Weltansichten, Schemata und Werte. Es kann mit einer kognitiven Landkarte verglichen werden, welche „... orients the individual in steering through the life course. The personal meaning system comprises the categories (conceptual schemes) used for self and life interpretation. It is a cognitive-affective network containing person-directed and environment-directed motivational cognitions and understandings, like goal concepts and behavior plans, conceptions of character and competencies, of internal processes and mechanisms, various kinds of standards and self-appraisals“ (Dittmann-Kohli zit. nach Wong & Fry, 1998, S. 368). Mit der *affektive Komponente* wird ein Gefühl der Befriedigung und Erfüllung beschrieben, welches das Streben nach Zielen begleitet.

Diese eben beschriebenen Komponenten (motivationale, kognitive, affektive), greift

Wong (2012) im PURE-Model noch einmal auf und entwickelt sie weiter. Das PURE-Model steht für *Purpose* (Motivation), *Understanding* (Kognition), *Responsible Action* (Verhalten) und *Evaluation* (Emotion).

Bei *Purpose* werden Antworten auf Fragen wie „Was soll ich in meinem Leben machen?“, „Was ist wirklich wichtig im Leben?“ gesucht und somit die Weichen für das Leben gestellt. Beim *Understanding* geht es um die Frage „Wer bin ich?“, aber auch um „Wer ist mein Gegenüber?“. *Responsible Action* bezieht sich auf das Bedürfnis moralisch zu handeln und Verantwortung in Situationen zu übernehmen. *Evaluation* zielt auf die Beurteilung einer Sache ab. So wird eine Situation oder das Leben als Ganzes als zufriedenstellend oder eben nicht zufriedenstellend bewertet, anhand der Frage „bin ich gerade glücklich?“.

Diese vier Komponenten bilden die elementaren Bausteine des Sinnerlebens, es gilt: „Without a personally defined meaning and purpose, individuals would experience life as being on a ship without a rudder“ (Wong, 2012, S.6) .

Der persönlich definierte Sinn bestimmt letztendlich die individuelle Geisteshaltung jedes Menschen und beinhaltet zum Beispiel die Lebensphilosophie, die letzten Fragen, die Kernwerte, die Weltsicht, die Lebensmotivation, die Beurteilung, den Altruismus, die Ethik, die Religion, die Spiritualität, das prosoziale Verhalten und alles was das Leben lebenswert macht (Wong, 2012).

Als Nächstes werden die verschiedenen Ebenen betrachtet, denen Sinn zugeschrieben wird. Im Alltag werden Ereignisse, Geschehen oder Tätigkeiten von jedem Menschen anders wahrgenommen, interpretiert und unterschiedliche Bewertungen beigemessen. Evaluiert eine Person etwas positiv, wird sie auch positive Gefühle erleben, während jemand anderes, der die gleiche Sache als schlecht bewertet, negative Gefühle haben wird (Tausch, 2004).

Diese täglichen Sinnerfahrungen werden benötigt, um Sinn zu erfahren, sind jedoch beim Untersuchen von Lebenssinn nicht ausreichend. Sie bilden die elementare Ebene des Sinnstiftens und werden auch „bottom up“ genannt. Lebenssinn benötigt jedoch auch die sogenannten „top downs“. Diese bieten eine holistische Sicht auf das Leben und integrieren spezielle Bedürfnisse in ein höheres Streben. So benötigt der Mensch „cognizance of order, coherence and purpose in one’s existence, the pursuit and

attainment of worthwhile goals, and an accompanying sense of fulfillment” (Reker & Wong, 1988, S. 221). Ein dauerhaftes Empfinden von Lebenssinn kann nur stattfinden, wenn sowohl „bottom up“ als auch „top down“ Prozesse stattfinden.

Das hierarchische Sinnmodell von Schnell und Becker (2007), beschäftigt sich mit Sinnzuschreibung auf unterschiedlich komplexen Ebenen. Wie in Abbildung 1 zu erkennen ist, wird das Modell in Form einer Pyramide verbildlicht, bei welcher mit jeder ansteigenden Ebene auch der Grad der Komplexität und Abstraktheit wächst. Die Basis bilden die *Wahrnehmungen*, es folgen die *Handlungen*, dann die *Ziele/ Absichten /Pläne*, daraufhin die *Lebensbedeutungen* und die Spitze bildet der *Lebenssinn*.

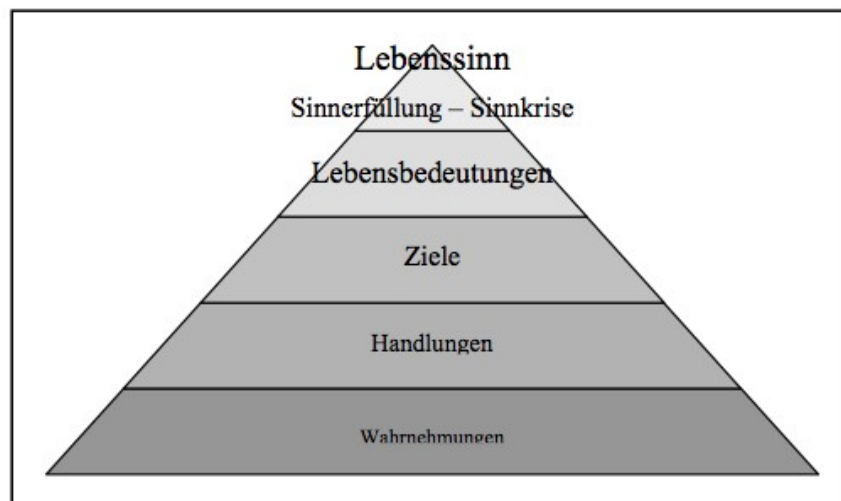


Abbildung 1: Hierarchisches Sinnmodell (Schnell & Becker, 2009).

Interpretiert man es *bottom up* „... so stimulieren Wahrnehmungen Handlungen, und Handlungen tragen zur Realisierung von Zielen, Absichten und Plänen bei. Diese wiederum erlauben die Verwirklichung von Lebensbedeutungen, die die Erfahrung von Lebenssinn ermöglichen. Liest man das Modell *top down*, so gewinnen Wahrnehmungen Bedeutung im Hinblick auf Handlungen, die sie initiieren können“ (Schnell, 2009, S.102). Es bestehen somit Wechselwirkungen zwischen den Ebenen. Die unteren Ebenen sind in den höheren integriert, während die höheren Ebenen die Organisation und das Erleben der niedrigeren Ebenen beeinflussen. Lebenssinn bildet die komplexeste Ebene und ist erfahrbar als Sinnerfüllung oder Sinnkrise. Wichtig ist, dass

Vereinzelt erst durch die Einordnung in einen größeren Gesamtzusammenhang, Bedeutung bekommt. So entsteht Lebenssinn aus einer Gesamteinschätzung des Lebens (Schnell, 2009).

Der Prozess des Sinnsuchens und Sinnfindens läuft über das ganze Leben, wobei sich Werte und auch Lebensbedeutungen verändern (Baumeister, 1991). Er beginnt im frühen Erwachsenenalter mit der Konstruktion einer narrativen Geschichte. Diese besteht aus einer rekonstruierten Geschichte der Vergangenheit und einer imaginierten Zukunft. Die narrative Geschichte versorgt das Leben mit Kohärenz und Zweck, und beantwortet Fragen wie: *wer bin ich?*, *wie wurde ich zu der Person, die ich bin?*, *wohin geht es in meinem Leben?*, *was für einen Sinn hat mein Leben als Ganzes?*. Die narrative Lebensgeschichte erklärt somit, wer man heute ist und wer man in der Zukunft sein wird (McAdams, 2012). Um eine hohe Sinnerfüllung zu erleben, ist folglich ein Zufriedensein mit der Vergangenheit, als auch ein Entschlossensein die Zukunft sinnvoll zu gestalten, begleitet durch ein Gefühl der Geradheit von Vorteil (Reker & Chamberlain, 2000).

Mit diesem Sinn für Geradheit, auch Kohärenzsinn, befasst sich vor allem Aaron Antonovsky (1977). Kohärenzsinn wird definiert als „eine globale Orientierung, die zum Ausdruck bringt, in welchem Umfang man ein generalisiertes, überdauerndes und dynamisches Gefühl des Vertrauens besitzt, dass die eigene innere und äußere Umwelt vorhersagbar ist und dass mit großer Wahrscheinlichkeit die Dinge sich so entwickeln werden, wie man es vernünftigerweise erwarten kann“ (Antonovsky zit. nach Becker, 1982, S.10). An dieser Stelle wird eine weitere sehr wichtige Voraussetzung der Sinnsuche angesprochen. So muss eine Person davon überzeugt sein, den Verlauf ihres Lebens beeinflussen zu können, um aktiv auf Ziele hinarbeiten zu können. Verfügt eine Person somit über ein Kohärenzgefühl erlebt sie die Welt als sinnvoll und zusammenhängend und entwickelt dadurch Vertrauen in ihr Leben (Antonovsky, 1977).

Viele der bisher genannten Aspekte lassen sich auch in der Theorie von Baumeister (1991) wiederfinden. Dieser beschreibt vier Sinnbedürfnisse (purpose, value, efficacy, self worth), welche zusammen für Sinnerfüllung sorgen.

Zielorientierung, *Purpose*: Umfasst das Bedürfnis, Aktivitäten auf ein Ziel auszurichten und im Hinblick auf die Zukunft zu interpretieren. Diese Ziele können sowohl

extrinsischer als auch intrinsischer Natur sein. So werden zum Beispiel auch unerfreuliche Handlungen auf sich genommen, um ein zukünftiges Ziel in der Außenwelt zu erreichen oder in der Erwartung auf einen herbeigesehnten Zustand.

Wertevorstellung, *Value*: Spiegelt das Bedürfnis wieder seine Handlungen als wertvoll zu empfinden. Der Mensch ist von Natur aus motiviert gut und gerecht zu handeln, er will sein Leben in einem positiven Licht sehen.

Selbstwert, *Self-Worth*: Beschreibt das Bedürfnis sich positiv wertig zu fühlen. Zum einen geht es um Respekt sich selbst gegenüber, aber auch Respekt von anderen Menschen entgegengebracht zu bekommen.

Selbstwirksamkeit, *Efficacy*: Beinhaltet das subjektive Gefühl, Ereignisse unter Kontrolle zu haben. Für den Menschen ist es sehr wichtig sich als kompetent und fähig wahrzunehmen und angestrebte Ziele, zu erreichen. Wichtig ist es hier, einen Mittelweg zwischen Unterforderung und Überforderung zu finden, da die Folge von Unterforderung wenig Befriedigung und die Folge von Überforderung Frustration ist.

2.1.2 Definition Lebensbedeutung

Wenn Menschen nach ihrem Lebenssinn befragt werden, fallen verschiedene Lebensbedeutungen als Antworten. Es sind nämlich die Lebensbedeutungen, durch welche Sinn erfahren wird. Sie geben dem Lebenssinn Form und sind für den Menschen bewusstseinsfähig, reflektierbar und motivierend (Schnell & Becker, 2007). Die meisten Menschen verfügen über eine Vielfalt an Lebensbedeutungen, wobei mit steigender Anzahl und größerer Differenzierbarkeit von Sinnquellen, die Wahrscheinlichkeit für höheres Sinnerleben steigt (Schnell, 2011). Des Weiteren verändern sich die Lebensbedeutungen im Laufe eines Lebens. Je nach Lebensabschnitt stehen unterschiedliche Dinge im Vordergrund und verändern somit, was momentan als relevant angesehen wird und was nicht (Baumeister, 1991).

Victor Frankl (1966) proklamiert drei verschiedene Wertekategorien, über welche Sinn erfahren werden kann. Die *schöpferischen Werte*, welche sich durch ein Tun auszeichnen, die *Erlebniswerte*, welche durch ein passives Aufnehmen der Welt in das Ich realisiert werden, und zuletzt die *Einstellungswerte*, welche überall dort verwirklicht werden, wo etwas Unabänderbares hingenommen werden muss. So kann der Menschen nicht nur im Schaffen und Freuen Sinn erleben, sondern auch im Leiden. Schnell und

Becker (2007) identifizieren, anhand einer Kombination von quantitativen und qualitativen Analysen von Interviews, 26 verschiedene Lebensbedeutungen, welche in Kapitel 3.1 beschrieben werden. Diese lassen sich vier Dimensionen zuordnen, nämlich der *Selbsttranszendenz* (horizontal und vertikal), der *Selbstverwirklichung*, der *Ordnung* und dem *Wir- und Wohlgefühl*.

In der Literatur unterscheiden sich die Lebensbedeutungen teilweise voneinander, was auf unterschiedliche Erhebungsmethoden zurückzuführen ist. Reker (2000) fasst die häufigsten, in der Literatur vorkommenden Sinnquellen zusammen. Seine Liste beinhaltet 17 Lebensbedeutungen: persönliche Beziehungen, Altruismus, religiöse Aktivitäten, kreative Aktivitäten, persönliches Wachstum, Befriedigung der Grundbedürfnisse, finanzielle Sicherheit, Freizeitaktivitäten, Leistung, ein Erbe hinterlassen, dauerhafte Werte, Traditionen, soziales Engagement, humanistische Belange, hedonistische Aktivitäten, materieller Besitz und die Beziehung zur Natur.

2.1.3 Sinnerfüllung und Sinnkrise

Die Sinnerfüllung kann als tragende, selten bewusste Lebensgrundlage verstanden werden“ (Schnell & Becker, 2007, S.14), währenddessen die Sinnkrise „... Ausdruck der subjektiven Wahrnehmung eines Sinnbruchs oder eines Mangels an Sinn“ (Schnell & Becker, 2007, S.14) ist. So wird eine Sinnkrise im Gegensatz zu Sinnerfüllung bewusst wahrgenommen und als Problem angesehen (Schnell, 2007). Wenig sinnerfüllte Menschen müssen jedoch nicht zwangsläufig eine Sinnkrise erleben. Hier gibt es eine weitere Option, nämlich die existenzielle Indifferenz. Diese wird charakterisiert durch geringe Sinnerfüllung ohne gleichzeitigem Vorliegen einer Sinnkrise. Ein Kennzeichen von existenziell indifferenten Menschen ist, dass sie sich allgemein wenig mit sich selbst oder dem Thema Sinn auseinandersetzen. Auch wenn sie nicht unter einer Sinnkrise leiden, erleben sie im Allgemeinen ihr Leben als weniger intensiv (Schnell, 2010).

Vor allem der Psychologe Victor Frankl (1987) hat sich intensiv mit dem Gefühl der inneren Leere auseinandergesetzt. So beschreibt er die „noogene Neurose“ als existenzielle Frustration, welche auch in einer neurotischen Symptomatologie ihren Ausdruck finden kann. Diese betitelt er als Krankheit unserer Zeit und erzählt: „Ringsum bin ich hier in Amerika umgeben von jungen Leuten meines Alters, die

verzweifelt nach dem Sinn ihres Daseins suchen. Einer meiner besten Freunde starb unlängst, weil er eben einen solchen Sinn nicht hatte finden können“ (S.11). So berichtet er auch von 60 Studenten der Idaho State Universität, von welchen 85 Prozent nach ihrem Selbstmordversuch angaben, dass das Motiv ihres Selbstmordversuchs, keinen Sinn mehr in ihrem Leben zu sehen, war. Der Zusammenhang zwischen Sinnerleben und Selbstmord wurde im Jahre 2013 von Kleiman und Beaver untersucht. Die Ergebnisse dieser Studie bestätigen Victor Frankls Hypothese. So sagt Sinnerfüllung und auch die Suche nach Sinnerfüllung, weniger Selbstmordgedanken und Selbstmordversuche, vorher.

Auch Maddi (1967) berichtet von einer existenziellen Neurose, welche er wie folgt charakterisiert: „the belief that one's life is meaningless, by the affective tone of apathy and boredom, and by the absence of selectivity in actions“ (S. 313). Ob es zu einer Sinnkrise kommt, ist abhängig von der *Hardiness* einer Person. *Hardiness* wird auch als existenzielle Courage bezeichnet und beschreibt ein Zusammenspiel von Beziehungen, Kontrolle und Herausforderungen (Maddi, 2004).

Generell gelten als Ursachen einer Sinnkrise zum Beispiel Verluste, unerreichbare Ziele oder einfach eine Summierung von Mangelereignissen (Tausch, 2004). Kritische Lebensereignisse können zum einen dazu führen, dass die bisherige Sinnerfüllung infrage gestellt wird, oder auch zu der Erkenntnis führen, dass kein Sinn vorhanden ist, wo er eigentlich sein sollte (Schnell & Becker, 2007). Die Folgen von Sinnverlust können zum Beispiel Entmutigung, Hoffnungslosigkeit, Passivität, Resignation, depressive Verstimmung, Stress, Grübeln, Aggressionen, Erschöpfung und Verlust an Leistungsfähigkeit sein (Tausch, 2004).

Allgemein verweisen heute viele Studien auf einen existierenden Zusammenhang zwischen Lebenssinn und psychischer Gesundheit (Moomal, 1999). Beispiele, die in Verbindung mit Sinn stehen, sind Depression (Phillips, 1980), Drogenmissbrauch (Nicholson et al., 1994) und Ängste (Debats, Van der Lubbe & Wezeman, 1993).

2.1.4 Lebenssinn und Wohlbefinden

Dass Lebenssinn und Wohlbefinden (~well-being) im Zusammenhang stehen, findet laut aktuellem Forschungsstand Bestätigung (Halama & Dedova, 2007; Zika & Chamberlain, 1992; Schnell, 2011). Die Operationalisierung von Wohlbefinden variiert

in verschiedenen Studien, da für Wohlbefinden keine theoretisch basierende Definition existiert. Debats (1999) inkludiert das Wohlbefinden in seine Sieben Lebenssinn Kategorien, und definiert es wie folgt: „an individualistic orientation with an emphasis on experiencing meaning through appreciation of life, hedonistically striving for pleasure, and maintaining physical or mental health“ (S. 38). In dem Großteil der Studien zum Wohlbefinden wurden positive und negative Gefühle als affektive Komponente und Lebenszufriedenheit als kognitive Komponente des Wohlbefindens erhoben (Ryff & Keyes, 1995). Zika und Chamberlain (1992) untersuchten Mütter von jungen Kindern und ältere Menschen, da diese als Risikogruppen vom Wohlbefinden gelten. Bei dieser Untersuchung wurde Wohlbefinden anhand der eben genannten Variablen (positive Gefühle, negative Gefühle, Lebenszufriedenheit) erhoben. Die Ergebnisse zeigen, dass hohe Ausprägungen bei Sinnerfüllung einhergehen, mit hohen Werten bei der Lebenszufriedenheit, positiven Gefühlen, und niedrigen Werten bei negativen Gefühlen. Jedoch können keine Aussagen über kausale Zusammenhänge gemacht werden. Die Existenzanalytiker bevorzugen die Ansicht, dass erlebte oder eben nicht erlebte Sinnerfüllung sich auf das subjektive Wohlbefinden auswirkt, es also vorhersagt. „The human being seems to require meaning. To live without meaning, goals, values or ideals seems to provoke considerable distress. In severe form it may lead to the decision to end one's life [...]. We apparently need absolutes, firm ideals to which we can aspire and guidelines by which to steer our lives“ (Yalom, 1980, S.422). Wenn Menschen also keinen Sinn in ihrem Leben wahrnehmen, erzeugt dies Stress und führt zu geringem Wohlbefinden. Tatsächlich gibt es für diese Annahme befürwortende Hinweise (Halama & Dedova, 2007; Debats, 1996; Mascaro & Rosen, 2005).

Tatjana Schnell (2009) prüft außerdem die Zusammenhänge zwischen Wohlbefinden und Sinnkrise und Wohlbefinden und Sinnerfüllung. In beiden Fällen werden Zusammenhänge gefunden, jedoch sind diese eher gering bis mittelhoch.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Menschen, welche höhere Sinnerfüllung erleben, auch über ein höheres Wohlbefinden verfügen, und gegenteilig, dass niedrig sinnerfüllte Menschen auch ein niedriges Wohlbefinden haben. Jedoch ist Sinnerfüllung nur eine Komponente von Wohlbefinden und somit nicht damit gleichzusetzen.

2.2 Persönlichkeit

Im nächsten Abschnitt werden verschiedene Facetten der Persönlichkeit dargestellt. Zu Beginn wird genauer auf das Fünf-Faktoren-Modell eingegangen, welches in der Psychologie als weitverbreitete Persönlichkeitstheorie gilt (Maltby, Day & Macaskill, 2011). Des Weiteren wird das Konstrukt Selbstwert erläutert, da auch dieses einen großen Beitrag zur Persönlichkeit leistet (Asendorpf & Neyer, 2007). Zuletzt wird die emotionale Intelligenz behandelt, welche ebenfalls oftmals als Persönlichkeitseigenschaft eingestuft wird (Petrides & Furnham, 2001).

Der Begriff „Persönlichkeit“ ist ein psychologisches beziehungsweise hypothetisches Konstrukt. Generell sind Konstrukte nicht direkt beobachtbar, aber von ihnen wird angenommen, dass sie Verhalten beeinflussen oder erklären können. So werden in der Psychologie Rückschlüsse auf die Persönlichkeit eines Individuums über bestimmte, beobachtete Verhaltensweisen gemacht.

Wenn man von Persönlichkeit spricht, geht man von einer gewissen Stabilität über Zeit und Situationen aus. Obwohl jede Person natürlich über eine individuelle Persönlichkeit verfügt, erkannten frühere Persönlichkeitstheoretiker Muster im menschlichen Verhalten und klassifizierten Persönlichkeitstypen. Auch heute wird in der Psychologie eine Kategorisierung der Persönlichkeitstypen angestrebt, um Verhalten vorhersagen zu können. Gemeinsam haben alle Persönlichkeitstheorien das Ziel, die motivationale Basis des Verhaltens zu erklären, ebenso wie die zugrunde liegende Natur des Menschen und die Entwicklung der Persönlichkeit. Die in der Psychologie weitest verbreitetste und anerkannteste Persönlichkeitstheorie ist die des *Fünf-Faktoren-Modells*, auch genannt die *Big Five* (Maltby, Day & Macaskill, 2011). Dieses wird im Anschluss genauer erläutert.

2.2.1 Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit

2.2.1.1 Entwicklung des Fünf-Faktoren-Modell

Das Fünf-Faktoren-Modell blickt auf eine lange Entstehungsgeschichte zurück, die ihren Ursprung in den 1930er Jahren hat. Seine Wurzeln liegen in dem sogenannten lexikalischen Ansatz. Dieser beruht auf der Annahme, dass sich wesentliche

Unterschiede der menschlichen Persönlichkeit auch in der Sprache widerspiegeln (Goldberg, 1993). Will man nun Persönlichkeitseigenschaften untersuchen, wird das Lexikon zum Forschungsgegenstand (Asendorpf, 2005). Darum erstellten Allport und Odbert (1936) eine Liste von 17 952 Wörtern aus dem Webster's New International Dictionary, welche alle Wörter beinhaltet, die die Persönlichkeit oder das menschliche Verhalten beschreiben. In den folgenden Jahren arbeiteten verschiedenste Forscher, unabhängig voneinander mit dieser Wörterliste. Als Werkzeug diente hierbei die Faktorenanalyse, welche erstmals von Raymond B. Cattell (1945) angewendet wurde. Bei diesem Vorgehen wird die Wörterliste auf unabhängige Faktoren reduziert, die sich dann als Eigenschaftsdimensionen interpretieren lassen (Asendorpf, 2005). Zum ersten Mal erschienen genau fünf Faktoren 1961 bei Ernest Tupes und Raymond Christal. Diese arbeiteten für die US-Airforce und wollten mithilfe der Forschung geeignete und ungeeignete Persönlichkeiten unter den Bewerbern erkennen. Auf diese Ergebnisse wurde Warren Norman (1963) aufmerksam und stieß nach einer Überarbeitung der Wortschatzliste ebenfalls auf die fünf Faktoren. Beendet wurde der lange Entwicklungsprozess der Big Five schließlich von Lewis Goldberg (1990) und seiner Arbeitsgruppe in Oregon. Ein letztes Mal wurden die fünf Faktoren gründlich geprüft und erwiesen sich wiederum als gültig. Heute gehört das Fünf-Faktoren-Modell zu den einflussreichsten Persönlichkeitstheorien der modernen Persönlichkeitsforschung (Maltby et al., 2011).

2.2.1.2 Definition der fünf Dimensionen

Wie vorhergehend beschrieben, fassen die fünf Faktoren gemeinsame Themen zu einer großen Kategorie zusammen, wobei die Dimensionen immer bipolar sind. So beschreiben Begriffe, welche in ihrer Bedeutung einer Dimension ähnlich sind, eine hohe Ausprägung und Wörter mit gegensätzlicher Bedeutung eine niedrige Ausprägung. So kann jede der fünf Dimensionen als ein Kontinuum zwischen einem hohen und geringen Ausprägungspol gesehen werden. Bei der Dimension Extraversion besitzt eine Person somit einen Wert auf dem Kontinuum zwischen Introversion und Extraversion (Gerrig & Zimbardo, 2008).

Im Folgenden werden die fünf Persönlichkeitseigenschaften (Traits) genauer beschrieben:

Extraversion

Der Extraversion/Introversion werden Facetten wie Geselligkeit, Durchsetzungsfähigkeit, Aktivität, Unternehmungslustigkeit, Enthusiasmus und Kontaktfreudigkeit zugeordnet (Costa & Mc Crae, 1992). Eine extrovertierte Persönlichkeit mag Partys, hat viele Freunde, sehnt sich nach Aufregung, liebt die Abwechslung, ist impulsiv, verfügt über eine optimistische Grundhaltung und gibt sich meist fröhlich und lustig. Eine typisch introvertierte Person ist ruhig und zurückgezogen, wirkt reserviert und distanziert mit Ausnahme von guten Freunden, plant gerne im Voraus, vermeidet Aufregung, hat seine Gefühle unter Kontrolle und misstraut dem Impuls des Moments (Eysenck & Barrett, 2013).

Neurotizismus

Dem Neurotizismus werden Facetten wie Ängstlichkeit, Nervosität, Depression, Selbstsicherheit, Impulsivität und Vulnerabilität zugeschrieben (Costa & Mc Crae, 1992). So sind neurotische Menschen rasch entmutigt, häufig traurig und niedergeschlagen. Des Weiteren sind Personen mit hohem Neurotizismuswert von anderen und sich selbst rasch enttäuscht und reagieren dann nicht selten mit Bitterkeit. Wenig neurotische Menschen sind dagegen resistent gegenüber negativen Gefühlen und reagieren somit widerstandsfähiger auf die Herausforderungen des Lebens (Saum-Aldehoff, 2007).

Verträglichkeit

Der Verträglichkeit werden Facetten wie Vertrauen, Aufrichtigkeit, Altruismus, Bescheidenheit, Folgsamkeit und Verständnis zugeteilt (Costa & Mc Crae, 1992). Menschen mit hoher Verträglichkeit sind solche, denen man seit jeher einen guten Charakter zusprach. Sie begegnen Fremden prinzipiell mit Wohlwollen, vermuten in ihrem Nächsten eher das Gute als das Schlechte, sind selbstlos und hilfsbereit (Saum-Aldehoff, 2007).

Gewissenhaftigkeit

Ordnung, Kompetenz, Zielorientiertheit, Pflichtbewusstsein und Kontrolle

sind Facetten, die der Gewissenhaftigkeit zugeschrieben werden (Costa & Mc Crae, 1992). Eine hohe Gewissenhaftigkeit beschreibt eine disziplinierte Haltung gegenüber dem eigenen Selbst, seinen schwankenden Impulsen und Bedürfnissen. Ein gewissenhafter Mensch ist besonnen, verantwortungsbewusst, richtet sein Verhalten nach ethischen Regeln aus und ist sehr leistungsorientiert (Saum-Aldehoff, 2007).

Offenheit

Die Offenheit besteht aus Eigenschaften wie Kreativität, Fantasie, Ästhetik, breites Interesse, Gefühle und unkonventionelle Werte (Costa & Mc Crae, 1992). Sie drückt das Streben aus, hinter den Horizont blicken zu wollen und bestehende Grenzen infrage zu stellen. Eine offene Person ist aufgeschlossen gegenüber neuartigen Eindrücken, anderen Kulturen und fremden Weltanschauungen (Saum-Aldehoff, 2007).

2.2.2 Persönlichkeit und Sinn

Sinnerfüllung und Persönlichkeit sind zwei grundlegende Konzepte, die das Erleben und Verhalten des Menschen prägen. So integriert Mc Adams (2012) Sinnerfüllung in sein hierarchisches Persönlichkeitsmodell und ordnet es der Ebene der narrativen Identität zu. Auch der momentan überschaubare Forschungsstand weist auf ein Vorliegen von Zusammenhängen zwischen Persönlichkeit und Sinnerfüllung hin (Halama, 2005). In der Studie *Personality and meaning in life* zeigen Schnell und Becker (2006), dass sinnerfüllte Menschen tendenziell extrovertierter sind. Des Weiteren waren Extraversion und Offenheit Prädiktoren dafür, *community* als Sinnquelle zu haben. Dies bedeutet, dass bei extrovertierten Menschen, häufiger als bei anderen Persönlichkeitseigenschaften der Big Five, enge Kontakte und Freundschaften das Leben sinnerfüllter machen. Darüber hinaus haben Menschen mit höheren Ausprägungen bei Offenheit, höhere Werte bei der Sinnsuche. Dies bedeutet jedoch nicht, dass bei offenen Personen auch eine höhere Sinnerfüllung vorliegt, vielmehr scheinen Sinn suchende Menschen weniger erfüllt zu sein (Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008). Auch eine negative Beziehung zwischen Neurotizismus, gemessen mit dem Eysenck Personality Questionnaire, und Sinnerfüllung, konnte nachgewiesen werden (Moomal, 1999). Unterstützt werden bisher genannte Ergebnisse ebenfalls von

Stempelova und Cmarikova (2004), welche positive Korrelationen von Sinnerfüllung mit Extraversion, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit und eine negative Korrelation zu Neurotizismus, feststellten. Eine weitere interessante Entdeckung macht Halama (2005), nämlich, dass Extraversion vor allem mit der affektiven Seite der Sinnerfüllung korreliert, was auf die Bedeutung der Gefühle wie Erfüllung und Zufriedenheit hindeutet.

