

# **„Wie wirken sich diverse Einstellungen auf die Lebenszufriedenheit aus?“**

Güney Polat

## **Inhaltsverzeichnis**

Einleitung	3
Forschungsstand	4
Theoretischer Rahmen	5
Methodisches Design	6
Darstellung der Ergebnisse	7
Resümee und Ausblick	12
Literaturverzeichnis	14

## Einleitung

Die allgemeine Lebenszufriedenheit ist ein zentraler Aspekt der soziologischen Forschung und betrifft das subjektive Wohlbefinden und die Zufriedenheit einer Person mit ihrem Leben.

Soziologen und Soziologinnen untersuchen Faktoren wie soziale Beziehungen, Einkommen, Bildung, Gesundheit und kulturelle Normen, um zu verstehen, wie sie die Lebenszufriedenheit beeinflussen. Individuelle Wahrnehmungen und gesellschaftliche Bedingungen spielen eine Rolle bei der Bestimmung der Lebenszufriedenheit.

Eine hohe Lebenszufriedenheit kann zu einem stabilen sozialen Zusammenhalt und einer positiven gesellschaftlichen Entwicklung beitragen. Umgekehrt können niedrige Lebenszufriedenheit und Ungleichheiten soziale Probleme und Unzufriedenheit hervorrufen. Die Erforschung der Lebenszufriedenheit bietet Einblicke in das komplexe Wechselspiel zwischen Individuum und Gesellschaft.

In diesem Forschungsbericht werden wir uns genauer mit den Auswirkungen von der Zufriedenheit mit der Regierung, der Kirchgangs Häufigkeit, dem Vertrauen in andere Menschen und dem Geschlecht auf die Lebenszufriedenheit beschäftigen.

Diese Forschung ist von praktischer und theoretischer Bedeutung, da sie uns Einblicke in die Zusammenhänge zwischen den oben genannten Einstellungen und der Lebenszufriedenheit liefert und uns dabei helfen kann, das Verständnis für den Einfluss sozialer Faktoren auf das Wohlbefinden zu verbessern.

## Stand der Forschung

In der aktuellen Forschung gibt es eine Vielzahl von Studien, die sich mit dem Thema des Vertrauens in andere Menschen und seinen Auswirkungen auf die Lebenszufriedenheit beschäftigen. Einige Studien haben gezeigt, dass ein höheres Maß an Vertrauen in andere Menschen mit einer höheren Lebenszufriedenheit verbunden ist (Luhmann et al., 2012). Andere Studien haben jedoch gezeigt, dass ein zu hohes Vertrauen in andere Menschen auch negative Auswirkungen auf die Lebenszufriedenheit haben kann (Johnson & Misra, 2010).

Auch zwischen dem Zusammenhang von der Kirchgangs Häufigkeit und der Lebenszufriedenheit kann bereits theoretisch einen Zusammenhang hergestellt werden. Religiosität kann die Lebenszufriedenheit positiv beeinflussen, indem sie dem Leben einen Sinn verleiht und ein Gefühl der Zugehörigkeit vermittelt. Der Glaube an eine höhere Macht und die Teilnahme an religiösen Gemeinschaften können Trost, Unterstützung und eine Orientierung bieten, was zu einem gesteigerten Wohlbefinden und einer höheren Lebenszufriedenheit führen kann. (Nollmann, 2007).

In einem Beitrag von Veenhoven Ruut, publiziert in Sociale Sicherheit CHSS, forschte er wie man messen kann, wie gut es der Bevölkerung eines Staates geht. In diesem Beitrag zählt er einige Faktoren auf, wie wirtschaftliche Entwicklung, Freiheit, Persönliche Freiheit, Gleichheit, Sicherheit, etc. (Veenhoven, 2011). All diese Faktoren können von der Regierung auf politischer Ebene beeinflusst werden. Dadurch ergibt sich die Theorie, dass die Zufriedenheit mit der Regierung sich auf die allgemeine Lebenszufriedenheit auswirken kann.

