



# Bachelorarbeit

Titel der Arbeit

Zusammenhang zwischen den  
Big Five Persönlichkeitsmerkmalen  
und dem Wohlbefinden

Eingereicht von

Juliane Jehle  
0917311

Betreut von

Priv.-Doz. Dr. Stefan Höfer

An der Leopold Franzens Universität Innsbruck  
Institut für Psychologie

Zur Erlangung des Bachelor of Science

Mai 2012

# Inhaltsverzeichnis

1. Zusammenfassung/Abstract	5
2. Einleitung	7
3. Hintergrund	9
3.1 Definition von Persönlichkeit	9
3.2 Persönlichkeitstheorien	9
3.3 Der Typenansatz	9
3.4 Der Trait-Ansatz	11
3.5 Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit	12
3.5.1 Neurotizismus	14
3.5.2 Extraversion	14
3.5.3 Gewissenhaftigkeit	15
3.5.4 Verträglichkeit	15
3.5.5 Offenheit	15
3.6 Positive Psychologie	16
3.7 Lebensqualität	17
3.8 Definitionen von Wohlbefinden	18
3.9 Theorien von Wohlbefinden	18
3.10 Subjektive Wohlbefinden	19
3.11 Messung von subjektiven Wohlbefinden	20
3.12 Psychisches Wohlbefinden	20
3.13 Forschung	22
4. Fragestellung	25
4.1 Haupthypothesen	25
4.2 Gerichtete Unterhypothesen	25
4.3 Ungerichtete Unterhypothesen	26

4.4 Nebenthesen	26
5. Methoden	29
5.1 Big-Five-Persnlichkeitstest (B5T)	29
5.2 International Well-being Index (IWI)	29
5.3 Stichprobe	30
5.3.1 Optimale Stichprobengröße	29
4.4. Durchfhrung	30
6. Ergebnisse	31
6.1 Beschreibung der soziodemographischen Variablen	31
6.2 Voraussetzungen fr die Berechnungen	32
6.3 Beschreibung der Dimensionen	34
6.4 berprfung der Hypothesen	35
7. Diskussion	39
8. Literaturverzeichnis	45
9. Anhang	48
Einverstndniserklrung	48
Originalitserklrung	50

# Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: <i>Soziodemographische Variablen und deren Häufigkeit</i>	32
Tabelle 2: <i>Beschreibung der Dimensionen des B5T</i>	34
Tabelle 3: <i>Interkorrelationen der Big Five Dimensionen</i>	34
Tabelle 4: <i>Beschreibung der Dimensionen des IWI</i>	35
Tabelle 5: <i>Interkorrelation der Wohlbefinden Dimensionen</i>	35
Tabelle 6: <i>Korrelationen von subjektiven Wohlbefinden und den Big Five</i>	36
Tabelle 7: <i>Korrelationen von nationalen Wohlbefinden und den Big Five</i>	36
Tabelle 8: <i>Korrelationen von Alter und den Big Five sowie dem subjektiven und nationalen Wohlbefinden</i>	37
Tabelle 9: <i>T-Test für unabhängige Stichproben für die Big Five und das Wohlbefinden bei Frauen und Männern</i>	38

## Zusammenfassung

**Hintergrund:** Hintergrund der Untersuchung war die Frage nach dem Zusammenhang zwischen Persönlichkeitsmerkmalen, speziell den Big Five und dem Wohlbefinden. Die Frage war, ob ähnliche Ergebnisse wie in der bisherigen Literatur gefunden werden konnten und Ziel der Untersuchung war es, das Konstrukt des nationalen Wohlbefindens näher zu beleuchten. **Fragestellung:** Die Haupthypothese bezog sich auf den Zusammenhang zwischen den Dimensionen der Big Five, Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Offenheit und das subjektive und nationale Wohlbefinden. **Methode:** Die Stichprobe setzte sich aus 702 Probanden (71.4% weiblich, 28.6% männlich) im Alter zwischen 18 und 72 Jahren zusammen. Die Probanden bearbeiteten den Big-Five-Persönlichkeitstest (B5T) von Dr. Satow und die deutsche Version des International Well-being Index (IWI) von Renn et al.. **Ergebnisse:** Neurotische Personen wiesen in dieser Stichprobe ein geringeres subjektives Wohlbefinden auf. Extrovertierte, verträgliche und offene Personen wiesen ein höheres subjektives Wohlbefinden auf. Kein Zusammenhang konnte zwischen Gewissenhaftigkeit und dem subjektiven Wohlbefinden gefunden werden. Neurotische Personen wiesen ein geringeres nationales Wohlbefinden und extrovertierte Personen wiesen ein höheres nationales Wohlbefinden auf. Keine Zusammenhänge konnten zwischen Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit, Offenheit und dem nationalen Wohlbefinden gefunden werden. Neurotizismus, Extraversion und nationales Wohlbefinden korrelierten mit dem Alter. Frauen wiesen höhere Mittelwerte bezüglich Neurotizismus und Extraversion auf. Männer wiesen in dieser Untersuchung ein höheres nationales Wohlbefinden auf.

## Abstract

**Background:** Background of the present study was the question, if there were correlations between personality traits, especially Big Five and wellbeing. The question was if there could be found similar results as in the past studies and the aim of the study was to examine the construct national wellbeing. **Question:** The main hypothesis referred to the correlation between the dimensions of Big Five, neuroticism, extraversion, conscientiousness, agreeableness and openness and subjective and national wellbeing. **Methods:** The random sample was composed from 702 probands (71.4% female, 28.6% male) aged 18 to 72. They fully completed the Big-Five-Persönlichkeitstest (B5T) from Dr. Satow and German version of International Well-being Index (IWI) from Renn et al.. **Results:** In this random sample neurotic people showed lower subjective wellbeing. Extroverted, agreeable and open people showed higher subjective wellbeing. No correlation was found between conscientiousness and

subjective wellbeing. Neurotic people showed lower national wellbeing and extroverted people showed higher national wellbeing. No correlations were found between conscientiousness, agreeableness, openness and national wellbeing. Neuroticism, extraversion and national wellbeing correlated with age. Women had higher mean in neuroticism and extraversion. In this study men showed higher national wellbeing.

## 2. Einleitung

Im Rahmen meiner Bachelorarbeit wollte ich mich mit dem Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen und dem persönlichen und nationalen Wohlbefinden beschäftigen. Wie ich dazu kam? Nun, die Untersuchung sollte mit Lebensqualität, Lebenszufriedenheit und Wohlbefinden zu tun haben. Und die Frage die ich mir dabei stellte: Was kann alles einen Einfluss auf das Wohlbefinden haben? Tja, ganz viele Faktoren spielen da eine Rolle. Meine aktuelle Laune, meine Gesundheit, Reichtum, Sport, Bildung, soziale Beziehungen etc. können einen Einfluss haben. Aber ich suchte nach grundlegenden Faktoren. Im Hinterkopf hatte ich immer die Persönlichkeit. Die Persönlichkeit ist das was uns Menschen ausmacht und prägt. Die Persönlichkeit ist etwas Grundlegendes. Und da kamen mir die Big Five in den Sinn. Persönlichkeitsmerkmale wie Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Offenheit für Neues müssten doch sicherlich einen Einfluss haben, oder nicht?

Wer nicht viel mit Persönlichkeitspsychologie zu tun hat, wird diese Faktoren kaum kennen. Jedoch sind genau diese Faktoren heute sehr einflussreich. Sie dienen zur Beschreibung der Persönlichkeit und umfassen diese mit nur 5 Faktoren.

Diener, Suh, Lucas & Smith (1999) beschrieben die Persönlichkeit als eine der stärksten Prädiktoren für subjektives Wohlbefinden. Und schon Costa & McCrae zeigten, dass Glück mit hoher Extraversion und geringem Neurotizismus zusammenhängt (Costa & McCrae, 1980, zitiert nach Hayes & Joseph, 2003).

Zu den Big Five gab es schon viele Untersuchungen, auch im Zusammenhang mit Wohlbefinden. Für das Wohlbefinden wurden dabei Fragebogen wie die Satisfaction With Life Scale (SWLS), der Oxford Happiness Inventory (OTI) oder die Depression-Happiness Scale (DHS) verwendet. Hayes & Joseph (2003) fanden bei allen drei Wohlbefinden-Fragebögen Zusammenhänge zwischen Neurotizismus, Extraversion und Gewissenhaftigkeit.

Ich wollte den International Well-being Index (IWI) für das Wohlbefinden verwenden. Der IWI fragt nach dem persönlichen/subjektiven und nationalen Wohlbefinden. Ich konnte bisher noch keine Untersuchungen mit diesem Fragebogen im Zusammenhang mit den Big Five finden.

Das Ziel dieser Untersuchung war es, das Konstrukt Wohlbefinden im Zusammenhang mit den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen näher zu beleuchten.

Im ersten Teil der Arbeit werden Theorien zu den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen sowie zum Wohlbefinden vorgestellt. Dann folgen Erkenntnisse aus der Forschung. Der zweite Teil dieser Arbeit enthält die Fragestellung, die empirische Untersuchung, sowie die Darstellung und Diskussion der Ergebnisse.

## 3. Hintergrund

### 3.1 Definitionen von Persönlichkeit

Menschen unterscheiden sich in ihrer Persönlichkeit. Angenommen ich vergleiche zwei meiner Freunde. Worauf achte ich? Ich achte auf deren Persönlichkeit, besser gesagt ich achte auf deren Eigenschaften. Der eine ist hilfsbereiter, der andere ist lustiger. Der eine ist selbstbewusster, der andere dafür vertrauensvoller. Psychologen definieren Persönlichkeit auf viele Weisen, aber allen gemeinsam sind zwei grundlegende Konzepte: Einzigartigkeit und charakteristische Verhaltensmuster (Gerrig & Zimbardo, 2008). Asendorpf (2009) definiert die Persönlichkeit eines Menschen als „die Gesamtheit seiner Persönlichkeitseigenschaften: die individuellen Besonderheiten in der körperlichen Erscheinung und in Regelmäßigkeiten des Verhaltens und Erlebens“ (S. 2). Gerrig & Zimbardo (2008) definieren Persönlichkeit als „eine komplexe Menge von einzigartigen psychischen Eigenschaften, welche die für ein Individuum charakteristischen Verhaltensmuster in vielen Situationen und über einen längeren Zeitraum hinweg beeinflussen“ (S. 504). Theo Herrmann fasst zusammen: „Einigkeit besteht... darüber, dass die Persönlichkeit ein bei jedem Menschen einzigartiges, relativ überdauerndes und stabiles Verhaltenskorrelat ist“ (Herrmann, 1991, S.25, zitiert nach Laux, 2008). Nach dieser Definition bezieht sich Persönlichkeit nicht auf das konkrete Verhalten und Erleben selbst, sondern wird als einzigartiges Korrelat – als Entsprechung, Bedingung, Hintergrund – des konkreten Handelns und Erlebens aufgefasst. Und Mummendey (2003) definiert Persönlichkeit als „Inbegriff der individuellen Merkmalsausprägungen eines Menschen“ (S.28, zitiert nach Lang, 2009).

### 3.2 Persönlichkeitstheorien

Persönlichkeiten wollte man schon immer klassifizieren oder in Gruppen einteilen. Es scheint eine natürliche Tendenz bei Menschen zu geben, das eigene Verhalten und das Verhalten anderer in unterschiedliche Kategorien einzuordnen. Viele Psychologen haben sich daran versucht und so entstanden viele verschiedene (oft auch konkurrierende) Persönlichkeitstheorien. Persönlichkeitstheorien sind hypothetische Aussagen über die Struktur und die Funktionsweise individueller Persönlichkeiten (Gerrig & Zimbardo, 2008).

### 3.3 Typenansatz

Ein vorrangiges Ziel der empirischen Persönlichkeitsforschung besteht darin, die wesentlichen Unterschiede in der Persönlichkeit von Personen zu entdecken und sie der Anwendung zugänglich zu

machen. Einer der frühesten Ansätze zur Beschreibung der Persönlichkeit umfasst die Kategorisierung anhand von Typen. Danach gehört eine Person aufgrund eines oder mehrerer Merkmale einem Typus an oder eben nicht. Für alle Mitglieder desselben Typus werden die gleichen persönlichkeitspsychologischen Aussagen gemacht. Schon Hippokrates (460-377 v. Chr.) gruppierte alle individuellen Varianten nach dem Vorherrschen einer der 4 Körpersäfte (Blut, Schleim, gelbe und schwarze Galle) in Sanguiniker, Phlegmatiker, Choliker und Melancholiker. Die Vielzahl von Unterschieden im Erleben und Verhalten sollte letztlich einer der erwähnten einander ausschließenden Kategorien im Sinne von Typen zuzuordnen sein (Stemmler, Hagemann, Amelang, & Bartussek, 2010). Im 2. Jahrhundert nach Christus entwarf der spätantike griechische Arzt Galenos (auch Galen) eine Theorie, nach der die Persönlichkeit eines Menschen davon abhängt, welcher Körpersaft vorherrscht. Galen kombinierte Hippokrates Körpersäfte nach folgendem Schema mit bestimmten Persönlichkeitstypen:

Blut: Sanguinisches Temperament: fröhlich und aktiv

Schleim: Phlegmatisches Temperament: apathisch und träge

Schwarze Galle: Melancholisches Temperament: traurig und grüblerisch

Gelbe Galle: Cholisches Temperament: aufbrausend und reizbar

Im letzten Jahrhundert hat William Sheldon (1942) eine Typologie erstellt, die den Körperbau in Verbindung mit dem Temperament brachte. Er unterteilte Menschen auf der Basis ihres Körperbaus in drei Kategorien: endomorph (fett, weich, rund), mesomorph (muskulös, athletisch, stark) und ektomorph (dünn, groß, anfällig). Sheldon glaubte, dass endomorphe Menschen entspannt und gesellig sind und gerne essen. Mesomorphe Menschen sind körperbetont und voll Energie, Mut und Durchsetzungswillen. Ektomorphe Menschen sind intellektuell, künstlerisch begabt und introvertiert, sie denken über das Leben nach, statt es zu genießen oder etwas daraus zu machen (Gerrig & Zimbardo, 2008).