Weiterhin werden noch Studien angeführt, welche den besagten Konstrukten (Persönlichkeit und Sinnerfüllung) sehr nahe stehen, und somit ebenfalls aufschlussreich sind. Zum Beispiel existiert eine Beziehung zwischen Extraversion und Glücksempfinden (Costa & Mc Crea, 1980; Chan & Joseph, 2000; Furnham & Brewin, 1990), welches der Sinnerfüllung als inhärent innewohnend angesehen wird (Wong, 2012). Eine Meta-Analyse weist auf Neurotizismus als größten Prädiktor von Glücksempfinden hin (deNeve & Cooper, 1998). Zudem demonstrieren die Ergebnisse von Hochwälder (2010), dass die Big Five, bei Frauen 38 Prozent der Varianz, bei Männern 40 Prozent der Varianz, vom Sinn für Kohärenz erklären. Das Kohärenz ein große Rolle beim Sinnerleben spielt, wurde schon in Kapitel 2.1.1 dargestellt (Antonovsky, 1977).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Sinnerfüllung und Persönlichkeit in Verbindung miteinander stehen. Die besten Prädiktoren für Sinnerfüllung sind niedriger Neurotizismus, hohe Extraversion und hohe Gewissenhaftigkeit. Ein Interpretationsansatz hierfür ist, dass neurotische Menschen emotional labiler sind, mehr Selbstzweifel haben und vermehrt negative Emotionen erleben. Bei Studenten scheint dies vor allem das Anstreben von Zielen zu erschweren, während Erwachsene weniger Glück empfinden können. Extraversion wird im Gegensatz hierzu mit positiven Gefühlen, hoher Sozialität, größerem Engagement im Erreichen von Zielen und allgemein einer positiven Weltansicht in Verbindung gebracht. Bei der Gewissenhaftigkeit konnte gezeigt werden, dass es bei jungen Menschen einen Zusammenhang zur motivationalen Ebene der Sinnerfüllung gibt. Gewissenhafte Menschen werden folglich mehr Zeit und Anstrengung in das Verfolgen ihrer Ziele investieren (Halama, 2005).

2.2.3 Selbstwert

Das *Selbst* eines Menschen besteht aus zwei Komponenten, dem *Selbstkonzept* und dem *Selbstwert* (Potreck-Rose & Jacob, 2008). Während das Selbstkonzept vergleichbar ist mit einem komplexen Wissens-System, in welchem das Wissen über die eigene Person geordnet ist (Asendorpf & Neyer, 2007), ist der Selbstwert dessen evaluative Komponente, also die subjektive Bewertung der Persönlichkeit. Generell ist das Selbstwertgefühl zeitlich weniger stabil als das Selbstkonzept, da es allgemeinen Stimmungsschwankungen unterliegt. Trotzdem verfügt es jedoch über eine gewisse Stabilität, sodass es auch als Persönlichkeitseigenschaft betrachtet werden kann (Asendorpf & Neyer, 2007).

Mummendy (2006) definiert Selbstwert als den „Wert oder die Bewertung, die ein Individuum sich selbst zuschreibt und zukommen lässt, wird [...] als Selbstwertschätzung, Selbstwertgefühl oder gelegentlich auch Selbstachtung bezeichnet“ (S.144). Verfügt eine Person also über einen hohen Selbstwert, wird sie sich somit eher positiv beschreiben, während eine Person mit niedrigem Selbstwert eher zu einer negativen Selbstbeschreibung tendieren wird (Potreck-Rose & Jacob, 2008).

Allgemein gibt es keine umfassende Theorie des Selbstwertes, viel mehr liegen viele verschiedene Operationalisierungen vor (Potreck-Rose & Jacob, 2008). Das älteste Konzept ist das eines allgemeinen Selbstwertes, welches sowohl positive wie auch negative Einstellungen gegenüber sich selbst beinhaltet (Rosenberg zit. nach Marsh, Nagengast & Scalas, 2010). Heute geht man davon aus, dass der allgemeine Selbstwert in bereichsspezifische Selbstwertgefühle untergliedert ist. Die bereichsspezifischen Selbstwerte haben für das Individuum jedoch unterschiedliche Stellenwerte und werden somit im Bezug auf den allgemeinen Selbstwert unterschiedlich gewichtet (Asendorpf & Neyer, 2007). Bei Schulkindern in der 2., 3. und 4. Klasse konnte zum Beispiel gezeigt werden, dass sich in allen Jahrgängen kognitive, sportliche und soziale Faktoren des Selbstwertgefühles differenzieren lassen (Asendorpf & Akeen, 1993).

Des Weiteren konnte gezeigt werden, dass es einen Zusammenhang zwischen dem Selbstwert und der Persönlichkeit gibt. So verfügen vor allem Menschen mit niedrigem Neurotizismus über einen höheren Selbstwert. Auch besteht ein leichter Zusammenhang zwischen einem hohem Selbstwert und höheren Ausprägungen bei Extraversion und Verträglichkeit (Aluja, Rolland, García, & Rossier, 2007; Stempelova & Cmarikova,

2004). Da Neurotizismus auch zu den signifikanten Prädiktoren von Wohlbefinden gehört (Ebert, Tucker & Roth, 2002), ist naheliegend, dass auch der Selbstwert zu den Indikatoren von psychischer Gesundheit zählt (Steiger, Allemand, Robins & Fend, 2014; Asendorpf & Neyer, 2007). Außerdem konnte bewiesen werden, dass ein positives Selbstkonzept und ein hoher Selbstwert mit höherer Sinnerfüllung einhergehen (Reker, 1977).

Sozialpsychologisch betrachtet, entwickelt sich das Selbst in der lebendigen Auseinandersetzung zwischen einem Individuum und seinem Interaktionspartner (Mummendy, 2006). So berichtete Cooley schon 1902 von seinen Beobachtungen, dass Gefühle von Menschen über sich selbst, eng damit zusammenhängen, wie sie von anderen behandelt werden. Hieraus entwickelten Leary et al. (1995) die sogenannte Soziometer-Theorie, welche davon ausgeht, dass der Selbstwert die Funktion übernimmt, einen sozialen Ausschluss zu verhindern. Sich einer Gruppe zugehörig zu fühlen, gehört zu den fundamentalen Bedürfnissen des Menschen und ist somit von besonderer Bedeutung (Baumeister & Leary, 1995). Um dieses Bedürfnis zu sichern, erfasst nun der Soziometer den Grad, inwieweit sich ein Individuum zugehörig oder ausgeschlossen fühlt. Fühlt sich eine Person ausgeschlossen, motiviert der Selbstwert sie, dies aktiv zu ändern. Hierzu ist es wichtig über die Fähigkeit zu verfügen, die Reaktionen der anderen Menschen richtig einschätzen zu können. Interessanterweise ist es tatsächlich so, dass Menschen mit niedrigem Selbstwert, auch empfindlicher auf soziale Hinweise reagieren (Brockner, 1983). Da sein Selbstwert abhängig ist von den Bewertungen der Gruppenmitglieder, wird man sich im Alltag eher Gruppen suchen, welche einem ähnlich sind. In einer Gruppe adoptiert man weiterhin fremde Standards und geht davon aus, dass der Bereich den man für wichtig erachtet, auch von allen anderen als wichtig angesehen wird (Harter & Marold, 1991). Wenn in einer Gruppe zum Beispiel viel Wert auf sportliche Leistungen gelegt wird, werden auch die einzelnen Individuen Sport als sehr wichtig erachten. Über sportliche Performance kann man Zuspruch von der Gruppe erlangen, wovon wiederum der Selbstwert abhängt.

2.2.4 Emotionale Intelligenz

Emotionale Intelligenz ist ein multidimensionales Konstrukt, welches interindividuelle Unterschiede in den Fähigkeiten, Gefühle zu erkennen, zu kommunizieren, zu verstehen und zu regulieren beschreibt. In der Literatur wird es manchmal als Fähigkeit, meistens jedoch als eigenständige Persönlichkeitsdimension, angesehen (Petrides & Furnham, 2001). Wie der Name schon andeutet, geht es um ein Zusammenspiel von Emotionen und Intelligenz, welches Mayer und Salovey (1997) wie folgt definieren: „the ability to perceive emotions, to access and generate emotions so as to assist thought, to understand emotions and emotional knowledge, and to reflectively regulate emotions so as to promote emotional and intellectual growth“ (S.3). Emotionale Intelligenz hat zwei Seiten, zum einen, wie eine Person mit ihren eigenen Gefühlen umgeht, dem intrapersonalen Fokus, zum anderen, wie eine Person mit den Gefühlen von anderen Personen umgeht, dem interpersonalen Fokus (McIntyre, 2010). Zu den interpersonellen Fähigkeiten zählen Empathie, zwischenmenschliche Beziehungen und soziale Kompetenzen (Bar-On, 1997). Bisher konnte gezeigt werden, dass die emotionale Intelligenz im Zusammenhang mit vielen Bereichen steht, wie zum Beispiel der Beziehungszufriedenheit (Lopes, Salovey & Straus, 2003), der Gesundheit (Petrides, 2011), der Persönlichkeit (Ghiabi & Besharat, 2011; Chamorro-Premuzic, Bennett & Furnham, 2007) und der Depression (Salguero, Extremera & Fernández-Berrocal, 2012). Außerdem korreliert emotionale Intelligenz mit den Persönlichkeitseigenschaften Verträglichkeit, Offenheit und Extraversion (Van Rooy & Viswesvaran, 2004).

Aus dem Blickwinkel der evolutionären Entwicklungsgeschichte des Menschen, wird die soziale Intelligenz für den Menschen zu einer überlebensnotwendigen Fähigkeit. Eine gute soziale Integration bedeuteten für den Menschen erhöhte Überlebens- und Reproduktionschancen (Brody & Hall, 2000; Rushton, Bons & Hur, 2008). Betrachtet man nun Frauen und Männer aus der evolutionstheoretischen Perspektive, entwickelten sie, entsprechend der unterschiedlichen Aufgabenverteilungen, unterschiedliche Kompetenzen. So geht McIntyre (2010) davon aus, dass Frauen höhere Werte in emotionaler Intelligenz aufweisen müssten. Die Ergebnisse weisen höhere Werte der intrapersonalen emotionalen Intelligenz bei den Männern auf, jedoch bei Frauen höhere Werte der interpersonalen emotionalen Intelligenz. Daraus folgt, dass Männer besser im Regulieren ihrer Gefühle sind und Frauen besser im Wahrnehmen und Zuordnen von

Gefühlen anderer. Diese Ergebnisse werden durch mehrere Studien gestützt. Es finden sich zum Beispiel Hinweise dafür, dass Frauen treffender nonverbale Hinweise decodieren können (Brody & Hall, 2000), sensitiver für die Emotionen von anderen sind (Hall & Mast, 2008) oder über ein umfassenderes Vokabular für Emotionen verfügen (Fivush, Brotman, Buckner & Goodman, 2000).

Des Weiteren ergeben die Studien von Lopes, Salovey & Straus (2003), dass Personen, welche höhere Werte auf der Subskala „managing emotion“ in dem emotionalen Intelligenztest *Mayer, Salovey, and Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT)* erreichten, häufiger von positiven Beziehungen berichten und weniger von negativen Interaktionen mit engen Freunden. Die globale Zufriedenheit mit Beziehungen korreliert zusätzlich positiv mit Extraversion, negativ mit Neurotizismus und der Fähigkeit mit eigenen Gefühlen umzugehen.

2.3 Attraktivität

Betrachtet man die Bedeutung der Attraktivität evolutionstheoretisch, wird deutlich, dass sie im Zuge der natürlichen Selektion für die Geschlechter eine unterschiedliche Bedeutung gespielt hat. Das Prinzip *survival of the fittest* nach Darwin besagt, dass nur die am besten für das Überleben in der Umwelt gerüsteten Lebewesen den Sprung in die nächste Generation schaffen, da die Wahrscheinlichkeit größer ist, sich öfter fortzupflanzen und somit das „gute“ Genmaterial weiterzugeben. Da Frauen und Männer unterschiedliche Vorraussetzungen und Aufgaben in der Produktion ihrer Nachkommen haben, ergeben sich auch biologisch verankerte Unterschiede. So muss eine Mutter viel mehr Zeit in den Nachwuchs investieren, da sie zunächst durch die Schwangerschaft in ihrer Belastbarkeit beeinträchtigt ist und auch nach der Geburt aufgrund des Stillens in der Nähe des Kindes bleibt. Deswegen ist es für Frauen vor allem wichtig einen Partner zu finden, der für die Nachkommen die nötigen Ressourcen und Schutz bieten kann (Bischof-Köhler, 2006). Tatsächlich konnte gezeigt werden, dass die Männerwahl bei Frauen tendenziell von finanziellen Aussichten (Buss & Schmitt, 1993) und auch von allgemeiner Ressourcensicherung (Buss, 1989) mitbestimmt wird. Im Gegensatz dazu ist es für den Mann evolutionstheoretisch von Vorteil, seine Gene an möglichst viele Sexualpartnerinnen weiterzugeben. Dies erklärt auch heute noch, warum Männer aus verschiedenen Kulturen von einer größeren Sehnsucht nach unterschiedlichen Sexualpartnerinnen berichten als Frauen (Schmitt, 2003). Auch denken Männer öfter an

Sex, haben mehr Sexfantasien, wollen schneller Sex, befriedigen sich öfter und wünschen sich häufiger Sex (Baumeister, Catanese & Vohs, 2001). Ebenso bevorzugen Männer bei ihrer Partnerwahl junge und gesunde Frauen, da diese ihnen wahrscheinlicher Nachkommen gebären (Athenstaedt & Alfermann, 2011). Auch dies konnte in Studien bestätigt werden, so legen Männer bei der Partnerwahl mehr Wert auf Attraktivität als Frauen (Buss, 1989, Buss 2007; Feingold, 1990; Hudson & Henze, 1969; Stroebe, Insko, Thompson & Layton, 1971). Attraktiv ist vor allem dies, was Gesundheit und somit Gebärfähigkeit suggeriert. Hierzu gehören zum Beispiel volle Lippen, klare Haut, Symmetrie, lange Haare, feminine Stimme, usw. (Buss, 2007). Zusammenfassend kann man sagen, dass Attraktivität eine große Rolle bei der Partnerwahl spielt (Rhodes, Simmons & Peters, 2005; Hönekopp, Rudolph, Beier, Liebert & Müller, 2007). Nachstehend wird nun genauer betrachtet, was dies für den Alltag bedeutet.

Nach dem Motto „what is beautiful is good“ beeinflusst die Attraktivität eines Menschen, wie er wahrgenommen und behandelt wird. So konnte gezeigt werden, dass attraktive Menschen in vielen Bereichen positiver eingeschätzt werden als weniger attraktive Menschen. Sieht jemand gut aus, wird ihm zum Beispiel automatisch zugeschrieben, dass er eine zufriedener Ehe führt, eine bessere Arbeit hat, einen akzeptableren Partner findet, generell ein besseres sozial Leben hat, glücklich und erfolgreich ist. Allgemein gelten attraktive Menschen als sozial begehrenswert (Dion, Berscheid & Walster, 1972; Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991). So geht das stereotypische Bild eines schönen Menschen mit allgemein positiven Eigenschaften einher (Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991, Feingold, 1992).

Folglich beeinflusst die Attraktivität auch die Interaktion in einer Gesellschaft. Adam (1979, zit. nach Reis, Nezlek & Wheeler, 1980) liefert hier vier Annahmen, was attraktiv sein für Folgen haben kann. Zum einen geht er davon aus, dass attraktiveren Menschen andere Erwartungen entgegengebracht werden als unattraktiven Personen. Außerdem schreibt er attraktiven Menschen einen positiveren sozialen Austausch mit anderen Menschen zu, was wiederum zu einem positiveren sozialen Bild, einer positiven Selbsterwartung und vermehrter sozialer Unterstützung führt. Dies zusammengenommen, führt letztendlich zu einem sichereren Sozialverhalten bei attraktiven Menschen. Tatsächlich konnten erhebliche Unterschiede in Interaktionen

festgestellt werden. So zeigte sich zum Beispiel bei beiden Geschlechtern, dass bei gegengeschlechtlichen Interaktionen nach gewisser Zeit die Zufriedenheit mit der Attraktivität seines Gegenübers korreliert (Reis, Nezelek & Wheeler, 1980). Auch bei Herold (1979) wurde eine Korrelation von Attraktivität bei Studenten mit der sozialen Zufriedenheit nachgewiesen, wobei der Effekt bei Männern stärker ausfiel.

Außerdem wurde untersucht, ob die Attraktivität in der Lage ist eine direkte Bewertung zu verändern. Tatsächlich ergab die Studie *Beauty is talent* von Landy & Sigall (1974), dass der gleiche Essay besser bewertet wurde, wenn das hinzugefügte Foto einen attraktiven Verfasser zeigte. Ein ähnlicher Effekt wurde auch von Benassi (1982) gefunden, da ebenfalls die Attraktivität der Person auf dem vorher dargebotenen Foto bei der Bewertung der Leistung einen Einfluss hatte. Abschließend lässt sich also sagen, attraktivere Menschen werden bei gleicher Leistung besser bewertet als weniger attraktive Menschen (Jackson, Hunter & Hodge, 1995).

2.4 Aktueller Forschungsstand

Im nächsten Abschnitt wird vor allem auf die für diese Arbeit relevanten Forschungsergebnisse eingegangen. Zu Beginn wird die Bedeutung von sozialen Beziehungen für den Menschen herausgearbeitet und anschließend in Zusammenhang mit Lebenssinn gesetzt. Dann werden kurz soziologische Theorien vorgestellt, die die Entwicklung des Selbst in der Gesellschaft untersuchen. Zuletzt wird noch die Studie *“Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal“* von Stillman et al. (2011) vorgestellt, da sie die Grundlage zur Fragestellung dieser Arbeit liefert.

2.4.1 Die soziale Natur des Menschen

Dass Menschen ein grundlegendes Bedürfnis haben, positive Beziehungen einzugehen und aufrechtzuerhalten, beschreiben Baumeister und Leary (1995) in ihrer *Belongingness Hypothese*. Es ist zum einen wichtig, häufig erfreuliche Interaktionen mit unterschiedlichen Menschen zu haben, auf der anderen Seite aber auch lange, tiefe Beziehungen mit bestimmten Personen zu führen. In ihrem Artikel *„The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation“* verweisen sie auf empirische Ergebnisse aus verschiedensten Studien, um diese

Annahme zu stützen. Sie gehen davon aus, dass das Bedürfnis nach Zugehörigkeit ebenso wie das Bedürfnis nach Nahrung angeboren ist, und sehen somit dessen Ursprung in der Evolution. An dieser Stelle verweisen sie auf Ainsworth (1989), welche sozialen Beziehungen sowohl Vorteile beim Überleben als auch bei der Fortpflanzung zuschreibt. Dies trifft vor allem in Situationen, in denen man auf die Hilfe anderer angewiesen ist, zu, wie zum Beispiel im Falle einer Krankheit, bei der Verteidigung gegen Feinde oder auf der Jagd. Ein weiterer befürwortender Hinweis ist, dass starke Gefühle wie Glück und Trauer meistens im Zusammenhang mit *Belongingness* (~ Zugehörigkeitsgefühl) empfunden werden.

Des Weiteren spielen Beziehungen eine essenzielle Rolle in der Entwicklung von Lebenssinn. So zeigen Stillman und Baumeister (2009), dass die vier verschiedenen Bereiche der Sinngebung nach Baumann - *purpose, value, efficacy, self-worth*- (siehe Kapitel 2.1.1) die Beziehung zwischen *Belongingness* und Sinnempfinden mediiieren. Vor allem der Bereich des *purpose*, welcher besagt, dass Handlungen eine Auswirkung auf die Zukunft haben und der Bereich der *efficacy*, welcher besagt, die Kontrolle über das was passiert, zu haben, spielen hier eine große Rolle. Wird das Zugehörigkeitsgefühl in irgendeiner Weise gestört, verliert die Person in Folge das Gefühl, dass eine Ursache auch eine Wirkung in der Zukunft hat und dass ihre Handlungen eine Auswirkung haben auf das, was passiert. Auch Situationen, in welchen soziale Zurückweisung erfahren wird, erzeugen bei Menschen ein globale Reduktion der Sinnerfüllung (Stillman, Baumeister & Lambert, 2009).

2.4.2 Soziologie des Selbst

In Abschnitt 3.1.3 wurde erörtert, dass der Selbstwert eines Menschen die Funktion übernimmt, in einer Gemeinschaft integriert zu bleiben. Des Weiteren wurde gerade auf das grundlegende Bedürfnis des Menschen, in Beziehung zu anderen zu leben, eingegangen. Im Folgenden werden Theorien vorgestellt, welche den Menschen in Hinblick auf seine soziale Natur untersuchen.

Die Erste von diesen ist die Theorie der symbolischen Interaktion. Diese besagt, dass „die Reaktionen von Individuen nicht auf unveränderbare, objektiv feststellbare Stimuli, sondern auf die den Reizen zugeschriebene erlernte Bedeutung erfolgen – die Bedeutungen werden als Symbole bezeichnet.“ (Mummendy, 2006, S. 161) In einer

Interaktion bedeutet dies, dass ein Individuum, aufgrund gelernter gemeinsamer Bedeutungen, Vorhersagen über die Perspektive des Anderen macht und dadurch ein Spiegelbild-Selbst entwickelt. So verändern Menschen ihr Selbst abhängig vom Feedback. Hierbei ist natürlich von Bedeutung wie gefestigt ein Selbstkonzept schon ist, als wie glaubwürdig das Feedback angesehen wird und wie positiv die Rückmeldung ausfällt (Mummendy, 2006). Die Studie „*The looking glass self is also a magnifying glass*“ (Tice, 1992) zeigt, dass nur durch eine öffentliche Darstellung bestimmter Persönlichkeitseigenschaften wie Extraversion/Introversion und emotionale Stabilität/Labilität, diese Eigenschaften internalisiert und in das Selbstkonzept übernommen wurden. Generell gilt, dass die *signifikant Anderen* nicht zwangsläufig tatsächlich anwesende Personen sein müssen, sondern auch nur vorgestellte oder nicht bewusst repräsentierte, bedeutsame andere Personen sein können (Mummendy, 2006). Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich das Selbstkonzept in Erfahrungen mit anderen Menschen herausbildet. Yeung & Martin überprüften dies im Jahre 2003 und kamen zum Schluss, dass die Selbsteinschätzung aus einer Perspektivenübernahme resultiert.

Als Nächstes geht es darum, wie das Bild, welches man von sich selbst hat, nach außen getragen wird. Da sich Menschen die meiste Zeit in der Gegenwart von anderen Personen aufhalten, ist dies ein ständig stattfindender Prozess. Im Normalfall will jede Person bei Anderen möglichst gut ankommen, ein Ideal-Bild von sich bei Anderen erzeugen (Mummendy, 2006). An diesem Punkt setzt die Impression-Management-Theorie an. Diese postuliert, dass Menschen ständig den Eindruck kontrollieren, den sie auf Andere machen (Leary et al., 1995). Bevor also ein bestimmtes Verhalten gezeigt wird, wird abgeschätzt, zu welchen Reaktionen dieses Verhalten beim Gesprächspartner führen könnte. Je nachdem, ob diese erwarteten Reaktionen dann erwünscht oder eben nicht erwünscht sind, wird das Verhalten gezeigt, modifiziert oder unterlassen.

Das Konzept der Impression-Management-Theorie ist eng verwandt mit dem Konzept der sozialen Erwünschtheit. Auch hier geht es darum, sich entsprechend der Erwartungen der Anderen zu verhalten. Bezieht man dies auf Probanden in der Forschung, zeigen diese das Verhalten, welches ihren wahrgenommenen Anforderungen vom Experiment, entspricht (Mummendey & Bolten, 1993).

Ein weiteres interessantes Phänomen ist, dass Menschen ihre eigenen Eigenschaften auf

Andere projizieren. Dies konnten zum Beispiel die Autoren Piedmont, Williams & Ciarrochi (1997) feststellen, als sie untersuchten, wie sich Menschen die Person Jesus vorstellen. Hierbei kam heraus, dass Probanden ihre eigene Persönlichkeit auf Jesus übertrugen und damit 11 Prozent der Varianz der Persönlichkeit von Jesus aufklärt werden konnte. Im Jahre 2002 (Ciarrochi, Piedmont & Williams) wurde auch eine Attribuierung der eigenen Persönlichkeit auf das Bild von Gott nachgewiesen. Des Weiteren wurde untersucht, wie sich Menschen bei der Interpretation von ambivalenten Informationen verhalten. In dieser Studie wurde den Probanden eine Liste vorgelegt, welche zweideutige Merkmale enthielt und welche die Teilnehmer als eine Beschreibung der Introversion oder der Extraversion einordnen sollten. Es ergab sich, dass introvertierte Personen die Wörter als charakteristische Beschreibungen der Introversion wahrnahmen und Extrovertierte die Wörter der Extraversion zuordneten (Frederickson, 1995). Folglich findet auch hier eine unbewusste Übertragung der eigenen Persönlichkeit statt.

2.4.3 Studie: „*Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal*“

Auch die Studie „*Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal*“ von Stillman et al. (2011) beschäftigt sich mit zwischenmenschlichen Beziehungen und dem Zusammenhang zur Sinnerfüllung. Im Gegensatz zu den vorherig beschriebenen Arbeiten nimmt sie jedoch einen anderen Blickwinkel auf die Thematik ein. Im Mittelpunkt des Interesses steht hier, wie sich die Wahrnehmung eines sinnerfüllten Lebens auf zwischenmenschliche Beziehungen auswirkt. In der Untersuchung wird erwartet, dass sinnerfüllte Menschen von anderen Menschen als anziehendere Interaktionspartner wahrgenommen werden. Der Mensch erhofft sich durch den Kontakt mit sinnerfüllten Menschen ein Zuwachsen seiner eigenen Sinnerfüllung. Überprüft wird dies anhand von zwei Studien.

In der ersten Studie wird fünf unabhängigen, trainierten Beobachtern eine Videosequenz gezeigt, in welcher eine 5- minütige Interaktion des Probanden mit einem Freund zu sehen ist. Im Anschluss sollten die Beobachter den Probanden in Hinblick auf die Frage „Wie gerne wären Sie mit dieser Person befreundet?“ auf einer Skala von 1-5 bewerten. Zusätzlich bearbeitet der Proband den *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) um den Grad seiner Sinnerfüllung zu erhalten. Wie erwartet besteht ein Zusammenhang

zwischen dem Ausmaß der Sinnerfüllung des beobachteten Probanden und der Einstufung von diesem als zwischenmenschlich anziehend. Menschen mit hohem Sinnerleben wirken folglich auf Andere anziehender.

In der zweiten Studie sollen sich die Teilnehmer in einer zehn Sekunden langen Videosequenz vorstellen. Anschließend wird der Teilnehmer von elf unabhängigen Beobachtern anhand von vier Kriterien „Wie sympathisch ist Ihnen diese Person?“, „Wie gerne wären Sie mit ihr befreundet?“, „Wie sehr würden Sie eine Unterhaltung mit dieser Person genießen?“ und „Wie sinnerfüllt erscheint Ihnen diese Person?“ auf einer Skala von 1-7 bewertet, um im Vergleich zur ersten Studie soziale Anziehung stabiler zu erfassen. Auch hier kann die Hypothese bestätigt werden, da höhere Werte im MLQ mit höheren Werten in den drei zu bewertenden Bereichen - der Sympathie, befreundet sein zu wollen und Konversation mit dieser Person führen zu wollen - einhergehen. Zudem herrscht eine hohe Übereinstimmung zwischen den Beobachtern bei der Einschätzung des sichtbaren Grades der Sinnerfüllung des Probanden. Die Autoren gehen deswegen davon aus, dass die sichtbare Sinnerfüllung, also das von den Anderen vermutete Sinnerleben einer Person, den Effekt zwischen der selbstberichteten Sinnerfüllung und der zwischenmenschlichen Anziehung mediiert. Dies bestätigt sich in den Ergebnissen.

Des Weiteren wird der Einfluss der physischen Attraktivität auf die Wahrnehmung eines Probanden als anziehenden Interaktionspartner untersucht. Anhand einer moderierten Mediation betrachten die Autoren die Bedingungen genauer, unter welchen der vorgeschlagene Mediator 'sichtbare Sinnerfüllung' die Beziehung zwischen der unabhängigen Variable 'selbstberichtete Sinnerfüllung' und der abhängigen Variabel 'soziale Attraktivität' mediiert. Hierbei zeigt sich, dass die Beziehung von 'selbstberichteter Sinnerfüllung' mit 'sichtbarer Sinnerfüllung' nicht durch 'physische Attraktivität' moderiert wird. Allerdings moderiert 'physische Attraktivität' die Beziehung zwischen der 'sichtbarer Sinnerfüllung' und der 'sozialen Attraktivität', wobei der Effekt nur gering ist.

Weitere Analysen zeigen, dass bei wenig und mittelmäßig physisch attraktiven Menschen höhere 'sichtbare Sinnerfüllung' die Bewertung als attraktiver Sozialpartner steigen lässt. Bei physisch sehr attraktiven Menschen jedoch leistet die 'sichtbare Sinnerfüllung' keinen Beitrag mehr zur sozialen Attraktivität, da physisch attraktive Menschen unabhängig von der Sinnerfüllung als attraktive soziale Interaktionspartner

gesehen werden.