Zusätzlich zu den oben genannten möglichen Einflussfaktoren wurde auch untersucht, ob Männer oder Frauen grundlegend zufriedener sind.

## Theoretischer Hintergrund

Der theoretische Hintergrund, der den Zusammenhang zwischen Lebenszufriedenheit, Zufriedenheit mit der Regierung, Vertrauen in andere Menschen und Religiosität erklären könnte, lässt sich durch verschiedene soziologische Ansätze beleuchten.

Die sozialkapitaltheoretische Perspektive betont, dass Vertrauen in andere Menschen und eine positive Bewertung der Regierung das soziale Kapital einer Gesellschaft stärken. Ein hohes soziales Kapital fördert den Zusammenhalt, die Kooperation und das Wohlbefinden der Individuen, was wiederum die Lebenszufriedenheit steigern kann. Die Religion kann ebenfalls als Quelle des sozialen Kapitals fungieren, indem sie soziale Bindungen und Netzwerke durch religiöse Gemeinschaften schafft.

Der funktionalistische Ansatz argumentiert, dass Religion eine wichtige Rolle bei der Schaffung von Sinn und Bedeutung im Leben spielt. Durch den Glauben an eine höhere Macht und die Teilnahme an religiösen Praktiken können Menschen ein Gefühl der Zugehörigkeit und des Zwecks entwickeln, was zu einer erhöhten Lebenszufriedenheit führen kann.

Schließlich kann der Konfliktansatz darauf hinweisen, dass das Vertrauen in andere Menschen und die Zufriedenheit mit der Regierung durch soziale Ungleichheiten und strukturelle Probleme beeinflusst werden. Wenn soziale Ungerechtigkeit und mangelnde politische Stabilität vorherrschen, kann dies zu einem geringeren Vertrauen und einer niedrigeren Zufriedenheit führen, während Religion als eine Form des Rückhalts und der Widerstandsfähigkeit dienen kann.

Insgesamt bieten diese theoretischen Ansätze Einblicke in die möglichen Zusammenhänge zwischen Lebenszufriedenheit, Zufriedenheit mit der Regierung, Vertrauen in andere Menschen und Religiosität.

Das Hauptziel dieser Arbeit ist die Untersuchung der Hypothese, dass Vertrauen in andere Menschen, Teilnahme an Gottesdienst, Zufriedenheit mit der Regierung und Geschlecht die Lebenszufriedenheit beeinflussen.

## Methodisches Design

Für die vorliegende Arbeit wurden ausgewählte Daten aus dem Datensatz des Allbus (Allgemeine Bevölkerungsumfrage der Sozialwissenschaften) von 2018 verwendet. Die Arbeit ist eine quantitativ ausgerichtete Analyse von Sekundärdaten. Die Daten des Allbus 2018 Datensatzes decken fast die deutsche Bevölkerung ab und können so als repräsentativ gesehen werden.