Genauso wie Hippokrates Theorie zuvor stellte sich auch Sheldons Idee von den Körpertypen als wenig brauchbar für die Vorhersage des Verhaltens einer Person heraus (Tyler, 1965, zitiert nach Gerrig & Zimbardo, 2008).

Besonders bekannt geworden ist die Konstitutionstypologie des deutschen Psychiaters Ernst Kretschmer (Laux, 2008). Kretschmer übernahm die auf die alten Griechen zurückgehende Unterscheidung des Körperbaus, bezeichnete die betreffenden Körperbauten jedoch als pyknisch, leptosom und athletisch. Seine Beobachtungen an psychiatrischen Patienten zufolge bestand eine Korrelation zwischen den drei Körperbauten und der Art der psychischen Erkrankung, in dem Sinne, dass Pykniker überzufällig häufig an manisch-depressiven Psychosen, Leptosomen eher an Schizophrenie erkrankten. Die Athletiker sollten vor allem das klinische Erscheinungsbild der Epilepsie aufweisen. Jede Persönlichkeitstheorie ist nur von geringem Wert, wenn sie nur für eine

gewisse Anzahl von Personen gilt. Daraus resultiert ein weiteres Argument für die dimensionale Betrachtung der Persönlichkeitsunterschiede (Stemmler et al., 2010).

### 3.4 Trait-Ansatz

Traits sind überdauernde Merkmale und Eigenschaften, die eine Person dazu prädisponieren, sich über verschiedene Situationen hinweg konsistent zu verhalten (Gerrig & Zimbardo, 2008). Traits sind „dimensions of individual differences in tendencies to show consistent patterns of thoughts, feelings and actions... over time as well as across situations“ (Costa & McCrae 1990, S.23-24, zitiert nach Lang, 2009). Die zentrale Frage lautet: Wie viele Eigenschaften sind nötig, um den Menschen zu beschreiben? Carl Gustav Jung postulierte zunächst zwei grundsätzlich unterschiedliche Einstellungstypen, den Introversions- und den Extraversionstypus (Jung, 1921, S.27, zitiert nach Laux, 2008).

Gordon Allport hielt Traits für die Bausteine der Persönlichkeit und die Quelle der Individualität. Allport identifiziert drei Arten von Traits: Kardinale Traits sind Traits, um die herum eine Person ihr Leben aufbaut. Zentrale Traits sind Traits, welche die wesentlichen Charakteristika einer Person repräsentieren, wie Ehrlichkeit oder Optimismus. Sekundäre Traits sind spezifische, persönliche Merkmale, die dazu beitragen, das Verhalten einer Person vorherzusagen, aber weniger hilfreich sind, um die Persönlichkeit eines Individuums zu verstehen (Gerrig & Zimbardo, 2008).

Raymond B. Cattell war ein Eigenschaftstheoretiker der von der Universalität der von ihm beschriebenen Eigenschaften ausging. Die Faktorenanalyse war das methodische Mittel zu ihrer Entdeckung. Cattell klassifizierte die Persönlichkeit im weiteren Sinne in verschiedene Gruppen, nämlich Fähigkeiten (abilities), Persönlichkeitswesenszüge (temperament) und Motivation oder Dynamik. Um zu den Eigenschaftsfaktoren und deren Wechselbeziehungen zu gelangen, knüpfte Cattell an die Vorarbeiten von Allport und Odbert an, die im Zuge einer psycholexikalischen Studie aus „Websters New International Dictionary“ 17953 Begriffe zur Kennzeichnung von Eigenschaften herausgesucht hatten. In einem mehrstufigen Reduktionsverfahren wurde letztlich ein Pool von 171 Variablen angelegt, die mehrheitlich in Form von Gegensatzpaaren angeordnet waren. Cattell nannte solche Verhaltensdispositionen „Oberflächeneigenschaften“. Diese Oberflächeneigenschaften wurden interkorreliert und faktorisiert. Dann erfolgte eine weitere Reduktion auf 35 Variablen und schließlich entschied sich Cattell für eine Lösung mit 12 Wurzelfaktoren. Diese Struktur wurde aufgrund von L-Daten (Fremdbeurteilungen) gewonnen. Die 12 Faktoren wurden erweitert zu dem „16 Personality Factors Inventory“ (16PF), die bis heute noch immer bedeutend sind für die Persönlichkeitsforschung. Die 16 Skalen sind zur Erfassung von Primärfaktoren gedacht. Insoweit liegen sie auf derselben Ebene wie die zwölf ursprünglichen Beurteilungs-(Rating-)Faktoren, über die lediglich die Dimensionen Q1 bis Q4 als fragebogenspezifisch hinausgehen (Stemmler et al., 2010). Diese 16 Faktoren konnten jedoch nicht immer repliziert werden und die Items korrelierten vielfach höher mit dem Skalenwert

„fremder“ Dimensionen als mit denjenigen ihrer eigenen Skala. Auch die Stabilität der Primärskalen scheint in einigen Untersuchungen an den unteren Grenzen des eben noch Vertretbaren zu liegen (z.B. Gaensslen & Mandl, 1974, zitiert nach Stemmler et al., 2010).

Hans Jürgen Eysenck (1916 – 1997) sah sich ideengeschichtlich in der Tradition der Temperamentstypologen Hippokrates, Galen, Kant und Wundt, des Konstitutionstypologen Ernst Kretschmer und des Schöpfers der psychologischen Typenlehre von Eistellungen der Extraversion und der Introversion C.G. Jung. Eysenck entwickelte das so genannte PEN-Modell. PEN steht für Psychotizismus (freundlich und rücksichtsvoll vs. aggressiv und asozial), Extraversion (nach innen vs. nach außen orientiert) und Neurotizismus (emotional stabil vs. emotional instabil). Eysenck kombinierte die beiden Dimensionen Extraversion und Neurotizismus, um eine kreisförmige Anordnung zu erhalten. Er schlug vor, dass jeder Quadrant des Kreises einen der vier Persönlichkeitstypen repräsentiere, die Hippokrates identifiziert hatte. Individuen können irgendwo in diesem Kreis verortet werden, von sehr introvertiert bis sehr extravertiert und von sehr instabil (neurotisch) bis sehr stabil. Wegen ihrer geringen Anzahl und ihres breiten Einflussbereichs werden die Eysenck'schen Typen auch als „Giant Three“ bezeichnet. Der Typenfaktor Psychotizismus umfasst ein Kontinuum von normalem und angepasstem über kriminelles und psychopathisches Verhalten bis hin zu psychotischen Erkrankungen mit Realitätsverlust und starken Störungen im Denken, Fühlen und im Verhalten. (Stemmler et al., 2010; Gerrig & Zimbardo, 2008).

### 3.5 Das Fünf-Faktoren-Modell der Persönlichkeit

Das Fünf-Faktoren-Modell gilt als der zurzeit einflussreichste Eigenschaftsansatz (McCrae, Costa, Ostendorf, Angleitner et al., 2000).

In den letzten Jahren hat sich ein Konsens herausgebildet, dass fünf Faktoren am besten geeignet sind, um die Struktur der Persönlichkeit zu charakterisieren (Gerrig & Zimbardo, 2008). Er beruht auf fünf umfassenden Persönlichkeitseigenschaften Extraversion, Neurotizismus (emotionale Stabilität), Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit und Offenheit für Erfahrung. Wenn man von den englischen Bezeichnungen ausgeht, ergibt sich das Akronym OCEAN (Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism). Das Fünf-Faktoren Modell entstand aus dem lexikalischen Ansatz (durch eine Analyse der Sprache – Persönlichkeitsmerkmale sind sprachlich repräsentiert – findet man die wichtigsten Persönlichkeitsdimensionen der Gesamtpersönlichkeit) (Laux & Renner, 2011; Stemmler et al., 2010). Wie bereits erwähnt, verwendete auch schon Cattell (16PF) die Wortliste von Allport und Odbert.

Den Ausgangspunkt der heutigen Fünf-Faktoren-Taxonomie bildeten die Studien von Tupes und Christal. Sie nahmen Re-Analysen der Korrelationsmatrizen von acht verschiedenen Stichproben vor. Obwohl die Daten aus ganz verschiedenen Personenstichproben stammten, die von verschiedenen Beurteilern eingeschätzt worden waren, fanden Tupes und Christal in allen Analysen immer wieder

fünf gemeinsame Faktoren (Stemmler et al., 2010). Die Schlussfolgerung besagte also, dass es nur fünf grundlegende Dimensionen gibt, die den Eigenschaftsbegriffen zugrunde liegen, mit welchen Menschen sich und andere beschreiben (Norman, 1963,1967; Tupes & Christal, 1961; zitiert nach Gerrig & Zimbardo, 2008). Diese Faktoren wurden wenig später von Goldberg (1981) die „Big Five“ genannt. Damit wollte er ausdrücken, dass diese Faktoren sehr breite Aspekte der Persönlichkeit auf einem relativ hohen Abstraktionsniveau umschreiben. Um die Universalität des Fünf-Faktoren-Modells nachzuweisen, waren die Forscher sehr an Studien interessiert, die im nicht englischsprachigen Sprachraum durchgeführt wurden (Stemmler et al., 2010). Die Fünf-Faktoren-Struktur wurde in einer Reihe anderer Sprachen repliziert, darunter Deutsch, Portugiesisch, Hebräisch, Chinesisch, Koreanisch und Japanisch (McCrae & Costa, 1997). Der Nachweis nach Universalität gelang recht gut (Ashton et al., 2004; De Raad, 1998; Saucier et al., 2000; Somer & Goldberg, 1999; zitiert nach Stemmler et al., 2010), wenn auch in einigen Untersuchungen andere bzw. anders interpretierte Faktoren als die Big Five gefunden wurden. Einige Unklarheiten gab es noch immer bei der Benennung und Beschreibung der Big Five. John (1990) fragte treffend, was denn nun diese Big Five seien? Bei der empirischen Beantwortung dieser Frage konnte das Fünf-Faktoren-Modell mit nur geringen Abweichungen repliziert werden (John, 1989, 1990, zitiert nach Stemmler et al., 2010). Das Fünf-Faktoren-Modell soll ein Klassifikationssystem darstellen, mit deren Hilfe man alle Menschen, die man kennt, so beschreiben kann, dass die wichtigsten Dimensionen, auf denen sie sich unterscheiden, berücksichtigt sind (Gerrig & Zimbardo, 2008).

Zusammenfassend kann man sagen, dass das Fünf-Faktoren-Modell seine Bedeutung und seine herausragende Position innerhalb der Persönlichkeitspsychologie zwei Forschungstraditionen verdankt: dem psycho-lexikalischen Ansatz und dem Fragebogenansatz (De Raad & Perugini 2002a, zitiert nach Lang, 2009). Das Modell ist vorwiegend deskriptiv. Es stellt keine Theorie dar, sondern beschreibt lediglich ein Phänomen, das potentiell allgemeingültig ist (Ostendorf & Angleitner, 1994b, zitiert nach Lang, 2009). Die fünf Faktoren verfügen über eine beachtliche Reliabilität und Validität und bleiben während des Erwachsenenlebens relativ stabil (McCrae & Costa, 1990, 2003, zitiert nach Lang, 2009).

Die NEO-Fragebögen NEO-PI-R und NEO-FFI sind die aktuell bedeutendsten Messinstrumente zur Erfassung des Fünf-Faktoren-Modells der Persönlichkeit. Costa & McCrae suchten Anfang der 80er Jahre nach neuen Faktoren, die über Eysencks Faktoren (Extraversion und Neurotizismus) hinausgehen sollten. Sie fanden eine weitere Dimension, die sie „open versus closed to experience“ nannten. Costa & McCrae erweiterten das NEO-Inventory zum NEO-Personality-Inventory (NEO-PI), indem sie die zwei Skalen Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit hinzufügten. Der überarbeitete Fragebogen liegt seit 1992 als Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R; Costa & McCrae, 1992b; deutsch: Ostendorf & Angleitner, 2004; zitiert nach Stemmler et al., 2010) vor. Das NEO-PI-R bezeichnet die fünf Faktoren als „Domänen“ (Persönlichkeitsbereiche, „domains“). Jeweils 6 „Facetten“ (Unterskalen; „facets“) sind diesen Domänen zugeordnet, um eine differenziertere

Beschreibung der Persönlichkeit zu ermöglichen. Es existiert eine Kurzform des NEO-PI-R, das NEO Five Factor Inventory (NEO-FFI), welches eine Beschreibung der Persönlichkeit ausschließlich auf der Ebene der fünf Domänen ermöglicht. Das NEO-FFI wurde von Borkenau und Ostendorf (1993) für den deutschen Sprachraum übersetzt (Stemmler et al., 2010).

### 3.5.1 Neurotizismus

Neurotizismus ist eines der zentralsten Konstrukte der Persönlichkeitspsychologie (Hennig, 2005). Diverse Studien zeigten, dass auch im interkulturellen Vergleich diese Dimension immer wieder zum Tragen kommt und somit sozioökonomische, ethnische oder kulturelle Einflussgrößen kaum eine Rolle spielen (Barret & Eysenck, 1984, zitiert nach Hennig, 2005). Der Begriff geht auf Hans J. Eysenck zurück. Nach Eysenck handelt es sich beim Neurotizismus um einen sogenannten Typenfaktor, dem die folgenden primären Eigenschaften zu Grunde liegen: Ängstlich, Depressiv, Schuldgefühle, Gespannt, Reizbar, Scheu, Launisch, Emotional (Hennig, 2005). Neben diesen Merkmalen verbinden sich mit Neurotizismus vegetative Beschwerden sowie eine gesteigerte Stress- und Krankheitsanfälligkeit. Diese Merkmale sind aber nicht pathologisch, sondern im Bereich der gesunden Persönlichkeit angesiedelt (Eysenck & Eysenck, 1968, zitiert nach Hennig, 2005). Jedoch weisen Patienten aus nahezu allen Bereichen der (Psycho-)Pathologie erhöhte Neurotizismuswerte auf (Schmerz, psychosomatische Beschwerden, Essstörungen, Depression, Suizidalität, Angst- und Zwangsstörungen, akute Schizophrenie, etc.) (Hennig, 2005).