Außerdem sollten sich die Probanden in der zweiten Studie in ihrer Extraversion anhand des Big Five Inventory selbst einschätzen. Die Ergebnisse zeigen einen positiven Zusammenhang zwischen den Werten der Extraversion und der zwischenmenschlichen Attraktivität. In der hierarchischen Regressionsanalyse verliert sie unter Hinzunahme des Faktors 'selbstberichteter Lebenssinns' in das Model jedoch ihre Signifikanz.

2.5 Zusammenfassung

In den Kapiteln 2.1.1 und 2.4.1 wurden zwei der grundlegenden Bedürfnisse des Menschen beschrieben. Zum einen das Bedürfnis nach Sinn (Frankl, 1966) und andererseits das Bedürfnis nach sozialen Beziehungen (Baumeister und Leary, 1995). Zwar ist der Lebenssinn von jeder Person ganz individuell, jedoch spielen bei der Entwicklung von diesem andere Menschen eine große Rolle. Zum Beispiel ist der kulturelle Hintergrund Basis aller kognitiven Vorgänge (Wong, 1998). Weiterhin entwickelt sich das Selbst und somit auch, was im eigenen Leben Bedeutung hat, in Beziehungen zu anderen Menschen (Mummendy, 2006). Auch wird jegliches Verhalten zum einen durch Lebenssinn (Schnell & Becker, 2007), zum anderen durch das soziale Umfeld maßgeblich beeinflusst (Leary et al., 1995). So kann von den alltäglichen bis zu den Weichen stellenden Entscheidungen im Leben, keine vom Lebenssinn, aber auch vom sozialen Umfeld als unabhängig gesehen werden. Weiterhin beeinflusst die soziale Situation, die Entwicklung von Lebenssinn (Stillman & Baumeister, 2009). Wird jemand zum Beispiel zurückgewiesen, findet eine globale Reduktion der Sinnerfüllung statt (Stillman, Baumeister & Lambert, 2009). Gegenteilig wirkt sich aber auch die Sinnerfüllung auf die soziale Interaktion aus, so werden sinnerfüllte Menschen als attraktivere Gesprächspartner wahrgenommen (Stillman et al., 2011).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Lebenssinn und soziale Beziehungen für den Menschen von grundlegender Natur sind und nicht unabhängig voneinander betrachtet werden können. Lebenssinn wird also nicht nur in sozialen Beziehungen erlebt (Reker, 2000), vielmehr muss von komplizierten Wechselwirkungen zwischen Lebenssinn und sozialen Beziehungen ausgegangen werden.

3 Methodik

3.1 Untersuchungsverfahren

3.1.1 Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn

Der Lebenssinn wurde mit dem „Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn“ (LEBE) von Tatjana Schnell und Peter Becker (2007) erfasst. Er besteht aus insgesamt 151 Items, deren Beantwortung ca. 20 bis 25 Minuten dauert und am Computer ausgefüllt wurde. Der Fragebogen erhebt 28 Skalen, welche sich aus 26 Lebensbedeutungen, der Sinnerfüllung und der Sinnkrise, zusammensetzen. Die Lebensbedeutungen lassen sich wiederum vier übergeordneten Dimensionen zuordnen, nämlich der Selbsttranszendenz, der Selbstverwirklichung, der Ordnung und dem Wir- und Wohlfühl. Die Dimension Selbsttranszendenz kann weiterhin in zwei Subdimensionen untergliedert werden, der vertikalen und horizontalen Selbsttranszendenz. Im Folgenden werden die Dimensionen kurz beschrieben:

Selbsttranszendenz vertikal:

Die vertikale Selbsttranszendenz wird charakterisiert durch „eine Ausrichtung an einer jenseitigen Wirklichkeit“ (Schnell & Becker, 2007, S. 29). Hier besteht ein Bezug zu etwas ganz anderem, etwas Göttlichem. Hierzu gehört zum Beispiel die explizite Religiosität, also der Glaube an einen persönlichen Gott, aber auch die Spiritualität, welche als Überzeugung von einer übernatürlichen Wirklichkeit, gesehen wird.

Selbsttranszendenz horizontal:

Die horizontale Selbsttranszendenz beschränkt sich auf den innerweltlichen Bezugsrahmen. Verfügt eine Person über hohe Werte bei der Selbsttranszendenz horizontal, entwickelt sie Verantwortung für verschiedene Bereiche der Eigen- Mit- oder Umwelt. Dies wird begleitet durch aktives Engagement an der Sache, welche als wichtig erachtet wird. Zum Beispiel kann eine enge Beziehung zur Natur dazu führen, sich ehrenamtlich für diese einzusetzen. Auch die Selbsterkenntnis, also das Besinnen, Erforschen und

reflektieren von sich selber ist hier anzusiedeln. Ein weiterer Punkt ist die Gesundheit, welche sich in bewusster Ernährung oder aktiver Fitness zeigt. Außerdem integriert die horizontale Selbsttranszendenz das Weitergeben von Wissen oder Schaffen von kulturellen oder materiellen Werken, mit dem Ziel Spuren für die Nachwelt zu hinterlassen.

Selbstverwirklichung:

Sich selbst zu verwirklichen ist ein großes Bestreben des Menschen. Hierzu gehört zum Beispiel der Gestalter seines eigenen Lebens zu werden oder offen sein für Veränderungen und Herausforderungen. Es geht darum, selbstbestimmt seinen Lebensweg zu wählen und kontinuierlich an seinem Selbst zu arbeiten. Lebensbedeutungen, die dieser Dimension zugeordnet werden, sind zum Beispiel Entwicklung, Herausforderung, Freiheit, Individualismus, Wissen, Kreativität, Leistung und Macht.

Ordnung:

Ordnung wird durch „Festhalten und Bewahren gekennzeichnet“ (Schnell & Becker, 2007, S.31). Es wird sich an Normen und Werten orientiert und Altbewährtem wird eine große Bedeutung beigemessen. Generell liegt eher eine pragmatische, vernunftorientierte Lebenseinstellung vor, wobei die Sicherheit zum Beispiel in Form von Traditionen im Vordergrund steht.

Wir- und Wohlgefühl:

Wir- und Wohlgefühl wird als eines der zentralen Motive des Menschen angesehen. Es steht sowohl das eigene wie auch das fremde Wohlbefinden im Vordergrund. Hier findet die soziale Seite des Menschen Beachtung und Beziehungen eine große Rolle. Ebenso die Achtsamkeit sich Selbst gegenüber, hier Wellness genannt, gilt als Spender von Wohlgefühl, Harmonie und Spaß. Weitere hier wichtige Lebensbedeutungen sind zum Beispiel Gemeinschaft, Fürsorge, Liebe, Harmonie, bewusstes Erleben und Spaß.

Tabelle 1: Zuordnung der Skalen zu den Dimensionen und inhaltliche Erläuterungen (entnommen aus: Schnell & Becker, 2007, S.25).

Skala/ Dimension	Inhaltliche Erläuterung
Sinnerfüllung	Ausmaß, in dem das eigene Leben als sinnerfüllt wahrgenommen wird
Sinnkrise	Ausmaß des Leidens an empfundener Sinnlosigkeit des Lebens
D1 Selbsttranszendenz	
D1_1 Selbsttranszendenz - vertikal	
Explizite Religiosität	Sinn durch Religion und Glaube
Spiritualität	Sinn durch Orientierung an einer anderen Wirklichkeit und Schicksalsglaube
D1_2 Selbsttranszendenz - horizontal	
Soziales Engagement	Sinn durch aktives Eintreten für Gemeinwohl oder Menschenrechte
Naturverbundenheit	Sinn durch Einklang und Verbundenheit mit der Natur
Selbsterkenntnis	Sinn durch Suche nach und Auseinandersetzung mit dem Selbst
Gesundheit	Sinn durch Erhalt und Förderung von Fitness und Gesundheit
Generativität	Sinn durch Tun oder Erschaffen von Dingen mit bleibendem Wert
D2 Selbstverwirklichung	
Herausforderung	Sinn durch Suche nach Neuem, Abwechslung und Risiko
Individualismus	Sinn durch Individualität und Ausleben von Potentialen
Macht	Sinn durch Kampf und Dominanz
Entwicklung	Sinn durch Zielstrebigkeit und Wachstum
Leistung	Sinn durch Kompetenz und Erfolg
Freiheit	Sinn durch Ungebundenheit und Selbstbestimmung
Wissen	Sinn durch Hinterfragen, Informieren und Verstehen dessen, was ist
Kreativität	Sinn durch Phantasie und schöpferische Gestaltung
D3 Ordnung	
Tradition	Sinn durch Festhalten an Ordnung, Bewährtem und Gewohntem
Bodenständigkeit	Sinn durch Pragmatismus und Anwendungsbezug
Moral	Sinn durch Orientierung an klaren Richtlinien und Werten
Vernunft	Sinn durch Abwägung und Rationalität
D4 Wir- und Wohlgefühl	
Gemeinschaft	Sinn durch menschliche Nähe und Freundschaft
Spaß	Sinn durch Humor und Vergnügen
Liebe	Sinn durch Romantik und Intimität
Wellness	Sinn durch Wohlgefühl und Genuss
Fürsorge	Sinn durch Fürsorglichkeit und Hilfsbereitschaft
Bewusstes Erleben	Sinn durch Achtsamkeit und Rituale
Harmonie	Sinn durch Ausgewogenheit und Gleichklang mit sich selbst und anderen

Unabhängig von den Lebensbedeutungen wird der Grad der Sinnerfüllung und Sinnkrise gemessen. Sinnerfüllung wird definiert als „die Einschätzung des eigenen Lebens als bedeutsam und sinnvoll [...] man erlebt sich als zugehörig zu einem

größeren Ganzen und geht davon aus, mit dem eigenen Leben dazu beizutragen.“ (Schnell & Becker, 2007, S. 32). Die Ausprägung von Sinnerfüllung wird mit folgenden fünf Items erfasst:

- Ich erlebe das, was ich tue, als bedeutungsvoll
- Ich habe eine Lebensaufgabe
- Ich fühle mich als Teil eines größeren Ganzen
- Ich habe ein erfülltes Leben
- Ich glaube, mein Leben hat einen tieferen Sinn

Eine Sinnkrise geht mit einem Mangel an Sinn einher, mit einem subjektiven Gefühl des Sinnbruchs. Dies wird untersucht anhand der typischen Kriterien einer Sinnkrise:

- Wenn ich über den Sinn meines Lebens nachdenke, empfinde ich nur Leere
- Mein Leben erscheint mir sinnlos
- Ich stecke in einer Sinnkrise
- Ich leide darunter, dass ich in meinem Leben keinen Sinn entdecken kann
- Mein Leben erscheint mir leer

Die beantwortete Ausprägung einer Skala wird in Bezug zu einer Referenzgruppe gesetzt, wobei der Proband ein durchschnittliches, unter- oder überdurchschnittliches Ergebnis erzielen kann.

Abschließend wird noch auf die Gütekriterien Reliabilität und Validität eingegangen:

Reliabilität:

Die Reliabilität des Verfahrens wurde mit zwei unterschiedlichen Methoden festgestellt. Zum einen ergab die Prüfung der internen Konsistenz ein Cronbach's Alpha zwischen $\alpha = .65$ und $\alpha = .94$, mit einem Mittelwert von $\alpha = .81$. Zum anderen wurde ein Retest durchgeführt, in einem Zeitraum von zwei, vier und sechs Monaten. Nach zwei Monaten betrug bei 84 Probanden die mittlere Retest-Reliabilität 0.83, und die Domänen 0.91. Nach vier Monaten und 55 Probanden liegt die mittlere Retest-

Reliabilität bei 0.76 und die Domänen bei 0.85. Nach sechs Monaten entstand eine Retest-Reliabilität von 0.72 und eine Domänen von 0.78, wobei hier berücksichtigt werden muss, dass nur noch 22 Probanden zu diesem Zeitpunkt teilnahmen. Diese Ergebnisse verweisen auf eine vorliegende Stabilität und Situationsunabhängigkeit des LeBe und somit ausreichende Reliabilität.

Validität:

Durch eine Vielzahl an Studien konnten dem LeBe, Inhaltsvalidität, Konstruktvalidität, Kriteriumsvalidität, inkrementelle Validität und kommunikative Validität, zugestanden werden. Da die Konstrukte des LeBe Resultate eines offenen, empirie geleiteten Prozesses sind, an welchem 14 theoretisch geschulte Experten beteiligt waren, sind Missinterpretationen durch theoretische Vorannahmen auszuschließen. Auch im Vergleich mit anderen Studien, welche ähnliche Ziele verfolgen, bestätigte sich die Inhaltsvalidität des Verfahrens. Des Weiteren zeigte der Vergleich von ehrenamtlich engagierten Probanden mit einer klinischen Stichprobe und einer Straftäterstichprobe, wie erwartet, signifikante Unterschiede in der Sinnerfüllung. Auch bei der Varianzaufklärung anderer wichtiger psychologischer Variablen, bewährte sich das Konstrukt Sinnerfüllung. Letztendlich bekam man in einer Befragung von zufällig ausgewählten Teilnehmern die Resonanz, dass das Verfahren über eine anwenderfreundliche Erfassung von Konstrukten zum Lebenssinn verfügt.

3.1.2 NEO-Fünf-Faktoren Inventar

Die fünf Faktoren der Persönlichkeit wurden mit dem *NEO-Fünf-Faktoren Inventar (NEO-FFI) nach Costa und McCrae* (Borkenau & Ostendorf, 1993) erhoben. Hierbei handelt es sich um die deutsche Version des ursprünglich englischen *NEO Five-Factor Inventory* (Costa & McCrae, 1992). Der Fragebogen umfasst insgesamt 60 Items und dauert in der Bearbeitung ungefähr 10 Minuten. Als Antwortmöglichkeiten liegt eine fünffach abgestufte Skala vor, welche von *starker Ablehnung* bis zur *starken Zustimmung* reicht.

Ziel des Verfahrens ist es, ein differenziertes Bild der individuellen Merkmalsausprägungen Neurotizismus, Extraversion, Offenheit für Erfahrungen, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit, zu vermitteln. So beschreiben jeweils 12 der 60 Items je einen der fünf Faktoren, auf welche im Folgenden kurz eingegangen wird:

Neurotizismus: Eine hohe Ausprägung im Bereich des Neurotizismus geht einher mit nervösem, ängstlichem, traurigem und unsicherem Erleben und Verhalten. Generell fällt es einem schwer seine Bedürfnisse zu kontrollieren und auf Stresssituation angemessen zu reagieren.

Extraversion: Extrovertierte Menschen gelten als gesellig, aktiv, gesprächig, Personen-orientiert, herzlich, optimistisch und genießen die Aufregung.

Offenheit für Erfahrungen: Menschen, die hohe Werte bei Offenheit für Erfahrungen haben, suchen gerne die Abwechslung und zeichnen sich aus durch Wissbegier, Kreativität, Fantasie und vielseitige Interessen.

Verträglichkeit: Verträglichkeit geht einher mit Altruismus, Mitgefühl, Verständnis und Wohlwollen. Außerdem wird ein starkes Bedürfnis nach Harmonie und zwischenmenschlichem Vertrauen beschrieben.

Gewissenhaftigkeit: Eigenschaften, die man mit der Gewissenhaftigkeit verbindet, sind zum Beispiel Ordentlichkeit, Disziplin, Ehrgeiz und Zuverlässigkeit.

Untersuchungen zur Konstruktvalidität und Kriteriumsvalidität weisen auf eine ausreichende Validität des Verfahrens hin (Borkenau & Ostendorf, 1993). Auch Studien zur Kurzversion des *NEO-Fünf-Faktoren Inventar*, dem *Big Five Inventory* (BFI-10) von Rammstedt & John (2007), zeigen eine Retest-Reliabilität von $r = .72$ (8 Wochen) und $r = .78$ (6 Wochen).

3.1.3 Selbstwert

Der Fragebogen zum Selbstwertgefühl von Rosenberg (1965) verfügt über eine Guttman-Skala mit zehn Items, von welchen fünf die positiven Aspekte des Selbstwerts aufgreifen und fünf die negativen. Zur Erfassung liegt eine vierstufige Likert-Skala vor,

welche von „ich bin entgegengesetzter Meinung“ (=1), bis zu „ich stimme sehr überein“ (=4), reicht.

3.2 Hypothesen

Ausgehend von der dargestellten Theorie können nun die Hypothesen abgeleitet werden.

3.2.1 Hypothesenblock 1

Hypothese 1a:

Die bereits in Kapitel 2.4.3 beschriebene Studie *“Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal”* von Stillman et al. (2011) untersucht, ob Lebenssinn zwischenmenschliche Anziehung vorhersagen kann. Hier konnte gezeigt werden, dass sinnerfüllte Menschen tatsächlich als sozial attraktivere Interaktionspartner angesehen werden. Somit wird von einem existierenden Zugang zur Sinnerfüllung eines Menschen ausgegangen. Dies konnte auch bestätigt werden. So hat die selbst berichtete Sinnerfüllung einen signifikant positiven Effekt auf die sichtbare Sinnerfüllung. Um den Zusammenhang zwischen selbst berichteter Sinnerfüllung und sichtbarer Sinnerfüllung genauer zu verstehen, schlugen die Autoren in ihrem Ausblick weiterführende experimentelle Forschung vor, was in dieser Arbeit gemacht wird.

Ausgehend von den gerade angeführten Ergebnissen, wird von einem positiven Zusammenhang zwischen dem Maß der selbst berichteten Sinnerfüllung und der sichtbaren Sinnerfüllung ausgegangen. Je höher die selbst berichtete Sinnerfüllung, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

Hypothese 1b:

Weiterhin konnte gezeigt werden, dass das stereotypische Bild eines schönen Menschen mit als allgemein positiv empfundenen Eigenschaften einhergeht (Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991, Feingold, 1992; Dion, Berscheid & Walster, 1972). Sieht jemand gut aus, wird ihm zum Beispiel automatisch zugeschrieben, dass er eine zufriedener Ehe führt, eine bessere Arbeit hat, einen akzeptableren Partner findet, generell ein besseres sozial Leben hat, glücklich und erfolgreich ist (Dion, Berscheid &

Walster, 1972; Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991). So werden attraktivere Menschen bei gleicher Leistung besser bewertet als weniger attraktive Menschen (Landy & Sigall, 1974; Benassi, 1982; Jackson, Hunter & Hodge, 1995) und generell als beliebtere Interaktionspartner wahrgenommen (Stillman et al., 2011). Folglich spielt die Attraktivität eines Menschen bei ablaufenden Wahrnehmungs- und Beurteilungsprozesse eine Rolle und beeinflusst somit die Bewertung der Sinnererfüllung.

Deswegen wird von einem positiven Zusammenhang zwischen Attraktivität und sichtbarer Sinnerfüllung ausgegangen. Umso attraktiver eine Person bewertet wird, desto höher fällt das Maß der sichtbaren Sinnerfüllung aus.

Hypothese 1c:

Wie die Studie „*Self-based attributions in the perception of extraversion and introversion*“ (Frederickson, 1995) feststellt, neigt der Mensch in uneindeutigen Beurteilungssituationen dazu, seine eigene Persönlichkeit in den Entscheidungsprozess mit einzubringen. Dies zeigt sich zum Beispiel darin, dass Personen ihre eigene Persönlichkeit auf die Vorstellung, die sie von Jesus (Piedmont, Williams & Ciarrocchi, 1997) oder Gott (Ciarrocchi, Piedmont & Williams, 2002) haben, projizieren. Ist jemand extrovertiert, stellt er sich Jesus auch als extrovertierte Person vor. Überträgt man dies auf die Wahrnehmung von Sinn, ist davon auszugehen, dass auch in diesem Beurteilungsprozess, seine eigene Sinnerfüllung auf den anderen übertragen wird.

Deswegen wird davon ausgegangen, dass ein positiver Zusammenhang zwischen der eigenen Sinnerfüllung und der Bewertung der Sinnerfüllung einer anderen Person vorliegt. Menschen mit hoher Sinnerfüllung schätzen andere Personen als sinnerfüllter ein.

3.2.2 Hypothesenblock 2

Hypothese 2a:

Wie in Abschnitt 2.2.4 beschrieben wurde, weisen Frauen höhere Werte in der interpersonalen emotionalen Intelligenz auf als Männer (McIntyre, 2010). Per Definition steht diese für bessere zwischenmenschliche Beziehungen, vermehrte Empathiefähigkeit und existierende soziale Kompetenzen (Bar-On, 1997). Auch weitere

Ergebnisse weisen in eine ähnliche Richtung. Zum Beispiel können Frauen treffender als Männer nonverbale Hinweise decodieren (Brody & Hall, 2000), sind sensitiver für die Emotionen von anderen (Hall & Mast, 2008) oder verfügen über ein umfassenderes Vokabular für Emotionen (Fivush, Brotman, Buckner & Goodman, 2000). Fasst man dies zusammen, kann davon ausgegangen werden, dass Frauen die Sinnerfüllung einer anderen Person genauer einschätzen können als Männer.

Daraus folgt: Der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung wird durch das Geschlecht moderiert. Frauen schätzen die Sinnerfüllung ihres Interaktionspartners genauer ein als Männer.

Hypothese 2b

Wie verschiedene Studien zeigen, spielt die Attraktivität eine Rolle bei der Wahrnehmung und Beurteilung einer anderen Person (Landy & Sigall, 1974; Benassi, 1982; Jackson, Hunter & Hodge, 1995). Dies liegt unter anderem daran, dass die Attraktivität für die Fruchtbarkeit der Frau steht (Buss, 2007) und somit die Partnerwahl beeinflusst. Dies ist ein Beispiel für eine Wahrnehmungsverzerrung, welche in der Interaktion mit einem potenziellen Partner stattfindet. So werden an spannungsgeladenen Gesprächskonstellationen andere Erwartungen herangetragen als an rein platonische, was wiederum die Interaktion und die Beurteilung einer Person in ihrer Sinnerfüllung beeinflusst. Weiterhin wird davon ausgegangen, dass die sexuelle Spannung in einer Interaktion die Beurteilung der Sinnerfüllung negativ beeinflusst.

Folglich wird der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung durch das Vorhanden sein von sexueller Spannung in der Interaktion moderiert. Interaktionen mit sexueller Spannung mindern die Beurteilungskraft der sichtbaren Sinnerfüllung.

Hypothese 2c:

Außerdem konnte gezeigt werden, dass für Männer die Attraktivität der Frauen eine größere Rolle spielt als umgekehrt (Buss, 2007; Feingold, 1990; Hudson & Henze, 1969; Stroebe, Insko, Thompson & Layton, 1971). Dies wird evolutionstheoretisch erklärt, da die Attraktivität der Frau für Gesundheit und somit Gebärfähigkeit steht

(Athenstaedt & Alfermann, 2011). Schlussfolgernd kann davon ausgegangen werden, dass in einer Interaktion die Attraktivität der Frau einen größeren Einfluss auf die Bewertung der Sinnerfüllung durch einen Mann haben wird.

Daraus folgt, der Zusammenhang zwischen Attraktivität und der sichtbaren Sinnerfüllung wird durch das Geschlecht moderiert. Attraktivere Frauen werden von Männern in ihrer Sinnerfüllung höher eingeschätzt.

Hypothese 2d:

Baumeister (1991) beschreibt mit dem Selbstwert einer seiner vier Sinnbedürfnisse, welche der Mensch braucht, um Sinn zu empfinden. Der Mensch hat das Bedürfnis sich positiv wertig zu fühlen, wobei es um Respekt sich selbst gegenüber geht, jedoch auch darum, Respekt von anderen entgegengebracht zu bekommen. Auch empirisch konnte gezeigt werden, dass ein positives Selbstkonzept und ein hoher Selbstwert mit hoher Sinnerfüllung einhergehen (Reker, 1977). Der Selbstwert ist per Definition die subjektive Bewertung der Persönlichkeit (Asendorpf & Neyer, 2007). Eine Person mit hohem Selbstwert sieht sich selber in einem positiven Licht, während eine Person mit niedrigem Selbstwert sich negativ beschreiben würde (Potreck-Rose & Jacob, 2008). Aufgrund der dargestellten Sachverhalte, nämlich dass Menschen mit hohem Selbstwert über einen höheren Lebenssinn verfügen als Menschen mit niedrigem Selbstwert und sich selber in einem positiven Licht sehen, wird davon ausgegangen, dass Selbstwert einen maßgeblichen Einfluss auf das Verhalten in einer Interaktion hat. Auch Leary et al. (1995) gehen von der großen Rolle des Selbstwerts bei der Regulierung von sozialen Beziehungen aus. So übernimmt der Selbstwert in der sogenannten Soziometer-Theorie die Funktion, das Individuum zu einem Verhalten zu motivieren, welches ihm Zugehörigkeit sichert. Der Selbstwert bestimmt folglich die Selbstdarstellung einer Person, was wiederum die Bewertung dieser Person von anderen Personen beeinflusst.

Dies bedeutet, dass der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung durch den Selbstwert moderiert wird. Umso höheren Selbstwert eine Person hat, desto höher fällt das Maß der sichtbaren Sinnerfüllung aus.

3.2.3 Hypothesenblock 3

Hypothese 3a:

Wie bereits in Abschnitt 2.2.2 beschrieben wurde, gibt es einen Zusammenhang zwischen Persönlichkeit und Sinnerfüllung (Halama, 2005). So sind extrovertierte/offene Menschen im Vergleich zu den anderen Persönlichkeitseigenschaften des Fünf-Faktoren-Modells tendenziell sinnerfüllter. Sie beziehen ihren Sinn häufiger aus engen Kontakten und Freundschaften (Schnell & Becker, 2006) und verfügen über ein größeres soziales Netzwerk (Swickert, Rosentreter, Hittner & Mushrush, 2002). Des Weiteren zeigen extrovertierte Menschen vermehrt positive Gefühle, höheres Engagement beim Erreichen von Zielen, eine positive Weltsicht (Halama, 2005), Wohlempfinden (deNeve & Cooper, 1998) und Glücksempfinden (Costa & Mc Crea, 1980; Chan & Joseph, 2000; Furnham & Brewin, 1990), was sie wahrscheinlich auch zu bevorzugten Interaktionspartner macht (Stillman et al., 2011). So liegt es nahe, dass extrovertierte Menschen durch ihre tendenziell höhere Sinnerfüllung, ein positives Auftreten und auch ihre soziale Kompetenzen (Akert & Panter, 1988; Van Rooy & Viswesvaran, 2004; Scarr, 1989) auf andere Menschen einen sinnerfüllteren Eindruck machen als wenig extrovertierte Menschen.

Somit wird von einem positiven Zusammenhang zwischen Extraversion und der sichtbaren Sinnerfüllung ausgegangen. Umso extrovertierter Personen sind, desto höher werden sie in ihrer Sinnerfüllung eingeschätzt.

Hypothese 3b:

Neurotizismus ist der größte Prädiktor von Glücksempfinden, wobei neurotische Menschen weniger Glücksgefühle erfahren (deNeve & Cooper, 1998). Außerdem berichten neurotische Menschen von weniger Sinnerfüllung in ihrem Leben (Moomal, 1999; Stempelova & Cmarikova, 2004). Auch der soziale Bereich wird eher vernachlässigt, so erhalten neurotische Menschen zum Beispiel weniger soziale Unterstützung von anderen (Swickert, Rosentreter, Hittner & Mushrush, 2002). Ein Grund hierfür könnte sein, dass soziale Interaktionen von all den Eigenschaften, welche dem Neurotizismus zugeschrieben werden, mitbestimmt werden. Hier sind Eigenschaften zu nennen wie Traurigkeit, Niedergeschlagenheit (Saum-Aldehoff, 2007), emotionale Labilität oder vermehrte Selbstzweifel (Halama, 2005). So werden

neurotische Menschen schnell verunsichert und reagieren mit Bitterkeit (Saum-Aldehoff, 2007). Da sie im Vergleich zu wenig neurotischen Menschen in ihrem Leben weniger Bedeutung sehen, ihr Verhalten durch negativere Affekte beeinflusst wird und die emotionale Labilität eine Interaktion mitbestimmt, wird dies die Beurteilung der Sinnerfüllung negativ beeinflussen.

Folglich gibt es einen negativen Zusammenhang zwischen Neurotizismus und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso weniger neurotisch Personen sind, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

Hypothese 3c:

Wie in Abschnitt 2.2.2 beschrieben wurde, gehen höhere Ausprägungen bei Offenheit mit höheren Werten bei der Sinnsuche einher. Dies bedeutet jedoch nicht, dass bei offenen Personen auch eine höhere Sinnerfüllung vorliegt, vielmehr scheinen Sinn suchende Menschen weniger erfüllt zu sein (Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008). Hier wird davon ausgegangen, dass offene Menschen vermehrt auf der Suche nach Sinn sind und dies in einer Interaktion auch verbalisieren. Somit liegt nahe, dass Sinn suchende bei einem Gesprächspartner nicht den Eindruck erwecken werden, schon sinnerfüllt zu sein.

Folglich gibt es einen Zusammenhang zwischen Offenheit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso offener Personen sind, desto niedriger fällt die sichtbare Sinnerfüllung aus.

Hypothese 3d:

Stempelova und Cmarikova (2004) konnten eine positive Korrelation von Sinnerfüllung mit Verträglichkeit feststellen. Des Weiteren gelten verträgliche Personen allgemein als selbstlos und hilfsbereit, also als Menschen mit gutem Charakter (Saum-Aldehoff, 2007). Sie zeichnen sich durch Aufrichtigkeit, Altruismus, Bescheidenheit, Folgsamkeit und Verständnis aus (Costa & Mc Crae, 1992). Da dies alle Eigenschaften sind, welche eine soziale Interaktion positiv beeinflussen werden und auch eine tatsächliche Tendenz zu einer erhöhten Sinnerfüllung vorliegt, wird davon ausgegangen:

Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso höher die Verträglichkeit ist, desto höher die sichtbare

Sinnerfüllung.