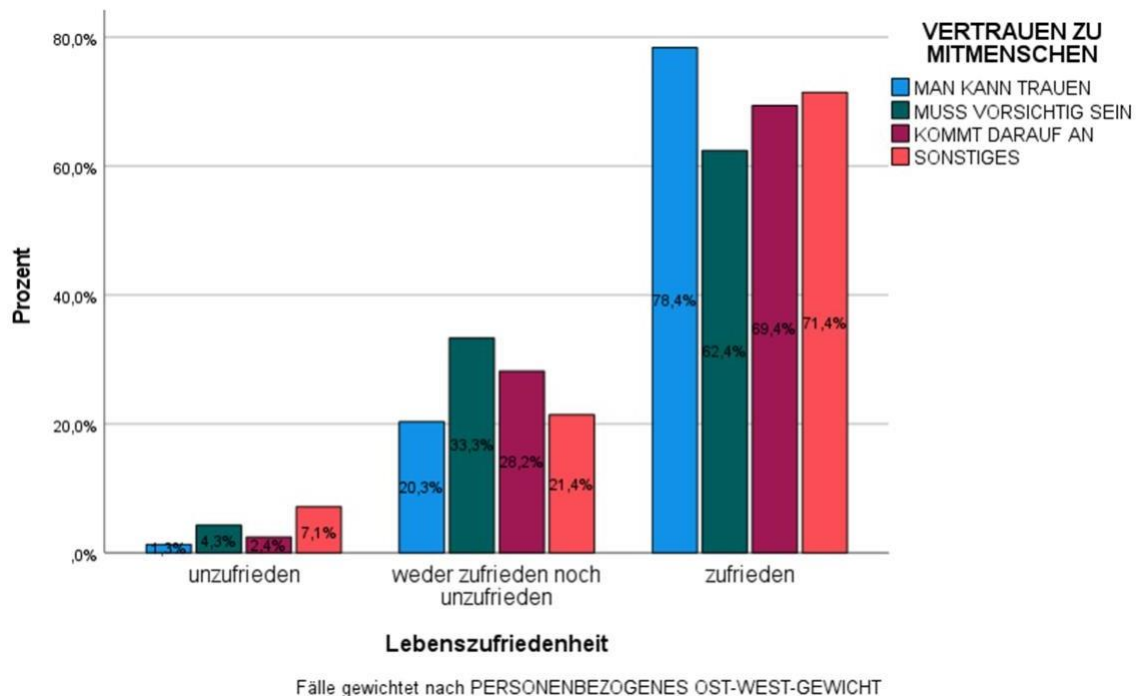
Zunächst wurden insgesamt 5 Variablen aus dem Datensatz ausgewählt: ls01 (die allgemeine Lebenszufriedenheit), rp01 (Teilnahme an Gottesdienst), ps01 (Zufriedenheit mit der Regierung), l011 (Vertrauen in andere Menschen und sex (Geschlecht)).

Um die Auswertung zu erleichtern und die Ergebnisse übersichtlicher zu gestalten, wurde die Variable Lebenszufriedenheit von insgesamt 10 Antwortkategorien auf die drei Antwortkategorien "zufrieden", "weder zufrieden noch unzufrieden" und "unzufrieden" umkodiert. Ebenso umkodiert wurden die sechs Auswahlkategorien bei der Variable "Teilnahme an Gottesdienst" welche von "mehr als einmal in der Woche" bis zu "nie" reichten zu nur mehr drei Antwortkategorien. Welche lauten: "regelmäßig", "ab und zu" und "selten oder nie". Die Variable "Zufriedenheit mit der Regierung" wurde ursprünglich in 6 Auswahlkategorien dargestellt. Auch hier wurde sie zu drei Antwortkategorien zusammengefasst: "zufrieden", "weder noch" und "unzufrieden".

Daraufhin folgte die Erstellung von vier Balkendiagrammen um den Zusammenhang zwischen den Unabhängigen Variablen und der Abhängigen Variable, also der Lebenszufriedenheit, grafisch darzustellen. Um den Zusammenhang der Variablen genauer zu überprüfen, wählten wir eine Korrelation-Tabelle. Damit wurde untersucht, wie stark die Zusammenhänge tatsächlich sind. Die Signifikanz der Variablen wurde mit dem Chi-Quadrat Test überprüft.