Mit der Dimension Neurotizismus wird im Allgemeinen die gefühlsmäßige Verfasstheit einer Person beschrieben. Im Besonderen ist die emotionale Stabilität oder Instabilität dieser Person gemeint. Emotional robuste Menschen sind weniger empfindlich in Bezug auf ihre Gefühlsebene, als Personen mit hohen Neurotizismus-Werten, die in Stresssituationen schneller die emotionale Balance verlieren. Sie sind ängstlicher, verletzlicher, werden schneller traurig, depressiv, unsicher, sozial befangen und verlegen. Bei diesem bipolaren Faktor ist auf der einen Seite Stabilität, Ruhe und Zufriedenheit angesiedelt, auf der anderen Seite Besorgtheit, Labilität und Launenhaftigkeit (Chrapa, 2006).

### 3.5.2 Extraversion

Carl Gustav Jung (1921) geht von zwei Grundeinstellungen der Person aus, die er als Extraversion und Introversion bezeichnete. Beide Einstellungen sind nach seiner Auffassung in jedem Menschen vorhanden, aber in der Regel ist eine dieser beiden Einstellungen stärker ausgeprägt und damit dominant. Während extrovertierte Personen ihre psychische Energie stärker auf die externe, objektive (Um-)Welt fokussieren, sind Introvertierte sehr viel stärker auf ihre innere, subjektive (Innen-)Welt orientiert (Jung, 1921, zitiert nach Rammsayer, 2005). Heutzutage bezeichnet Extraversion eine grundlegende und universelle Persönlichkeitsdimension, die als ein zentrales Persönlichkeitsmerkmal

in fast allen Persönlichkeitsmodellen zu finden ist. Extrovertierte Personen werden in ihrem Verhalten als gesellig, lebhaft, aktiv, unternehmungslustig, selbstsicher, sorglos, optimistisch und eher aufbrausend beschrieben. Extraversion umfasst Merkmale wie Herzlichkeit, Geselligkeit, Durchsetzungsfähigkeit, Aktivität, Erlebnishunger und Frohsinn. Dagegen werden introvertierte Personen eher als zurückhaltend, schweigsam, verschlossen, introspektiv und zurückgezogen beschrieben. Sie neigen dazu, ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten sowie vor auszuplanen (Rammsayer, 2005).

### 3.5.3 Gewissenhaftigkeit

Es wird unterschieden zwischen ordentlichen, zuverlässigen, disziplinierten, ehrgeizigen, pünktlichen, peniblen, hart arbeitenden Personen und nachlässigen bzw. gleichgültigen Personen. Bei diesem bipolaren Faktor werden die Eigenschaften gut vorbereitet, organisiert, verantwortungsbewusst und vorsichtig zu sein den Eigenschaften sorglos, verantwortungslos und unbarmherzig zu sein gegenübergestellt. Gewissenhaftigkeit wird assoziiert mit Ordnungsliebe, Pflichtbewusstsein, Leistungsstreben, Selbstdisziplin, Besonnenheit und Beharrlichkeit (Chrapa, 2006).

### 3.5.4 Verträglichkeit

Unter Verträglichkeit versteht man die Neigung altruistisch, mitfühlend, verständnisvoll und wohlwollend zu sein, sowie zwischenmenschliches Vertrauen, Kooperativität und Nachgiebigkeit zu zeigen. Auf der einen Seite dieses bipolaren Faktors sind Verlässlichkeit, Freundlichkeit und mitfühlend zu sein angesiedelt. Demgegenüber stehen Kälte, Streitsüchtigkeit und Unbarmherzigkeit. Verträglichkeit verkörpert zudem Harmoniebedürfnis, Bescheidenheit, Wärme, Gutherzigkeit, Hilfsbereitschaft und Toleranz (Chrapa, 2006).

### 3.5.5 Offenheit

Offenheit für Erfahrungen wird in Verbindung gebracht mit der Wertschätzung für neue Erfahrungen, sowie der Vorliebe für Abwechslung. Personen mit hohen Werten sind wissbegierig, kreativ, phantasievoll und unabhängig in ihrem Urteil, sowie offen für Gefühle, Handlungen und Ideen. Bei diesem bipolaren Faktor sind die Eigenschaften kreativ, intellektuell und offen als Gegenpol zu einfach, oberflächlich und unintelligent definiert (Chrapa, 2006).

### 3.6 Positive Psychologie

Martin E. P. Seligman gilt als Begründer der positiven Psychologie. Seligman (2002) beschreibt drei Aufgabenbereiche der Psychologie: „Mentale Krankheiten zu heilen, das Leben aller Menschen produktiver und erfüllender zu gestalten und Talente zu erkennen und zu fördern und weiterentwickeln“ (S.4). Jedoch gerieten die beiden letzten Aufgaben nach dem Zweiten Weltkrieg vermehrt in Vergessenheit und die Psychologie konzentrierte sich hauptsächlich auf die Heilung mentaler Krankheiten. Heute erhalten Ressourcen, Stärken und Werte der Menschen sowie positive Qualitäten des Lebens durch die positive Psychologie wieder mehr Aufmerksamkeit. Damit erhält die Prävention von Krankheiten enorme Bedeutung (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Die positive Psychologie ist eine Wissenschaft, die positive – und nicht nur negative – Emotionen zu verstehen versucht, die bemüht ist, Stärken und Tugenden aufzubauen und Wegweiser aufzustellen, um Ihnen zu ermöglichen, das zu finden, was Aristoteles das „gute Leben“ genannt hat. Die positive Psychologie beruht auf drei Säulen: auf der Erforschung positiver Emotionen, auf der Erforschung positiver Charaktereigenschaften, zu denen vor allem die Stärken und Tugenden gerechnet werden, aber auch „Fähigkeiten“ wie Intelligenz oder Sportlichkeit und drittens auf der Erforschung der positiven Institutionen wie zum Beispiel Demokratie, gefestigte Familien und Informationsfreiheit – also alles, was menschliche Tugenden stärkt, die dann ihrerseits positive Emotionen fördern (Seligman, 2005).

Seligman (2005) beschreibt Wohlbefinden und Glück als die alles übergreifenden Begriffe, die die Ziele der gesamten positiven Psychologie beschreiben. Sie umfasst positive Gefühle und positive Verhaltensweise. Die gewünschten Ergebnisse der positiven Psychologie sind also Glück und Wohlbefinden. Seligman (2005) teilt die positiven Emotionen in drei Gruppen ein. Die einen beziehen sich auf die Vergangenheit, die anderen auf die Zukunft und die dritten auf die Gegenwart. Genugtuung, Zufriedenheit, Stolz und Gelassenheit sind vergangenheitsorientierte Emotionen. Optimismus, Hoffnung, Vertrauen, Glauben und Zuversicht sind zukunftsorientierte Emotionen. Die gegenwartsbezogenen positiven Emotionen bilden noch zwei weitere grundlegend verschiedene Kategorien: Vergnügen oder Genüsse (pleasures) und Belohnungen (gratifications). Die körperlichen Vergnügen sind momentane positive Emotionen, die durch die Sinne vermittelt werden. Die höheren Vergnügen sind ebenfalls momentan, sie werden jedoch durch kompliziertere Ereignisse ausgelöst. Belohnungen sich Aktivitäten, die wir lieben, beispielsweise Lesen, Tanzen oder Bergsteigen. Sie erzeugen den Flow, jenen Gemütszustand, in dem die Zeit stillsteht und man sich völlig geborgen fühlt. Jedoch können diese Belohnungen weder erreicht noch nachhaltig gesteigert werden, ohne dass wir unsere menschlichen Stärken und Tugenden entwickeln.

Glücklichkeit, das Ziel der positiven Psychologie, besteht nicht im Erreichen momentaner subjektiver Gemütszustände. Glücklichkeit umfasst ferner die Idee, dass das eigene Leben authentisch ist

(Seligman, 2005). Glück ist außerdem eine Komponente des subjektiven Wohlbefindens (Diener, 1984).

### 3.7 Lebensqualität

Der Begriff der Lebensqualität findet seine wissenschaftliche Entsprechung in verschiedenen Disziplinen, die sich mit diesem Konzept auseinandersetzen, wie zum Beispiel der Philosophie, der Ökonomie, der Soziologie, der Psychologie und nicht zuletzt der Medizin. Die daraus resultierende begriffliche und konzeptionelle Vielfalt führt dazu, dass es bis heute an einer befriedigenden nominalen Definition des Begriffes Lebensqualität mangelt. Hinzu kommt die inhaltlich schwierige Abgrenzung sowohl zwischen als auch innerhalb verwandter Konstrukte wie Glück, Lebenszufriedenheit, Gesundheit oder Wohlbefinden (Daig & Lehmann, 2007).

Lebensqualität ist die „subjektive Wahrnehmung einer Person über ihre Stellung im Leben in Relation zur Kultur und den Wertsystemen, in denen sie lebt und in Bezug auf ihre Ziele, Erwartungen, Standards und Anliegen“ (World Health Organisation, S.1, 1997).

Lebensqualität wird in die Komponenten objektive und subjektive Lebensqualität unterteilt. Unter objektiver Lebensqualität versteht man beispielsweise den Lebensstandard (z.B. Einkommen, Wohnsituation, Gesundheit etc.), unter subjektiver Lebensqualität zum Beispiel Glück oder Lebenszufriedenheit. Somit ist hier Lebensqualität ein Oberbegriff für Konzepte wie Glück und Zufriedenheit (Kozma, Stones & McNeil, 1991, zitiert nach Brunnhuber, 2010).

Schumacher, Klaiberg & Brähler (2003) weisen auf die inhaltlich eng verwandten Konzepte der Lebensqualität und des Wohlbefindens hin. Ersteres wurde im Kontext der Sozialwissenschaften und der Medizin entwickelt und findet dort auch seine schwerpunktmäßige Anwendung. Wohlbefinden ist ein ursprünglich psychologisches Konstrukt. Die Autoren betonen, dass eine klare Abgrenzung beider Konzepte kaum möglich ist. Sie werden teilweise synonym verwendet und Lebensqualität wird oft über Aspekte des Wohlbefindens definiert. Ähnliches gilt auch für den Begriff Lebenszufriedenheit (zitiert nach Peier, 2006).

Das Konstrukt der Lebenszufriedenheit ist wie das der Lebensqualität ein vage definiertes Konzept.

Bei dem Konstrukt der Lebenszufriedenheit bestehen insbesondere Schwierigkeiten in der semantischen Akzentuierung (Wohlbefinden versus Glück), dem Bezugssystem (individuell versus interindividuell), dem Umfang (global versus spezifisch) und der Perspektive (retrospektiv versus gegenwartsbezogen) (Fahrenberg et al., 1986, zitiert nach Daig & Lehmann, 2007).

Schumacher, Gunzelmann und Brähler (1996) verstehen unter Lebenszufriedenheit die „individuelle kognitive Bewertung der vergangenen und der gegenwärtigen Lebensbedingungen sowie der Zukunftsperspektive, wobei die aktuelle Lebenssituation mit eigenen Lebenszielen, Wünschen und Plänen, aber auch mit der Situation anderer Menschen verglichen wird“ (zitiert nach Brunnhuber, 2010).

### 3.8 Definitionen von Wohlbefinden

Was tut uns gut und was nicht? Wann fühlen wir uns wohl und wann nicht? Welche Faktoren tragen dazu bei? Viele würden sagen uns geht es gut, wenn wir gesund sind, wenn wir eine Arbeit haben, die uns Spaß macht und wenn wir eine liebe Familie und gute Freunde haben. Der Begriff Wohlbefinden soll nun näher beleuchtet werden.

Wohlbefinden ist auf das Adverb „wohl“ zurückzuführen und hat seinen Ursprung im gemeinromanischen und stammt vom althochdeutschen „wela“ ab (Pfeifer, 1989). Das Adverb „wohl“ wird mit folgenden Wörtern in Verbindung gebracht: „Gut, zweckmäßig, richtig, genau, geziemend, günstig, erfolgreich, glücklich, gesund, angenehm, schön, reichlich, ausreichend“ (S. 1987, Pfeifer, 1989). Der Begriff des Wohlbefindens stellt eine zentrale Kategorie zahlreicher Gesundheitsdefinitionen dar. Die World Health Organisation (1997) definiert Gesundheit als „ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“ (S.1). In der Forschung wird das Wohlbefinden in das subjektive und psychische Wohlbefinden unterteilt.

### 3.9 Theorien von Wohlbefinden

Perrig-Chiello (1997) hält ein multidimensionales Modell des Wohlbefindens für sinnvoll. Demnach lässt sich allgemeines Wohlbefinden in die drei Komponenten physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden unterteilen. Die Basis für das allgemeine Wohlbefinden liegt im körperlichen Bereich, dieser beinhaltet das Bedürfnis nach Sättigung, Wärme und Schmerzfreiheit. Die zweite Ebene der Pyramide bildet das Bedürfnis nach Geborgenheit und Zufriedenheit, also das psychische Wohlbefinden. Die Spitze der Pyramide steht für das soziale Wohlbefinden, also das Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Partizipation. Diese drei Komponenten befinden sich in ständiger Wechselwirkung, je nach Entwicklungsstadium ist die eine oder andere Ebene stärker ausgeprägt und wichtiger für unser allgemeines Wohlbefinden (zitiert nach Brunnhuber, 2010).