Hypothese 3e:

Gewissenhafte Menschen verfügen über eine höhere Lebenszufriedenheit, beziehungsweise vermehrt positive Gefühle (deNeve & Cooper, 1998). Des Weiteren wird der Gewissenhaftigkeit ein engagiertes Streben nach Zielen zugeschrieben, was wiederum mit Glück (Hayes & Joseph, 2003) und Wohlbefinden (McGregor & Little, 1998) in Verbindung steht. Zusätzlich dazu, dass die genannten Komponenten eng mit dem Konstrukt des Lebenssinns verwandt sind, wird davon ausgegangen, dass glückliche, lebenszufriedene Menschen, welche über ein hohes Wohlbefinden verfügen, in einer Interaktion als sinnerfüllt eingeschätzt werden.

Daraus folgt: Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso höher die Gewissenhaftigkeit ist, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

3.2.4 Explorative Fragestellung

Da es an theoretischem Hintergrund für ein umfassendes Verständnis der sichtbaren Sinnerfüllung fehlt, werden im Rahmen dieser Arbeit zusätzliche Interviews geführt. Diese beschäftigen sich mit der Frage, aufgrund von welchen Signalen auf die Sinnerfüllung einer Person geschlossen wird. Wie Stillman et al. (2011) zeigen konnte, werden sinnerfüllte Personen als attraktivere Interaktionspartner eingeschätzt. Folglich muss die tatsächliche Sinnerfüllung für einen Gegenüber irgendwie wahrnehmbar sein. Da die Interviews direkt im Anschluss an das Experiment stattfanden, wurde erwartet, dass die Probanden über die Gründe ihrer Einschätzung reflektieren können und somit zu einem besseren Verständnis für die sichtbare Sinnerfüllung verhelfen.

3.3 Untersuchungsdurchführung

3.3.1 Datenerhebung

Die Hypothesenprüfung fand im Rahmen eines Experiments statt, da eine möglichst natürliche Kennenlernsituation im Alltag erzeugt werden sollte. Für die Teilnahme an diesem, wurden Studenten eine Woche vor dem Termin über den Universitäts-Email-

Verteiler angeworben. In dieser Email waren zusätzlich drei Fragebögen über einen Link abrufbar. Der LeBe, der NEO-FFI und der Selbstwertfragebogen von Rosenberg. Die Studenten mussten nun diese Fragebögen online ausfüllen und eine Woche später zu dem Experiment erscheinen, für welches sechs verschiedene Termine innerhalb von zwei Tagen angeboten wurden.

Die Aufgabe des Experiments bestand darin, sich zehn Minuten lang mit einer Person zu unterhalten, die man nicht kannte. Die Anweisung hierzu lautete: „Bitte versucht in den nächsten zehn Minuten euren Gegenüber möglichst gut kennenzulernen“.

Nach dem Gespräch sollte man seinen Gesprächspartner, auf einem ausgehändigten Fragebogen, in seiner Sinnerfüllung einschätzen, wobei hierzu aus Anonymitätsgründen, eine räumliche Trennung zwischen dem Paar, stattfand.

Für die Erhebung der Sinnerfüllung wurden die fünf Items des Fragebogens LeBe verwendet, welche die globale Sinnerfüllung abfragen. Hierzu war eine geringe Umformulierung von Nöten, denn anstatt „Ich empfinde mein Leben als sinnerfüllt“ musste man nun einschätzen „Er/Sie empfindet sein/ihr Leben als sinnerfüllt“. Diese Einschätzung einer Person in ihrer Sinnerfüllung bekommt den Variablennamen „sichtbare Sinnerfüllung“.

Des Weiteren sollte auf einer Likert-Skala von 1-5 die Attraktivität seines Gesprächspartners eingeschätzt werden. Nach dem Experiment wurden über ein Zufallsprinzip pro Durchgang circa drei Personen ausgewählt und interviewt. In den Interviews war vor allem von Interesse, welche Kriterien eine Person dazu veranlasst haben, ihren Gegenüber als sinnerfüllt oder eben nicht sinnerfüllt einzuschätzen. Hierzu wurde gefragt „Du hast gerade eine fremde Person in ihrer Sinnerfüllung eingeschätzt. Hast du vielleicht eine Idee, warum du sie niedrig oder hoch eingeschätzt hast?“

3.3.2 Datenbereinigung

Aus dem ursprünglichen Datensatz von $n = 151$, mussten aus verschiedenen Gründen Probanden entfernt werden. Zum einen wurden $n = 37$ Personen entfernt, welche nur den Fragebogen ausgefüllt hatten, jedoch nicht zum Experiment erschienen sind und zum anderen $n = 3$ Personen, welche nur beim Experiment erschienen, jedoch den Fragebogen nicht ausgefüllt hatten. Des Weiteren gab es einmal den Fall, dass zwei Personen über den gleichen Codenamen verfügten und somit nicht unterscheidbar

waren. Dies hatte zur Folge, dass sie und ihr Gesprächspartner vom Experiment aus dem Datensatz herausgenommen wurden. So verfügt der endgültige und vollständige Datensatz über $n = 107$ Probanden.

3.4 Beschreibung der Stichprobe

Tabelle 2: Stichprobenbeschreibung (Geschlecht, Alter, Familienstand).

	Häufigkeit	Prozent
GESCHLECHT		
weiblich	81	76
männlich	26	24
ALTER		
10-19	13	13
20-29	80	77
30-39	9	9
40-49	2	2
FAMILIENSTAND		
verheiratet	4	4
in Partnerschaft lebend	32	30
ledig/ohne festen Partner	69	65
geschieden	1	1
getrennt lebend	1	1

Da die Probanden über den studentischen E-Mail-Dienst angeworben wurden, besteht die Stichprobe ausnahmslos aus Studenten der Universität Innsbruck.

Sie umfasst insgesamt 107 Probanden, wovon 81 Frauen und 26 Männer sind. Somit überwiegt der prozentuale Anteil der Frauen mit 76 %.

Das Durchschnittsalter liegt bei 23 Jahren, mit dem jüngsten Probanden im Alter von 18 Jahren und dem Ältesten von 43 Jahren.

Die Mehrheit der Teilnehmer, mit 65 Prozent ist momentan ledig während 30 Prozent in einer Partnerschaft leben. Nur vier Prozent der befragten Personen sind verheiratet, ein Prozent lebt getrennt und ein Prozent ist geschieden.

Die meisten Studenten befinden sich in den ersten fünf Semestern (77 Prozent), wobei der Mittelwert der Stichprobe bei 4 Semestern liegt.

3.5 Auswertungsmethoden

Zur Berechnung der Korrelationen wird im Folgenden bei normal verteilten Variablen die Pearson Korrelation angewendet, bei nicht normal verteilten die Spearman Korrelation.

Um Zusammenhänge genauer erfassen zu können, werden soziodemografische Daten anhand von Regressionsanalysen kontrolliert.

Die Berechnung der Moderationseffekte erfolgt anhand von Regressionsanalysen.

Weiterhin wird von einer signifikanten Irrtumswahrscheinlichkeit von $p \leq 0,05$ ausgegangen, welche mit * gekennzeichnet wird. Eine sehr signifikante Irrtumswahrscheinlichkeit entspricht $p \leq 0,01$ und ist mit ** versehen. Eine höchst signifikante Irrtumswahrscheinlichkeiten von $p \leq 0,001$ ist durch *** erkenntlich gemacht.

4 Ergebnisse

4.1 Deskriptive Statistik

4.1.1 Reliabilitätsprüfung

Zur Überprüfung der Genauigkeit der Messung der erhobenen Merkmale wurde eine Reliabilitätsanalyse durchgeführt. Die interne Konsistenz wird hierbei anhand des Cronbach's Alpha überprüft, wobei dieser gleich oder über dem Wert 0,7 liegen muss, um als ausreichend konsistent zu gelten (Pospeschill, 2006).

Tabelle 3: Reliabilität Sinnerfüllung

Skala	Itemanzahl	α
Sichtbare Sinnerfüllung	5	.56
Selbst berichtete Sinnerfüllung	5	.73

Wie in Tabelle 3 ersichtlich ist, verfügt die Skala der selbst berichteten Sinnerfüllung (5 Items) mit einem Cronbach's Alpha von $\alpha = .73$ über eine ausreichende Reliabilität. Die Skala der sichtbaren Sinnerfüllung weist mit einem Cronbach's Alpha von $\alpha = .56$ (5 Items) eine geringere Reliabilität auf, was auf einen größeren Fehleranteil hindeutet.

Tabelle 4: Reliabilität Selbstwert

Skala	Itemanzahl	α
Selbstwert	10	.88

Wie Tabelle 4 zeigt, liegt bei der Skala Selbstwert mit einem Cronbach's Alpha von $\alpha = .88$ (10 Items) eine ausreichende Reliabilität vor.

Jedes der fünf Faktoren der Persönlichkeit besitzt eine ausreichende Reliabilität (Tab. 5).

Tabelle 5: Reliabilität der Fünf Faktoren

Skala	Itemanzahl	α
Extraversion	12	.82
Neurotizismus	12	.88
Offenheit für neue Erfahrungen	12	.78
Soziale Verträglichkeit	12	.78
Gewissenhaftigkeit	12	.83

4.1.2 Überprüfung der Normalverteilung

Zur Überprüfung der Normalverteilung der erhobenen Merkmale wurde der Kolmogorov-Smirnov-Test herangezogen, wobei Werte von $p < .05$ signifikant und somit nicht normal verteilt sind.

Tabelle 6: Deskriptive Daten wie Mittelwerte (M), Standardabweichungen (SD), Normalverteilung (p), Schiefe und Kuriosis

Skala	M	SD	p	Schiefe	Kuriosis
Sinnerfüllung					
Sichtbare Sinnerfüllung	17.67	2.72	.08	-.46	.40
Selbst berichtete Sinnerfüllung	15.38	4.32	.30	-.51	.09
Big Five					
Extraversion	28.37	7.20	.42	-.54	.12
Neurotizismus	22.28	9.07	.45	.23	-.55
Offenheit für neue Erfahrungen	33.41	6.79	.53	-.08	-.47
Gewissenhaftigkeit	31.88	6.66	.46	.15	-.63
Verträglichkeit	31.19	5.80	.08	-.88	1.30
Selbstwert					
Selbstwert	33.79	6.09	.14	-.44	-.45
Attraktivität					
Attraktivität	3.68	6.09	.00	-.05	-.60

Wie in Tabelle 6 dargestellt, fällt nur die Variable Attraktivität signifikant aus und ist somit nicht normal verteilt. Es liegt jedoch keine Schiefe (-.05) vor.

Bei allen anderen erhobenen Merkmalen konnte eine Normalverteilung festgestellt

werden.

Weiterhin ist Tabelle 6 zu entnehmen, dass die Stichprobe über einen Mittelwert von $M= 15.38$ ($SD= 4.32$) in der selbst berichteten Sinnerfüllung verfügt, wobei dies der Normstichprobe entspricht.

Der Mittelwert der sichtbaren Sinnerfüllung fällt mit $M=17.67$ ($SD=2.71$) höher aus als der Mittelwert der selbst berichteten Sinnerfüllung. Dies bedeutet, dass Personen durchschnittlich in ihrer Sinnerfüllung höher eingeschätzt wurden, als sie tatsächlich sind.

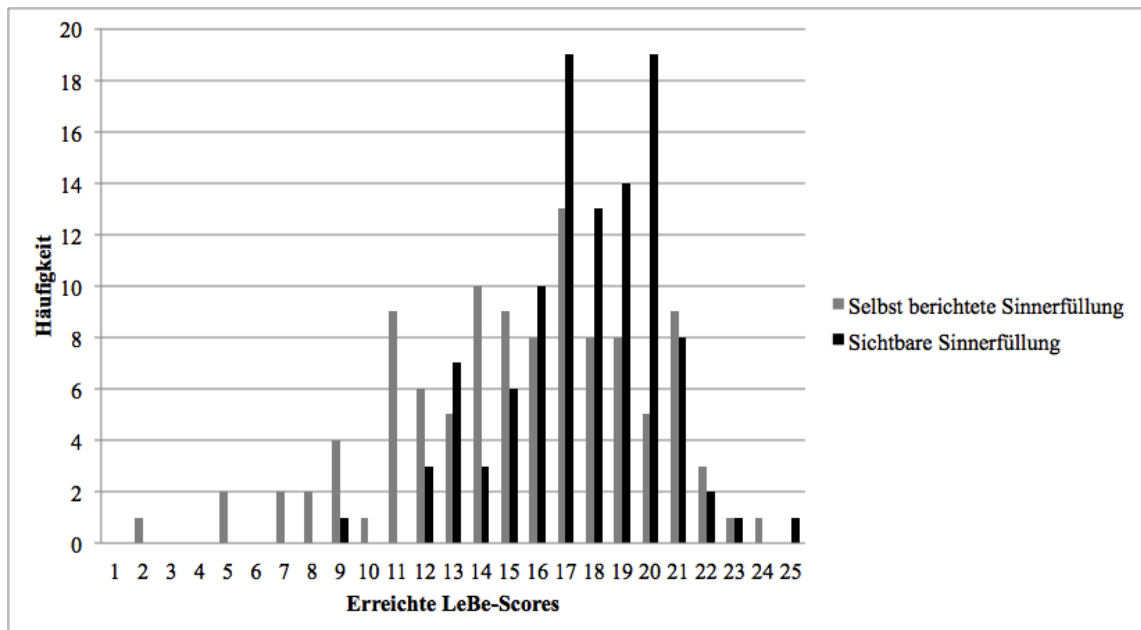


Abbildung 2: Verteilung der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung anhand der erreichten LeBe -Scores

4.2 Hypothesenprüfung

4.2.1 Überprüfung der Ergebnisse der Hypothesen 1a, 1b und 1c

Hypothese 1a: Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen dem Maß der selbst berichteten Sinnerfüllung und der sichtbaren Sinnerfüllung. Je höher die selbst berichtete Sinnerfüllung ausfällt, desto höher wird die sichtbare Sinnerfüllung.

Wie in Tabelle 20 ersichtlich ist, besteht zwischen der selbst berichteten Sinnerfüllung und der sichtbaren Sinnerfüllung kein signifikanter Zusammenhang ($r = .05$; $p = .31$).

Hypothese 1b: Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen Attraktivität und sichtbarer Sinnerfüllung. Umso attraktiver eine Person bewertet wird, desto höher fällt das Maß der sichtbaren Sinnerfüllung aus.

Zur Überprüfung des Zusammenhangs zwischen sichtbarer Sinnerfüllung und Attraktivität wird die Korrelation nach Spearman verwendet, da keine Normalverteilung der Daten gegeben ist. Wie aus Tabelle 20 hervorgeht, gibt es einen signifikanten Zusammenhang zwischen der sichtbaren Sinnerfüllung und der Attraktivität ($r = .21$; $p = .02$).

Hypothese 1c: Es gibt einen positiven Zusammenhang zwischen der eigenen Sinnerfüllung und der Bewertung der Sinnerfüllung einer anderen Person. Menschen mit hoher Sinnerfüllung schätzen andere Personen als sinnerfüllter ein.

Aus Tabelle 20 geht hervor, dass der positive Zusammenhang zwischen der eigenen Sinnerfüllung und der Bewertung der Sinnerfüllung einer anderen Person bestätigt werden kann ($r = .22$, $p = .01$).

4.2.2 Überprüfung der Ergebnisse der Hypothese 2a, 2b, 2c und 2d

Hypothese 2a: Der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung wird durch das Geschlecht moderiert. Frauen schätzen die Sinnerfüllung ihres Interaktionspartners genauer ein als Männer.

Tabelle 7: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x Geschlecht auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R², ΔR²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004)

Schritte der Moderatoranalyse	B	β	SE B	R ²	ΔR ²	Sig.
Block 1						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.13	.05	.27	.00	.00	.63
Geschlecht	-.02	-.01	.27			.94
Block 2						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.13	.05	.27	.00	.00	.64
Geschlecht	-.03	-.01	.27			.92
selbst berichtete Sinnerfüllung x Geschlecht	-.06	-.02	.28			.84

Zur Überprüfung des Moderationseffektes wird eine Regressionsanalyse durchgeführt. Die abhängige Variable ist die sichtbare Sinnerfüllung und die Prädiktoren sind die selbst berichtete Sinnerfüllung und das Geschlecht. Wie man in Tabelle 7 sehen kann, klärt der Interaktionsterm keine Varianz ($\Delta R^2 = .00$) der sichtbaren Sinnerfüllung auf und ist mit einem Regressionskoeffizienten von $p = .84$ nicht signifikant. Die Hypothese, dass Frauen die Sinnerfüllung von Menschen genauer einschätzen, kann somit nicht bestätigt werden.

Hypothese 2b: Der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung wird durch das Vorhandensein von sexueller Spannung in der Interaktion moderiert. Interaktionen mit sexueller Spannung mindern die Beurteilungskraft der sichtbaren Sinnerfüllung.

Die Variable *spannungsgeladene Interaktion* beinhaltet alle Probanden, welche angaben, heterosexuell zu sein und sich mit einem gegengeschlechtlichen Partner unterhielten und alle homosexuellen Teilnehmer, welche sich in einer gleichgeschlechtlichen Konstellation befanden. Natürlich muss in diesen Fällen nicht zwangsläufig eine sexuelle Anziehung vorhanden sein, jedoch kann eine Unterscheidung zu sexuell

neutralen Situationen aufschlussreich sein.

Tabelle 8: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x spannungsgeladene Interaktion auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: : Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R², ΔR²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004).

Schritte der Moderatoranalyse	B	β	SE B	R ²	ΔR ²	Sig.
Block 1						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.20	.04	.27	.00	.00	.66
spannungsgeladene Interaktion	-.06	-.02	.27			.84
Block 2						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.10	.04	.27	.01	.01	.72
spannungsgeladene Interaktion	-.02	-.01	.27			.94
selbst berichtete Sinnerfüllung x spannungsgeladene Interaktion	.21	.09	.24			.39

Wie in Tabelle 8 ersichtlich ist, muss die Hypothese, dass das Vorhanden sein von sexueller Spannung in einer Interaktion die Beziehung zwischen selbst berichteter Sinnerfüllung und sichtbarer Sinnerfüllung beeinflusst, abgelehnt werden. Der Interaktionsterm ist nicht signifikant ($p = .39$) und klärt nur ein Prozent der Varianz ($\Delta R^2 = .01$) der sichtbaren Sinnerfüllung auf.

Hypothese 2c: Der Zusammenhang zwischen der Attraktivität und der sichtbaren Sinnerfüllung wird durch das Geschlecht moderiert. Attraktivere Frauen werden von Männern in ihrer Sinnerfüllung höher eingeschätzt.

Die Ergebnisse der Moderationsanalyse (Tab. 9) zeigen, dass der Interaktionsterm nicht signifikant ($p = .65$) ist und keine Varianz der sichtbaren Sinnerfüllung aufklärt ($\Delta R^2 = .00$). Die Beziehung von Attraktivität und sichtbarer Sinnerfüllung wird somit nicht durch das Geschlecht moderiert, die Hypothese muss verworfen werden.

Tabelle 9: Effekt des Moderatorterms Attraktivität x Geschlecht auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R², ΔR²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004)

Schritte der Moderatoranalyse	B	β	SE B	R ²	ΔR ²	Sig.
Block 1						
Attraktivität	.57*	.21	.27	.04	.04	.04*
Geschlecht	.14	.04	.27			.67
Block 2						
Attraktivität	.61*	.22	.28	.04	.00	.03*
Geschlecht	.17	.06	.30			.57
Attraktivität x Geschlecht	.15	.05	.34			.65

* p < .05 ; **p < .01.

Hypothese 2d: Der Zusammenhang von selbst berichteter und sichtbarer Sinnerfüllung wird durch den Selbstwert moderiert. Umso höher der Selbstwert einer Person, desto höher fällt das Maß der sichtbaren Sinnerfüllung aus.

Tabelle 10: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x Selbstwert auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R², ΔR²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004)

Schritte der Moderatoranalyse	B	β	SE B	R ²	ΔR ²	Sig.
Block 1						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.11	.04	.29	.00	.00	.69
Selbstwert	.05	.02	.29			.87
Block 2						
selbst berichtete Sinnerfüllung	.11	.04	.30	.00	.00	.71
Selbstwert	.05	.02	.29			.87
selbst berichtete Sinnerfüllung x Selbstwert	-.01	-.00	.25			.98

Wie man in Tabelle 10 sehen kann, ist der Interaktionsterm zwischen selbst berichteter Sinnerfüllung und Selbstwert nicht signifikant ($p = .98$) und trägt auch zu keiner zusätzlichen Varianzaufklärung ($\Delta R^2 = .00$) der sichtbaren Sinnerfüllung bei. Die Hypothese, dass der Selbstwert die Beziehung zwischen selbst berichteter Sinnerfüllung und sichtbarer Sinnerfüllung moderiert, muss somit verworfen werden.

4.2.3 Überprüfung der Ergebnisse der Hypothesen 3a, 3b, 3c, 3d und 3e

Hypothese 3a: Nach Kontrolle der soziodemografischen Variablen wird von einem positiven Zusammenhang zwischen Extraversion und der sichtbaren Sinnerfüllung ausgegangen. Umso extrovertierter Personen sind, desto höher werden sie in ihrer Sinnerfüllung eingeschätzt.

Tabelle 11: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Extraversion

Schritte der Regressionsanalyse	B	β	R ²	ΔR^2	Sig.
Block 1					
Geschlecht	.10	.02	.02	.02	.89
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.86
Familienstand	.61	.16			.17
Block 2					
Geschlecht	.12	.02	.02	.00	.88
Alter in Jahren	-.02	-.04			.72
spannungsgeladene Interaktion	-.10	-.02			.88
Familienstand	.60	.15			.18
Extraversion	.02	.04			.70

Hypothese 3a wurde anhand einer Regressionsanalyse überprüft, um die Variablen Geschlecht, Alter, Familienstand, spannungsgeladene Interaktion zu kontrollieren. Wie man in Tabelle 11 sehen kann, klärt die Extraversion zusätzlich zu den anderen

Variablen keine Varianz ($\Delta R^2 = .00$) zu der sichtbaren Sinnerfüllung auf und ist nicht signifikant ($p = .70$). Extraversion steht somit nicht im Zusammenhang mit der sichtbaren Sinnerfüllung.

Hypothese 3b: Nach Kontrolle der soziodemografischen Variablen gibt es einen negativen Zusammenhang zwischen Neurotizismus und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso weniger neurotisch Personen sind, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

Tabelle 12: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Neurotizismus

Schritte der Regressionsanalyse	B	β	R ²	ΔR^2	Sig.
Block 1					
Geschlecht	.10	.02	.02	.02	.89
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.86
Familienstand	.61	.16			.17
Block 2					
Geschlecht	.03	.01	.02	.00	.97
Alter in Jahren	-.02	-.04			.71
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.87
Familienstand	.60	.15			.18
Neurotizismus	-.01	-.03			.77

Der Einfluss von Neurotizismus auf die sichtbare Sinnerfüllung wurde mit einer Regressionsanalyse überprüft. Nachdem im ersten Schritt die Variablen Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion und Familienstand kontrolliert werden, zeigt sich, dass im zweiten Schritt der Neurotizismus keinen signifikanten ($p = .77$; $\Delta R^2 = .00$) Beitrag zur Varianzaufklärung der sichtbaren Sinnerfüllung liefert. Die Hypothese muss somit verworfen werden.

Hypothese 3c: Nach Kontrolle der soziodemografischen Variablen gibt es einen Zusammenhang zwischen Offenheit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso offener Personen sind, desto niedriger fällt die sichtbare Sinnerfüllung aus.

Tabelle 13: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Offenheit

Schritte der Regressionsanalyse	B	β	R ²	ΔR^2	Sig.
Block 1					
Geschlecht	.10	.02	.02	.02	.89
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.86
Familienstand	.61	.16			.17
Block 2					
Geschlecht	.21	.03	.03	.00	.79
Alter in Jahren	-.02	-.03			.79
spannungsgeladene Interaktion	-.14	-.03			.83
Familienstand	.60	.16			.17
Offenheit	-.03	-.07			.53

Wie in Tabelle 13 dargestellt, wurde Hypothese 3c mittels einer Regressionsanalyse überprüft. Die Hypothese muss jedoch abgelehnt werden, da $p = .53$ für Offenheit nicht signifikant ist. Zusätzlich zu den kontrollierten Variablen Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion und Familienstand steuert Offenheit nicht ($\Delta R^2 = .00$) zur zusätzlichen Varianzaufklärung der sichtbaren Sinnerfüllung bei.

Hypothese 3d: Nach Kontrolle der soziodemografischen Variablen gibt es einen positiven Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso höher die Verträglichkeit ist, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

Der Einfluss von Verträglichkeit auf sichtbare Sinnerfüllung wurde mit einer Regressionsanalyse getestet. Wie in Tabelle 14 zu sehen ist, trägt die Verträglichkeit keinen signifikanten Beitrag zur sichtbaren Sinnerfüllung bei ($p = .17$, $\Delta R^2 = .02$),

nachdem der Einfluss von Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion und Familienstand herausgenommen wurde. Hypothese 2d muss somit verworfen werden.

Tabelle 14: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Verträglichkeit

Schritte der Regressionsanalyse	B	β	R ²	ΔR^2	Sig.
Block 1					
Geschlecht	.10	.02	.02	.02	.89
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.86
Familienstand	.61	.16			.17
Block 2					
Geschlecht	.40	.06	.04	.02	.61
Alter in Jahren	-.03	-.05			.67
spannungsgeladene Interaktion	-.18	-.03			.78
Familienstand	.64	.17			.15
Verträglichkeit	.07	.14			.17

Hypothese 3e: Nach Kontrolle der soziodemografischen Variablen gibt es einen positiven Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Umso höher die Gewissenhaftigkeit ist, desto höher die sichtbare Sinnerfüllung.

Hypothese 3e wurde mit einer Regressionsanalyse berechnet. Wie Tabelle 15 zeigt, wurden im ersten Schritt die Variablen Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion und Familienstand kontrolliert. Im zweiten Schritt zeigt sich, dass die Gewissenhaftigkeit nicht ($\Delta R^2 = .00$) zur Varianzaufklärung der sichtbaren Sinnerfüllung beiträgt und ebenfalls nicht signifikant ist ($p = .76$). Hypothese 3e kann nicht bestätigt werden.

Tabelle 15: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Gewissenhaftigkeit

Schritte der Regressionsanalyse	B	β	R ²	ΔR^2	Sig.
Block 1					
Geschlecht	.10	.02	.02	.02	.89
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.11	-.02			.86
Familienstand	.61	.16			.17
Block 2					
Geschlecht	.07	.01	.02	.00	.93
Alter in Jahren	-.02	-.04			.73
spannungsgeladene Interaktion	-.12	-.02			.85
Familienstand	.60	.15			.18
Gewissenhaftigkeit	-.01	-.03			.76

Fazit: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen den Fünf Faktoren der Persönlichkeit und der sichtbaren Sinnerfüllung. Extraversion, Neurotizismus, Offenheit, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit weisen keine signifikanten Beziehungen zur sichtbaren Sinnerfüllung auf.

5 Ergebnisse der Interviews

Die Interviews wurde im Rahmen dieser Arbeit durchgeführt, um ein besseres Verständnis der Wahrnehmung von Sinn zu erhalten. Da in diesem Bereich noch kein theoretischer Hintergrund vorliegt, wird sich bei der Auswertung an den Leitlinien des offenen Kodieren nach Mayring (Gläser & Laudel, 2010) orientiert. Für die Forschungsfrage ist von Interesse, welche Signale des Gesprächspartners in einer Interaktion zu einer Beurteilung des Sinnniveaus von diesem führen.

Die folgende Tabelle verhilft zu einem besseren Überblick über das Endprodukt der Interviewauswertung. Im Anschluss wird der Prozess des Auswertens der Interviews genaustens beschrieben, um für eine ausreichende Nachvollziehbarkeit zu sorgen.