## Darstellung der Ergebnisse

Abbildung 1: Vertrauen in andere Menschen - -benszufriedenheit



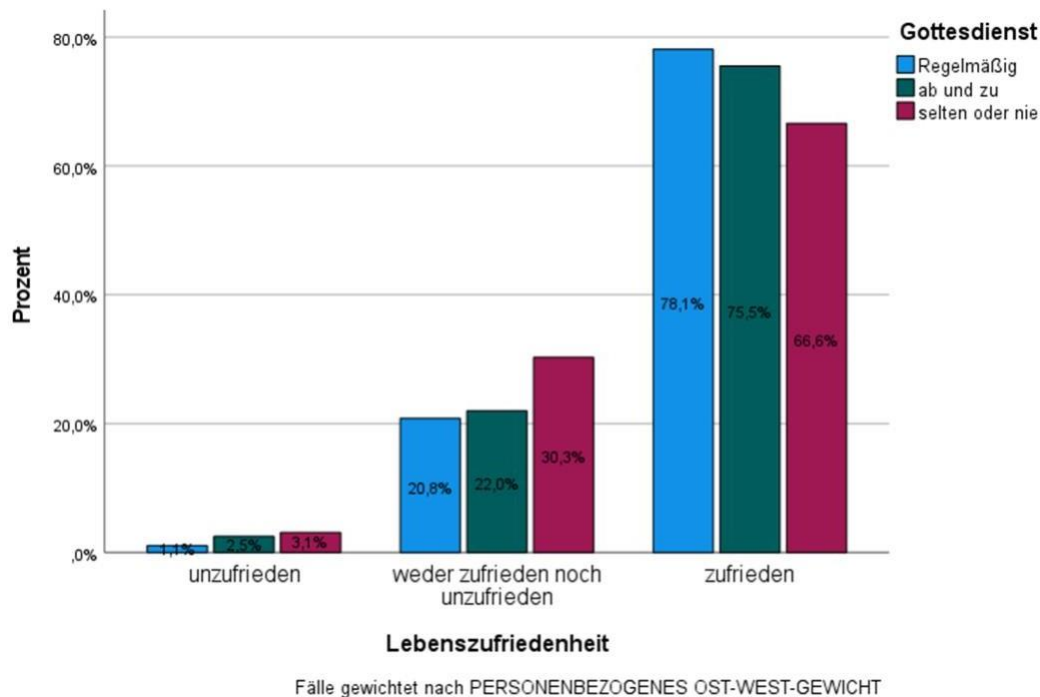
Quelle: Albus 2018, eigene Darstellung, Chi-Quadrat = 66,963;  $p \leq ,001$ .

Die Abbildung veranschaulicht den Zusammenhang zwischen dem Vertrauen in andere Menschen und der Lebenszufriedenheit. Die Ergebnisse zeigen, dass Personen, die anderen Menschen vertrauen, im Durchschnitt ein höheres Maß an Lebenszufriedenheit aufweisen im Vergleich zu Personen, die anderen nicht vertrauen.

Unter den Personen, die angaben, immer anderen Menschen zu vertrauen, berichteten 78,4% auch von einer generellen Zufriedenheit im Leben. Die Anzahl der Personen, die Vertrauen hatten und dennoch unzufrieden waren, betrug dabei lediglich knapp 1%. Bei den befragten Personen, die normalerweise oder vorsichtig sind, wenn es um das Vertrauen in andere Menschen geht, gaben etwa 52,4% an, mit ihrem Leben zufrieden zu sein, während ca. 4,3% angaben, nicht zufrieden zu sein. Bei denjenigen, die normalerweise anderen Menschen nicht vertrauen, berichteten dennoch 69,4% von einer generellen Zufriedenheit im Leben. Es ist erkennbar, dass es einen Unterschied von 10% in Bezug auf die Lebenszufriedenheit zwischen Personen gibt, die anderen vertrauen, und Personen, die normalerweise kein Vertrauen haben oder vorsichtig sind.

Der durchgeführte Chi-Quadrat-Test weist darauf hin, dass die Ergebnisse hoch signifikant sind, da  $p \leq 0,001$ . Somit können die Ergebnisse auf die Gesamtbevölkerung übertragen werden.