Becker (1991) schlägt die Unterscheidung zwischen aktuellem und habituellem Wohlbefinden vor. Aktuelles Wohlbefinden (AW) charakterisiert das momentane Erleben einer Person wie positiv getönte Gefühle, Stimmungen und körperliche Empfindungen. AW hängt laut Becker von relativ kurzfristig wirksamen Faktoren ab, d.h. diese erstrecken sich nur über Sekunden bis Stunden. Im Gegensatz dazu steht das habituelle Wohlbefinden (HW), das von relativ stabilen Person- und Umweltbedingungen abhängt (zitiert nach Brunnhuber, 2010).

Brandstätter (1994) weist auf die Notwendigkeit hin, zwischen objektivem Wohlbefinden im Sinne günstiger materieller und sozialer Lebensumstände und subjektivem Wohlbefinden im Sinne von Wohlfühlen oder Lebensfreude zu differenzieren (zitiert nach Peier, 2006).

### 3.10 Subjektive Wohlbefinden

Das Konstrukt des subjektiven Wohlbefindens wurde Ende der 50er Jahre entwickelt und wurde hauptsächlich zur Messung von Lebensqualität verwendet (Land, 1975; nach Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002).

Subjektives Wohlbefinden wird meist durch folgende Konzepte erfasst: Lebenszufriedenheit, Zufriedenheit mit bestimmten Domänen, wie z.B. Arbeitszufriedenheit, positiver und negativer Affekt (Diener, 2000).

Unter dem Begriff des Wohlbefindens werden Bewertungen des eigenen Lebens sowie das Verhältnis von angenehmen und unangenehmen physischen und psychischen Empfindungen zusammengefasst. Es handelt sich um die subjektiven Empfindungen und Einschätzungen einer Person, daher hat sich der Begriff „subjektives Wohlbefinden“ (SWB) eingebürgert. Objektive Faktoren wie zum Beispiel der Gesundheitszustand einer Person werden je nach Erwartungen oder bisherigen Erfahrungen interindividuell sehr unterschiedlich bewertet. Daher können diese Faktoren im Allgemeinen keine Auskunft darüber geben, wie zufrieden oder glücklich eine Person ist (Lischetzke & Eid, 2005).

Das momentan erlebte SWB wird vom situationsübergreifenden, habituellen SWB abgegrenzt. Das habituelle SWB weist eine mittlere Stabilität ( $r$  um .50) über mehrere Jahre auf und ist sehr konsistent über verschiedene Situationstypen (Diener & Lucas, 1999, zitiert nach Lischetzke & Eid, 2005). Auf Grund situations- und tagesspezifischer Einflüsse schwankt das momentane SWB um diesen habituellen Wert (Lischetzke & Eid, 2005). Das SWB wird in zwei Komponenten unterteilt. Staudinger (2000) unterscheidet zwischen einer kognitiven und einer affektiven Komponente des Wohlbefindens. Die kognitive Komponente umfasst die Lebenszufriedenheit, also die allgemeine Bewertung des allgemeinen Lebens, während die affektive Komponente das Gefühl des Wohlbefindens widerspiegelt.

Lischetzke & Eid (2005) unterteilen die kognitive Komponente in die allgemeine Lebenszufriedenheit und die bereichsspezifische Zufriedenheit (z.B. Zufriedenheit mit der Partnerschaft, Arbeit, Gesundheit, Finanzen). Die affektive Komponente wird unterteilt in positive Emotionen und Stimmungen und negative Emotionen und Stimmungen. Dazu zählen einerseits Freude, Liebe, Stolz, Entspannung, gehobene Stimmung und andererseits Angst, Scham, Traurigkeit, Nervosität, gedrückte Stimmung.

Die affektive Komponente bezieht sich also auf die Stimmungen und Emotionen, die Personen in ihrem Alltag erleben. Menschen erfahren positives Wohlbefinden, wenn sie viele positive und wenig negative Emotionen erleben. Sie fühlen sich wohl, wenn sie interessante Aktivitäten ausüben, wenn sie viel Freude und Liebe erfahren und wenig Schmerz, Angst oder Traurigkeit. Wichtig ist auch die

Lebenszufriedenheit (Diener, 2000). Wer mit seinem Leben zufrieden ist, fühlt sich wohl. Durchschnittlich sind Menschen mit ihrem Leben eher zufrieden als unzufrieden und erleben mehr positive als negative Gefühle (Diener, 2000).

Momentane körperliche Empfindungen angenehmer Art (z.B. kulinarische Genüsse) und unangenehmer Art (z.B. Schmerzen) gelten zwar auch als „subjektiv“, werden aber meist nicht als separate Komponente des SWB aufgeführt, da sie oft mit dem Erleben von affektiven Zuständen einhergehen (Lischetzke & Eid, 2005).

### 3.11 Messung von subjektiven Wohlbefinden

Da das SWB definitionsgemäß die persönliche Bewertung des Wohlbefindens umfasst, kommt dem Selbstbericht große Bedeutung zu (Lischetzke & Eid, 2005). Neben Selbstberichtsmaßen werden auch Fremdb Berichte (z.B. von Partnern oder Freunden) verwendet. Dazu kann man noch wiederholte Zustandsmessungen, Beobachtungsdaten (z.B. Emotionsausdruck), Reaktionszeiten (z.B. Reaktion auf affektive Stimuli), Gedächtnismaße (z.B. Zugänglichkeit von Erinnerungen an positive und negative Ereignisse) oder physiologische Maße heranziehen (Diener, 2000).

### 3.12 Psychisches Wohlbefinden

Die SWB Tradition formuliert Wohlbefinden im Hinblick auf die allgemeine Lebenszufriedenheit und Glück. Die Vertreter des psychischen Wohlbefindens (PWB) hingegen definieren Wohlbefinden eher im Hinblick auf menschliche Entwicklung und existenzielle Herausforderungen des Lebens (Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002).

In den 80er Jahren wurde das Konzept des psychologischen Wohlbefindens entwickelt. Das Konzept leitet sich aus der klinischen und Entwicklungspsychologie ab und bezieht sich auf die mentale Gesundheit, persönliches Wachstum, Lebensziele, menschliche Entwicklung, existenzielle Herausforderungen des Lebens und optimale Lösungen von grundsätzlichen Lebensveränderungen (Keyes et al., 2002).

Ryff (1989) hat ein alternatives, multidimensionales Modell des psychologischen Wohlbefindens (PWB) erstellt, das von theoretischen Diskussionen über erfolgreiches Altern, positives Funktionieren und normaler menschlicher Entwicklung abgeleitet wurde. Die Ryff-Skala erhebt mithilfe von sechs unterschiedlichen Bereichen des psychologischen Funktionierens, wie Individuen sich und ihr Leben bewerten.

Dimensionen der Ryff Skala (Ryff & Keyes, 1995, S.727):

Selbstakzeptanz:

- Person mit hohen Werten: Besitzt eine positive Haltung gegenüber sich selbst; erkennt vielfache Aspekte des Selbst, sowohl gute als auch schlechte Eigenschaften, und akzeptiert diese; hat eine positive Einstellung gegenüber der Vergangenheit.
- Person mit niedrigen Werten: Unzufrieden mit sich selbst, ist von dem enttäuscht, was sich in der Vergangenheit ereignet hat, ist über bestimmte persönliche Eigenschaften besorgt, wünscht sich anders zu sein.

Positive Beziehungen zu anderen:

- Person mit hohen Werten: Hat warme, zufrieden stellende, vertrauensvolle Beziehungen zu anderen Menschen; ist über das Wohlergehen anderer besorgt; hat starke Empathiefähigkeit, ist zu großer Zuneigung und Intimität fähig; versteht das Geben und Nehmen in menschlichen Beziehungen.
- Person mit niedrigen Werten: Hat wenige enge, vertrauensvolle Beziehungen zu anderen Menschen; findet es schwer warm, offen und besorgt um und zu anderen zu sein; ist isoliert und frustriert in zwischenmenschliche Beziehungen; ist nicht bereit Kompromisse zu schließen, um wichtige Bindungen mit anderen aufrecht zu erhalten.

Autonomie:

- Person mit hohen Werten: Ist selbstbestimmt und unabhängig, ist fähig sozialem Druck standzuhalten um selbstständig zu denken und zu handeln; steuert Verhalten eigenständig, bewertet sich selbst nach persönlichen Standards.
- Person mit niedrigen Werten: Ist über Erwartungen und Bewertungen anderer besorgt, verlässt sich bei wichtigen Entscheidungen auf Urteile anderer, passt sich im Denken und Handeln dem Erwartungsdruck an.

Beherrschung der Umgebung:

- Person mit hohen Werten: Hat Sinn und Kompetenz für die Beherrschung der Umgebung, hat Kontrolle über ein weitreichendes Spektrum von externen Aktivitäten, nutzt sich aus dem Umfeld ergebende Möglichkeiten effektiv, ist fähig entsprechend den persönlichen Bedürfnissen und Werten ein passendes Umfeld auszuwählen oder zu schaffen.
- Person mit niedrigen Werten: Hat Schwierigkeiten alltägliche Dinge zu bewältigen, fühlt sich nicht fähig das Umfeld zu verändern oder zu verbessern, ist sich aus dem Umfeld ergebenden Möglichkeiten nicht bewusst, es fehlt der Sinn für die Kontrolle der externen Welt.

Lebensziele:

- Person mit hohen Werten: Hat Ziele im Leben und ist zielstrebig, glaubt, dass das gegenwärtige und das bereits vergangene Leben eine Bedeutung hat, hat Grundsätze, die dem Leben ein Ziel geben, hat Ziele und Perspektiven für das Leben.

- Person mit niedrigen Werten: Fehlen der Bedeutung des Lebens; hat wenige Ziele, es fehlt an Zielstrebigkeit; sieht keine Ziele im früheren Leben; hat keine Perspektiven oder die Grundeinstellung, dass das Leben einen Sinn hat.

#### Persönliches Wachstum:

- Person mit hohen Werten: Hat ein Gefühl von ständiger Weiterentwicklung, sieht sich selbst als wachsend und erweiternd, ist offen für neue Erfahrungen, hat ein Gefühl für die eigenen Potentiale, sieht in einem gewissen Zeitraum Verbesserungen bei sich selbst und in seinem/ihrer Verhalten, verändert sich in Richtung mehr reflektierter Selbstkenntnis und Effektivität.
- Person mit niedrigen Werten: Hat ein Gefühl des persönlichen Stillstandes, hat kein Gefühl der Verbesserung oder Erweiterung über einen gewissen Zeitraum, ist vom Leben gelangweilt und desinteressiert, fühlt sich nicht in der Lage neue Einstellungen und neue Verhaltensweisen zu entwickeln

Wichtig ist zu betonen, dass es sich bei der Ryff-Skala nicht um eine Stimmungsskala handelt. Beim psychologischen Wohlbefinden wird ein stabileres Konstrukt erhoben, also ein Gefühl der Zufriedenheit, das über einen längeren Zeitraum generalisiert wird (Schmutte & Ryff, 1997). PWB ist jedoch nicht mit der Stabilität von Persönlichkeitseigenschaften zu vergleichen.

Subjektives Wohlbefinden und psychologisches Wohlbefinden gelten als miteinander verbunden und korreliert, da sie beide zu positivem psychischem Funktionieren beitragen. Jedoch sind sie empirisch gesehen zwei getrennte Konzeptionen von Wohlbefinden. Die Dimensionen von psychologischem Wohlbefinden, die auf existenzielle Aspekte ausgerichtet sind (Lebensziele, persönlicher Wachstum) unterscheiden sich am meisten von Messungen zu subjektivem Wohlbefinden. Sehr ähnlich und auch zu beiden Konstrukten zurechenbar sind die Dimensionen Selbstakzeptanz und Beherrschung der Umwelt. SWB kann als Balance zwischen positivem und negativem Affekt beschrieben werden, während PWB mit Lebenszielen, persönlichem Wachstum und dergleichen definiert wird und als weit stabiler als SWB gilt. (Keyes et al., 2002).

### 3.13 Forschung

Wie bereits erwähnt gab es schon einige Untersuchungen zu den Big Five und dem subjektiven Wohlbefinden. In vielen Untersuchungen wurde gezeigt, dass Persönlichkeitsmerkmale ein starker Prädiktor für SWB sind (DeNeve & Cooper, 1998, Diener et al., 1999).

Costa & McCrae fanden Zusammenhänge zwischen Extraversion, Neurotizismus und Glück. Gewissenhaftigkeit und Verträglichkeit ermöglichen eher positive Erfahrungen in sozialen und

erfolgreichen Situationen, was sich dann in höherem Wohlbefinden ausdrückt. Offenheit für Erfahrungen können sowohl positive wie negative Auswirkungen für das Wohlbefinden haben (Costa & McCrae, 1980, 1991, zitiert nach Hayes & Joseph, 2003). Daher zeigte sich zwischen Offenheit und SWB der geringste Zusammenhang (DeNeve & Cooper, 1998).

DeNeve und Copper (1998) bestätigten die Ergebnisse von Costa & McCrae. Neurotizismus und Extraversion sind die stärksten Prädiktoren für Glück und Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit sind die stärksten Prädiktoren für Lebenszufriedenheit. Der Zusammenhang von Wohlbefinden und Neurotizismus ist naheliegend, da negative Affektivität ein wichtiges Element des Neurotizismuskonstrukts darstellt.

Diener et al. (1999) stellten eine Hypothese für den Zusammenhang zwischen Extraversion und SWB auf. Diese besagt, dass in unserer Gesellschaft sozialen Beziehungen ein hoher Stellenwert eingeräumt wird und Extrovertierte daher eine höhere Passung ihrer Persönlichkeit mit ihrer Umwelt aufweisen.

Natürlich besteht auch die Möglichkeit, dass die Merkmale extrovertierter Personen eine Folge und nicht eine Ursache von höherem habituellen SWB darstellen (Lischetzke & Eid, 2005).

Hayes & Joseph (2003) fanden ebenfalls Zusammenhänge zwischen den Big Five und subjektiven Wohlbefinden. Vor allem hängen Neurotizismus, Extraversion und Gewissenhaftigkeit mit subjektiven Wohlbefinden zusammen.