Tabelle 16: Kategorienbildung Interview

Paraphrasieren	Kategorien
	<u>Nonverbale Komponente</u>
<ul style="list-style-type: none"> - sie hat irgendwie recht erfüllt gewirkt, nicht bedrückt, recht fröhlich - sie mit dem, was sie macht sehr zufrieden ist und das hat sie auch ausgestrahlt - weil sie so eine offene Art hatte - und viel gelacht hat - von sich aus auch erzählt hat - einfach vom Wesen her glaub ich eine offene und freundliche Person ist - sie hat fröhlich gewirkt - war sehr offen - und positiv gestimmt - war sehr positiv - hat einfach nicht so lebensfroh gewirkt - ob sie generell betruibt oder glücklich gewirkt hat. 	<p>Eindruck</p> <ul style="list-style-type: none"> Positive Ausstrahlung Zufriedenheit Offenheit Positive Ausstrahlung Offenheit Positive Ausstrahlung Positive Ausstrahlung Offenheit Positive Ausstrahlung Positive Ausstrahlung Positive Ausstrahlung Positive Ausstrahlung

Paraphrasieren	Kategorien
- wie sie aufgetreten ist (...) ganz normal, eher natürlich	Selbstwert
- erstmal an ihrer Ausstrahlung, so wie sie gewirkt hat. Hat zufrieden auf mich gewirkt	Zufriedenheit
- sie sehr selbstbewusst gewirkt hat	Selbstwert
- sehr offen, überhaupt nicht verschüchtert	Offenheit
- als würde sie sich wohlfühlen mit sich selber	Selbstwert
- er kam sehr aufgeschlossen	Offenheit
- und positiv rüber	Positive Ausstrahlung
- zufrieden mit dem, was er hat	Zufriedenheit
- weil ich fand sie war gut drauf	Positive Ausstrahlung
- wie offen sie wirkt	Offenheit
- sie erschien mir eigentlich zufrieden mit ihrem Leben	Zufriedenheit
- sie ist eher fröhlich, optimistisch, positiv eingestellt und lacht viel	Positive Ausstrahlung
- er hat ziemlich selbstsicher geklungen	Selbstwert
- sie hat relativ offen gewirkt	Offenheit
- sie hat immer ein Grinsen im Gesicht gehabt	Positive Ausstrahlung
- sie im Gespräch irgendwie glücklich wirkt	Positive Ausstrahlung
- sehr unsicher und schüchtern gesprochen (...), wirkt noch sehr jung	Selbstwert
- Häufigkeit von Lachen	Positive Ausstrahlung
- ... Offenheit	Offenheit
- sie wirkte sehr aufgeweckt	Offenheit
- war relativ aufgeregt und es war eigentlich nett. Sie war sehr freundlich und auch interessiert	Freundlichkeit

Paraphrasieren	Kategorien
<ul style="list-style-type: none"> - nicht verschränkt da saß - auch eine offene Körperhaltung - sie saß sehr entspannt da - saß aufgeschlossen da - offene Gestik - Körperhaltung unsicher - sie hat sich irgendwie viel bewegt - nicht hingesezt in einer verschlossenen Körperhaltung - in Richtung Körpersprache auf mich gewirkt hat, ob sie verschränkt da sitzt oder sehr offen 	<p>Gestik</p> <ul style="list-style-type: none"> Offenheit Offenheit Selbstwert Offenheit Offenheit Selbstwert Selbstwert Offenheit Offenheit
<ul style="list-style-type: none"> - eigentlich so viel mit den Augen - hat viel gelächelt - wie er zum Beispiel reingeschaut hat, als er von seinem Job erzählt hat - Gesichtsausdruck und hauptsächlich Augen - wenn er zum Beispiel so runterschaut - hauptsächlich der Blick - sieht man auch an dem nonverbalen, ob es ihr gefällt - er schaut net traurig rein - offene Mimik - oft weggeschaut 	<p>Mimik</p>
<ul style="list-style-type: none"> - vor allem die Stimme (...), hört man raus ob es ein positiver oder ein negativer Ton ist - sehr ruhig, sehr bedacht geredet 	<p>Stimme</p>

Paraphrasieren	Kategorien
<ul style="list-style-type: none"> - hat auch keine Langeweile in ihrer Stimme gehabt - vibrierende Stimme 	
	<u>Verbale Komponente</u>
<ul style="list-style-type: none"> - hat viel über sein Leben erzählt - hat locker eben erzählt, klar natürlich auch die Gesprächsinhalte - hat jetzt nicht über sein Leben erzählt, dass alles schlecht wäre - an dem was sie gesagt hat festmachen kann - sie hat auch nichts groß Negatives gesagt - wie sie mir geantwortet hat auf bestimmte Sachen. - sehr redegewandt (...) auch verbal gut ausgedrückt und war sehr verständlich - auch vom Inhaltlichen, was sie gesagt hat und wie sie es gesagt hat - sehr viel und enthusiastisch gesprochen - war er still oder wusste nicht was er sagen soll - ganz gern von sich selbst erzählt, auch mit einem Lachen, nichts Negatives 	Kennzeichen des Gesprächsverlaufs
<ul style="list-style-type: none"> - Wir haben recht bald über eine politische Richtung angefangen zu reden - wir haben ein bisschen über die Konfession gesprochen - sie gerne Ski fährt und als Skilehrerin tätig ist - hat mir halt erzählt, was sie so macht an der Uni - sie mir zum Beispiel von ihren Hobbys so erzählt - von ihren Geschwistern 	Gesprächsthemen Politik Religion Sport Studium Hobby Familie

Paraphrasieren	Kategorien
<ul style="list-style-type: none"> - sie gern Rockmusik hört aber auch alles andere - dass sie eine Psychotherapieausbildung machen will - von seinen Job erzählt hat - haben die Frage auch angesprochen, was der Sinn des Lebens ist - durch die Sachen, die sie erzählt hat, was sie so macht in der Freizeit - auch als Arbeitstätigkeit - hauptsächlich über die Hobbys - sie ihre Wohnung gesucht hat - sie gesagt hat ihr Studium gefällt ihr - sie ist zufrieden mit ihrer Beziehung - Eltern sie dabei unterstützten was sie tut - viel über die Hobbys geredet - sie studiert gleichzeitig Medizin und Psychologie - wie so die Familie aufgebaut ist - wo man wohnt - was man so studiert - wie alt sie ist, wie viele Geschwister - sie hat vorher schon was anderes studiert - neben dem Studium arbeitet 	<ul style="list-style-type: none"> Musik Pläne Arbeit Lebenssinn Hobby Arbeit Hobby Wohnungssuche Studium Beziehung Familie Hobbys Studium Familie Wohnort Studium Familie Studium Arbeit
	<u>Interpretation von Gesprächsinhalten</u>
<ul style="list-style-type: none"> - hat sich da sehr engagiert gezeigt - die Person sich mit dem Thema auseinandergesetzt - Auch die Art wie sie darüber geredet hat (...), dass ihr das wirklich naheliegend ist und wieso sie das gemacht hat 	<ul style="list-style-type: none"> Engagement Selbsterkenntnis Orientierung

Paraphrasieren	Kategorien
- sie hat auch was von sich preisgegeben	Offenheit
- sie kam mir so rüber, als würde sie mit beiden Beinen im Leben stehen	Bodenständigkeit
- sie kam irgendwie bodenständig rüber	Bodenständigkeit
- war er immer zögerlich	Offenheit
- hat auf jeden Fall einen hohen Anspruch gehabt an sich selbst (...), dass sie all das macht oder kennenlernt und auch lernen möchte, was sie interessiert	Selbstverwirklichung
- weil sie mit sich selbst nicht zufrieden ist	Selbstwert
- wie von sich selbst eingenommen	Selbstwert
- scheint noch nicht richtig im Leben zu stehen	Bodenständigkeit
- sie hat halt nicht so gewirkt, als wenn sie auf der Suche nach einem tieferen Sinn ist	Selbsterkenntnis
- sie sich bei der Arbeit Mühe gibt schon allein aus dem Grund, dass die Zeit bei der Arbeit vergeht, und sich nicht bei der Arbeit drückt	Moral
- spezifischen Aussagen. Zum Beispiel Lieblingsfarbe war zum Beispiel schwarz	Individualität
- warum sie studiert und was ihre Motivation dahinter ist	Orientierung
- Interessen waren recht oberflächlich, Leidenschaft fehlte	Selbsterkenntnis
- Stil an sich egal ist, aber sobald es stimmig oder passend ist auf das Gesamtaufreten. Wenn man seine Rolle gefunden hat und sich auch damit identifiziert	Individualität
- Ich habe auch nach Hobbys gefragt, ich denk, wenn man dann schnell viel aufzählt, dann würde ich auch auf eine höhere Sinnerfüllung schließen als wenn man da länger nachdenken würde	Selbsterkenntnis
- dass sie jedes Wochenende nach Hause fährt. Das heißt vielleicht, dass sie sich doch nicht so mit dem Leben hier identifizieren kann	Individualität
- zum Beispiel überzeugt ist von dem, was sie studiert	Orientierung

Paraphrasieren	Kategorien
<ul style="list-style-type: none"> - ich habe ihr abgekauft, dass sie gerne Psychologie studiert - Person hat da eine ganz klare Linie eingeschlagen - sie wusste auf jeden Fall, in welche Richtung sie gehen will - und wusste, was sie tun mag - auch das sie ein Plan für die Zukunft hat - sie weis einigermaßen, was sie nach dem Studium machen will - sie weis ja worauf sie hinarbeitet - sie wollte das, was sie studiert schon studieren seid sie 15 war und hat das Ziel erreicht - er eine Aufgabe in seinem Leben hat - ist mir vorgekommen sie deckt sich nicht so mit einer Lebensaufgabe - sie scheint ein Ziel zu haben und weiß, warum sie tut, was sie tut - sie hat jetzt nicht gewirkt als hätte sie einen übergeordneten Lebensplan 	<ul style="list-style-type: none"> Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung Orientierung
	<u>Äußere Kennzeichen</u>
<ul style="list-style-type: none"> - die politische Richtung hätte man auch schon anhand der Kleidung, an dem Äußeren erahnen können - ein gepflegtes Äußeres hatte - noch von der Kleidung - durch seine äußere Erscheinung beziehungsweise durch sein Auftreten - ich hab auch ein bisschen auf ihr Äußeres geachtet (...), dass die sich nicht allzu viel Mühe gegeben hat nach außen zu wirken - vielleicht Kleidungsstil ... Stil an sich egal ist, aber sobald es stimmig oder passend ist auf das Gesamtaufreten 	<ul style="list-style-type: none"> Kleidung Erscheinung Kleidung Erscheinung Erscheinung Kleidung

Paraphrasieren	Kategorien
- dass Sie ein gelbes Oberteil angehabt hat	Kleidung
	<u>Intuition</u>
<ul style="list-style-type: none"> -ich hab das eher nach Gefühl gemacht - was für ein Gefühl ich hatte als sie mir was erzählt hat - ich das Gefühl hatte, dass er zufrieden ist mit seinem Leben und mit dem, was er tut - hab eher so auf mein Gefühl gehört - das hat mir das Gefühl gegeben - ich hab das Gefühl gehabt - einfach nur mein Gefühl 	
	<u>Sympathie</u>
<ul style="list-style-type: none"> - auf die Sympathie zurückzuführen ist - sie ist mir sympathisch vorgekommen - hat einen sympathischen Gesamteindruck gemacht - sie war mir ganz sympathisch - trotzdem sehr sympathisch - sie hat sehr sympathisch gewirkt - wirkt sympathisch 	
	<u>Verweis auf Ähnlichkeit</u>
<ul style="list-style-type: none"> - war gleicher Studiengang, so alt wie ich, gleiche Einstellungen - naja, sie war ein bisschen jünger als ich, das hat es vielleicht auch beeinflusst 	

Paraphrasieren	Kategorien
	<u>Attraktivität</u>
<ul style="list-style-type: none"> - Attraktivität waren, aus denen ich geschossen habe, wie sinnerfüllt sie ist - ihr Lächeln und Attraktivität 	

5.1 Auswertung der Interviews

5.1.1 Bildung der Oberkategorien

Zu Beginn des Auswertungsprozesses wurde zunächst jedes Interview Satz für Satz durchgegangen. Hierbei wurden alle Aussagen, welche Hinweise auf eine mögliche Ursache der Sinnbeurteilung bargen, wörtlich herausgeschrieben. Dadurch erhielt man am Ende eine lange Liste von verschiedensten Aussagen, für welche nun ein Kategoriensystem gefunden werden musste.

Beim genaueren Studieren dieser Liste wurde schnell deutlich, dass sich Aussagen teilweise auf nonverbale Beobachtungen und teilweise auf verbale Äußerungen stützen. So wurden die zwei Oberkategorien *Nonverbale Komponente* und *Verbale Komponente* gebildet. Dann wurden alle Sätze, bei welchen sich die Sinnzuschreibung auf eine nonverbale Ursache bezog, wie zum Beispiel: „sie saß sehr entspannt da“ oder „wie er zum Beispiel reingeschaut hat, als er von seinem Job erzählt hat“, der Oberkategorie *Nonverbale Komponente* zugeordnet. Nach dem gleichen Prinzip wurden Sinnbeurteilungen wie „wir haben recht bald über eine politische Richtung angefangen zu reden“ oder auch „sehr viel und enthusiastisch gesprochen“, der Oberkategorie *Verbale Komponente* zugeteilt.

Die weiterführende Beschäftigung mit den noch nicht zugeordneten Zitaten führte zu der Bildung einer weiteren Oberkategorie, den *Äußere Kennzeichen*. Hierunter fällt alles, was sich auf die Erscheinung eines Menschen bezieht. Häufig wurde hier vor allem die Kleidung genannt, wie zum Beispiel, dass „sie ein gelbes Oberteil angehabt hat“, aber auch Sätze wie, dass jemand „ein gepflegtes Äußeres hatte“, gehören hier

dazu.

In den verbliebenen Zitaten wurde eine weitere benötigte Oberkategorie offensichtlich, nämlich die *Intuition*. So führten mehrere Personen ein Gefühl an, welches sie zu einer bestimmten Bewertung der Sinnerfüllung führte. Folglich wurden alle Sätze, wie „ich hab das Gefühl gehabt“ oder „hab eher so auf mein Gefühl gehört“ der Oberkategorie *Intuition* zugeschrieben.

Obwohl die Liste, für welche noch beschreibende Oberkategorien gefunden werden mussten, schon um ein Vielfaches gekürzt wurde, war noch immer eine beträchtliche Anzahl an Aussagen übrig. Hierbei wurde als Nächstes die Oberkategorie *Sympathie* gebildet. Es wiesen nämlich auffällig viele Interviewte auf eine bestehende Sympathie zu ihrem Gesprächspartner hin. Zugeordnet wurden hier alle Anführungen, welche das Wort Sympathie beinhalteten, wie zum Beispiel „sie war mir ganz sympathisch“ oder „hat einen sympathischen Gesamteindruck gemacht“. Es ist davon auszugehen, dass der Faktor Sympathie die Beurteilung der Sinnerfüllung einer anderen Person maßgeblich beeinflusst.

Darauf folgend wurde bei den übrig gebliebenen Aussagen eine weitere Gemeinsamkeit deutlich. Fast alle bestanden nämlich aus einer weiterführenden Interpretation von Gesprächsinhalten, welche in der Interaktion aufkamen. Zuerst bestand die Überlegung, diese der Oberkategorie *Verbale Komponente* zuzuordnen, jedoch wurde sich dafür entschieden, hierfür eine eigene Oberkategorie, namens *Interpretation von Gesprächsinhalten*, zu bilden.

Der Grund hierfür ist, dass für die Betrachtung der Beurteilung der Sinnerfüllung hier die alleinigen verbalen Aussagen nicht ausreichen. Vielmehr bilden diese nur die Basis, aus welcher der Interviewte seine eigenen Schlüsse gezogen hat, die dann in weiterer Folge als Gegenstand der Beurteilung dienen. Zum Beispiel: „überzeugt ist von dem was sie studiert“ oder „warum sie studiert und was ihre Motivation dahinter ist“. So hat der Gesprächspartner von etwas erzählt, woraus die andere Person ihre ganz eigenen Schlüsse gezogen hat, welche nicht mit dem mitgeteilten Inhalt übereinstimmen müssen.

Nachdem dieser Schritt beendet wurde, blieben nur noch wenige Zitate übrig. Darunter fanden sich zwei Aussagen über die Attraktivität des Gesprächspartners. Hier stellte sich zunächst die Frage, ob die Attraktivität Teil der Oberkategorie *Äußere Kennzeichen* ist.

Jedoch wurde sich dagegen entschieden, da die Attraktivität etwas sehr Subjektives ist und weitere Aufklärung im Bezug auf die Einschätzung der Sinnerfüllung von Anderen liefert. Somit wurde die Oberkategorie *Attraktivität* gebildet, da zum Beispiel gesagt wurde: „... Attraktivität waren, aus denen ich geschlossen habe, wie sinnerfüllt sie ist“ und „ihr Lächeln und Attraktivität ...“ als Beurteilungsursache angeführt wurden. Die zwei übrig gebliebenen Aussagen waren: „war gleicher Studiengang, so alt wie ich, gleiche Einstellungen“ und „naja, sie war ein bisschen jünger als ich, das hat es vielleicht auch beeinflusst“. Deutlich wird, dass bei der Beurteilung der Sinnerfüllung hier die Ähnlichkeit des Gesprächspartners mit seiner eigenen Person eine Rolle gespielt hat. Somit wurde hierfür die Oberkategorie *Verweis auf Ähnlichkeit* gebildet.

Zusammenfassend ergaben sich aus diesem Prozess folgende acht Oberkategorien: *Nonverbale Komponente, Verbale Komponente, Interpretation von Gesprächsinhalten, Intuition, Äußere Kennzeichen, Sympathie, Verweis auf Ähnlichkeit, Attraktivität*

5.1.2 Bildung der Unterkategorien

Nachdem die Oberkategorien gefunden waren, wurde untersucht, ob innerhalb dieser noch weitere Unterschiede festzustellen waren. So sollte eine Bildung von Unterkategorien einem differenzierteren Bild der Sinnerfüllungsbeurteilung dienen.

Begonnen wurde mit der Oberkategorie *Nonverbale Komponente*. Innerhalb dieser Kategorie konnten zwei bekannte nonverbale Merkmale unterschieden werden, nämlich die *Gestik* und die *Mimik*. Gestik beschreibt vor allem die Körperhaltung, also den Ausdruck von Händen, Armen, Beinen und Füßen (Kulbe, 2001). Hierunter fallen deswegen Aussagen wie „auch eine offene Körperhaltung“ oder „sie hat sich irgendwie viel bewegt“. Die Mimik betrifft den Gesichtsausdruck, bei welchem zum Beispiel der Blick und die Lippen eine große Rolle spielen (Kulbe, 2001). Zitate, die den Gesichtsausdruck beschreiben, sind zum Beispiel „wenn er zum Beispiel so runterschaut“ oder „er schaut net traurig rein“.

Im nächsten Schritt wurde die Unterkategorie *Stimme* gebildet, da diese einen Teil der nonverbalen Komponente darstellt. Die Stimme begleitet und ergänzt unsere Kommunikation und liefert einen Beitrag zu dem Gesamtbild eines Menschen (Kulbe, 2001). Zugeordnet werden somit alle die Stimme betreffenden Aussagen wie „sehr

ruhig, sehr bedacht geredet“ oder „hat auch keine Langeweile in ihrer Stimme gehabt“. Nach der Bildung der Unterkategorien *Gestik, Mimik und Stimme*, verblieben noch weitere Aussagen im Bereich der nonverbalen Komponente. Nach wiederholtem Studieren wurde sich dazu entschlossen diese *Eindruck* zu benennen. Beispiele sind „sie hat relativ offen gewirkt“ oder „weil sie so eine offene Art hatte und viel gelacht hat“. Diese Äußerungen können weder alleinig der Stimme, der Gestik oder der Mimik zugeordnet werden. Vielmehr ist die „offene Art“ ein Eindruck, welcher aus einem Zusammenspiel dieser drei Faktoren resultiert. Der *Eindruck* beschreibt also das nonverbal vermittelte Gesamtbild, welches man von seinem Gesprächspartner gewonnen hat.

Als Nächstes wurde die Oberkategorie *Verbale Komponente* genauer betrachtet, wobei zwei Unterkategorien gefunden wurden. Zum einen die *Gesprächsthemen*, zum anderen die *Kennzeichen des Gesprächsverlaufs*. Unter *Gesprächsthemen* fällt alles, was als bloßer Gesprächsinhalt von den Interviewten angeführt wurde, wie zum Beispiel „sie gern Rockmusik hört, aber auch alles andere“ oder „sie ihre Wohnung gesucht hat“. In dieser Unterkategorie können somit Informationen gefunden werden, die Inhalt der Interaktion waren.

Die *Kennzeichen des Gesprächsverlaufs* beinhalten, wie der Name schon sagt, keine konkreten Inhalte, sondern allgemeine Erkenntnisse über die Art des Gesprächs. Zum Beispiel berichtet eine Person davon, dass ihr Gegenüber „sehr viel und enthusiastisch gesprochen“ hat oder eine andere Person auch „ganz gern von sich selbst erzählt, auch mit einem Lachen, nichts Negatives“. Es geht somit um die Art und Weise, wie das Gespräch verlaufen ist.

Im Anschluss daran wurden die anderen Oberkategorien auf eine mögliche Unterteilung in Unterkategorien untersucht. Dies erschien jedoch bei keiner Weiteren mehr nötig zu sein, da eine weitere Differenzierung keinen zusätzlichen Informationsgewinn im Bezug auf die Fragestellung, welche Signale zur Bewertung des Sinnerfüllungsniveaus führen, mit sich brachte.

Noch einmal zusammenfassend wird von acht Oberkategorien (*Nonverbale*

Komponente, Verbale Komponente, Interpretation von Gesprächsinhalten, Intuition, Äußere Kennzeichen, Sympathie, Verweis auf Ähnlichkeit, Attraktivität) ausgegangen, bei welchen sich die nonverbale Komponente in die Unterkategorien *Eindruck, Gestik, Mimik* und *Stimme* unterteilen lässt und die verbale Komponente die Unterkategorien *Kennzeichen des Gesprächsverlaufs* und *Gesprächsthemen* beherbergt.

5.1.3 Reduktion der Aussagen

Nachdem alle Aussagen nun bestimmten Oberkategorien bzw. Unterkategorien zugeordnet waren, folgte im nächsten Schritt eine Reduktion der Aussagen. Hierbei wurden in einigen Kategorien die Zitate auf treffende Schlagwörter reduziert. Bei dieser Reduktion wurde frei vorgegangen, wobei versucht wurde, die Kernaussage einer Äußerung zu übernehmen. Dieser Schritt vereinfacht es später in der Analyse, die relevanten Themen im Bezug auf die Forschungsfrage zu überblicken.

Begonnen wird mit der der Unterkategorie *Eindruck*. Wie vorangehend schon erklärt, geht es hier um das nonverbal vermittelte Gesamtbild. So werden die vorliegenden Zitate nun einzeln auf die Grundaussage in Bezug auf das Gesamtbild reduziert. Äußerungen wie „sie hat fröhlich gewirkt“ oder „weil ich fand sie war gut drauf“ wurden zum Beispiel auf *Positive Ausstrahlung* reduziert, da die Person ihren Gegenüber als sehr positiv eingestellte Person wahrgenommen hat. Ein weiterer Eindruck „als würde sie sich wohlfühlen mit sich selber“ wird zum Beispiel auf den Begriff *Selbstwert* reduziert. So weiß man sofort, dass aus der Wahrnehmung des Selbstwertes der anderen Person eine Sinnerfüllungszuschreibung gewonnen wurde. Nach genauen Überlegungen wurden in der Unterkategorie *Eindruck* fünf unterschiedliche Reduktionen gefunden: *Positive Ausstrahlung, Zufriedenheit, Selbstwert, Offenheit* und *Freundlichkeit*.

Die nächste Unterkategorie ist die *Gestik*. Auch hier lassen sich die gleichen Reduktionen wiederfinden. So zielt die Gestik „nicht verschränkt da saß“ auf *Offenheit* ab und die Gestik „sie saß sehr entspannt da“ lässt Rückschlüsse auf den *Selbstwert* zu. So sind in dieser Unterkategorie nur die zwei Reduktionen *Offenheit* und *Selbstwert* zu finden.

Weiterhin waren Reduktionen in der Unterkategorie *Gesprächsthemen* vorgenommen. Diese fassen den Inhalt des Zitates auf das Gesprächsthema zusammen. Zum Beispiel wurde der Satz „wir haben ein bisschen über die Konfession gesprochen“ dem Gesprächsthema *Religion* zugeordnet oder „von seinem Job erzählt hat“ dann *Arbeit* benannt. An dieser Stelle war die Reduktion ziemlich eindeutig und verlangt somit nach keinen weiteren Erklärungen. Letztendlich wurden 13 Gesprächsthemen gefunden: *Politik, Religion, Sport, Studium, Hobby, Familie, Musik, Pläne, Lebenssinn, Wohnungssuche, Beziehung, Familie* und *Wohnort*.

Die folgende Unterkategorie ist *Interpretation von Gesprächsinhalten*. Während bisher der Vorgang der Reduktion ziemlich eindeutig verlief, gestaltete es sich hier komplizierter. So wurden auch hier im ersten Durchgang versucht, treffende Worte zu finden, welche den Sachverhalt des Zitates am besten wiedergeben.

Nachdem die erste Zuordnung stattfand, war auffällig, dass viele der gefundenen Reduktionen an die Lebensbedeutungen des hierarchischen Sinnmodells nach Schnell und Becker (2007) (beschrieben in Kapitel 3.1.1) erinnerten. So beinhalteten die Äußerungen zum Beispiel „hat sich da sehr engagiert gezeigt“, was *Engagement* genannt wurde oder „sie kam irgendwie bodenständig rüber“, welches auf *Bodenständigkeit* reduziert wurde. Des Weiteren wurde „sie sich bei der Arbeit Mühe gibt, schon allein aus dem Grund, dass die Zeit bei der Arbeit vergeht, und sich nicht bei der Arbeit drückt“ auf *Moral* gekürzt und „spezifischen Aussagen. Zum Beispiel Lieblingsfarbe war zum Beispiel schwarz“ mit *Individualität* beschrieben. Obwohl zu Beginn an dieser Stelle nicht erwartet wurde, die Lebensbedeutungen wiederzufinden, erschien dies nach gewissen Überlegungen sogar sehr naheliegend. Jemand, der die Sinnerfüllung einer anderen Person beurteilt, stützt seine Bewertung in dieser Kategorie auf die *Interpretationen der Gesprächsinhalte*. So sucht er in den Erzählungen seines Gesprächspartners nach Anzeichen von Sinnerfüllung. Da es die Lebensbedeutungen sind, durch welche Sinn erfahren wird (Schnell & Becker, 2007), sind es auch die Lebensbedeutungen, welche in einer Interaktion die Sinnerfüllung einer Person fassbar machen.

Anhand dieser Erkenntnisse wurden noch einmal die übrigen Aussagen auf Parallelen zum hierarchischen Sinnmodell untersucht, welches letztendlich geeignetere Reduktionen als die bisher gewählten lieferte. So wurde im ersten Durchgang zum

Beispiel das Schlagwort *Reflexion* für das Zitat „die Person sich mit dem Thema auseinandergesetzt“ gewählt oder auch für „Sie hat halt nicht so gewirkt, als wenn sie auf der Suche nach einem tieferen Sinn ist“. Eine Lebensbedeutung des hierarchischen Sinnmodells ist jedoch die *Selbsterkenntnis*, welche wie folgt definiert wird: „Suche nach der Auseinandersetzung mit dem Selbst“ (Schnell, 2010, S. 259) und somit genau den Aspekt aufgreift, welcher für den Interviewten die Grundlage seiner Bewertung darstellt.

Eine weitere Äußerung war „hat auf jeden Fall einen hohen Anspruch gehabt an sich selbst (...), dass sie all das macht oder kennenlernt und auch lernen möchte, was sie interessiert“. Hierfür wurde die Dimension *Selbstverwirklichung* als Reduktion gewählt, da diese die „aktive Entwicklung eigener Potenziale“ (Schnell, 2010, S. 259) beschreibt.

Zuletzt blieben noch Zitate übrig, welche im ersten Durchgang mit *Ziel* betitelt wurden. Aber auch für diese wurde im hierarchischen Sinnmodell eine zutreffendere Beschreibung gefunden, nämlich die *Orientierung*. Diese wird definiert als „Ich verfolge Ziele und richte mein Leben nach dem aus, was mir wichtig ist“ (Schnell, 2010, S. 257) und ist ein wichtiges Kriterium dabei, ob das eigene Leben als sinnerfüllt erlebt wird. So werden zum Beispiel Aussagen wie „ sie wusste auf jeden Fall, in welche Richtung sie gehen will“ oder „sie scheint ein Ziel zu haben und weiß, warum sie tut was sie tut“ der *Orientierung* zugeordnet.

Zusammengefasst ergaben sich in der Oberkategorie *Interpretation von Gesprächsinhalten* folgende Reduktionen: Orientierung, Engagement, Individualismus, Moral, Bodenständigkeit, Offenheit, Selbstwert, Selbstverwirklichung, Selbsterkenntnis.

Bei der Oberkategorie *Äußere Kennzeichen* fand der letzte Reduktionsprozess statt. Hier wurden zwei Unterscheidungen getroffen, nämlich *Kleidung* und *Erscheinung*. Unter *Kleidung* fallen selbsterklärend Äußerungen wie „dass Sie ein gelbes Oberteil angehabt hat“ oder „die politische Richtung hätte man auch schon anhand der Kleidung, an dem Äußeren erahnen können“. Die *Erscheinung* beschreibt allgemein wie sich eine Person durch ihr Äußeres nach außen gibt. Dies beinhaltet zum Beispiel „ein gepflegtes Äußeres hatte“ oder „ich hab auch ein bisschen auf ihr Äußeres geachtet (...) , dass die sich nicht allzu viel Mühe gegeben hat, nach außen zu wirken“.

5.2 Analyse der Interviews

5.2.1 Häufigkeiten der Reduktionen

Tabelle 17: Reduktionen und ihre Häufigkeiten (ohne Gesprächsthemen)

Reduktionen	Anzahl
Positive Ausstrahlung	13
Zufriedenheit	4
Offenheit	18
Selbstwert	10
Freundlichkeit	1
Engagement	1
Orientierung	15
Selbstverwirklichung	1
Selbsterkenntnis	4
Moral	1
Individualität	4
Bodenständigkeit	3
Kleidung	3
Erscheinung	3

Betrachtet man die Häufigkeiten der genannten Reduktionen, lassen sich Rückschlüsse darauf ziehen, welche Aspekte bei der Beurteilung von Sinn eine größere beziehungsweise eine geringere Rolle spielen. Wie man in Tabelle 17 sehen kann, wurden vor allem vier Aspekte häufig genannt.

Von den meisten Interviewten wurde als Ursache ihrer Sinnerfüllungsbewertung die *Offenheit* angegeben. Je nachdem wie offen ein Mensch wirkt, beeinflusst dies maßgeblich, ob er von anderen als sinnerfüllt wahrgenommen wird. Mit fast genauso vielen Aufzählungen folgt die *Orientierung*. Wurden von seinem Gesprächspartner bewusst gewählte Ziele in der Zukunft kommuniziert, erschien diese Person sinnerfüllter. Auch sehr oft ging es um eine *Positive Ausstrahlung*. Erscheint eine Person generell positiv gestimmt zu sein, fällt die Beurteilung ihrer Sinnerfüllung höher aus. Zuletzt ist von Bedeutung, wie viel Selbstwert eine Person ausstrahlt, wobei hoher Selbstwert eine hohe Sinnerfüllung suggeriert.