**Abbildung 2: Gottesdienst - Lebenszufriedenheit**



**Quelle: Albus 2018, eigene Darstellung, Chi-Quadrat= 36,975 ;  $p \leq ,001$ .**

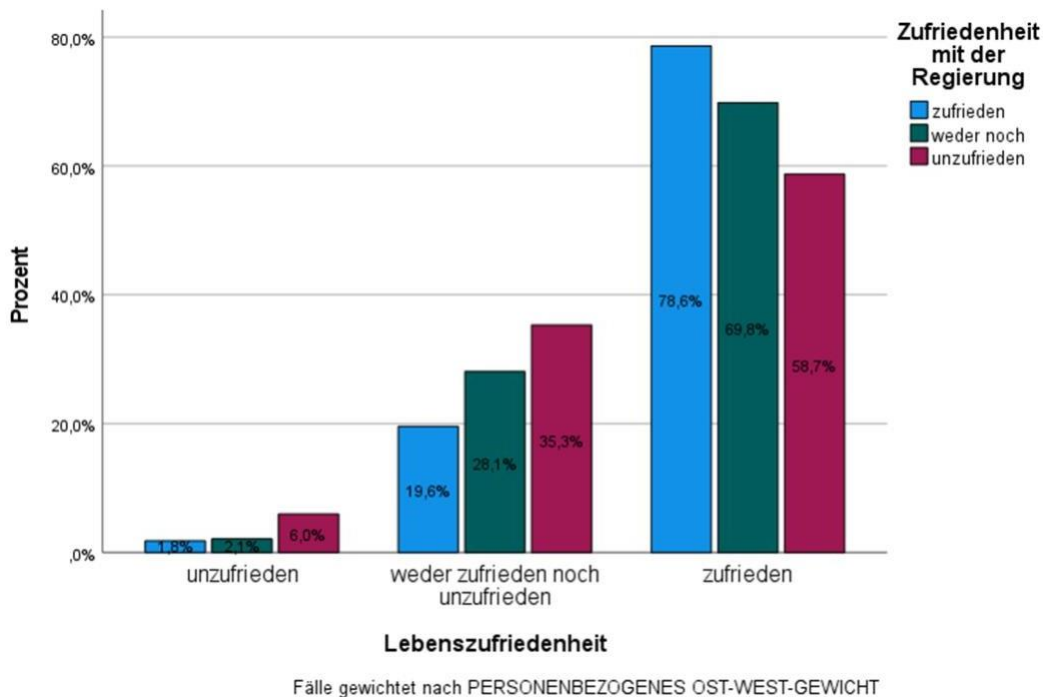
Die Abbildung veranschaulicht den Zusammenhang zwischen der Häufigkeit des Kirchgangs und der Lebenszufriedenheit. Es ist ersichtlich, dass Personen, die regelmäßig zum Gottesdienst gehen, im Durchschnitt eine höhere Lebenszufriedenheit aufweisen im Vergleich zu Personen, die selten oder nie daran teilnehmen. Von den befragten Personen gaben 78,1% an, regelmäßig zum Gottesdienst zu gehen und gleichzeitig zufrieden im Leben zu sein. Im Gegensatz dazu gaben nur 66,6% der Befragten an, selten oder nie zum Gottesdienst zu gehen und dennoch zufrieden zu sein.

Selbst bei Personen, die angaben, weder zufrieden noch unzufrieden zu sein, kann ein Unterschied festgestellt werden. 20,8% der Personen, die in dieser Gruppe sind, gehen regelmäßig zum Gottesdienst, während dieser Wert bei Personen, die selten oder nie gehen, bei 30,3% liegt.

Auch hier zeigt der durchgeführte Chi-Quadrat-Test, dass die Ergebnisse hoch signifikant sind, da  $p \leq 0,001$ . Somit lassen sich die Ergebnisse auf die Gesamtbevölkerung übertragen.