Wie bereits erwähnt, gehören positive und negative Emotionen zum SWB. Positive Lebensereignisse und Extraversion korrelieren mit positiven Emotionen, wogegen Neurotizismus und negative Lebensereignisse eher mit negativen Emotionen korrelieren (Bradburn & Caplovitz, 1965, zitiert nach Diener, 2000).

Schmutte & Ryff (1997) fanden negative Zusammenhänge zwischen Neurotizismus und den Dimensionen des PWB. Positive Zusammenhänge fanden sie zwischen Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und dem PWB. Wenige bis kein Zusammenhang konnte zwischen Offenheit und den Dimensionen des PWB gefunden werden.

Roberts et al. (2006) führten eine Metaanalyse aller vorliegender Längsschnittstudien zu Mittelwertsveränderungen in den Big Five durch und konnten dadurch die Abnahme von Neurotizismus und die Zunahme von Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit im Verlauf des Erwachsenenalters bestätigen, nicht aber eine generelle Abnahme an Extraversion. Vielmehr ergaben sich für Unterfaktoren von Extraversion gegenläufige Effekte. Während Dominanz, Unabhängigkeit und Selbstsicherheit zunehmen, nehmen Geselligkeit, Aktivität und positive Affektivität ab. Diese Altersveränderungen spiegeln durchschnittliche Entwicklungsveränderungen wider, die für die Mehrheit der Untersuchten gelten, nicht aber Persönlichkeitsveränderungen im strengen Sinne (Roberts et al. 2006, zitiert nach Asendorpf, 2011).

Costa, Terracciano & McCrae (2001) führten eine Untersuchung zu Geschlechtsunterschieden und Persönlichkeitsmerkmalen durch. Es konnte gezeigt werden, dass Frauen sich selbst neurotischer, verträglicher, wärmer und offener für Gefühle einschätzten. Männer hingegen schätzten sich höher in Bezug auf Durchsetzungsvermögen und Offenheit für Ideen ein. Lang (2009) fand Unterschiede zwischen Männern und Frauen in allen fünf Faktoren der Persönlichkeit. Frauen wiesen in allen Faktoren – sprich Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Kultur höhere Werte auf. Insgesamt waren die Unterschiede aber doch eher gering.

Eine Untersuchung mit mehr als 130.000 Testpersonen zwischen 21 und 60 Jahren zeigte, dass sich Persönlichkeit auch noch nach dem 30. Lebensjahr verändert und weiterentwickelt. Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit steigen im frühen und mittleren Erwachsenenalter an, Neurotizismus nimmt bei Frauen im Alter ab, aber nicht bei Männern. Ebenso wie Extraversion – nimmt bei Frauen im Alter ab, aber nicht bei Männern und Offenheit geht ebenfalls im Alter zurück, jedoch nur sehr mäßig (Srivastava, John, Gosling, & Potter, 2003).

In den Anfängen der Wohlbefindensforschung wurden soziodemographische Variablen wie Geschlecht, Alter oder Familienstand und Ressourcen wie Einkommen oder physische Gesundheit als Einflussfaktoren auf das habituelle SBW untersucht. Die Effekte dieser Varianz waren jedoch sehr klein und konnten zusammengenommen nur etwa 15% der Varianz des SWB erklären. Männer und Frauen unterscheiden sich in den meisten Studien kaum in ihrem habituellen SWB. Frauen erleben sowohl negative als auch positive affektive Zustände intensiver als Männer. Jedoch unterscheiden sie sich nicht in Bezug auf die für allgemeine Wohlbefindensurteile entscheidende Affektbalance von Männern. Die allgemeine Lebenszufriedenheit sinkt nicht mit dem Alter und die Häufigkeit negativer Emotionen nimmt nicht zu. Verheiratete Personen weisen ein höheres SWB auf als alleinlebende, geschiedene oder verwitwete Personen. (Diener et al., 1999).

Wie bereits erwähnt, gab es schon einige Untersuchungen zu Persönlichkeitsmerkmalen und zur Lebensqualität oder Wohlbefinden. Positive Zusammenhänge zwischen Extraversion, Gewissenhaftigkeit und subjektiven Wohlbefinden sowie ein negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und subjektiven Wohlbefinden wurden oft gefunden. Doch zum nationalen Wohlbefinden in Zusammenhang mit den Big Five konnten keine Untersuchungen gefunden werden. Die Frage war, ob ähnliche Zusammenhänge wie in der bisherigen Literatur gefunden werden konnten und ein Ziel der Untersuchung war es, das nationale Wohlbefinden in Zusammenhang mit den Big Five näher zu beleuchten. Daraus folgten die Fragestellung und die Hypothesen.

## 4. Fragestellung

### 4.1 Haupthypothesen

H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen den Big Five und dem persönlichen/nationalen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen den Big Five und dem persönlichen/nationalen Wohlbefinden.

Es wurden gerichtete und ungerichtete Unterhypothesen formuliert. Da es in der Forschung schon Untersuchungen zum subjektiven Wohlbefinden gab, wurden hier gerichtete Hypothesen formuliert. Wie bereits erwähnt, wurden keine Untersuchungen zum nationalen Wohlbefinden gefunden, daher wurden hier ungerichtete Hypothesen formuliert.

### 4.2 Gerichtete Unterhypothesen

1. H0: Es besteht kein negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem persönlichen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem persönlichen Wohlbefinden.

2. H0: Es besteht kein positiver Zusammenhang zwischen Extraversion und dem persönlichen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Extraversion und dem persönlichen Wohlbefinden.

3. H0: Es besteht kein positiver Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem persönlichen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem persönlichen Wohlbefinden.

4. H0: Es besteht kein positiver Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem persönlichen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem persönlichen Wohlbefinden.

5. H0: Es besteht kein positiver Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem persönlichen Wohlbefinden.

H1: Es besteht ein positiver Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem persönlichen Wohlbefinden.

### 4.3 Ungerichtete Unterhypothesen

1. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem nationalen Wohlbefinden.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem nationalen Wohlbefinden.
2. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Extraversion und dem nationalen Wohlbefinden.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Extraversion und dem nationalen Wohlbefinden.
3. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem nationalen Wohlbefinden.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem nationalen Wohlbefinden.
4. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem nationalen Wohlbefinden.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem nationalen Wohlbefinden.
5. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem nationalen Wohlbefinden.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem nationalen Wohlbefinden.

Interessant war auch die Frage nach dem Zusammenhang zwischen dem Alter, dem Geschlecht und den Big Five sowie dem Wohlbefinden. Dazu wurden Nebenhypothesen formuliert.

### 4.4 Nebenhypothesen

H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen den Big Five und dem Alter.

H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen den Big Five und dem Alter.

1. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem Alter.
2. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Extraversion und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Extraversion und dem Alter.

3. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und dem Alter.
4. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dem Alter.
5. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dem Alter.

H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen dem persönlichen/nationalen Wohlbefinden und dem Alter.

H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem persönlichen/nationalen Wohlbefinden und dem Alter.

1. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen dem persönlichen Wohlbefinden und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem persönlichen Wohlbefinden und dem Alter.
2. H0: Es besteht kein Zusammenhang zwischen dem nationalen Wohlbefinden und dem Alter.  
H1: Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem nationalen Wohlbefinden und dem Alter.

H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich der Big Five.

H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich der Big Five.

1. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Neurotizismus.  
H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Neurotizismus.
2. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Extraversion.  
H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Extraversion.
3. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Gewissenhaftigkeit.  
H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Gewissenhaftigkeit.
4. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Verträglichkeit.  
H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Verträglichkeit.

5. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Offenheit für Erfahrungen.

H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Offenheit für Erfahrungen.

H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des persönlichen/nationalen Wohlbefindens.

H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des persönlichen/nationalen Wohlbefindens.

1. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des persönlichen Wohlbefindens.

H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des persönlichen Wohlbefindens.

2. H0: Es bestehen keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des nationalen Wohlbefindens.

H1: Es bestehen Unterschiede zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des nationalen Wohlbefindens.

## 5. Methoden

### 5.1 Big-Five-Persönlichkeitstest (B5T)

Für die Big Five Persönlichkeitsmerkmale wurde der Psychomeda Big-Five-Persönlichkeitstest (B5T) von Dr. Satow verwendet. Der Test erfasst die fünf grundlegenden Persönlichkeitsdimensionen Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Offenheit. Der Vorteil zum NEO-FFI (deutsch von Borkenau und Ostendorf) zeigt sich darin, dass der B5T weniger Items bei ähnlicher überzeugender faktorieller Struktur besitzt. Außerdem ist der B5T aktueller. Insgesamt bewegt sich die Reliabilität der Skalen des Psychomeda Big-Five Persönlichkeitstest zwischen .88 (Neurotizismus) und .70 (Verträglichkeit). Der B5T ist also kürzer als ältere Tests bei vergleichbaren Gütekriterien und aktualisierten Normen. Außerdem eignet sich dieser Fragebogen hervorragend für den Einsatz als Online-Test (Satow, 2011).

Der B5T umfasst 50 Items, jeweils 10 Items pro Skala. Der Fragebogen hat eine vierstufige Antwortskala von „trifft gar nicht zu“ (1 Punkt) bis „trifft genau zu“ (4 Punkte). Der Test eignet sich für Personen ab 16 Jahren (Satow, 2011).

### 5.2 International Well-being Index (IWI)

Für das Wohlbefinden wurde der International Well-being Index (IWI) verwendet. Entwickelt wurde dieser Fragebogen von Cummins et al. (2003a). Der Fragebogen wurde von Renn et al. (2009) in das Deutsche übersetzt. Der IWI enthält zwei Subskalen: den Personal Well-being Index (PWI) und den National Well-being Index (NWI). Der IWI umfasst 14 Items. Der PWI enthält 8 Fragen und fragt dabei nach der subjektiven Zufriedenheit des Menschen in den Bereichen Lebensstandard, Gesundheit, erreichten Zielen im Leben, persönlichen Beziehungen, Sicherheit, sozialer Gemeinschaft, Zufriedenheit in der Zukunft und nach der Religiosität/Spiritualität. Der NWI enthält 6 Fragen und fragt nach der Zufriedenheit mit der aktuellen Situation in dem Land in dem man lebt. Gefragt wird dabei nach der Zufriedenheit mit der wirtschaftlichen Situation, dem Zustand der Umwelt, den sozialen Bedingungen, der Regierung, der wirtschaftlichen Aktivität und der nationalen Sicherheit. Der Fragebogen hat eine elfstufige Antwortskala (0-10), auf der der Proband ankreuzt, wie niedrig/hoch seine Zufriedenheit ist.

Die interne Konsistenz (Cronbach Alpha) ist für beide Skalen  $>.70$  (PWI: .85; NWI: .83). Die Validität ist ebenfalls gegeben (Renn et al., 2009).

## 5.3 Stichprobe

Es wurden StudentInnen der Universität Innsbruck befragt. Durch die Spezialisierung auf eine Gruppe wurden die Störvariablen und Einflussgrößen minimiert. Es wurde eine Online-Untersuchung durchgeführt. Dazu erhielten die StudentInnen eine E-Mail mit dem Link zum Fragebogen und der Bitte zum Ausfüllen des Fragebogens. Als Motivation wurden 2 Amazon-Gutscheine verlost.

### 5.3.1 Optimale Stichprobengröße

In der Literatur wurde ein Zusammenhang von  $r=.38$  zwischen Gewissenhaftigkeit und dem subjektiven Wohlbefinden gefunden (siehe Hayes & Joseph, 2003). Bortz & Döring (1995) schreiben: „Will man z.B. eine Korrelation, die einem mittleren Effekt entspricht ( $r=0,3$ ), mit  $\text{Alpha}=0,05$  statistisch absichern, sollte  $n=68$  sein“ (S.576). Die optimale Stichprobengröße wäre daher 68 Probanden.

## 5.4 Durchführung

In der E-Mail erhielten die StudentInnen einen Link zum Fragebogen. Auf der ersten Seite fanden Sie eine kurze Beschreibung und die Einverständniserklärung (siehe Anhang). Der erste Teil umfasste die soziodemographischen Variablen. Abgefragt wurden das Geschlecht, Alter, Familienstand, Studienrichtung und die Nationalität. Dann folgten der Big-Five-Persönlichkeitstest und danach der International Well-being Index. Zum Schluss konnten die Teilnehmer ihre E-Mail Adresse angeben, falls sie beim Gewinnspiel mitmachen wollten.

## 6. Ergebnisse

### 6.1 Beschreibung der soziodemographischen Variablen

Die Stichprobe setzte sich aus 820 Personen zusammen. Davon haben 702 Personen den Fragebogen vollständig ausgefüllt. Die Fragebögen der restlichen 118 Personen wurden nur unvollständig und meist nur bis zur ersten Seite ausgefüllt bzw. dann abgebrochen. Daher wurden die unvollständigen Fragebögen ausgeschlossen. Die Skalen der Big Five und des Wohlbefindens wurden z-transformiert. Dadurch konnten die Ausreißer, bzw. Extremwerte identifiziert werden. Die statistischen Grenzen liegen bei -3 und +3. Einige Extremwerte konnten gefunden werden, jedoch nur in einer bestimmten Skala. Die restlichen Skalen der Probanden lagen im Durchschnitt. Daher wurden die Extremwerte nicht ausgeschlossen. Die Stichprobenanzahl bezog sich nun auf 702 Probanden (N=702). Davon sind 501 (71.4%) weiblich und 201 (28.6%) männlich.

Das Durchschnittsalter beträgt 24.92 Jahre ( $SD=7.01$ ). Der jüngste Teilnehmer ist 18 Jahre alt und der älteste Teilnehmer ist 72 Jahre alt.

395 (56.3%) Probanden sind ledig, 269 (38.3%) leben in einer Partnerschaft. Nur 33 (4.7%) sind verheiratet, 5 (0.7%) sind geschieden und keiner der Probanden ist verwitwet.