Auch die anderen Reduktionen tragen ihren Anteil zur Sinnerfüllung bei, wurden jedoch nicht so oft angeführt. Hierfür gibt es mehrere mögliche Gründe. Zum Beispiel könnten Aspekte wie Kleidung und Erscheinung bei mehreren Probanden mit in die Sinnerfüllungsbewertung eingeflossen sein, jedoch nicht bewusst, wodurch es im Interview nicht reflektiert wurde. Über Lebensbedeutungen wie Individualität, Moral, Bodenständigkeit, Selbsterkenntnis, Selbstverwirklichung und Engagement verfügt nicht jede Person, vielmehr empfindet jeder etwas anderes als bedeutungsvoll in seinem Leben. Fasst man die genannten Aspekte jedoch zu Lebensbedeutungen zusammen, lässt sich erkennen, dass die Lebensbedeutungen im Allgemeinen eine immense Rolle bei der Wahrnehmung von Sinn spielen.

5.2.2 Häufigkeiten der Gesprächsthemen

Tabelle 18: Überblick über die Gesprächsthemen

Gesprächsthemen	Anzahl
Politik	1
Religion	1
Sport	1
Studium	5
Hobby	4
Familie	4
Musik	1
Pläne	1
Arbeit	3
Lebenssinn	1
Wohnungssuche	1
Beziehung	1
Wohnort	1

Wie in Tabelle 18 zu sehen ist, wurde in der Interaktion über verschiedenste Themen gesprochen. Die hier angeführten Themen scheinen für die Interviewten am bedeutendsten für die Beurteilung von Sinn gewesen zu sein, da diese im Interview aufgegriffen wurden. Am meisten wurde das Studium thematisiert, was auf die zugrundeliegende Stichprobe zurückzuführen ist. Des Weiteren wurde sich häufig über

Hobbys, Familie und Arbeit unterhalten. Die übrigen Gesprächsthemen wurden jeweils nur von einer einzigen Person im Interview angesprochen.

5.2.3 Größe der Kategorien

Tabelle 19: Verteilung der zugeordneten Aussagen

Oberkategorie	Unterkategorie	Anzahl	Anzahl Insgesamt
Nonverbale Komponente	Eindruck	33	56
	Gestik	9	
	Mimik	10	
	Stimme	4	
Verbale Komponente	Gesprächsverlauf	11	36
	Gesprächsthemen	25	
Interpretation von Gesprächsinhalten	-	-	32
Äußere Kennzeichen	-	-	7
Intuition	-	-	7
Sympathie	-	-	7
Verweis auf Ähnlichkeit	-	-	2
Attraktivität	-	-	2

Wie Tabelle 19 zeigt, wurden verschiedene Kanäle der Informationsbeschaffung zur Beurteilung von Sinn unterschiedlich häufig genannt. Mit 56 Erwähnungen wurden im Interview am häufigsten nonverbale Wahrnehmungen beim Gegenüber angeführt, welche zu einer hohen oder niedrigen Einschätzung von Sinn führen. Darauf folgen die verbalen Aussagen, also über was in dem zehnminütigen Gespräch tatsächlich geredet wurde. Zudem spielt die Interpretation der Gesprächsinhalte eine sehr große Rolle bei

der Beurteilung von Sinn, hierzu fanden sich 32 Aussagen in den Interviews.

Die Äußeren Kennzeichen, Intuition und Sympathie wurde hingegen jeweils siebenmal genannt. Diese Aspekte scheinen folglich eine geringere Rolle bei der Bewertung von Sinn zu spielen oder sind einfach schwerer zugänglich bei der Reflexion jener Faktoren, die der Beurteilung zu Grunde liegen.

Am wenigsten wurden mit jeweils zwei Nennungen die Attraktivität und der Verweis auf Ähnlichkeit angeführt.

5.2.4 Verteilung der Reduktionen auf die Kategorien

Im Folgenden werden alle Reduktionen, welche in Tabelle 16 aufgeführt sind, durchgegangen und darauf untersucht, in welchen Kategorien sie vorkommen.

Begonnen wird mit der häufigsten Reduktion *Offenheit*. Diese wird vor allem in der Unterkategorie *Eindruck* der Oberkategorie *Nonverbale Komponente* angeführt (10 von 18). Auch in der Unterkategorie *Gestik* erscheint Offenheit oft (6 von 18), wobei sich dies zum Beispiel in Aussagen wie „saß aufgeschlossen da“ finden ließ. Die Übrigen (2 von 18) wurden in der Kategorie *Interpretation von Gesprächsinhalten* angeführt. Ob ein Mensch offen wirkt, wird folglich hauptsächlich durch den nonverbalen Gesamteindruck beziehungsweise der Gestik vermittelt.

Anders verhält es sich mit der *Orientierung*, da diese ausnahmslos (15 von 15) in der Kategorie *Interpretation von Gesprächsinhalten* anzutreffen ist. Die Zielorientierung eines Menschen wird somit ausschließlich über die Interpretation des Gesagten erschlossen.

Die Reduktion *Positive Ausstrahlung* ist wiederum ausschließlich (13 von 13) Thema in der Unterkategorie *Eindruck*. Ob jemand als eine positiv eingestellte Person eingeschätzt wird, läuft somit über den nonverbalen Gesamteindruck.

Schlüsse über den Selbstwert einer Person werden ebenfalls in dem Bereich des *Eindrucks* (5 von 10) und der *Gestik* (5 von 10) gezogen. Wieder gibt das nonverbale Verhalten Aufschluss über den Selbstwert einer Person.

Ähnlich verhält es sich auch mit der Reduktion *Zufriedenheit*, welche sich nur im *Eindruck*, einer Unterkategorie der *Nonverbalen Komponente*, zeigt (4 von 4).

Des Weiteren sind alle Lebensbedeutungen wie Individualität, Moral, Selbsterkenntnis, Engagement beziehungsweise auch die Lebensbedeutungsdimension Selbstverwirklichung, alleinig in der Oberkategorie *Interpretation von Gesprächsinhalten* zu finden. Dies ist nachvollziehbar, da durch Überlegungen zu den verbal kommunizierten Themen auf mögliche Lebensbedeutungen geschlossen wird.

Die einmal auftretende *Freundlichkeit* ist Ergebnis des Eindrucks, welche eine Person hinterlassen hat (1 von 1).

Zuletzt kommen, sowohl die *Kleidung* (3 von 3) als auch die *Erscheinung* (3 von 3), ausschließlich im Rahmen der *Äußeren Kennzeichen* vor.

Abschließend lässt sich feststellen, dass für die unterschiedlichen Themen (Reduktionen), welche bei der Sinnerfüllungsbewertung eine Rolle spielen, auch unterschiedliche Kanäle genutzt werden. So werden nonverbal hauptsächlich Dinge wie Offenheit, positive Ausstrahlung, Selbstwert, Zufriedenheit und Freundlichkeit registriert. Das Verbale gibt währenddessen Aufschluss darüber, was für den anderen im Leben konkret Bedeutung hat. Auch das Äußere leistet durch die Kleidung und Erscheinung einen Beitrag bei der Wahrnehmung der Sinnerfüllung einer anderen Person.

5.3 Zusammenfassung

Die explorative Fragestellung des Interviews war, welche Signale des Gesprächspartners in einer Interaktion zu einer Beurteilung des Sinnniveaus von diesem führen. Eine Auswertung des Interviews ergab acht Oberkategorien: *Nonverbale Komponente*, *Verbale Komponente*, *Interpretation von Gesprächsinhalten*, *Intuition*, *Äußere Kennzeichen*, *Sympathie*, *Verweis auf Ähnlichkeit* und *Attraktivität*, wobei sich die Nonverbale Komponente in die Unterkategorien *Eindruck*, *Gestik*, *Mimik* und *Stimme* unterteilen lässt und die verbale Komponente die Unterkategorien *Kennzeichen des Gesprächsverlaufs* und *Gesprächsthemen* beherbergt. Eine weiterführende Analyse konnte zeigen, dass vor allem die nonverbalen Signale, die verbale Kommunikation und die Interpretationen der Gesprächsinhalte sehr häufig im Interview als Ursache der Sinnerfüllungsbewertung angeführt wurden und somit bei der Wahrnehmung von Sinn eine große Rolle spielen. Des Weiteren zeigte eine Reduktion der einzelnen Aussagen, dass aus verschiedenen Kanälen auch unterschiedliche Schlüsse im Bezug auf die

Beurteilung von Sinn gezogen wurden. So wurden im nonverbalen Bereich besonders häufig Themen wie Offenheit, positive Ausstrahlung, Selbstwert, Zufriedenheit und Freundlichkeit angesprochen und bei den Interpretationen der Gesprächsinhalte Lebensbedeutungen.

Abschließend lässt sich sagen, dass bei der Wahrnehmung der Sinnerfüllung einer anderen Person viele unterschiedliche Faktoren einfließen, welche in Verbindung miteinander einen Gesamteindruck formen, auf welchem letztendlich die Beurteilung basiert.

6 Diskussion der Ergebnisse

Zur Förderung des Verständnisses für die nachfolgende Diskussion wird einleitend ein kurzer Überblick über die Ergebnisse dieser Arbeit gegeben.

So zeigten die statistischen Berechnungen, dass wider die Erwartung dieser Arbeit, kein signifikanter Zusammenhang zwischen der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung existiert. Dies bedeutet, dass es den Probanden nicht möglich war, nach einem zehnminütigen Gespräch, die Sinnerfüllung ihres Interaktionspartners treffend einzuschätzen. Auch wenn nur die Sinnerfüllungsbeurteilungen der Frauen betrachtet wurden, war es nicht möglich, eine Beziehung zwischen der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung herzustellen.

Die evolutionstheoretisch abgeleitete Annahme, dass das männliche Geschlecht attraktive Frauen als sinnerfüllter beurteilt als weniger attraktive, musste, ebenfalls verworfen werden. Des Weiteren stellte sich heraus, dass weder die Persönlichkeit, noch der Selbstwert einer Person, Einfluss darauf hat, wie sinnerfüllt sie von anderen Menschen wahrgenommen wird.

Die Berechnungen bestätigten jedoch, dass attraktiveren Probanden mehr erlebter Lebenssinn zugeschrieben wird, als weniger Attraktiven. Außerdem spielt bei der interpersonellen Wahrnehmung von Sinn eine weitere Komponente eine Rolle, nämlich die eigene Sinnerfüllung. So konnte gezeigt werden, dass sinnerfüllte Personen ihre Experimentpartner auch sinnerfüllter eingeschätzt haben. Folglich beeinflusst die Bewertung der Sinnerfüllung einer anderen Person, zum einen die Attraktivität von dieser und zum anderen, über wie viel Lebenssinn die zu beurteilende Person selber verfügt.

Im Anschluss werden die Ergebnisse dieser Arbeit diskutiert und in Bezug zur Studie „*Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal*“ (Stillman et al., 2011) gesetzt.

6.1 Differenzen dieser Arbeit und der Studie von Stillman et al. (2011)

Aufbauend auf der Studie von Stillman et al. (2011) wurde in dieser Arbeit der Zusammenhang zwischen der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung untersucht. Während Stillman et al. (2011) eine signifikante Beziehung dieser beiden Variablen zum Ergebnis hatten, wurde in dieser Arbeit keine Korrelation gefunden (vgl. Hypothese 1a). So werden im Folgenden verschiedene Gründe diskutiert, warum die beiden Studien zu unterschiedlichen Resultaten gelangen, wobei der Fokus auf die Unterschiede im Studiendesign gerichtet wird.

Bei Stillman et al. (2011) beurteilten unabhängige Beobachter die Sinnerfüllung der Probanden anhand eines zehnstündigen Videos, in welchem sich die Teilnehmer vorstellten. In der vorliegenden Arbeit wurde ein Experiment durchgeführt, bei welchem sich die Teilnehmer nach einem zehnminütigen Gespräch gegenseitig in ihrer Sinnerfüllung einschätzten. Vergleicht man diese Situationen, ist davon auszugehen, dass ein anwesendes Gegenüber im Vergleich zu einem Face-to-Camera Setting, einen größeren sozialen Druck erzeugt. So war auch schon während der Experimentdurchführung ein deutlich erhöhtes Stressniveau der Teilnehmer spürbar. Stress wird erzeugt durch das Bedürfnis, bei Anderen möglichst gut anzukommen (Mummendy, 2006), wobei ständig der Eindruck kontrolliert wird, den man auf seine Mitmenschen machen möchte (Leary et al., 1995). Dies führt zu einer vermehrten Konzentration der Aufmerksamkeit auf die eigene Person und den Eindruck, der erzeugt werden soll. Dadurch kann man sein Gegenüber weniger beachten und eine unverfälschte Bewertung der Items die Sinnerfüllung betreffend ist nicht möglich. Als zweiten Grund kann man annehmen, dass sich die Probanden dem Konzept der sozialen Erwünschtheit entsprechend den Erwartungen des Anderen (Mummendey & Bolten, 1993) verhielten, was wiederum zu einer verzerrten Selbstdarstellung führt und somit ebenfalls die Bewertung der eigenen Person von einem Gegenüber erschwert.

Diese sind mögliche Gründe, warum der Mittelwert der sichtbaren Sinnerfüllung in dieser Arbeit höher ausfällt als der der selbst berichteten Sinnerfüllung.

Wie schon angesprochen wurde, unterscheiden sich die zwei Studien nicht nur in der Interaktion, auch der Zeitraum des Experiments scheint eine wesentliche Rolle zu

spielen. Generell gilt, dass die Dauer des Zeitraumes für das Erhalten eines treffenden ersten Eindrucks je nachdem, was zu erfassen ist, variiert. So können einige Konstrukte schon nach fünf Sekunden adäquat eingeschätzt werden, andere benötigen mehr Zeit, wobei die Beurteilung bei längeren Zeiträumen allgemein genauer wird (Carney, Colvin & Hall, 2007). Da es in dieser Arbeit den Probanden nach einem zehnminütigen Gespräch nicht möglich war, die Sinnerfüllung der anderen Person einzuschätzen, in einer zehnstündigen Videosequenz jedoch schon, scheint eine kürzere Zeitspanne die Beurteilung von Sinn tendenziell zu fördern.

Ein Grund hierfür könnte sein, dass die Intuition eine große Rolle spielt. Diese wurde auch in den Interviews häufig angesprochen, was die Probanden durch Sätze wie: „das ist einfach ein Gefühl“ ausdrückten. Da innerhalb einer langen Zeitspanne jedoch wesentlich mehrere Informationen ausgetauscht werden, könnten diese die Beurteilung rational beeinflussen und somit der Sinnbeurteilung abträglich werden.

Einen weiteren Anhaltspunkt für das Erscheinungsbild der Sinnbeurteilung geben die Interviews. In diesen wurde mehrmals betont, dass der Interaktionspartner sympathisch gefunden wurde oder Ähnlichkeiten zur eigenen Person festgestellt werden konnten. Natürlich kann auch eine Person als sympathisch eingestuft werden, die sich in einem Video präsentiert, jedoch ist der nachhaltige Eindruck nicht vergleichbar mit dem eines zehnminütigen Gesprächs. So wäre gut vorstellbar, dass durch diese Gefühle die Bewertung der Sinnerfüllung positiv beeinflusst wurde.

6.2 Zusammenhänge der sichtbaren Sinnerfüllung zu untersuchten Konstrukten

Weiterführend wurde davon ausgegangen, dass Frauen in der Sinnerfüllungsbewertung von anderen Personen besser sind als Männer (vgl. Hypothese 2a). Jedoch musste auch dies verworfen werden. So scheint die Einschätzung der Sinnerfüllung einer fremden Person so schwer zu sein, dass auch die bessere Fähigkeit des weiblichen Geschlechts zur Decodierung von nonverbalen Hinweisen (Brody & Hall, 2000) oder zur Identifizierung von Emotionen (Hall & Mast, 2008), nicht ausreichend ist.

Zusätzlich zu der Beziehung von selbst berichteter Sinnerfüllung und sichtbarer Sinnerfüllung war in dieser Arbeit von Interesse, welche anderen Faktoren die

Wahrnehmung der sichtbaren Sinnerfüllung beeinflussen können. So wurde zum Beispiel davon ausgegangen, dass physisch attraktive Menschen in ihrer Sinnerfüllung höher eingeschätzt werden als weniger attraktive. Dies konnte bestätigt werden (vgl. Hypothese 1b). Wie schon in vorhergehenden Studien gezeigt wurde, beeinflusst die Attraktivität eines Menschen, wie er wahrgenommen wird. So werden attraktiven Menschen nicht nur positive Eigenschaften (Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991; Feingold, 1992), zufriedener Ehen, größeres Glück und mehr Erfolg (Dion, Berscheid & Walster, 1972; Eagly, Ashmore, Makhijani & Longo, 1991) zugeschrieben, sondern auch eine höhere Sinnerfüllung. Tatsächlich ist also nicht davon auszugehen, dass schönere Personen gleichzeitig sinnerfüllter sind, vielmehr handelt es sich um einen unbewusst verzerrten Wahrnehmungsprozess des Menschen. Nach Adam (1979, zit. nach Reis, Nezlek & Wheeler, 1980) könnte ein Grund für die positive Bewertung der sichtbaren Sinnerfüllung auch ein sichereres Sozialverhalten sein, welches schönen Menschen zugeschrieben wird. Attraktive Probanden könnten sich somit in der Interaktion im Experiment sicherer gefühlt haben, woraufhin das Gegenüber dies als eine höhere Sinnerfüllung eingeschätzt hat.

Weiterführend wurde die Rolle der Attraktivität genauer analysiert. Es wurde davon ausgegangen, dass die Beziehung der Attraktivität mit der sichtbaren Sinnerfüllung durch das Geschlecht moderiert wird, wobei attraktive Frauen von Männern in ihrer Sinnerfüllung höher eingeschätzt werden (vgl. Hypothese 2c). Bei dieser Moderation ergab sich jedoch kein signifikantes Ergebnis. So werden schöne Menschen höher sinnerfüllt eingeschätzt, jedoch unabhängig vom Geschlecht des Bewertenden. Auch wenn die Attraktivität der Frau für den Mann aus dem evolutionären Blickwinkel eine große Rolle spielt (Buss, 1989, Buss 2007; Feingold, 1990; Hudson & Henze, 1969; Stroebe, Insko, Thompson, & Layton, 1971), offenbarten die Ergebnisse, dass Frauen genauso wie Männer von der Attraktivität der zu beurteilenden Person beeinflusst werden.

Außerdem zeigte sich in der Moderatoranalyse, dass die Attraktivität und das Geschlecht zusammen nur 4,2 Prozent zur Varianzaufklärung der sichtbaren Sinnerfüllung beitragen. Dies verdeutlicht die geringe Rolle der Attraktivität in Bezug auf die sichtbare Sinnerfüllung im Besonderen.

Als Nächstes wurde geklärt, ob es einen Unterschied zwischen einer neutralen und einer mit potenziell sexueller Spannung geladenen Interaktion gibt. In der Hypothesenüberprüfung (vgl. Hypothese 2b) zeigte sich, dass die Beurteilung von Sinn unabhängig davon ist, ob in der Interaktion eine potenziell sexuelle Spannung vorliegt oder nicht. Wie auch schon die Ergebnisse zu den Geschlechtsunterschieden darauf hingewiesen haben, scheint die Sexualität unbedeutend in Bezug auf die Beurteilung der Sinnerfüllung zu sein. Verantwortlich hierfür könnte zum Beispiel das Experimentsetting sein oder auch eine generelle Überschätzung des Einflusses der Sexualität in Interaktionen. Da es auch in den neutralen Situationen nicht möglich war, die Sinnerfüllung richtig zu bewerten, ist eine Unterscheidung zu spannungsgeladenen Interaktionen nicht aufschlussreicher. So ist dies wahrscheinlich der generellen Schwierigkeit, die Sinnerfüllung einer anderen Person wahrzunehmen, geschuldet.

Zusätzlich wurde der Selbstwert in diese Arbeit mit einbezogen in der Erwartung, dass selbstbewusstes Auftreten zu einer höheren Sinnerfüllungsbewertung führen würde. Jedoch konnte dies in der durchgeführten Moderationsanalyse (vgl. Hypothese 2d) nicht bestätigt werden. Bereits Reker (1977) konnte zeigen, dass der Selbstwert mit der selbst berichteten Sinnerfüllung positiv zusammenhängt (vgl. Korrelationstabelle 20). Somit stellt sich die Frage, warum selbstbewusste Menschen nicht als sinnerfüllter eingestuft werden, da sie zusätzlich zu ihrer selbstbewussten Ausstrahlung auch noch tendenziell sinnerfüllter sind. Ein Erklärungsansatz hierfür wäre, dass sich Menschen im Sinne der Impression-Management-Theory (Mummendey & Bolten, 1993) in einer Experimentsituation so verstellen, dass für andere nicht mehr nachvollziehbar ist, ob sie wirklich selbstbewusst sind oder es nur vorspielen. Da sich der Selbstwert in einer positiven Beschreibung von sich selbst äußert (Potreck-Rose & Jacob, 2008), ist dies der gleiche Weg, den ein wenig selbstbewusster Mensch wählen würde, um sich möglichst gut zu verkaufen.

Im nächsten Schritt wurde eine weitere wichtige Komponente integriert, nämlich die Persönlichkeit. Hier wurde davon ausgegangen, dass die Persönlichkeit das Verhalten in einer Interaktion mitbeeinflusst und somit auch die Bewertung der Sinnerfüllung (vgl. Hypothesenblock 3). Jedoch stellte sich auch an dieser Stelle heraus, dass dies weder auf die Extraversion, den Neurotizismus, die Gewissenhaftigkeit, die Verträglichkeit oder die Offenheit zutrifft. Dies geht sogar so weit, dass tendenziell keine einzige

Dimension mehr als zwei Prozent zur Varianzaufklärung der sichtbaren Sinnerfüllung beiträgt. Dies ist ein sehr interessantes Ergebnis, da bei Betrachtung des vorliegenden Literaturstandes viele Hinweise auf bestehende Zusammenhänge gegeben werden und auch in dieser Arbeit die selbst berichtete Sinnerfüllung tatsächlich mit der Extraversion und dem Neurotizismus zusammenhängen (vgl. Korrelationstabelle 20).

Betrachtet man die Persönlichkeitsdimension der Extraversion genauer, geht mit dieser zum Beispiel eine positive Weltsicht (Halama, 2005), ein höheres Wohlempfinden (deNeve & Cooper, 1998) und ein größeres Glücksempfinden (Costa & Mc Crea, 1980; Chan & Joseph, 2000; Furnham & Brewin, 1990) einher. Dies sind eigentlich alles Variablen, welche in einer Gesprächssituation wahrnehmbar sind. Wie die Studie „*Extraversion is accurately perceived after a 50-ms exposure to a face*“ (Borkenau, Brecke, Möttig & Marko Paelecke, 2009) zeigt, kann der Grad der Extraversion tatsächlich in kürzester Zeit adäquat eingeschätzt werden. Da die Extraversion jedoch nicht mit der sichtbaren Sinnerfüllung korreliert, scheinen Verhaltensweisen, welche mit der Extraversion einhergehen, einfach keine Rolle beim Bewerten der Sinnerfüllung zu spielen (vgl. Hypothese 3a). Auch die mit der Extraversion einhergehenden sozialen Kompetenzen (Akert & Panter, 1988; Van Rooy & Viswesvaran, 2004, Scarr, 1989), bleiben unbeachtet und beeinflussen nur, wie sympathisch jemand wahrgenommen wird (Stillman et al., 2011).

Die eben angeführten Überlegungen zur Beziehung der Extraversion zur sichtbaren Sinnerfüllung gelten auch für die anderen Dimensionen der Big Five. So wirkt sich der Hypothesenprüfung nach, auch bei neurotischen Menschen (vgl. Hypothese 3b) das unsichere Verhalten (Saum-Aldehoff, 2007), bei offenen Menschen die vermehrte Suche nach Sinn (Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz, 2008), bei verträglichen Personen die selbstlose und hilfsbereite Art (Saum-Aldehoff, 2007) und die Lebenszufriedenheit der Gewissenhaften (deNeve & Cooper, 1998), nicht auf die Beurteilung von Sinn aus.

Interessanterweise ergaben die Interviews etwas anderes. So wurde von den meisten Interviewten als Ursache ihrer Sinnerfüllungsbewertung die *Offenheit* angeführt, welche sich laut deren Aussage vor allem über die nonverbale Kommunikation zeigte. Dies bedeutet, dass die Interviewten zwar in ihrem Gegenüber einen offenen Menschen erkannten, diese Offenheit jedoch nicht in die Einschätzung der Sinnerfüllung miteinbezogen. Eine weitere Möglichkeit ist die, welche schon öfter genannt wurde,

nämlich, dass sich die Teilnehmer im Rahmen des Experiments verstellten.

6.3 Diskussion der Interviews

Die Besprechung der Interviews dient der zusätzlichen Informationsgewinnung über die Natur der Sinnerfüllungsbewertung. Wie in Kapitel 5.1 dargestellt, wurden im Rahmen des Auswertungsprozesses alle relevanten Aussagen Kategorien zugeordnet, wobei sich am Ende folgende Gliederung ergab: *Nonverbale Komponente*, *Verbale Komponente*, *Interpretation von Gesprächsinhalten*, *Intuition*, *Äußere Kennzeichen*, *Sympathie*, *Verweis auf Ähnlichkeit* und *Attraktivität*. Die nonverbale Komponente ist weiterhin in *Eindruck*, *Stimme*, *Gestik* und *Mimik* zu unterteilen und die verbale Komponente gliedert sich in *Gesprächsverlauf* und *Gesprächsthemen*.

Anhand der Häufigkeit der Zitate in den einzelnen Kategorien ist zu vermuten, dass der nonverbale Kanal einen großen Beitrag zu Sinnerfüllungsbewertung beiträgt. Da nonverbal jedoch zumeist die aus dem Interview abgeleiteten Themen Offenheit und Selbstwert genannt wurden und diese in der Hypothesenüberprüfung keinen signifikanten Zusammenhang zur sichtbaren Sinnerfüllung aufweisen, wäre es möglich, dass die nonverbale Kommunikation letztendlich bei der Sinnerfüllungsbeurteilung doch keine so große Rolle spielt. So ist es zum Beispiel schwer, aufgrund der Offenheit einer Person darauf zu schließen, ob sie einen tieferen Sinn in ihrem Leben sieht. Trotzdem ist die wichtige Stellung des nonverbalen Verhaltens bei der Wahrnehmung einer Person nicht zu leugnen, da sie einen wichtigen Beitrag zum Gesamteindruck einer Person leistet.

Weiterhin scheint das, über was in dem Experiment gesprochen wurde, sehr entscheidend zu sein. Dies geht über die bloßen *Gesprächsthemen*, zu den *Interpretationen von Gesprächsinhalten*, also Schlussfolgerungen in Bezug auf die Sinnerfüllung des Gegenübers, hinaus. Interessanterweise hat sich bei der *Interpretation von Gesprächsinhalt* herausgestellt, dass es sich hier fast ausschließlich um Themen des hierarchischen Sinnmodells (Schnell & Becker, 2007) handelt. So geht der Proband von einer oder mehreren Aussagen des Interaktionspartners aus und misst ihnen eine Bedeutung in Bezug auf die Sinnerfüllung bei. Zum Beispiel wird aus den Erzählungen geschlossen, dass die Person einen Plan für die Zukunft hat. Dass die Lebensbedeutungen eine große Rolle in der Beurteilung von Sinn spielen, ist

nachvollziehbar, da sie für den Menschen einen Zugang zu dem abstrakten Sinnbegriff bieten. Es sind die Lebensbedeutungen, durch welche man Sinn erfährt, welche bewusstseinsfähig und reflektierbar sind (Schnell & Becker, 2007). Auffällig oft wurden von den interviewten Aussagen zur *Orientierung* gemacht. Diese wird definiert als „Ich verfolge Ziele und richte mein Leben nach dem aus, was mir wichtig ist“ (Schnell, 2010, S. 257). Da dies so oft genannt wurde, scheinen Ziele ein wichtiges Kriterium in der Sinnerfüllungsbewertung zu sein. Auch in der Literatur, die sich mit Sinn beschäftigt, wird Zielen eine große Bedeutung beigemessen, da sie die Richtung vorgeben, wie wir uns entwickeln, wie wir uns verhalten, uns definieren, und sagen, wer wir sind (Bar-On & Parker, 2000). Ziele dienen der Verwirklichung von Lebensbedeutungen, welche wiederum die Erfahrung von Lebenssinn ermöglichen (Schnell, 2009). Bei der Einschätzung von Lebenssinn wird auf die narrative Geschichte (McAdams, 2012) seines Gegenübers geachtet, insofern ob er weiß, wer er heute ist und wer er in der Zukunft sein möchte. Verfügt also das Gegenüber über eine gewisse Kohärenz in seiner Person, liefert dies zum Beispiel Rückschlüsse für die Items: Er/Sie hat eine Lebensaufgabe oder Er/Sie empfindet das, was er/sie tut, als bedeutungsvoll.

Weiterhin kann aus der in den Interviews häufig genannten Orientierung geschlossen werden, dass die Teilnehmer intuitiv wichtige Aspekte der Sinnerfüllung erfassten und nicht etwa die Lebenszufriedenheit einer Person bewerteten. Es geht nicht nur um den Zustand des Einverständnisses mit dem Gegebenen (Schnell und Becker, 2007), vielmehr um eine Reflexion der eigenen Person, welche in die Entwicklung von Zielen mündet.

Neben den nonverbalen und den verbalen Kennzeichen wurde auch von einigen Interviewten erwähnt, dass sie sich nach ihrem Gefühl entscheiden würden. Wie zuvor schon angedeutet, könnte die Intuition eine große Rolle bei der Wahrnehmung von Sinn spielen. So könnte es in der Experimentsituation das Gefühl sein, welches einem mitteilt, ob das Verhalten einer Person authentisch oder vorgespielt ist. Das Gefühl steht für den Gesamteindruck, den eine Person vermittelt. Hier können auch Informationen mit einfließen, die unbewusst wahrgenommen werden und somit auch nicht in der Interviewreflexion zugänglich sind.