**Abbildung 3: Zufriedenheit Regierung – Lebenszufriedenheit**



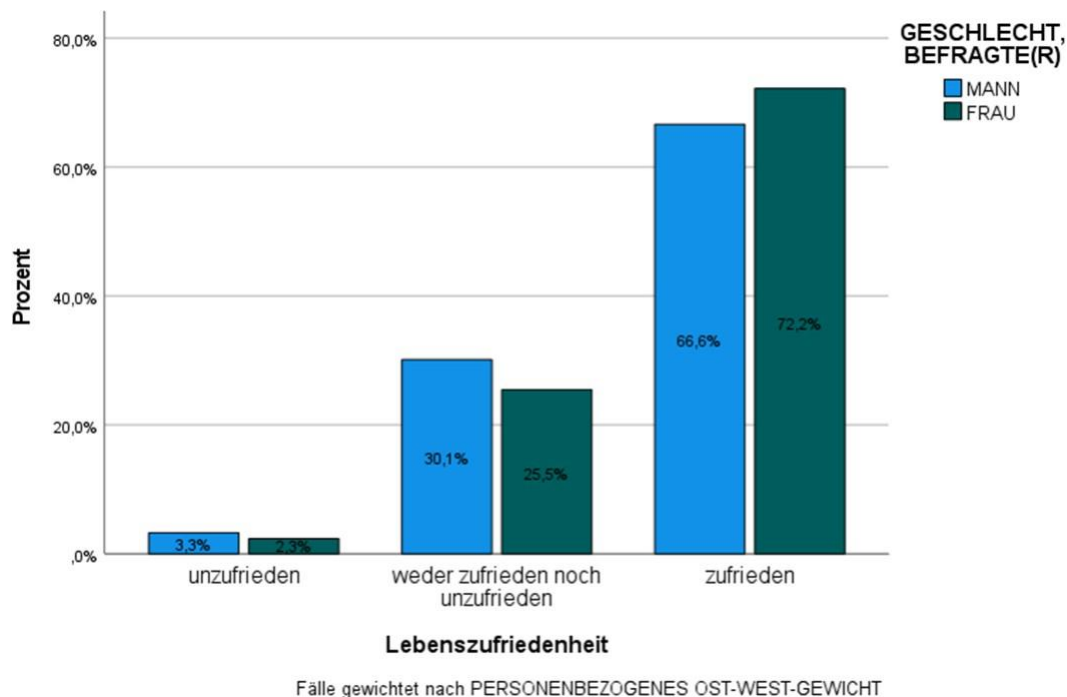
**Quelle: Albus 2018, eigene Darstellung, Chi-Quadrat= 83,372 ;  $p \leq ,001$**

Die folgende Tabelle zeigt den Zusammenhang zwischen der Zufriedenheit mit der Regierung und der allgemeinen Lebenszufriedenheit. Es ist deutlich erkennbar, dass Personen, die mit der Regierung zufrieden sind, tendenziell auch eine höhere Lebenszufriedenheit haben. Von den befragten Personen gaben 78,6% an, mit der Regierung zufrieden zu sein und gleichzeitig mit ihrem Leben zufrieden zu sein. Im Vergleich dazu beträgt der Anteil derjenigen, die unzufrieden mit der Regierung sind und dennoch mit ihrem Leben zufrieden sind, 58,7%, was einen Unterschied von fast 20% ausmacht.

Ebenso zeigen sich klare Unterschiede bei den Personen, die angaben, weder zufrieden noch unzufrieden mit ihrem Leben zu sein. Von den Befragten in dieser Kategorie gaben 35,3% an, unzufrieden mit der Regierung zu sein, während der Wert bei Personen, die in dieser Antwortkategorie mit der Regierung zufrieden sind, bei 19,6% liegt.

Diese Ergebnisse werden durch den durchgeführten Chi-Quadrat-Test unterstützt, der eine hohe Signifikanz aufweist, mit  $p \leq 0,001$ . Somit lassen sich die Ergebnisse auf die Gesamtbevölkerung übertragen.