451 (64.2%) Probanden sind Österreicher. Danach kommt mit 139 (19.8%) Probanden Deutschland. 92 (13.1%) Italiener und 1 (0.1%) Schweizer haben teilgenommen. Aus Liechtenstein kommt kein Proband, dafür kommen 19 (2.7%) Probanden aus einer anderen Nation.

Gefragt wurde auch nach der Studienrichtung. Bei mehr als einem Studium, sollte das Hauptstudium angegeben werden. Dabei wurden fast alle Studien der Universität Innsbruck genannt. 97 (13.8%) PsychologInnen, 51 (7.3%) StudentInnen der Rechtswissenschaften, 48 (6.8%) StudentInnen der Erziehungswissenschaften, 45 (6.4%) StudentInnen der Wirtschaftswissenschaften und 42 (6.0%) Lehramt-StudentInnen füllten den Fragebogen aus. 419 (59.7%) Probanden studierten eine andere Studienrichtung.

Tabelle 1: Soziodemographische Variablen und deren Häufigkeit

Variable	N	%	Min	Max	M	SD
<u>Geschlecht</u>						
Weiblich	501	71.4				
Männlich	201	28.6				
<u>Alter</u>			18	72	24.92	7.01
<u>Familienstand</u>						
Ledig	395	56.3				
In Partnerschaft lebend	269	38.3				
Verheiratet	33	4.7				
Geschieden	5	0.7				
<u>Nationalität</u>						
Österreich	451	64.2				
Deutschland	139	19.8				
Italien	92	13.1				
Schweiz	1	0.1				
Andere Nation	19	2.7				
<u>Studienrichtung</u>						
Psychologie	97	13.8				
Rechtswissenschaften	51	7.3				
Erziehungswissenschaften	48	6.8				
Wirtschaftswissenschaften	45	6.4				
Lehramt	42	6.0				
Andere Studienrichtung	419	59.7				

## 6.2 Voraussetzungen für die Berechnungen

### Intervallskalierung

Bei beiden verwendeten Tests berechneten die Testautoren Mittelwerte. Daher wurde bei dieser Untersuchung ebenfalls von Intervallskalierung ausgegangen.

### Normalverteilung

Auf Normalverteilung wurde mittels dem Kolmogorov-Smirnov-Anpassungstest (K-S bei einer Stichprobe) getestet.

Neurotizismus ( $p=.10$ ), Gewissenhaftigkeit ( $p=.05$ ) und das nationale Wohlbefinden ( $p=.33$ ) waren normalverteilt. Extraversion ( $p=.00$ ), Verträglichkeit ( $p=.00$ ), Offenheit ( $p=.00$ ) und das subjektive Wohlbefinden ( $p=.00$ ) waren dagegen nicht normalverteilt. Das Alter ( $p=.00$ ) war ebenfalls nicht normalverteilt.

Da diese Untersuchung jedoch auf 702 Probanden zurückgreifen konnte, wurde hier dennoch von einer Normalverteilung ausgegangen. Umso größer die Stichprobe, umso schneller werden kleine Unterschiede signifikant.

### Varianz-Homogenität

Überprüfung mittels Levene-Test der Varianzgleichheit bei T-Test für unabhängige Stichproben.

Es wurden für die Dimensionen Neurotizismus ( $F=2.39$ ,  $p=.12$ ), Extraversion ( $F=2.77$ ,  $p=.10$ ), Gewissenhaftigkeit ( $F=.09$ ,  $p=.77$ ), Verträglichkeit ( $F=.29$ ,  $p=.59$ ) und Offenheit ( $F=.00$ ,  $p=.99$ ) die Varianzhomogenität angenommen. Ebenfalls wurden für das subjektive Wohlbefinden ( $F=.11$ ,  $p=.74$ ) und das nationale Wohlbefinden ( $F=3.89$ ,  $p=.05$ ) die Varianzhomogenität angenommen.

Für die Haupthypothesen wurde die Korrelation nach Pearson verwendet.

Korrelationen dienen zur Beschreibung von Zusammenhängen zwischen Variablen.

Die Strenge oder besser die Stärke des Zusammenhangs kann durch den Korrelationskoeffizienten beschrieben werden. Dieser wird mit dem Kleinbuchstaben  $r$  bezeichnet und ist stets in den Grenzen von  $-1$  bis  $+1$  gelegen:  $-1 \leq r \leq +1$  (Zöfel, 2003).

Einstufung des Korrelationskoeffizienten (Zöfel, 2003, S.151):

$ r  \leq 0,2$	sehr geringe Korrelation
$0,2 <  r  \leq 0,5$	geringe Korrelation
$0,5 <  r  \leq 0,7$	mittlere Korrelation
$0,7 <  r  \leq 0,9$	hohe Korrelation
$0,9 <  r  \leq 1$	sehr hohe Korrelation

Für die Nebenhypothesen wurde der T-Test für unabhängige Stichproben verwendet.

Der T-Test für unabhängige Stichproben vergleicht zwei Mittelwerte, die aus unterschiedlichen Stichproben stammen. Dabei ist der T-Wert das Prüfmaß, welches auf Signifikanz geprüft wird. Das Signifikanzniveau wird in dieser Untersuchung auf  $.05$  festgelegt, das heißt bei einem  $p$  kleiner als  $.05$  wird von einem signifikanten Mittelwertsunterschied ausgegangen.

3 Signifikanzstufen (Zöfel, 2003, S.92):

$p \leq 0,05$	signifikant	*
$p \leq 0,01$	sehr signifikant	**
$p \leq 0,001$	höchst signifikant	***

### 6.3 Beschreibung der Dimensionen

*Tabelle 2: Beschreibung der Dimensionen des B5T*

	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Neurotizismus	702	10	40	24.83	5.75
Extraversion	702	11	38	27.58	5.03
Gewissenhaftigkeit	702	14	39	27.03	4.52
Verträglichkeit	702	19	40	30.58	3.77
Offenheit	702	15	40	29.23	4.27

Der B5T besteht aus fünf Dimensionen. Diese Dimensionen sind Neurotizismus, Extraversion, Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und Offenheit. Jede Dimension wurde mit 10 Items abgefragt. Dabei wurden 1 Punkt („trifft gar nicht zu“) bis 4 Punkte („trifft genau zu“) vergeben. Das heißt also je höher die Werte, umso höher die Ausprägung der Dimensionen. Verträglichkeit wies den höchsten Mittelwert ( $M=30.58$ ,  $SD=3.77$ ) auf. Neurotizismus wies hingegen den geringsten Mittelwert ( $M=24.83$ ,  $SD=5.75$ ) auf.

*Tabelle 3: Interkorrelation der Big Five Dimensionen*

	<i>N</i>	<i>E</i>	<i>G</i>	<i>V</i>	<i>O</i>
Neurotizismus	1	-.20**	.06	-.07*	-.33**
Extraversion		1	-.09*	.22**	.40**
Gewissenhaftigkeit			1	.19**	-.15**
Verträglichkeit				1	.22**
Offenheit					1

Anmerkungen. \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$  (zweiseitig)

Es wurde ein geringer negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Extraversion ( $p=.00$ ) gefunden. Es wurde ein sehr geringer negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Verträglichkeit ( $p=.05$ ), sowie ein geringer negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Offenheit ( $p=.00$ ) gefunden. Extraversion korrelierte sehr gering negativ mit Gewissenhaftigkeit ( $p=.02$ ). Es wurde ein geringer positiver Zusammenhang zwischen Extraversion und Verträglichkeit ( $p=.00$ ) sowie zwischen Extraversion und Offenheit ( $p=.00$ ) gefunden. Gewissenhaftigkeit korrelierte gering positiv mit Verträglichkeit ( $p=.00$ ) und gering negativ mit Offenheit ( $p=.00$ ). Verträglichkeit

und Offenheit korrelierten ebenfalls gering positiv ( $p=.00$ ) miteinander. Keine Korrelation bestand zwischen Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit ( $p=.10$ ).

*Tabelle 4: Beschreibung der Dimensionen des IWI*

	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Subjektive Wohlbefinden	702	63	100	71.25	15.22
Nationale Wohlbefinden	702	0	100	56.61	18.17

Der IWI besteht aus zwei Dimensionen. Der Test besteht aus den Dimensionen subjektives Wohlbefinden (8 Items) und nationales Wohlbefinden (6 Items). Dabei wurden 0 Punkte („absolut unzufrieden“) bis 10 Punkte („absolut zufrieden“) vergeben. Das heißt also je höher die Werte, umso höher die Ausprägung der Dimensionen. Das subjektive Wohlbefinden wies einen höheren Mittelwert ( $M=71.25$ ,  $SD=15.22$ ) als das nationale Wohlbefinden ( $M=56.61$ ,  $SD=18.17$ ) auf.

*Tabelle 5: Interkorrelation der Wohlbefinden Dimensionen*

	Subjektive Wohlbefinden
Nationale Wohlbefinden	.30**

Anmerkungen. \*\*  $p<.01$  (zweiseitig)

Das subjektive und das nationale Wohlbefinden korrelierten gering positiv miteinander ( $p=.00$ ).

## 6.4 Überprüfung der Hypothesen

Besteht ein Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen und dem persönlichen/subjektiven Wohlbefinden?

*Tabelle 6: Korrelationen von subjektiven Wohlbefinden und den Big Five*

Subjektive Wohlbefinden	
Neurotizismus	-.48**
Extraversion	.28**
Gewissenhaftigkeit	.05
Verträglichkeit	.22**
Offenheit	.33**

Anmerkungen. \*\*  $p < .01$  (einseitig)

Es wurde ein mittlerer negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus ( $p = .00$ ) und dem subjektiven Wohlbefinden gefunden. Hier wurde die Alternativhypothese H1 angenommen. Neurotische Personen wiesen in dieser Stichprobe ein geringeres subjektives Wohlbefinden auf. Geringe positive Zusammenhänge wurden zwischen Extraversion ( $p = .00$ ), Verträglichkeit ( $p = .00$ ), Offenheit ( $p = .00$ ) und dem subjektiven Wohlbefinden gefunden. Hier wurden ebenfalls die Alternativhypothesen H1 angenommen. Extrovertierte, verträgliche und offene Personen wiesen ein höheres subjektives Wohlbefinden auf. Kein Zusammenhang wurde zwischen Gewissenhaftigkeit ( $p = .09$ ) und dem subjektiven Wohlbefinden gefunden. Hier wurde die Nullhypothese H0 angenommen.

Besteht ein Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen und dem nationalen Wohlbefinden?

*Tabelle 7: Korrelationen von nationalen Wohlbefinden und den Big Five*

Nationale Wohlbefinden	
Neurotizismus	-.09*
Extraversion	.09*
Gewissenhaftigkeit	.02
Verträglichkeit	.02
Offenheit	.00

Anmerkungen. \*  $p < .05$  (zweiseitig)

Es wurde ein sehr geringer negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus ( $p = .02$ ) und dem nationalen Wohlbefinden gefunden. Hier wurde die Alternativhypothese H1 angenommen. Neurotische Personen wiesen in dieser Stichprobe ein geringeres nationales Wohlbefinden auf. Ein

sehr geringer positiver Zusammenhang konnte zwischen Extraversion ( $p=.02$ ) und dem nationalen Wohlbefinden gefunden werden. Hier wurde ebenfalls die Alternativhypothese H1 angenommen. Extrovertierte Personen wiesen ein höheres nationales Wohlbefinden auf. Keine Zusammenhänge wurden zwischen Gewissenhaftigkeit ( $p=.68$ ), Verträglichkeit ( $p=.54$ ), Offenheit ( $p=.94$ ) und dem nationalen Wohlbefinden gefunden. Hier wurden die Nullhypothesen H0 angenommen.

Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Alter und den Big Five, dem subjektiven sowie dem nationalen Wohlbefinden?

*Tabelle 8: Korrelationen von Alter und den Big Five sowie dem subjektiven und nationalen Wohlbefinden*

	Alter
Neurotizismus	-.21**
Extraversion	-.20**
Gewissenhaftigkeit	-.03
Verträglichkeit	-.04
Offenheit	.02
Subjektive Wohlbefinden	.04
Nationale Wohlbefinden	-.08*

Anmerkungen. \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$  (zweiseitig)

Es wurden geringe negative Zusammenhänge zwischen Neurotizismus ( $p=.00$ ), Extraversion( $p=.00$ ) und dem Alter gefunden. Es wurde ein sehr geringer negativer Zusammenhang zwischen dem nationalen Wohlbefinden ( $p=.04$ ) und dem Alter gefunden. Hier wurden die Alternativhypothesen H1 angenommen. In dieser Stichprobe waren ältere Personen weniger neurotisch und weniger extrovertiert. Ebenso wiesen ältere Personen ein geringeres nationales Wohlbefinden auf. Keine Zusammenhänge wurden zwischen Gewissenhaftigkeit ( $p=.39$ ), Verträglichkeit ( $p=.31$ ), Offenheit ( $p=.61$ ), subjektiven Wohlbefinden ( $p=.26$ ) und dem Alter gefunden. Hier wurden die Nullhypothesen H0 angenommen.

Besteht ein Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich der Big Five und dem Wohlbefinden?

Tabelle 9: T-Test für unabhängige Stichproben für die Big Five und das Wohlbefinden bei Frauen und Männern

	Frauen		Männer		<b>T</b>	<b>p</b>
	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>		
Neurotizismus	2.56	.58	2.29	.52	5.80	<b>.00</b>
Extraversion	2.78	.49	2.70	.54	2.07	<b>.04</b>
Gewissenhaftigkeit	2.71	.45	2.69	.44	.68	.50
Verträglichkeit	3.06	.38	3.05	.38	.56	.57
Offenheit	2.92	.42	2.93	.43	-.25	.80
Subjektive WB	7.11	1.50	7.16	1.58	-.41	.68
Nationale WB	5.55	1.77	5.93	1.91	-2.51	<b>.01</b>

Anmerkungen.  $p \leq 0.05$  = signifikant

Es wurde ein höchst signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Neurotizismus ( $T=5.80$ ,  $p=.00$ ) gefunden. Frauen wiesen einen höheren Mittelwert ( $M=2.56$ ) auf. Hier wurde die Alternativhypothese  $H_1$  angenommen. Ebenso wurde ein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Extraversion ( $T=2.07$ ,  $p=.04$ ) gefunden. Frauen wiesen auch hier einen höheren Mittelwert ( $M=2.78$ ) auf. Hier wurde ebenfalls die Alternativhypothese  $H_1$  angenommen. Frauen und Männer unterschieden sich signifikant hinsichtlich des nationalen Wohlbefindens ( $T=-2.51$ ,  $p=.01$ ). Hier wiesen die Männer einen höheren Mittelwert ( $M=5.93$ ) auf. Hier wurde die Alternativhypothese  $H_1$  angenommen.