Zum Gesamteindruck einer Person zählen auch das Äußere und die Attraktivität. Dies konnte wie bereits beschrieben in der Hypothesenprüfung festgestellt werden. Des

Weiteren wird noch der Punkt der Sympathie und der Ähnlichkeit des Gesprächspartners zu seiner eigenen Person angesprochen. Wie sich gezeigt hat, werden Menschen, die einem Selbst ähnlich sind als sympathisch wahrgenommen (Sigmund, 2009). So steht Ähnlichkeit in gewisser Weise auch für Sympathie. Bei Stillman et al. (2011) wurde der Zusammenhang zwischen Sinnerfüllung und Sympathie schon untersucht, wobei sich herausstellte, dass hohe Sinnerfüllung zu hohen Sympathieeinschätzungen führt. Sinnerfüllte Personen werden somit von anderen als sympathisch wahrgenommen, was ihnen wiederum soziale Situationen und das Bilden von neuen Beziehungen erleichtert.

Bisher spiegeln sich viele Punkte, welche auch in der Theorie in engem Zusammenhang mit Sinn stehen, in den Interviews wieder, jedoch ist auffällig, dass manche Themen von den Interviewten ausgeklammert wurden. So wurden zum Beispiel soziale Themen im Rahmen der *Gesprächsthemen* angesprochen, jedoch nicht bei den *Interpretationen von Gesprächsinhalten*. An dieser Stelle erwartete man Aussagen wie: „Er/Sie hat eine gute Beziehung zu seiner Familie, was einem Sinn gibt“ oder „Er/Sie hat sehr gute Freunde auf die er/sie sich verlassen kann, was einem Halt gibt“.

Dies führt zur Annahme, dass soziale Beziehungen bei der Beurteilung von Sinn keine tragende Rolle spielen. De facto beeinflusst ein stabiles soziales Netzwerk sowohl die Entwicklung (Stillman & Baumeister, 2009) als auch die Aufrechterhaltung von Lebenssinn entscheidend (Stillman, Baumeister & Lambert, 2009), weshalb es in eine Beurteilung von Sinn mit einbezogen werden sollte.

Außerdem wurde kaum über Spiritualität beziehungsweise Religion gesprochen, obwohl auch diese zu den signifikanten Prädiktoren der Sinnerfüllung zählen (Schnell, 2010). Dies könnte auch ein Grund dafür sein, warum es den Teilnehmern nicht möglich war, ihre Interaktionspartner in den Items „Er/Sie fühlt sich Teil eines größeren Ganzen“ oder „Er/Sie glaubt, sein Leben hat einen tieferen Sinn“ einzuschätzen. Da den Interviews zufolge nicht über Themen der Selbsttranszendenz gesprochen wurde, war eine korrekte Einschätzung des Gegenübers in diesen Bereichen nicht möglich, wodurch zwei der fünf Items der globalen Sinnerfüllung nicht adäquat beantwortet werden konnten.

6.4 Projektion der eigenen Person

Die Sinnerfüllung einer anderen Person konnte nach einem zehnmütigen Gespräch nicht eingeschätzt werden, doch wovon wird die Bewertung abhängig gemacht? Hier ergab sich eine interessante Erkenntnis. So scheint die Sinnerfüllungsbewertung größtenteils unabhängig von der Person zu sein, die man einschätzen soll, vielmehr wird die eigene Sinnerfüllung auf den Gesprächspartner projiziert (vgl. Hypothese 1c). Folglich schätzen sinnerfüllte Menschen, andere Menschen automatisch auch als sinnerfüllter ein. Ein ähnliches Phänomen konnte auch schon in anderen Studien festgestellt werden. Zum Beispiel zeigten Ciarrochi, Piedmont & Williams im Jahre 1998, dass Probanden ihre eigenen Persönlichkeitseigenschaften auf die Person Jesu übertrugen und im Jahre 2002, dass auch dem Bild von Gott die eigenen Persönlichkeitseigenschaften zugeschrieben werden. Die Projektion der eigenen Persönlichkeit ist ein unbewusster Prozess, der im Falle dieser Arbeit, die Beurteilung der Sinnerfüllung einer anderen Person am stärksten mit beeinflusst hat.

Des Weiteren wäre vorstellbar, dass sinnerfüllte Menschen generell über eine positive Weltsicht verfügen und aus ihrer eigenen Sinnerfülltheit heraus, andere in einem positiven Licht sehen. Dafür würde sprechen, dass sinnerfüllte Probanden nicht nur die Sinnerfüllung ihres Gesprächspartners höher eingeschätzt haben, sondern auch die Attraktivität.

Außerdem gaben auch andere Variablen einen Hinweis darauf, wie eine Person beurteilt hat. So lässt sich zum Beispiel eine Beziehung zwischen der Dimension Wir- und Wohlgefühl und der Art, wie man eine andere Person eingeschätzt hat, feststellen. Vor allem Personen, welche viel Wert auf Gemeinschaft und Harmonie legen, bewerten ihr Gegenüber in dessen Sinnerfüllung höher. Ein Grund hierfür könnte zum Beispiel sein, dass Menschen, welche großen Wert auf soziale Beziehungen legen, dazu neigen, das Gute im Menschen zu sehen. Harmonische Menschen befinden sich im „Gleichklang mit sich selbst und anderen“ (Schnell, 2007, S.25), was ebenfalls zu positiven Begegnungen mit Anderen führen könnte.

Außerdem stuften Menschen mit hohen Scores auf der Dimension Ordnung, insbesondere der Moral und der Bodenständigkeit, ihren Experimentpartner signifikant höher sinnerfüllt ein. Hier wäre denkbar, dass bodenständige Menschen nicht über jede genannte Kleinigkeit des Gesprächspartners nachdenken und somit generell eine

akzeptierender Haltung Anderen gegenüber einnehmen. Auch Werte wie Nächstenliebe könnten moralische Menschen dazu verleiten, andere Menschen in einem positiven Licht zu sehen.

Die letzte Überlegung in dieser Arbeit dreht sich um die Bewertungskriterien, welche bei der Sinnerfüllungsbeurteilung herangezogen wurden. So wäre es vorstellbar, dass Probanden das, was sie in ihrem Leben als bedeutungsvoll erachten, auch als Bewertungskriterium für die Sinnerfüllung ihres Interaktionspartners herangezogen haben. Empfindet jemand zum Beispiel soziale Beziehung in seinem Leben als wertvoll, achtete er bei seinem Gesprächspartner besonders darauf, wie erfüllt dessen soziales Leben ist. Berichtete dieser kaum von Freunden oder Familie, wurde er als wenig sinnerfüllt eingeschätzt. Hierbei wurde jedoch völlig außer Acht gelassen, dass der Gesprächspartner eventuell sozialen Beziehungen in seinem Leben wenig Bedeutung beimisst, und vielleicht durch die vielen unternommenen Reisen und Abenteuer sogar sehr sinnerfüllt ist. So interferieren die eigenen Vorstellungen davon, was das Leben sinnvoll macht, mit jenen eines anderen Menschen. Dass jeder über ein persönliches Sinnsystem (Wong, 1998) verfügt und andere Dinge in seinem Leben als bedeutsam erlebt, wird somit außer Acht gelassen, was eine treffende Einschätzung des Anderen in seiner Sinnerfüllung unmöglich macht.

6.5 Diskussion Abschluss

Abschließend lässt sich sagen, dass es unmöglich ist, eine fremde Person nach einem zehnminütigen Gespräch in ihrer Sinnerfüllung einzuschätzen. Zum einen scheint das Konstrukt des Lebenssinns einfach zu komplex zu sein, zum anderen findet eine Wahrnehmungsverzerrung statt, bei welcher der Mensch die eigene Sinnerfüllung auf sein Gegenüber projiziert. Zwar ist die Wahrnehmung der Sinnerfüllung scheinbar ein unbewusster, der Reflexion nicht zugänglicher Prozess, jedoch gilt weiterhin, dass sinnerfüllte Personen als sozial attraktive Interaktionspartner angesehen werden (Stillman et al., 2011). So übernimmt das Streben nach Sinn einer Person eine bedeutende Rolle bei der Bildung von Beziehungen, bleibt jedoch in Anbetracht des aktuellen Forschungsstandes ein unverstandener Prozess.

7 Limitationen und Forschungsausblick

7.1 Limitationen

Eine Einschränkung in dieser Arbeit bestand in der Repräsentativität der Stichprobe. Dass die Probanden sich ausschließlich aus Studenten rekrutierten, könnte einen gewissen Einfluss auf die Ergebnisse dieser Untersuchung haben. Gerade zu Beginn eines Studiums befindet man sich in der Phase der Orientierung, in welcher die eigene Sinnerfüllung schwankt und somit auch die Bewertung der Sinnerfüllung erschwert wird. Führt man dasselbe Experiment mit Menschen höheren Alters oder Gleichaltrigen aus einer anderen Bildungsschicht durch, könnte sich aufgrund von im Alter stabileren Lebensinhalten ein Zusammenhang zwischen der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung ergeben. Folglich wäre es empfehlenswert, ähnliche Untersuchungen mit einer repräsentativeren Stichprobe durchzuführen, um eine mögliche Verzerrung der Ergebnisse durch Kohorteneffekte vorzubeugen.

7.2 Forschungsausblick

Zur Erforschung der Wahrnehmung von Sinn bei anderen Personen existiert bis dato nur die Studie von Stillman et al. (2011). Da sich die Ergebnisse dieser Arbeit nicht mit den bereits vorhandenen decken, wäre es interessant, in Zukunft die sichtbare Sinnerfüllung in verschiedenen Studiendesigns zu untersuchen.

Wie schon in der Diskussion angesprochen, könnte ein Grund für die Verzerrung der Sinnerfüllungsbewertung in dieser Arbeit sein, dass die Probanden im Sinne der Impression-Management-Theorie so sehr damit beschäftigt waren, sich möglichst gut darzustellen, sodass sie ihrem Gegenüber kaum Aufmerksamkeit schenken konnten. Dieses Problem könnte eine Veränderung des Experimentsettings verhindern, indem nur eine Person die Anweisung bekommt, sich dem Gegenüber vorzustellen. Somit entsteht für den Zuhörer kein Stress, sich selbst darstellen zu müssen und er kann den Ausführungen seines Gegenübers konzentrierter folgen, um letztendlich eine adäquate Sinnerfüllungsbewertung abgeben zu können.

Weiterhin entstand die Vermutung, dass kürzere Gesprächszeiträume die Bewertung der Sinnerfüllung fördern. Ein Grund hierfür könnte sein, dass der Sinn einer anderen

Person am treffendsten durch die Intuition erfasst wird, da andere Kanäle der positiven Verzerrung der sozialen Erwünschtheit unterliegen. So könnte ein weiteres Experiment zum Beispiel ohne einen verbalen Austausch zwischen den Probanden stattfinden. Personen, welche sich zum ersten Mal sehen, schätzen sich gegenseitig in ihrer Sinnerfüllung ein, alleinig basierend auf einer kurzen Beobachtung des Anderen.

Eine Verzerrung durch zu viele ausgetauschte Informationen könnte ebenfalls dadurch verhindert werden, dass sich Personen nur über ein vorgegebenes Thema (zum Beispiel Studium) unterhalten sollen. So beeinflusst auch wieder mehr die Intuition die Bewertung und weniger konkrete Gesprächsinhalte.

Weiterhin wäre es zu empfehlen, bei nachfolgenden Untersuchungen zur sichtbaren Sinnerfüllung auch die wahrgenommene Sympathie mitzuerheben. So könnte es sein, dass eine treffendere Bewertung der Sinnerfüllung über den Weg der Sympathie läuft. Ist eine Person sinnerfüllt, wird sie automatisch von anderen als sympathisch wahrgenommen, jedoch nicht zwangsläufig als sinnerfüllt eingeschätzt. Außerdem weisen die Interviews darauf hin, dass die Sympathie eine potenzielle Störvariable in der Sinnerfüllungsbeurteilung darstellen könnte, welche eine andere Form der Erhebung kontrollieren könnte.

8 Literaturverzeichnis

- Ainsworth, M. D. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Allport, G.W. & Odbert, H.S.(1936). Trait-names: A psycho-lexical study.*Psychological Monographs*.47(1, Whole No. 211).
- Aluja, A., Rolland, J. P., García, L. F. & Rossier, J. (2007). Dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale and its relationships with the three-and the five-factor personality models. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 246-249.
- Ambady, N. & Rosenthal, R. (1992). Thin slices of expressive behavior as predictors of interpersonal consequences: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 111(2), 256.
- Akert, R. M. & Panter, A. T. (1988). Extraversion and the ability to decode nonverbal communication. *Personality and Individual Differences*, 9(6), 965-972.
- Asendorpf, J. B. & Van Aken, M. A. (1993). Deutsche Versionen der Selbstkonzeptskalen von Harter. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und pädagogische Psychologie*, 25(1), 64-96.
- Asendorpf, J. B. & Neyer, F. J. (2007). *Psychologie der Persönlichkeit*. Berlin: Springer.
- Athenstaedt, U. & Alfermann, D. (2011). *Geschlechterrollen und ihre Folgen. Eine sozialpsychologische Betrachtung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i)*: Technical manual. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. E., & Parker, J. D. (2000). *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Battistich, V., Solomon, D. & Delucchi, K. (1993). Interaction processes and student outcomes in cooperative learning groups. *The Elementary School Journal*, 19-32.
- Baumeister, R. (1991). *Meanings of Life*. New York: Guilford Press.
- Baumeister, R.F. & Leary, M.R. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.

- Baumeister, R. F., Catanese, K. R. & Vohs, K. D. (2001). Is there a gender difference in strength of sex drive? Theoretical views, conceptual distinctions, and a review of relevant evidence. *Personality and social psychology review*, 5(3), 242-273.
- Benassi, M. A. (1982). Effects of order of presentation, primacy, and physical attractiveness on attributions of ability. *Journal of personality and social psychology*, 43(1), 48.
- Bischof-Köhler, D. (2006). *Von Natur aus anders: die Psychologie der Geschlechtsunterschiede*. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Borkenau, P., Brecke, S., Möttig, C. & Paelecke, M. (2009). Extraversion is accurately perceived after a 50-ms exposure to a face. *Journal of Research in Personality*, 43(4), 703-706.
- Brody, L. R. & Hall, J. A. (2000). *Gender, emotion, and expression*. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 338–349). New York: Guilford.
- Brockner, J. (1983). Low self-esteem and behavioral plasticity: Some implications. *Review of personality and social psychology*, 4, 237-271.
- Buss, D. M. (1989). Sex differences in human mate preferences: Evolutionary hypotheses tested in 37 cultures. *Behavioral and brain sciences*, 12(01), 1-14.
- Buss, D. M. (2007). The evolution of human mating. *Acta Psychologica Sinica*, 39(3), 502-512.
- Buss, D. M. & Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: an evolutionary perspective on human mating. *Psychological review*, 100(2), 204.
- Cattell, R. B. (1945). The principal trait clusters for describing personality. *Psychological Bulletin*. 42(No.3).
- Carney, D. R., Colvin, C. R. & Hall, J. A. (2007). A thin slice perspective on the accuracy of first impressions. *Journal of Research in Personality*, 41(5), 1054-1072.
- Chan, R. & Joseph, S. (2000). Dimensions of personality, domains of aspiration, and subjective well-being. *Personality and individual differences*, 28(2), 347-354.
- Chamorro-Premuzic, T., Bennett, E. & Furnham, A. (2007). The happy personality: Mediation role of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 42(8), 1633-1639.

- Ciarrocchi, J. W., Piedmont, R. L. & Williams, J. E. (2002). Image of God and personality as predictors of spirituality in men and women. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 13, 55-74.
- Cooley, C. H. (1992). *Human nature and the social order*. New York: Scribner.
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of personality and social psychology*, 38(4), 668.
- Costa Jr, P. T. & McCrae, R. R. (1992). Neo personality inventory–revised (neo-pi-r) and neo five-factor inventory (neo-ffi) professional manual. *Odessa, FL: Psychological Assessment Resources*.
- Borkenau, P. & Ostendorf, F. (1993). *NEO-Fünf-Faktoren Inventar:(NEO-FFI); nach Costa und McCrae*. Göttingen: Hogrefe.
- Debats, D. L. (1996). Meaning in life: Clinical relevance and predictive power. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(4), 503-516.
- Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(4), 30-57.
- Debats, D. L., Van der Lubbe, P. M. & Wezeman, F. R. (1993). On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of meaningful life: An evaluation in three independent samples based on the Dutch version. *Personality and individual differences*, 14(2), 337-345.
- Pressman, S. D., & Cohen, S. (2005). Does positive affect influence health?. *Psychological bulletin*, 131(6), 925.
- DeNeve, K. M. & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 124(2), 197.
- Dion, K., Berscheid, E. & Walster, E. (1972). What is beautiful is good. *Journal of personality and social psychology*, 24(3), 285.
- Eagly, A. H., Ashmore, R. D., Makhijani, M. G. & Longo, L. C. (1991). What is beautiful is good, but...: A meta-analytic review of research on the physical attractiveness stereotype. *Psychological bulletin*, 110(1), 109.

- Ebert, S. A., Tucker, D. C. & Roth, D. L. (2002). Psychological resistance factors as predictors of general health status and physical symptom reporting. *Psychology, health & medicine*, 7(3), 363-375.
- Eysenck, S. & Barrett, P. (2013). Re-introduction to cross-cultural studies of the EPQ. *Personality and Individual Differences*, 54, 485-489.
- Feingold, A. (1990). Gender differences in effects of physical attractiveness on romantic attraction: a comparison across five research paradigms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 981.
- Feingold, A. (1992). Good-looking people are not what we think. *Psychological bulletin*, 111(2), 304.
- Fivush, R., Brotman, M. A., Buckner, J. P. & Goodman, S. H. (2000). Gender differences in parent-child emotion narratives. *Sex Roles*, 42, 233-253.
- Frazier, P.A., Tix, A. P. & Barron, K. E. (2004). Testing Moderator and Mediator Effects in Counseling Psychology Research. *Journal of Counseling Psychology*, 51 (1), 115-134.
- Frankl, V. (1966). *Ärztliche Seelsorge*. Wien: Deuticke.
- Frankl, V. (1972). *Der Wille zum Sinn*. Schweiz: Hans Huber Bern.
- Frankl, V. (1981). *Die Sinnfrage in der Psychotherapie*. München: Piper.
- Frankl, V. (1987). *Das Leiden am sinnlosen Leben*. Wien: Freiburger Graphische Betriebe.
- Frankl, V. (1979). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn: eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*. München: Piper.
- Frederickson, C. G. (1995). Self-based attributions in the perception of extraversion and introversion. *Journal of Psychological Type*, 35, 31-34.
- Furnham, A. & Brewin, C. R. (1990). Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11(10), 1093-1096.
- Gerrig, R. J. & Zimbardo, P. (2008). *Psychologie*. München: Pearson.
- Ghiabi, B. & Besharat, M. A. (2011). An investigation of the relationship between Personality dimensions and emotional intelligence. *Procedia-Social and Behavioral*

Sciences, 30, 416-420.

Gläser, J. & Laudel, G. (2010). *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse*. Wiesbaden: Springer.

Goldberg, L. R. (1990). An alternative" description of personality": the big-five factor structure. *Journal of personality and social psychology*, 59(6), 1216.

Goldberg, L.R. (1993). The Structure of Phenotypic Personality Traits. *American Psychologist*. 48, 26-34.

Halama, P. (2005). Relationship between meaning in life and the big five personality traits in young adults and the elderly. *Studia psychologica*, 47(3), 167.

Halama, P. & Dedova, M. (2007). Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: do they explain residual variance not predicted by personality traits?. *Studia psychologica*, 49(3), 191.

Hall, J. A. & Mast, M. S. (2008). Are women always more interpersonally sensitive than men? Impact of goals and content domain. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(1), 144-155.

Harter, S., & Marold, D. B. (1991). A model of the determinants and mediational role of self-worth: Implications for adolescent depression and suicidal ideation. In G. Goethals & J. Strauss (Eds.), *The self: Interdisciplinary approaches* (pp. 66-92). New York: Springer.

Hayes, N. & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723-727.

Herkunftswörterbuch, D. (1989). Duden. *Das Herkunftswörterbuch. Etymologie der deutschen Sprache*, 7. Mannheim, Wien, Zürich: Dudenverlag.

Herold, E. S. (1979). Variables influencing the dating adjustment of university students. *Journal of youth and adolescence*, 8(1), 73-79.

Hochwälder, J. (2012). The contribution of the big five personality factors to sense of coherence. *Personality and Individual Differences*, 53(5), 591-596.

Hönekopp, J., Rudolph, U., Beier, L., Liebert, A. & Müller, C. (2007). Physical attractiveness of face and body as indicators of physical fitness in men. *Evolution and Human Behavior*, 28(2), 106-111.

- Hudson, J. W. & Henze, L. F. (1969). Campus values in mate selection: A replication. *Journal of Marriage and the Family*, 772-775.
- Jackson, L. A., Hunter, J. E. & Hodge, C. N. (1995). Physical attractiveness and intellectual competence: A meta-analytic review. *Social psychology quarterly*, 58, 108-108.
- Kleiman, E. M. & Beaver, J. K. (2013). A meaningful life is worth living: Meaning in life as a suicide resiliency factor. *Psychiatry research*, 210(3), 934-939.
- Kulbe, A. (2001). *Grundwissen Psychologie Soziologie Pädagogik*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Landy, D. & Sigall, H. (1974). Beauty is talent: Task evaluation as a function of the performer's physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 29(3), 299.
- Längle, A., Tutsch, L & Wicki, B. (2005). Viktor Frankl zum 100. Geburtstag. In *Psychotherapie Forum*. Wien: Springer.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K. & Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of personality and social psychology*, 68(3), 518.
- Letzring, T. D., Wells, S. M. & Funder, D. C. (2006). Information quantity and quality affect the realistic accuracy of personality judgment. *Journal of personality and social psychology*, 91(1), 111.
- Lopes, P. N., Salovey, P. & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 641-658.
- Maddi, S. R. (1967). The existential neurosis. *Journal of abnormal psychology*, 72(4), 311.
- Maddi, S. R. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of humanistic psychology*, 44(3), 279-298.
- Maltby, J., Day, L., & Macaskill, A. (2011). *Differentielle Psychologie, Persönlichkeit und Intelligenz*. München: Pearson.

- Marsh, H. W., Scalas, L. F., & Nagengast, B. (2010). Longitudinal tests of competing factor structures for the Rosenberg Self-Esteem Scale: traits, ephemeral artifacts, and stable response styles. *Psychological assessment*, 22(2), 366.
- Mascaro, N. & Rosen, D. H. (2005). Existential meaning's role in the enhancement of hope and prevention of depressive symptoms. *Journal of personality*, 73(4), 985-1014.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & J. D. Mayer (Eds.), *emotional development and emotional intelligence* (pp.3-31) .New York: Basic Books.
- Mc Adams, D. P. (2012). Meaning and Personality. In T. P. Wong & S. Fry (Eds.), *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications* (pp. 51-70). London: Erlbaum.
- McGregor, I. & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: on doing well and being yourself. *Journal of personality and social psychology*, 74(2), 494.
- McIntyre, H. H. (2010). Gender differences in the nature and linkage of higher-order personality factors to trait and ability emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 617-622.
- Moomal, Z. (1999). The relationship between meaning in life and mental well-being. *South African Journal of Psychology*, 29(1), 36-41.
- Mummendey, H. D. (2006). *Psychologie des, Selbst'. Theorien, Methoden und Ergebnisse der Selbstkonzeptforschung*. Göttingen: Hogrefe.
- Mummendey, H. D. & Bolten, H. G. (1993). Die Impression-Management-Theorie. *Theorien der Sozialpsychologie*, 3.
- Newcomb, M. D. & Harlow, L. L. (1986). Life events and substance use among adolescents: mediating effects of perceived loss of control and meaninglessness in life. *Journal of personality and social psychology*, 51(3), 564.
- Nicholson, T., Higgins, W., Turner, P., James, S., Stickle, F. & Pruitt, T. (1994). The relation between meaning in life and the occurrence of drug abuse: A retrospective study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 8(1), 24.
- Norman, W.T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated Factor structure in peer nomination personality ratings. *The Journal of*

Abnormal and Social Psychology.66(6), 574-583.

Petrides, K. V. (2011). *Ability and trait emotional intelligence*. In T. Chamorro-Premuzic, A. Furnham & S. von Stumm (Eds.), *The Blackwell–Wiley handbook of individual differences*. New York: Wiley.

Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425-448.

Phillips, W. M. (1980). Purpose in life, depression, and locus of control. *Journal of Clinical Psychology*, 36(3), 661-667.

Piedmont, R. L., Williams, J. E. & Ciarrocchi, J. W. (1997). Personality correlates of one's image of Jesus: Historiographic analysis using the five-factor model of personality. *Journal of Psychology and Theology*, 25(3), 364-373.

Pospeschill, M. (2006). *SPSS für Fortgeschrittene. Durchführung fortgeschrittener statistischer Analysen*. (6. vollständig überarbeitete Auflage). Saarbrücken: RRZN.

Potreck-Rose, F. & Jacob, G. (2008). *Selbstzuwendung, Selbstakzeptanz, Selbstvertrauen: Psychotherapeutische Interventionen zum Aufbau von Selbstwertgefühl*. Stuttgart: Klett-Cotta.

Rammstedt, B. & John, O.P. (2007) Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*. 41, S. 203-212.

Reis, H. T., Nezelek, J. & Wheeler, L. (1980). Physical attractiveness in social interaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 604.

Reker, G. T. (1977). The purpose-in-life test in an inmate population: An empirical investigation. *Journal of Clinical Psychology*, 33(3), 688-693.

Reker, G.T. & Chamberlain, K. (2000). *Exploring Existential Meaning: optimizing human development across the lifespan*. Thousand Oaks: Sage Publication.

Reker, G. T. & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an Individual Process: Toward a Theory of personal Meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengston (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214–246). New York, NY: Springer.

- Rhodes, G., Simmons, L. W. & Peters, M. (2005). Attractiveness and sexual behavior: Does attractiveness enhance mating success?. *Evolution and human behavior*, 26(2), 186-201.
- Rushton, J. P., Bons, T. A. & Hur, Y. M. (2008). The genetics and evolution of the general factor of personality. *Journal of Research in Personality*, 42(5), 1173-1185.
- Salguero, J. M., Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2012). Emotional intelligence and depression: The moderator role of gender. *Personality and Individual Differences*, 53(1), 29-32.
- Saum-Aldehoff, T. (2007). *Big five: sich selbst und andere erkennen*. Düsseldorf: Patmos.
- Scarr, S. (1989). Protecting general intelligence: Constructs and consequences for interventions. In R. L. Linn. (Ed.), *Intelligence: measurement, theory, and public policy* (pp. 74-118). Chicago: University of Illinois Press.
- Schmitt, D. P. (2003). Universal sex differences in the desire for sexual variety: tests from 52 nations, 6 continents, and 13 islands. *Journal of personality and social psychology*, 85(1), 85.
- Schnell, T. (2009). *Implizite Religiösität. Zur Psychologie des Lebenssinns*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499.
- Schnell, T. (2010). Existential indifference: Another quality of meaning in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 50(3), 351-373.
- Schnell, T. (2011). Individual differences in meaning-making: Considering the variety of sources of meaning, their density and diversity. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 667-673.
- Schnell, T. & Becker, P. (2006). Personality and meaning in life. *Personality and Individual Differences*, 41, 117-129.
- Schnell, T. & Becker, P. (2007). LeBe. Fragebogen Zu Lebensbedeutungen Und Lebenssinn. *Göttingen: Hogrefe*.

- Sigmund, K. (2009). Sympathy and similarity: The evolutionary dynamics of cooperation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(21), 8405-8406.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A. & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of personality*, 76(2), 199-228.
- Steiger, A. E., Allemand, M., Robins, R. W. & Fend, H. A. (2014). Low and decreasing self-esteem during adolescence predict adult depression two decades later. *Journal of personality and social psychology*, 106(2), 325.
- Stempelová, J. & Cmarikova, A. (2004). Personality factors of the big five and self-esteem in existential analysis. *Studia psychologica*, 46(2), 137-143.
- Stillman, T.F. & Baumeister, R.F. (2009). Uncertainty, Belongingness, and Four Needs for Meaning. *Psychological Inquiry*, 20, 249-251.
- Stillman, T. F., Lambert, N. M., Fincham, F. D. & Baumeister, R. F. (2011). Meaning as Magnetic Force: Evidence That Meaning in Life Promotes Interpersonal Appeal. *Sozial Psychological and Personality Science*, 2(1), 13-20.
- Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Lambert, N. M., Crescioni, A. W., DeWall, C. N. & Fincham, F. D. (2009). Alone and Without Purpose: Life Loses Meaning Following Social Exclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 686-694.
- Stroebe, W., Insko, C. A., Thompson, V. D. & Layton, B. D. (1971). Effects of physical attractiveness, attitude similarity, and sex on various aspects of interpersonal attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 18(1), 79.
- Swickert, R. J., Rosentreter, C. J., Hittner, J. B. & Mushrush, J. E. (2002). Extraversion, social support processes, and stress. *Personality and Individual Differences*, 32(5), 877-891.
- Tausch, R. (2004). Sinn in unserem Leben. In A.E. Auhagen (Hrsg.) *Positive Psychologie. Anleitung zum „besseren“ Leben*. (S. 86-102). Weinheim, Basel: Beltz Verlag.
- Tice, D. M. (1992). Self-concept change and self-presentation: the looking glass self is also a magnifying glass. *Journal of personality and social psychology*, 63(3), 435.
- Tupes, E. C. & Christal, R. E. *Recurrent personality factors based on trait ratings*.