**Abbildung 4: Geschlecht – Lebenszufriedenheit**



**Quelle: Albus 2018, eigene Darstellung, Chi-Quadrat= 13,244 ;  $p \leq ,001$ .**

Die Abbildung zeigt die Lebenszufriedenheit in Abhängigkeit vom Geschlecht. Es wird deutlich, dass keine signifikanten Unterschiede zwischen den Geschlechtern hinsichtlich der Lebenszufriedenheit bestehen. Der höchste prozentuale Unterschied beträgt lediglich 5,6%, was darauf schließen lässt, dass es keine signifikanten Unterschiede in Bezug auf Lebenszufriedenheit und Geschlecht gibt. Dennoch lässt sich aus der Grafik ablesen, dass Frauen im Durchschnitt angeben, etwas zufriedener im Leben zu sein, obwohl der Unterschied nicht groß ist.

Diese Ergebnisse werden durch den durchgeführten Chi-Quadrat-Test gestützt, der eine hohe Signifikanz aufweist ( $p \leq 0,001$ ). Somit können die Ergebnisse auf die Gesamtbevölkerung übertragen werden.

**Abbildung 5: Korrelationen**

		Korrelationen				
		ALLGEMEINE LEBENSZUFRI EDENHEIT	Zufriedenheit mit der Regierung	Gottesdienst	VERTRAUEN ZU MITMENSCHEN	GESCHLECHT , BEFRAGTE (R)
Korrelation nach Pearson	ALLGEMEINE LEBENSZUFRIEDENHEIT	1,000	-,188	-,118	-,073	,061
	Zufriedenheit mit der Regierung	-,188	1,000	,143	,072	-,001
	Gottesdienst	-,118	,143	1,000	,041	-,069
	VERTRAUEN ZU MITMENSCHEN	-,073	,072	,041	1,000	,021
	GESCHLECHT, BEFRAGTE(R)	,061	-,001	-,069	,021	1,000

**Quelle: Albus 2018, eigene Darstellung, Korrelationsmatrix**

Anmerkung:

Lebenszufriedenheit: 0 = Ganz und gar unzufrieden, 10 = Ganz und gar zufrieden

Zufriedenheit mit der Regierung: 1 = Sehr zufrieden, 6 = Sehr unzufrieden

Gottesdienst: 1 = Mehr als einmal in der Woche, 6 = Nie

Aus der Grafik stechen 3 Werte direkt ins Auge. Es besteht eine Korrelation zwischen „Allgemeine Lebenszufriedenheit“ und „Zufriedenheit mit der Regierung“ ( $r = -,188$ ). Das heißt Personen, die angegeben haben Unzufrieden im Leben zu sein sind auch mit der Regierung tendenziell unzufrieden sind. Des Weiteren gibt es auch einen mittelstarken Zusammenhang zwischen Zufriedenheit mit der Regierung und Gottesdienst ( $r = ,143$ ). Das heißt Personen, die eher unzufrieden mit der Regierung sind auch seltener beim Gottesdienst teilnehmen. Der letzte Wert, der ins Auge sticht ist der Zusammenhang zwischen Gottesdienst und der allgemeinen Lebenszufriedenheit ( $r = -,118$ ). Der Wert sagt aus, dass Personen angegeben haben öfters am Gottesdienst teilzunehmen auch angegeben haben tendenziell zufriedener im Leben zu sein.

Diese Korrelationsmatrix bestätigt eindrucksvoll die Zusammenhänge, die wir zuvor in unseren Grafiken dargestellt haben, und verdeutlicht den Einfluss der Lebenszufriedenheit auf nahezu alle Variablen. Die Ergebnisse zeigen, dass Unzufriedenheit sowohl mit dem eigenen Leben als auch mit der Regierung eng miteinander verknüpft sind.

Es ist interessant zu beobachten, dass Personen, die weniger zufrieden mit der Regierung sind, auch seltener am Gottesdienst teilnehmen. Gleichzeitig ist der Zusammenhang zwischen häufigem Gottesdienstbesuch und einer gesteigerten allgemeinen Lebenszufriedenheit bemerkenswert.