Keine Unterschiede zwischen Männern und Frauen bestanden hinsichtlich der Gewissenhaftigkeit ( $T=.68$ ,  $p=.50$ ), Verträglichkeit ( $T=.56$ ,  $p=.57$ ), Offenheit ( $T=-.25$ ,  $p=.80$ ) und dem subjektiven Wohlbefinden ( $T=-.41$ ,  $p=.68$ ). Hier wurden die Nullhypothesen  $H_0$  angenommen.

## 7. Diskussion

Dieser Abschnitt enthält eine Zusammenfassung über die berichteten Ergebnisse. Die Ergebnisse werden mit dem bestehenden Forschungsstand verglichen und Interpretationen werden herangezogen. Außerdem wird auf Grenzen und Kritik dieser Arbeit eingegangen sowie eine Schlussfolgerung mit einem Ausblick gegeben.

Bei den Korrelationen der Big Five Dimensionen untereinander konnten die höchsten Korrelationen zwischen Neurotizismus und Offenheit ( $r = -.33$ ), sowie Offenheit und Extraversion ( $r = .40$ ) gefunden werden. Die Korrelation zwischen Neurotizismus und Extraversion ( $r = -.20$ ) war nicht so hoch wie erwartet. Ängstliche, labile Menschen sind weniger gesellig, neugierig und offen. Gesellige, expressive Menschen sind hingegen oftmals auch offen, experimentierfreudig und neugierig (Satow, 2011). Neurotizismus steht in keinem Zusammenhang mit Gewissenhaftigkeit. Es besteht nur ein sehr geringer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Verträglichkeit, sowie zwischen Extraversion und Gewissenhaftigkeit. Angesichts der geringen Korrelationen kann davon ausgegangen werden, dass die fünf Faktoren voneinander unabhängig sind.

Zusammenhänge zwischen Neurotizismus, Extraversion, Verträglichkeit, Offenheit und dem subjektiven Wohlbefinden wurden – wie erwartet – gefunden. In der Studie von Hayes & Joseph (2003) konnte gezeigt werden, dass vor allem Neurotizismus, Extraversion und Gewissenhaftigkeit mit subjektiven Wohlbefinden zusammenhängt. In der vorliegenden Studie konnte hingegen kein Zusammenhang zwischen Gewissenhaftigkeit und subjektiven Wohlbefinden gefunden werden. Haben gewissenhafte Menschen doch kein höheres subjektives Wohlbefinden? Beim Wort Gewissenhaftigkeit denken wir meist an ehrliche, ordentliche, zuverlässige und ehrgeizige Personen. Niemand möchte ein „schlechtes Gewissen“ bezüglich einer bestimmten Tat oder bestimmter Worte wegen haben. Wer dann doch ein schlechtes Gewissen hat, wird wahrscheinlich ein geringeres Wohlbefinden aufweisen – würde man denken. Derjenige fühlt sich schlichtweg nicht wohl in seiner Haut. Daher könnte Gewissenhaftigkeit durchaus einen Einfluss auf das Wohlbefinden haben. Andererseits gibt es Menschen, denen ein schlechtes Gewissen nichts ausmacht. Die sich dadurch gleich wohl oder unwohl fühlen. Hat ein Dieb nach einem Raub ein schlechtes Gewissen? Das wird immer von der Person abhängig sein und ist so nicht beantwortbar. Gewissenhaftigkeit muss daher nicht unbedingt in Zusammenhang mit dem subjektiven Wohlbefinden stehen. Die gefundenen Korrelationen zwischen Neurotizismus, Extraversion, Verträglichkeit, Offenheit und dem subjektiven Wohlbefinden waren nur gering. Die höchste Korrelation wurde zwischen Neurotizismus und subjektiven Wohlbefinden mit einem  $r$  von  $-.48$  gefunden. Neurotische Menschen wiesen in dieser

Stichprobe also ein geringeres subjektives Wohlbefinden auf. Extraversion wies mit einem  $r$  von .28 den drittstärksten Zusammenhang (nach Neurotizismus und Offenheit) mit dem subjektiven Wohlbefinden auf. Dies entspricht den Ergebnissen von Costa & McCrae, die Zusammenhänge zwischen Neurotizismus, Extraversion und Glück fanden. Neurotische Menschen sind ängstlicher, verletzlicher und schneller traurig. Es erscheint logisch, dass neurotische Menschen ein geringeres Wohlbefinden aufweisen als emotional stabilere Menschen. Warum weisen extrovertierte Menschen ein höheres subjektives Wohlbefinden auf? Extrovertierte Personen werden in ihrem Verhalten als gesellig, lebhaft, aktiv, unternehmungslustig, selbstsicher, sorglos, optimistisch und eher aufbrausend beschrieben. Introvertierte Personen wären eher zurückhaltend, schweigsam oder verschlossen. Was hört sich besser an und welche Eigenschaften werden zu einem höheren Wohlbefinden führen? Natürlich die Eigenschaften der Extrovertierten. Wer geselliger ist, wird mehr soziale Beziehungen aufbauen können als ein verschlossener Mensch. Wir brauchen Menschen um uns. Das liegt in unserer Natur. Dann fühlen wir uns wohl. Aufpassen muss man natürlich dabei, dass es kein Kausalzusammenhang zwischen Extraversion und Wohlbefinden gibt. Extraversion garantiert nicht ein höheres subjektives Wohlbefinden. Es kann durchaus sein, dass Menschen mit einem hohen Wohlbefinden extrovertierter werden. Wer sich wohl fühlt strahlt das auch aus und geht vielleicht anderes auf Menschen zu als Menschen, die sich nicht wohlfühlen. McCrae & Costa fanden heraus, dass Gewissenhaftigkeit und Verträglichkeit eher positive Erfahrungen in sozialen und erfolgreichen Situationen ermöglichen, was sich dann in höherem Wohlbefinden ausdrückt. Hayes & Joseph (2003) konnten in ihrer Studie hingegen keinen Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und subjektiven Wohlbefinden finden. Verträglichkeit bezieht sich auf die Qualität der zwischenmenschlichen Beziehungen, auf bestimmtes Verhalten wie Kooperation und Vertrauen in zwischenmenschlichen Beziehungen. Verträgliche Menschen sind altruistisch, mitfühlend oder verständnisvoll. In der vorliegenden Studie wurde ein Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und subjektiven Wohlbefinden von  $r = .22$  gefunden. Ein ebenfalls geringer Zusammenhang. Jedoch erscheint der Zusammenhang einleuchtend. Verträgliche Personen strahlen die positiven Eigenschaften aus – ähnlich wie extrovertierte Personen – und werden daher schon positiv von ihren Mitmenschen wahrgenommen. Wer von seinen Mitmenschen gut angenommen wird, wird sich wohler fühlen als diejenigen, die von anderen Menschen abgelehnt werden. Der Faktor Offenheit für Erfahrungen war schon immer das Sorgenkind der Big Five. Dieser Faktor ist der meistdiskutierte und umstrittenste. Offenheit für Erfahrungen wird in Verbindung gebracht mit der Wertschätzung für neue Erfahrungen, sowie der Vorliebe für Abwechslung. Personen mit hohen Werten sind wissbegierig, phantasievoll, offen für Gefühle, Handlungen und Ideen. Offenheit für Erfahrungen können sowohl positive wie negative Auswirkungen für das Wohlbefinden haben. De Neve & Cooper (1998) fanden zwischen Offenheit und dem subjektiven Wohlbefinden den geringsten Zusammenhang. In der vorliegenden Studie konnte ein Zusammenhang von  $r = .33$  zwischen Offenheit und subjektiven Wohlbefinden gefunden werden. Dieser Zusammenhang war damit der zweithöchste nach dem Zusammenhang von

Neurotizismus und Extraversion. Dieser positive Zusammenhang erstaunte ein wenig. In dieser Stichprobe hatten offene Menschen also ein höheres subjektives Wohlbefinden. Wenn man die Eigenschaften, die diesem Faktor zugeordnet sind, betrachtet, erscheint dieser Zusammenhang jedoch logisch.

Wenn man „nationales Wohlbefinden“ googelt, wird man nicht richtig fündig. Was bedeutet das eigentlich? Unter dem nationalen Wohlbefinden verstehe ich meine Zufriedenheit mit dem jetzigen Zustand des Landes in dem ich lebe. Ein Zustand der von Glück, Gesundheit und Wohlstand gekennzeichnet sein sollte. Was unterscheidet das subjektive vom nationalen Wohlbefinden? In der vorliegenden Studie konnte ein Zusammenhang von  $r=.30$  zwischen dem subjektiven und dem nationalen Wohlbefinden gefunden werden. Renn et al. (2009) berichten, dass die Items des nationalen Wohlbefindens distaler, also ferner, als die Items des persönlichen Wohlbefindens zu betrachten sind. Bei der Frage nach dem nationalen Wohlbefinden wurde nach der Zufriedenheit mit der wirtschaftlichen Situation im eigenen Land, nach der Zufriedenheit mit dem Zustand der Umwelt im eigenen Land, nach der Zufriedenheit mit der Regierung und der wirtschaftlichen Aktivität im eigenen Land oder nach der Zufriedenheit mit der sozialen Sicherheit im eigenen Land gefragt. Im Gegensatz dazu wurde bei der Frage nach dem persönlichen Wohlbefinden nach der Zufriedenheit mit dem Lebensstandard, mit der Gesundheit, mit persönlichen Beziehungen oder mit der zukünftigen Sicherheit gefragt. Die Fragen nach dem persönlichen Wohlbefinden betreffen die Person an sich mehr als die Fragen nach dem nationalen Wohlbefinden. Diese Fragen wurden vielleicht etwas distanzierter beantwortet. Hierbei standen vielleicht eher die objektiven Tatsachen über die verschiedenen Themen im Vordergrund und weniger die persönlichen Gefühle. In der vorliegenden Studie korrelierten nur Neurotizismus und Extraversion mit dem nationalen Wohlbefinden. Diese Korrelationen waren jedoch äußerst gering! Dass neurotische Personen ein geringeres nationales Wohlbefinden aufweisen, klingt einleuchtend. Die Ergebnisse erstaunten ein wenig, da doch ein Zusammenhang zwischen dem subjektiven und dem nationalen Wohlbefinden gefunden werden konnte. Ebenso erstaunt es, dass zwischen der Offenheit für Erfahrungen und dem nationalen Wohlbefinden gar kein Zusammenhang bestand ( $r=.00$ ). Wie bereits erwähnt, könnte der Grund für die sehr schwachen Korrelationen der sein, dass hier die ProbandInnen distanzierter und eher objektiv geantwortet haben. Sie haben ihre Antworten vielleicht eher danach gerichtet, wie das Land in den jeweiligen Bereichen von anderen eingeschätzt wird und weniger wie zufrieden sie selbst mit den Zuständen sind. Wie wird ein Land dargestellt? Man hört doch immer nur, was in einem Land schief läuft und was man ändern muss. Das Land hat zu viele Schulden, die Ausbildungen sind in anderen Ländern viel besser und die Arbeitslosenrate ist zu hoch. Da bekommt man doch schon einen negativen Eindruck, oder etwa nicht? In dieser Untersuchung zeigte die Stichprobe einen höheren Mittelwert bezüglich des subjektiven und einen niedrigeren Mittelwert bezüglich des nationalen Wohlbefindens. Das subjektive Wohlbefinden wurde im Durchschnitt also höher als das nationale Wohlbefinden eingestuft.

Neurotizismus, Extraversion und das nationale Wohlbefinden korrelierten mit dem Alter. Diese Korrelationen waren jedoch wieder nur gering. Die Zusammenhänge waren alle negativ. Man könnte sagen, dass in der Stichprobe ältere Personen weniger neurotisch und weniger extrovertiert waren. Ebenso wiesen ältere Personen ein niedrigeres nationales Wohlbefinden auf. Wobei dieser Zusammenhang sehr gering war. Roberts et al. (2006) konnten die Abnahme von Neurotizismus und die Zunahme von Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit im Verlauf des Erwachsenenalters bestätigen. In der vorliegenden Untersuchung konnten keine Zusammenhänge zwischen Gewissenhaftigkeit, Verträglichkeit und dem Alter gefunden werden. Ebenso wurde kein Zusammenhang zwischen dem subjektiven Wohlbefinden und dem Alter gefunden werden. Man könnte meinen, dass im Alter das subjektive Wohlbefinden abnimmt. Gründe könnten die fehlende Gesundheit oder Verluste von nahen Personen sein. Andererseits könnte das Wohlbefinden in der Pension steigen. Ältere Menschen müssen nicht mehr arbeiten und haben weniger Stress. Sie können sich auf die Dinge konzentrieren, die sie schon immer aufgeschoben haben. Was könnten Gründe dafür sein, dass das nationale Wohlbefinden im Alter abnimmt? Vielleicht ist einer der Gründe, dass ältere Menschen pessimistischer sind. Hier kommt mir das Bild der verbitterten alten Oma in den Sinn. Ältere Menschen haben schon viel gesehen und erlebt und wissen dass das Leben nicht nur Höhen, sondern auch Tiefen hat. Fühlen sich ältere Menschen mehr mit ihrer Nation verbunden und gaben daher persönlichere Antworten? Die Annahme der pessimistischen und verbitterten älteren Menschen widerspricht der These, die besagt, dass Neurotizismus im Alter abnimmt. Wie stark werden positive und negative Emotionen erlebt? Personen mit hohen Ausprägungen auf der Neurotizismus-Skala sind empfindlich und neigen dazu, unter Stress aus dem emotionalen Gleichgewicht zu geraten. Hier sehe ich den Unterschied zwischen jungen und alten Menschen. Ältere Menschen verlieren nicht so schnell die emotionale Balance und Emotionen werden nicht mehr so intensiv erlebt. Ältere Menschen wirken gefestigter. Sie kann nichts mehr so schnell aus der Ruhe bringen. Extraversion nimmt ebenfalls im Alter ab. Ältere Menschen sind in ihrer Aktivität vielleicht eingengt, kommen nicht mehr unter Mitmenschen, worunter die Geselligkeit leidet. Der Erlebnishunger nimmt ab, da man in seinem Leben ja doch schon viel gesehen hat und nicht mehr alles mitmachen muss.