Lackland Air Force Base, Texas: Personnel Laboratory, Aeronautical Systems Division, May, 1961.(ASD-TR-61-97, ASTIA Document No. AD-267 778.).

Tutsch, L. (2003). Wer sinnvoll lebt, ist gut unterwegs. *Psychologie Heute Compact*, 8, S.22- 25.

van Reekum, C. M., Urry, H. L., Johnstone, T., Thurow, M. E., Frye, C. J., Jackson, C. A., Schaefer, H.S., Alexander, A. L. & Davidson, R. J. (2007). Individual differences in amygdala and ventromedial prefrontal cortex activity are associated with evaluation speed and psychological well-being. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(2), 237-248.

Van Rooy, D. L. & Viswesvaran, C. (2004). Emotional intelligence: A meta-analytic investigation of predictive validity and nomological net. *Journal of Vocational Behavior*, 65(1), 71-95.

Wong, P. (2012). *The human quest for meaning: theories, research and applications*. New York: Routledge.

Wong, P. T. P. & Fry, P. S. (1998). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Yalom, I. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic.

Yeung, K. T. & Martin, J. L. (2003). The looking glass self: An empirical test and elaboration. *Social Forces*, 81(3), 843-879.

Zika, S. & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 83, S.133-145.

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Zuordnung der Skalen zu den Dimensionen und inhaltliche Erläuterungen (entnommen aus: Schnell & Becker, 2007, S.25).	33
Tabelle 2: Stichprobenbeschreibung (Geschlecht, Alter, Familienstand).....	45
Tabelle 3: Reliabilität Sinnerfüllung.....	47
Tabelle 4: Reliabilität Selbstwert.....	47
Tabelle 5: Reliabilität der Fünf Faktoren.....	48
Tabelle 6: Deskriptive Daten wie Mittelwerte (M), Standardabweichungen (SD), Normalverteilung (p), Schiefe und Kuriosis.....	48
Tabelle 7: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x Geschlecht auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R ² , ΔR ²) und standardisierte Beta- Gewichte (β) (Frazier et al., 2004).....	51
Tabelle 8: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x spannungsgeladene Interaktion auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: : Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R ² , ΔR ²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004).....	52
Tabelle 9: Effekt des Moderatorterms Attraktivität x Geschlecht auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R ² , ΔR ²) und standardisierte Beta-Gewichte (β) (Frazier et al., 2004).....	53
Tabelle 10: Effekt des Moderatorterms selbst berichtete Sinnerfüllung x Selbstwert auf die abhängige Variable sichtbare Sinnerfüllung: Regressionskoeffizienten (B), Standardfehler (SE B), multiple Korrelationen (R ² , ΔR ²) und standardisierte Beta- Gewichte (β) (Frazier et al., 2004).....	53
Tabelle 11: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Extraversion.....	54
Tabelle 12: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Neurotizismus.....	55
Tabelle 13: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung	

und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Offenheit.....	56
Tabelle 14: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Verträglichkeit.....	57
Tabelle 15: Regressionsanalyse mit der abhängigen Variable sichtbare Sinnerfüllung und den Prädiktoren Geschlecht, Alter in Jahren, spannungsgeladene Interaktion, Familienstand und Gewissenhaftigkeit.....	58
Tabelle 16: Kategorienbildung Interview.....	59
Tabelle 17: Reduktionen und ihre Häufigkeiten (ohne Gesprächsthemen).....	74
Tabelle 18: Überblick über die Gesprächsthemen.....	75
Tabelle 19: Verteilung der zugeordneten Aussagen.....	76
Tabelle 20: Interkorrelationen der Untersuchungsvariablen.....	108
Tabelle 21: Korrelationen der Lebensbedeutungen mit der selbst berichteten Sinerfüllung, der sichtbaren Sinnerfüllung und den einzelnen Items der sichtbaren Sinnerfüllung (Sicht 1= Er/Sie empfindet sein/ihr Leben als sinnerfüllt; Sicht 2= Er/Sie erlebt das, was er/sie tut als bedeutungsvoll; Sicht 3= Er/Sie hat eine Lebensaufgabe; Sicht 4= Er/Sie fühlt sich als Teil eines größeren Ganzen; Sicht 5= Er/Sie glaubt, sein/ihr Leben hat einen tieferen Sinn).....	109

10 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Hierarchisches Sinnmodel (Schnell & Becker, 2009).....	9
Abbildung 2: Verteilung der selbst berichteten und der sichtbaren Sinnerfüllung anhand der erreichten LeBe -Scores.....	49

11 Anhang

Ergänzend zur vorliegenden Diplomarbeit befinden sich im Anhang folgende Dokumente:

1. Interkorrelationstabelle der Untersuchungsvariablen
2. Korrelationstabelle der Lebensbedeutungen mit der selbst berichteten Sinnerfüllung und der sichtbaren Sinnerfüllung
3. Interview Transkripte

Tabelle 20: Interkorrelationen der Untersuchungsvariablen

	Selbst berichtete Sinnerfüllung	Sichtbare Sinnerfüllung	Beurteilte Sinnerfüllung	Gewissenhaftigkeit	Neurotizismus	Extraversion	Offenheit	Verträglichkeit	Selbstwert
Selbst berichtete Sinnerfüllung	-								
Sichtbare Sinnerfüllung	.05	-							
Beurteilte Sinnerfüllung	.22*	-.05	-						
Gewissenhaftigkeit	.03	-.03	-.06	-					
Neurotizismus	-.26**	-.04	.06	-.09	-				
Extraversion	.42**	.05	.11	-.05	-.49**	-			
Offenheit	-.08	-.06	-.08	-.04	-.04	-.08	-		
Verträglichkeit	.16*	.12	.06	.01	-.03*	.26	.12	-	
Selbstwert	.37**	.03	.04	.08	-.76**	.53**	.04	.01	-
Attraktivität	.06	.21*	-.02	.12	-.05	.09	-.25**	.04	.10

*p< .05 ; **p< .01.

Tabelle 21: Korrelationen der Lebensbedeutungen mit der selbst berichteten Sinnerfüllung, der sichtbaren Sinnerfüllung und den einzelnen Items der sichtbaren Sinnerfüllung (Sicht 1= Er/Sie empfindet sein/ihr Leben als sinnerfüllt; Sicht 2= Er/Sie erlebt das, was er/sie tut als bedeutungsvoll; Sicht 3= Er/Sie hat eine Lebensaufgabe; Sicht 4= Er/Sie fühlt sich als Teil eines größeren Ganzen; Sicht 5= Er/Sie glaubt, sein/ihr Leben hat einen tieferen Sinn).

Lebensbedeutungen	Selbst Sinn	Sicht Sinn	Sicht 1	Sicht 2	Sicht 3	Sicht 4	Sicht 5
Selbsttranszendenz - vertikal	.32**	.06	-.08	.22*	.04	-.02	-.01
Explizite Religiosität	.12	.14	-.04	.27**	.17	-.02	.04
Spiritualität	.39**	-.02	-.09	.13	-.06	-.02	-.04
Selbsttranszendenz - horizontal	.35**	-.02	-.08	.22*	.01	-.07	-.16
Soziales Engagement	.17	.11	-.09	.22*	.05	.12	-.02
Naturverbundenheit	.22*	.04	.04	.21*	.08	-.04	-.15
Selbsterkenntnis	.17	-.01	-.08	.14	-.05	-.04	-.01
Gesundheit	.10	-.01	.00	.08	.08	-.13	-.05
Generativität	.42**	-.19	-.15	.05	-.10	-.12	-.26**
Selbstverwirklichung	.12	-.16	-.11	.02	-.13	-.09	-.18
Herausforderung	.09	-.06	-.01	-.02	-.10	-.03	-.02
Individualismus	.07	-.20*	-.07	-.04	-.17	-.15	-.17
Macht	.09	-.10	-.02	-.03	-.05	-.05	-.15
Entwicklung	.24*	-.13	-.13	.07	-.11	-.07	-.11
Leistung	.12	-.07	.03	-.03	-.05	-.02	-.14
Freiheit	-.08	-.15	-.06	.00	-.21*	-.04	-.14
Wissen	.04	-.08	-.09	.03	.05	-.12	-.10
Kreativität	.12	-.04	-.20	.11	.01	-.00	-.09
Ordnung	.13	.01	-.10	.01	-.02	.11	-.01
Tradition	.06	.13	.01	.10	.16	.11	-.01
Bodenständigkeit	.20*	.03	.04	.07	-.04	.08	-.04
Moral	.25**	-.10	-.21*	-.05	-.15	.03	.05
Vernunft	-.14	-.06	-.19	-.11	-.03	.09	.01
Wir- und Wohlgefühl	.54**	-.01	-.05	.07	-.10	.07	-.02
Gemeinschaft	.36**	-.01	-.02	.02	-.12	.03	.08
Spaß	.32**	-.06	.00	-.13	-.09	.00	.06
Liebe	.37**	-.02	-.08	.22*	-.04	-.07	-.09
Wellness	.31**	-.11	.01	-.11	-.15	.05	-.11
Fürsorge	.26**	.03	-.16	.05	-.01	.08	.07
Bewusstes Erleben	.37**	.03	.04	.12	-.05	.11	-.11
Harmonie	.54**	.09	-.10	.20*	-.09	.10	.05

• p< .05 ; **p< .01.

Interview Transkripte

Proband: männlich

Wir haben recht bald über eine politische Richtung angefangen zu reden. Die Person hat da eine ganz klare Linie eingeschlagen, hat sich da sehr engagiert gezeigt und dann haben wir ein bisschen über die Konfession gesprochen und auch da habe ich das so verstanden, dass die Person sich mit dem Thema auseinandersetzt. Auf jeden Fall glaubt oder ein sinnerfülltes Leben führt.

Auch die Art, wie sie darüber geredet hat. Hat an einem tollen Beispiel erklärt, wie sie eigentlich das Lager gewechselt hat. Anhand dieses Beispiels konnte man eigentlich recht gut verstehen, dass ihr das wirklich naheliegender ist und wieso sie das gemacht hat. Die politische Richtung hätte man auch schon anhand der Kleidung, an dem Äußeren erahnen können und ich denke, dass das man da auch schon Sachen reininterpretiert. Sie hat irgendwie recht erfüllt gewirkt, nicht bedrückt, recht fröhlich. Vom ersten Eindruck denke ich, dass sie mit dem was sie macht sehr zufrieden ist und das hat sie auch ausgestrahlt.

Proband: weiblich

Wir haben nicht so viele Informationen ausgetauscht, wir haben mehr geratscht und ich glaub, dass es deswegen eher so auf die Sympathie zurückzuführen ist, weil so unfassbar viele Informationen aus denen ich jetzt schließen könnte, dass sie jetzt besonders sinnerfüllt lebt oder so, habe glaube ich jetzt nicht gewonnen. Also ich glaub, dass das eher einfach Sympathie und Attraktivität waren, aus denen ich geschossen habe, wie sinnerfüllt sie ist.

Allgemein, weil sie so eine offene Art hatte und viel gelacht hat, und von sich aus auch erzählt hat und einfach vom Wesen her glaub ich eine offene und freundliche Person ist. Und ein gepflegtes Äußeres hatte und nicht verschränkt da saß, deswegen habe ich sie relativ positiv bewertet. Sie hat auch nichts groß Negatives gesagt, dass ihre Eltern getrennt wären oder das sie irgendwelche Schicksalsschläge erlitten hat. Aber das ist jetzt auch nichts was man in 10 Minuten so erzählt.

Proband: weiblich

Also sie ist mir sympathisch vorgekommen und sehr redegewandt, deswegen habe ich

sie eher positiv eingeschätzt. Sie hat sich mit ihren Gestiken gut ausgedrückt und auch verbal gut ausgedrückt und war sehr verständlich.

Wie sie erzählt hat. Zum Beispiel, dass sie gerne Ski fährt und als Skilehrerin tätig ist. Sie hat fröhlich gewirkt.

Proband: weiblich

Naja, sie hat mir halt erzählt, was sie so macht an der Uni und sie war sehr offen und positiv gestimmt und deswegen dachte ich, dass sie ein sinnerfülltes Leben hat. Sie hatte auch eine offene Körperhaltung aber eher auf der verbalen Ebene. War sehr positiv, hat viel gelächelt, hat einen sympathischen Gesamteindruck gemacht. Ihr Lächeln und Attraktivität und sie hat auch was von sich preisgegeben und war gleicher Studiengang, so alt wie ich, gleiche Einstellungen hat bestimmt auch mit reingespielt.

Proband: weiblich

Naja, sie kam mir irgendwie so rüber. Als sie mir zum Beispiel von ihren Hobbys so erzählt hat oder von ihren Geschwistern. Ich weis nicht schwer zu sagen. Sie hat mir zum Beispiel erzählt, dass sie gern Rockmusik hört, aber auch alles andere, deswegen fand ich irgendwie, dass sie einen Sinn in ihrem Leben sieht. Sie hat mir zum Beispiel auch erzählt, dass sie eine Psychotherapieausbildung machen will. Sie wusste auf jeden Fall, in welche Richtung sie gehen will. Sie kam mir so rüber, als würde sie mit beiden Beinen im Leben stehen und wüsste, was sie tun mag. Eventuell noch von der Kleidung, aber das ist schwer zu sagen. Sie kam irgendwie bodenständig rüber.

Proband: weiblich

Weis nicht, weil es so rüber kam. Eigentlich so viel mit den Augen. Wie er zum Beispiel reingeschaut hat, als er von seinem Job erzählt hat und von seinem Leben. Hauptsächlich des. Gesichtsausdruck und hauptsächlich Augen. Hab ich halt so eingeschätzt, dass man das an den Augen ganz gut sehen kann, ob jemand sein Leben als sinnerfüllt einschätzt oder nicht. Wenn er zum Beispiel so runterschaut, hab ich nicht so das Gefühl, das er sinnerfüllt ist. Einfach so von seiner Erzählung, wie er so erzählt hat, das Verbale, der Gesichtsausdruck, und vielleicht sogar noch die Haltung auch dazu. Eigentlich so das Ganze wies halt einfach so rüber kam, ist voll schwer das zu sagen. Also zum Beispiel war er immer zögerlich, ja ich mach meinen Job. Hat einfach

nicht so lebensfroh gewirkt, naja kam so rüber, kann man auch falsch einschätzen. Und einfach der Blick, kann ich schwer besser definieren. Hauptsächlich der Blick. Auch was er gesagt hat, in Kombination mit Blick und Ausstrahlung.

Proband: weiblich

Ja. Wir haben die Frage auch angesprochen, was der Sinn des Lebens ist. Sie hat mir erzählt, was für sie der Sinn des Lebens ist oder wie sie ihr Leben als sinnerfüllt sieht. Ich denk halt durch die Sachen, was sie erzählt hat. Was sie so macht, in der Freizeit, neben der Uni oder auch als Arbeitstätigkeit. Man sieht es auch an dem Nonverbalen, ob es ihr gefällt oder ob es was ist, was sie total betrübt oder sie gar nicht gern macht. Ich denk vor allem die Stimme, denn da hört man schnell raus, wenn man etwas in einer bestimmten Tonlage sagt ... ich mach des oder des, hört man raus, ob es ein positiver oder ein negativer Ton ist.

Proband: männlich

Ich hab es ein bisschen versucht an ihrer Körpersprache festzumachen, ob sie generell betrübt oder glücklich gewirkt hat. So vom Inhalt hab ich mich hauptsächlich über die Hobbys und darüber wie sie ihre Wohnung gesucht hat und solche Sachen...

Das Inhaltliche sagt weniger über Sinnerfüllung aus, eher wie sie es gesagt hat und so wie sie aufgetreten ist, ein bisschen. Ich hab des eher nach Gefühl gemacht. Was für ein Gefühl ich hatte als sie mir, was erzählt hat. Ein persönliches Gefühl, das ich hatte. Kann ich nicht einschätzen, weis ich net mehr. Sie saß sehr entspannt da. Nicht steif hat sich nicht so hängen lassen. Ganz normal, eher natürlich.

Proband: weiblich

Erst mal an ihrer Ausstrahlung, so wie sie gewirkt hat. Hat zufrieden auf mich gewirkt. Zumindest in dem Sinn, dass sie gesagt hat, ihr Studium gefällt ihr, sie ist zufrieden mit ihrer Beziehung, mit ihrer Wohnsituation. Das schon einmal und auch, dass sie ein Plan für die Zukunft hat. Sie weis einigermaßen was sie nach dem Studium machen will. Deswegen hat ihr Leben schon ein Sinn, denn sie weis ja, worauf die hinarbeitet. Die Einschätzung war eher inhaltlich, aber wenn ich mich jetzt zurückerinnere würde ich auch nonverbal sehen, weil sie sehr selbstbewusst gewirkt hat, sehr offen, überhaupt nicht verschüchtert. Hat sehr ruhig, sehr bedacht geredet. Sie hat zum Beispiel erzählt,

dass ihr Eltern sie dabei unterstützten was sie tut, also das gibt auch Sinn denk ich. Sie wollte das, was sie studiert schon studieren seid sie 15 war, und hat das Ziel erreicht. Ich denk das ist auch etwas was einen bestätigt. Sie hat gewirkt, als würde sie sich wohlfühlen mit sich selber.

Proband: weiblich

Je nach dem, wie er rüberkam, er kam sehr aufgeschlossen und positiv rüber, hat viel über sein Leben erzählt, daraus kann man ja schon vermuten, dass er eher sinnerfüllt ist. Wissen kann man es ja natürlich nicht, was wirklich in ihm vorgeht, weis man ja nicht. Also durch seine äußere Erscheinung beziehungsweise durch sein Auftreten. Ich weis nicht, was man im Gespräch von 10 Minuten jetzt mitbekommt. Sonst merkt man ja schon, wenn man jemanden genauer kennt, ob er eingebunden ist in etwas Größeres, wie man es eben in der Vorlesung gelernt hat. Es war einfach die Ausstrahlung, die er hat. Saß aufgeschlossen da, hat locker eben erzählt und klar natürlich auch die Gesprächsinhalte, hat jetzt nicht über sein Leben erzählt, dass alles schlecht wäre.

Proband: weiblich

Ich hab die Person sehr hoch eingeschätzt, weil ich das Gefühl hatte, dass er zufrieden ist mit seinem Leben und mit dem, was er tut. Und, dass er eine Aufgabe in seinem Leben hat, so sehe ich es halt und ja... Wir haben viel über die Hobbys geredet, war jetzt nicht so, dass ich geglaubt hätte, dass er unzufrieden ist, mit dem, was er tut und deswegen kam ich zu dem Schluss, dass er ein sinnerfülltes Leben hat oder zufrieden mit dem, was er hat. Eher das, was er gesprochen hat, naja er schaut nicht traurig rein, aber eher was er gesprochen hat.

Proband: weiblich

Also die Person hat auf jeden Fall einen hohen Anspruch gehabt. An sich selbst, weil sie studiert gleichzeitig Medizin und Psychologie und ich glaub schon, dass sie dann ein Bedürfnis hat. Dass sie ein erfülltes Leben hat, beziehungsweise, dass sie all das macht oder kennenlernt und auch lernen möchte, was sie interessiert, und deswegen kann ich mir schon vorstellen, dass sie ein Bedürfnis hat, ein erfülltes Leben zu führen und ja einen hohen Anspruch an sich selbst. Also ich muss ganz ehrlich sagen, dass ich es schwierig fand, weil wenn man so 10 Minuten Zeit hat und sich unterhält, unterhält man

sich eher darüber, wie so die Familie aufgebaut ist und wo man wohnt und was man so studiert. Eigentlich eher nicht so über Lebensfragen, und deswegen fand ich es auch schwierig dann von dem auf solche Fragen zu schließen und deswegen habe ich bei manchen Fragen eher versucht Schlusszufolgern und vielleicht auch ein bisschen geraten. Wie man die Person so wahrgenommen hat. Wie die Person so auf einen gewirkt hat. Ich denke man merkt schon, ob eine Person generell so offen ist oder sehr introvertiert und dann eher für sich ist. Und sich dann auch nicht ja so ein Teil der Gesellschaft sieht. Ich glaub schon, dass man das an der Gestik und an dem was sie gesagt hat, festmachen kann, wobei ich würde nicht sagen, dass ich mir da jetzt sicher bin, schon schwierig. Hab eher so auf mein Gefühl gehört.

Proband: männlich

Ich hab viel drüber nachgedacht, wie sie mir geantwortet hat. Auf bestimmte Sachen. Also wir haben einmal darüber geredet, was interessant von der anderen Person ist. Und sie hat gesagt, dass eigentlich nichts an ihr interessant ist und das hat mir das Gefühl gegeben, dass sie das auch so sieht und nicht nur nach außen trägt. Deswegen hab ich sie sehr niedrig eingeschätzt. Ich hab auch ein bisschen auf ihr Äußeres geachtet ich hab das Gefühl gehabt, dass die sich nicht allzu viel Mühe gegeben hat, nach außen zu wirken und deswegen hab ich auch gedacht, dass sie in dem Sinn auch kein Interesse hat, wie sie nach außen wirkt, weil sie mit sich selbst nicht zufrieden ist. Nonverbal nicht viel. Sie hat sich irgendwie viel bewegt, sie hat sich aber auch nicht hingezogen in einer verschlossenen Körperhaltung, hat auch keine Langeweile in ihrer Stimme gehabt. Also war ein schönes Gespräch für mich. Ich hab eben nur gesehen, dass sie mit sich selber nicht so zufrieden ist.

Proband: weiblich

Also ich hab sie mittel eingeschätzt, weil ich fand, sie war gut drauf, und es ist mir vorgekommen, sie deckt sich nicht so mit einer Lebensaufgabe und das war so mein Hauptgedanke. Sie war mir ganz sympathisch. Ich glaube es war schon zum Großteil die Sympathie und die Einschätzung. Sinnerfüllt war ein bisschen höher, aber wenn es um Lebensaufgabe ging, dann ist es mir vorgekommen hängt irgendwie schon zusammen. Naja sie war ein bisschen jünger als ich das hat es vielleicht auch beeinflusst.

Proband: männlich

Generell hab ich es relativ schwierig gefunden, die Person aufgrund einer so kurzen Unterhaltung einzuschätzen. Ich denke, dass da Vorurteile mitwirken und vielleicht meine generelle Ansicht vom Leben. Ich persönlich bin jetzt eher darauf eingegangen, wie sie in Richtung Körpersprache auf mich gewirkt hat. Auch vom Inhaltlichen, was sie gesagt hat und wie sie es gesagt hat. Generell, wie sie auf mich gewirkt hat. Ich habe sie generell eher hoch eingeschätzt, wie sie sich selber empfindet und bei den Fragen, die dann eher darauf abzielen, wie ich sie einschätzt, bin ich eher in die durchschnittliche Dimension gegangen, weil ich es eben schlecht sagen kann nach einer solchen kurzen Unterhaltung. Ich hab jetzt also erst einmal auf so Dinge, wie offen sie wirkt oder wie von sich selbst eingenommen, als Körpersprache ob sie verschränkt da sitzt oder sehr offen. Sie hat auch sehr viel und enthusiastisch gesprochen. Sie erschien mir eigentlich zufrieden mit ihrem Leben.

Proband: weiblich

Hmm, ich fand es schwierig einzuschätzen, weil wie so normale Fragen beantwortet haben, wie alt sie ist, wie viele Geschwister ... Ich hab sie dann so mittel eingeschätzt. Eigentlich nicht über das, was sie mir so erzählt hat, eher nonverbales Verhalten. Einfach nur mein Gefühl.

Proband: männlich

Einschätzung aufgrund der Antwort auf meine Frage, warum sie studiert und was ihre Motivation dahinter ist. Sie konnte gleich antworten, sie scheint ein Ziel zu haben und weiß, warum sie tut, was sie tut. Auch ihre generelle Einstellung hat meine Einschätzung beeinflusst: Sie ist eher fröhlich, optimistisch, positiv eingestellt und lacht viel.

Proband: weiblich

Naja, ich denk mal an der Art, wie er geredet hat, ich weis nicht, wie er sich dargestellt hat. Ich glaube, das hat mich beeinflusst. Er hat ziemlich selbstsicher geklungen und ich hab ein paar Fragen gestellt, da war er still oder wusste nicht was er sagen soll.

Nonverbal nicht bewusst, denke aber unbewusst hat es schon mit rein gespielt.

Proband: männlich

Einfach nur dadurch, dass man sich 10 Minuten mit der Person geredet hat, hat man sich eine Vorstellung von der Person, oder ich hab mir halt eine Vorstellung gebildet, wie die Person ist. Und dann einfach gedacht, je nachdem wie die Unterhaltung gelaufen ist, wie sinnerfüllt sie ist. Sie hat ganz gern von sich selbst erzählt auch mit einem Lachen, nichts Negatives. Ist schwierig jetzt zu sagen. Einfach, hm, wie sie in dem Moment auf mich gewirkt hat. Ich glaub ich hab da in nichts Besonderes gesehen oder so.

Proband: männlich

Hm, also sie hat relativ offen gewirkt. Also ich hab sie niedrig eingeschätzt. Ich find das nichts Schlechtes, wenn man nicht sinnerfüllt ist. Sie hat halt nicht so gewirkt, als wenn sie auf der Suche nach einem tieferen Sinn ist. Aber ich fand es schon relativ schwer, ist schon mehr oder weniger geraten. Das findet man in 10 Minuten nicht raus. Vor allem, wenn man nicht weis auf was es abzielt. Wir haben das vorher ja nicht gewusst. Naja, sie hat vorher schon was anderes studiert, naja. Sie hat jetzt nicht gewirkt als hätte sie einen übergeordneten Lebensplan. Eine offene Mimik und Gestik, aber da hab ich nicht drauf geachtet und auch nicht draus geschlossen.

Proband: männlich

Sie wirkte sehr aufgeweckt, hat auch erzählt, dass sie neben dem Studium arbeitet, und insgesamt wegen der Arbeitseinstellung sie hat auch gemeint, dass sie sich bei der Arbeit Mühe gibt, schon allein aus dem Grund, dass die Zeit bei der Arbeit vergeht, und sich nicht bei der Arbeit drückt. Zum Beispiel. Und ich denk das solche Leute schon dann eher einen Sinn dahinter sehen wollen. Deswegen hab ich mir gedacht, sieht sie da eher einen Sinn dahinter. Sie hat sehr sympathisch gewirkt, nicht nur vom Aussehen auch von der Art, war relativ aufgeregt und ja, und es war eigentlich nett. Sie war sehr freundlich und auch interessiert.

Proband: männlich

Einmal das Auftreten, die Ausstrahlung und dann eben die spezifischen Aussagen. Zum Beispiel Lieblingsfarbe war zum Beispiel schwarz, das fließt dann schon in die

Beurteilung. Häufigkeit von Lachen, Offenheit, Körperhaltung, das ist aber wahrscheinlich eher unbewusst wahrgenommen von mir, eher so ein abstraktes Gesamtbild. Hm, ich hätte wahrscheinlich auch noch darauf geachtet, ob Tattoos, Haare färben, ob der Mensch sich verändert oder ob er so geblieben ist. Vielleicht Kleidungsstil- aber wie gesagt, da müsst ich jetzt erst einmal darüber nachdenken. Ich denke, dass der Stil an sich egal ist, aber sobald es stimmig oder passend ist auf das Gesamtaufreten, würde ich auf eine höhere Sinnerfüllung schätzen. Wenn man seine Rolle gefunden hat und sich auch damit identifiziert. Sonst auch nur Verhaltensauffälligkeiten, man merkt das ja dann im direkten Umgang. Eine Sache ist mir auch eingefallen. Ich hab auch nach Hobbys gefragt, ich denk, wenn man dann schnell viel aufzählt, dann würde ich auch auf eine höhere Sinnerfüllung schließen. Als wenn man da länger nachdenken würde. Denn Hobbys machen einen ja schon aus, die Dinge, die man tut ist man ja. Wenn man da lange sucht, ist das ein Zeichen für niedrige Sinnerfüllung. War eher unbewusst, dass ich da so ein Gesamtbild, ich hab das jetzt nicht an Einzelaussagen festgemacht. Vielleicht hab ich auch noch einfließen lassen, dass sie jedes Wochenende nach Hause fährt, von hier, wo sie ihre Wohnung hat. Das heißt vielleicht, dass sie sich doch nicht so mit dem Leben hier identifizieren kann. Aber das ist nicht stark eingeflossen, es kann natürlich auch ganz viele andere Gründe haben.

Proband: männlich

Ganz schwierig zu sagen, weil man hat, die falschen Fragen gestellt im Gespräch. Man hat das Gefühl gehabt, dass man viele Informationen braucht und dann die Sinnfrage vergessen. Einfach, ob sie im Gespräch irgendwie glücklich wirkt, und wenn sie einen frohen Eindruck macht und zum Beispiel überzeugt ist von dem, was sie studiert, dann würde ich das so empfinden, dass sie ihr Leben als sinnerfüllt sieht. Dass sie ein gelbes Oberteil angehabt hat, kein bestimmtes Merkmal, das mich anhüpft. Hauptsächlich, wie sie etwas erzählt hat, ich habe ihr abgekauft, dass sie gerne Psychologie studiert, Studium ist ja schon wichtiger Teil des Lebens. Sie macht das wirklich gern, ist ja schon wichtiger Teil im Leben, und wenn einem das glücklich macht, und wenn man denkt das man etwas Wichtiges macht und so damit arbeiten kann, dass man glücklich wird, denk ich schon, dass er sein Leben als sinnerfüllt empfindet. Sie hat immer ein Grinsen im Gesicht gehabt, das wirkt sympathisch und man geht davon aus, dass es ihr nicht so schlecht gehen kann.

Eidesstattliche Erklärung

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Diplomarbeit selbständig angefertigt habe.
Es wurden nur die in der Arbeit ausdrücklich benannten Quellen und Hilfsmittel
benutzt. Wörtlich oder sinngemäß übernommenes Gedankengut habe ich als solches
kenntlich gemacht.

Ort, Datum

Unterschrift