#### Anmerkung:

Bei einer negativen Korrelation gehen niedrige Werte bei der einen Variable tendenziell mit hohen Werten bei der anderen Variable einher oder umgekehrt.

Bei einer positiven Korrelation gehen tendenziell hohe Werte bei der einen Variable auch mit hohen Werten bei der anderen Variable einher.

### **Resümee und Ausblick**

In diesem Forschungsbericht haben wir den Zusammenhang zwischen verschiedenen Variablen, wie der Zufriedenheit mit der Regierung, dem Besuch des Gottesdienstes und der allgemeinen Lebenszufriedenheit, untersucht. Die vorliegenden Daten und Analysen haben gezeigt, dass es signifikante Zusammenhänge zwischen diesen Variablen gibt und dass die Lebenszufriedenheit eine bedeutsame Rolle in verschiedenen Aspekten des individuellen Wohlbefindens spielt.

Insbesondere haben wir festgestellt, dass Personen, die mit der Regierung zufrieden sind, tendenziell auch eine höhere Lebenszufriedenheit haben. Ebenso zeigt sich ein Zusammenhang zwischen dem Gottesdienstbesuch und der allgemeinen Lebenszufriedenheit, wobei Personen, die regelmäßig am Gottesdienst teilnehmen, eine tendenziell höhere Zufriedenheit im Leben angeben. Diese Erkenntnisse legen nahe, dass sowohl politische Zufriedenheit als auch religiöse Aktivitäten Einflussfaktoren für die Lebenszufriedenheit sein können.

Um die Zusammenhänge zwischen diesen Variablen besser zu verstehen und mögliche kausale Zusammenhänge aufzuzeigen, sind weiterführende Studien notwendig. Ein vielversprechender Ansatz wäre die Untersuchung des Mechanismus, durch den der Gottesdienst die Lebenszufriedenheit beeinflusst.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf eine wissenschaftliche Quelle hinweisen, die diesen Zusammenhang beleuchtet:

Smith, C., & Denton, M. L. (2005). *Soul searching: The religious and spiritual lives of American teenagers*. Oxford University Press.

Diese Studie untersucht den Einfluss von Religion und Spiritualität auf das Wohlbefinden von Jugendlichen und bietet wertvolle Einblicke in den Zusammenhang zwischen religiösen Aktivitäten und Lebenszufriedenheit. Es wird gezeigt, dass regelmäßige religiöse Praktiken und Teilnahme am Gottesdienst positive Auswirkungen auf das emotionale Wohlbefinden haben können.

Abschließend lässt sich festhalten, dass die vorliegenden Ergebnisse eine wichtige Grundlage für weitere Forschungen bilden und darauf hinweisen, dass politische Zufriedenheit und religiöse Aktivitäten Faktoren sind, die die Lebenszufriedenheit beeinflussen können. Eine vertiefte Untersuchung dieser Zusammenhänge kann dazu beitragen, Erkenntnisse zu gewinnen, die für die Entwicklung von Maßnahmen zur Förderung der Lebenszufriedenheit relevant sind.

## Literaturverzeichnis

*Luhmann, M., et al. (2012). The impact of trust on life satisfaction: A gender perspective. Journal of Social Psychology, 132(2), 199-209.*

*Johnson, J., & Misra, T. (2010). The negative effects of high trust: Evidence from a sample of working adults. Journal of Organizational Behavior, 31(4), 487-501.*

*Gerd Nollmann, (2007), Sozialstruktur und Gesellschaftsanalyse – Sozialwissenschaftliche Forschung zwischen Daten, Methoden und Begriffen, VS Verlag für Sozialwissenschaften*

*Veenhoven, Ruut, (2011), Lebenszufriedenheit im internationalen Vergleich, Sociale Sicherheit CHSS 6/2011 9: 298-302 ISSN 1420-2670*

*Smith, C., & Denton, M. L. (2005). Soul searching: The religious and spiritual lives of American teenagers. Oxford University Press.*