Es besteht ein Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich Neurotizismus. Frauen wiesen einen höheren Mittelwert auf. Ebenso wiesen Frauen einen höheren Mittelwert hinsichtlich Extraversion auf. Frauen sind emotionaler wie Männer. Sie geraten eher aus dem emotionalen Gleichgewicht und sind ängstlicher, schneller traurig und launischer. Frauen sind ebenso geselliger, geschwätziger und herzlicher. Dieser Aussage würden viele Menschen zustimmen und dies gleicht den typischen Geschlechtsstereotypen. Die Forschung konnte zeigen, dass Frauen sowohl negative als auch positive affektive Zustände intensiver als Männer erleben. Es wurde hingegen kein Unterschied

zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des subjektiven Wohlbefindens gefunden werden. Frauen fühlen sich also subjektiv nicht wohler als Männer und umgekehrt. Männer wiesen in dieser Stichprobe ein höheres nationales Wohlbefinden auf. Dieses Ergebnis erstaunte ein wenig. Was könnten die Gründe dafür sein? Sind Männer stärker mit der Nation, dem Staat an sich verbunden und haben dadurch persönlicher geantwortet? Haben sie sich vielleicht eingeredet, dass sie mit dem aktuellen Zustand der Nation zufrieden sind? Beschäftigen sich Männer vielleicht mehr mit diesem Thema? Und wieso wiesen Frauen ein niedrigeres nationales Wohlbefinden auf? Diese Fragen könnten in zukünftigen Untersuchungen näher beleuchtet werden.

Die Erfassung durch den Fragebogen beinhaltet nur eine Momentaufnahme, welche durch die aktuelle Stimmung beeinflusst werden kann. Ebenso fehlte die standardisierte Umgebung beim Ausfüllen der Fragebögen. Eine Störvariable stellt unter anderem die soziale Erwünschtheit dar. Menschen neigen dazu, sich in einem besseren Licht darzustellen. Ebenso muss die Kritik der Selbstbeurteilung angegeben werden. Personen schätzen sich selbst ein und haben auch ein spezielles Bild von sich. Ob dieses Bild mit der Realität oder einer Fremdeinschätzung übereinstimmt, ist unklar. Die Ergebnisse können deshalb nur in dem Sinne interpretiert werden, dass sie sich auf die Selbstbeschreibung der Testpersonen beziehen. Die Störvariablen können die Ergebnisse beeinflussen.

Die Ergebnisse dieser Stichprobe dürfen nicht ohne weiteres auf andere Stichproben übertragen werden. Die Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist deshalb in Frage gestellt, da die Stichprobe keine repräsentative Stichprobe darstellt. Befragt wurden StudentInnen der Universität Innsbruck. Eventuell ergeben sich ganz andere Ergebnisse, wenn eine andere Stichprobe verwendet wird.

Kritisierbar ist der B5T von Dr. Satow vor allem wegen der fehlenden Belege zur Validität des Tests.

Die Ergebnisse können unter diesem Hintergrund keine Allgemeingültigkeit erlangen. Dies kann zu unterschiedlichen Ergebnissen führen, wenn Forschungsergebnisse mit anderen Messinstrumenten verglichen werden!

Die Big Five Persönlichkeitsmerkmale sind in der Literatur wild umstritten. Unklarheiten gab es immer schon bei der Benennung und Beschreibung der Big Five. Und reichen die 5 Faktoren wirklich aus, um die gesamte Persönlichkeit zu beschreiben? Diese Frage ist allgegenwärtig und immer noch nicht wirklich beantwortet.

In dieser Studie konnten Zusammenhänge zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und Wohlbefinden gefunden werden, jedoch waren diese nur gering. De Neve & Cooper (1998) waren der Meinung, dass die Persönlichkeit durchaus eine wichtige Rolle in Bezug auf das Wohlbefinden einnimmt, jedoch nicht die einzige wichtige Variable darstellt. In der durchgeführten Metaanalyse konnten die Persönlichkeitsmerkmale im Durchschnitt 4% der Varianz des Wohlbefindens aufklären. Persönlichkeit kann nicht als vollständige Erklärung für das Wohlbefinden dienen! Auf das

Wohlbefinden haben so viele andere Faktoren ebenfalls einen Einfluss. Interessant wäre es herauszufinden, welche die Hauptfaktoren für das Wohlbefinden sind. Und die nächste Frage wäre, wie man diese Faktoren stärken könnte. Dies wäre dann schon Teil der Gesundheitspsychologie.

Insgesamt konnten ähnliche Ergebnisse wie in der bisherigen Literatur zum Zusammenhang zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und Wohlbefinden gefunden werden. Die gefundenen Korrelationen waren aber nur gering! Zum nationalen Wohlbefinden wurde vorher noch keine Literatur gefunden. Die Zusammenhänge zwischen Neurotizismus, Extraversion und dem nationalen Wohlbefinden waren ebenfalls sehr gering. Hier wäre es besonders interessant weiter zu forschen. Interessant wären auch die Unterschiede zwischen Männern und Frauen näher zu beleuchten, vor allem in Bezug auf das Wohlbefinden. Und wie genau sieht das Wohlbefinden im Alter aus? Was genau kann man tun, um das Wohlbefinden im Alter zu steigern?

Die Persönlichkeit scheint also einen Einfluss auf das Wohlbefinden zu haben. Wenn auch nur einen geringen Einfluss. Neben der Persönlichkeit existieren noch viele andere Faktoren, die unter Umständen einen höheren Einfluss auf das Wohlbefinden haben können!

## 8. Literaturverzeichnis

- Amelang, M., Bartussek, D., Stemmler, G., & Hagemann, D. (2006). *Differentielle Psychologie und Persönlichkeitsforschung* (6., vollst. überarb. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Asendorpf, J. B. (2009). *Persönlichkeitspsychologie*. Heidelberg: Springer.
- Asendorpf, J. B. (2011). *Persönlichkeitspsychologie* (2. Aufl.). Heidelberg: Springer.
- Bartkowiak, A. (2008). *Eine umfassende Betrachtung der Einflussfaktoren psychologischen Wohlbefindens und deren Zusammenhänge - unter Einbeziehung religiöser und spiritueller Variablen*. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Universität Wien.
- Bortz, J. & Döring, N. (1995). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler* (2. Aufl.). Berlin: Springer.
- Brunnhuber, E. (2010). *Eine Intervention zur Steigerung des subjektiven Wohlbefindens bei älteren Menschen*. Unveröffentlichte Diplomarbeit. Universität Wien.
- Chrapa, J. (2006). *Persönlichkeit und Substanzmissbrauch. Beziehungen zwischen Persönlichkeitsmerkmalen, Substanzkonsum und Schlafverhalten bei Jugendlichen*. Unveröffentlichte Diplomarbeit. Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg.
- Costa, P. T., Terracciano, A. & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322-331.
- Daig, I. & Lehmann, A. (2007). Verfahren zur Messung der Lebensqualität. *Zeitschrift für Medizinische Psychologie*, 16, 5-23.
- DeNeve, K.M. & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2008). *Psychologie* (18. akt. Aufl.). München: Pearson-Studium.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34(4), 723-727.
- Hennig, J. (2005). Neurotizismus. In H. Weber & T. Rammsayer (Hrsg.), *Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie* (251-256). Göttingen: Hogrefe.
- Keyes, C. L. M., Ryff, C. D. & Shmotkin, D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82,

1007-1022.

- Lang, D. (2009). Soziale Kompetenz und Persönlichkeit. In R. S. Jäger, & R. Arbinger (Hrsg.), *Psychologie*, 61. Landau: Verlag Empirische Pädagogik.
- Laux, L. (2008). *Persönlichkeitspsychologie* (2. überarb. und erw. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Laux, L. & Renner, K. (2011). Persönlichkeitspsychologie. In A. Schütz, H. Selg, M. Brand & S. Lautenbacher (Hrsg.), *Psychologie. Eine Einführung in ihre Grundlagen und Anwendungsfelder* (4. vollst. überarb. u. erw. Aufl.) (210-234). Stuttgart: Kohlhammer.
- Lischetzke, T. & Eid, M. (2005). Wohlbefinden. In H. Weber & T. Rammsayer (Hrsg.), *Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie* (413-422). Göttingen: Hogrefe.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr. (1997). Personality trait structures as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F. & Angleitner, A. et al. (2000). Nature over Nurture: Temperament, personality, and life-span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.
- Peier, K. (2006). *Psychische Ressourcen zur Unterstützung des subjektiven Wohlbefindens im Alter*. Unveröffentlichte Diplomarbeit. Hochschule für Angewandte Psychologie.
- Pfeifer, W. (1989). *Etymologisches Wörterbuch der Deutschen Q-Z*. Berlin: Akademie- Verlag.
- Rammsayer, T. (2005). Extraversion. In H. Weber & T. Rammsayer (Hrsg.). *Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie* (257-265). Göttingen: Hogrefe.
- Renn, D., Pfaffenberger, N., Platter, M., Mitmansgruber, H., Cummins, R. A., & Höfer, S. (2009). International Well-being Index: The Austrian Version. *Social Indicators Research*, 90, (243-256).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. (1995). The Structure of Psychological Well-being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Satow, L. (2011). Psychomeda Big-Five-Persönlichkeitstest (B5T): Skalendokumentation und Normen. Forschungsbericht erhältlich unter [www.psychomeda.de](http://www.psychomeda.de).
- Schmutte, P. S. & Ryff, C. D. (1997). Personality and Well-Being: Reexamining Methods and Meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 549-559.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy. In C. R. Snyder (Ed.), *Handbook of positive psychology* (pp. 3-9). Oxford: Oxford University Press.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Der Glücks-Faktor: Warum Optimisten länger leben*. Bergisch Gladbach: Lübbe
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

- Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1041-1053.
- Staudinger, U. M. (2000). Viele Gründe sprechen dagegen, und trotzdem geht es vielen Menschen gut: Das Paradox des subjektiven Wohlbefindens. *Psychologische Rundschau*, (51)4, 185-197.
- Stemmler, G., Hagemann, D., Amelang, M., & Bartussek, D. (2010). *Differentielle Psychologie und Persönlichkeitsforschung* (7. vollst. überarb. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- World Health Organisation (1997). *Programme on Mental Health. WHOQOL Measuring Quality of Life*. Genf: WHO. Zugriff am: 24.04.2012. Verfügbar unter [http://www.who.int/mental\\_health/media/68.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf)
- Zöfel, P. (2003). *Statistik für Psychologen. Im Klartext*. München: Pearson Studium.

## 9. Anhang



### Einverständniserklärung

Liebe/r TeilnehmerIn!

Im Rahmen meiner Bachelorarbeit am Institut für Psychologie der Leopold-Franzens-Universität Innsbruck führe ich eine Untersuchung zum Zusammenhang zwischen Persönlichkeitsmerkmalen und dem persönlichen und nationalen Wohlbefinden durch. Sie würden mir sehr helfen, wenn Sie sich ca. 15 Minuten Zeit nehmen und an meiner Untersuchung teilnehmen!

Was ist zu tun? Ich bitte darum den Fragebogen offen und ehrlich auszufüllen. Lesen Sie bitte die Fragen genau durch und kreuzen Sie jene Antwortmöglichkeit an, die am ehesten zutrifft. Dabei gibt es kein "richtig" oder "falsch". Bitte lassen Sie keine Frage unbeantwortet. Es wird kein Vorwissen benötigt.

Natürlich werden Ihre Daten anonym behandelt und weiterverarbeitet. Die Daten werden ausschließlich für wissenschaftliche Zwecke verwendet!

Die Teilnahme an dieser Untersuchung ist freiwillig. Die Einwilligung zur Teilnahme kann jederzeit ohne Angaben von Gründen zurückgezogen werden. Es entstehen Ihnen keine Nachteile dabei!

Als kleines Dankeschön verlose ich unter allen Teilnehmern zwei Amazon-Gutscheine im Wert von 20,- Euro. Dazu können Sie am Ende des Fragebogens Ihre E-Mail Adresse angeben. Ihre E-Mail Adresse wird natürlich getrennt von Ihren Antworten gespeichert.

Bei weiteren Fragen oder Unklarheiten können Sie mir jederzeit eine E-Mail senden an: [Juliane.Jehle@student.uibk.ac.at](mailto:Juliane.Jehle@student.uibk.ac.at)

Vielen Dank!

Ich habe die Anleitung vollständig gelesen und verstanden. Ich bin damit einverstanden und erkläre hiermit meine freiwillige Teilnahme an der Studie.

(Einverständnis durch Klicken der Taste "Weiter")

## Originalitätserklärung

Ich versichere, dass ich die beiliegende Bachelorarbeit mit dem Titel „Zusammenhang zwischen den Big Five Persönlichkeitsmerkmalen und dem Wohlbefinden“ ohne Hilfe Dritter und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel angefertigt und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

Innsbruck, am 31. Mai 2012

Unterschrift