

# Deutsche in der Sinnkrise? Ein Einblick in die Sinnforschung mit Daten einer repräsentativen Stichprobe

Tatjana Schnell

[Journal für Psychologie, Jg. 16 (2008), Ausgabe 3]

## Zusammenfassung

Befinden sich die Deutschen in einer Sinnkrise – wie es Kanzlerin Merkel 2005 andeutete? Nach einem kurzen Überblick über den Stand der Sinnforschung und Differenzierungen des Konstrukts Lebenssinn werden die Ergebnisse einer Untersuchung an einer repräsentativen deutschen Stichprobe ( $N = 603$ ) anhand des Fragebogens zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe; Schnell & Becker 2007) vorgestellt. Es zeigt sich eine relativ geringe Punktprävalenz (4%) von Sinnkrisen, wozu jedoch auch *nicht zufällig fehlende Werte* beigetragen haben können. Ein Drittel der Stichprobe erweist sich als *existentiell indifferent*. Diese Subpopulation wurde bisher wissenschaftlich noch nicht untersucht; es sind Menschen, die ihr Leben weder als sinnerfüllt erfahren, noch unter einem Sinnmangel leiden. Die skalierten Lebensbedeutungen sind bei diesen Personen insgesamt geringer ausgeprägt als bei denjenigen, die ihr Leben als sinnerfüllt erfahren; sie erreichen teilweise sogar niedrigere Werte als Menschen, die unter einer Sinnkrise leiden. Sehr geringe Ausprägungen weisen existentiell Indifferente in den Skalen *Selbsterkenntnis*, *Spiritualität*, *Explizite Religiosität* und *Generativität* auf.

Eine Vielzahl von Lebensbedeutungen trägt zur Sinnerfüllung der Deutschen zu Beginn des 21. Jahrhunderts bei. Am stärksten ausgeprägt sind Moral, Harmonie, Fürsorge, Entwicklung und Gemeinschaft. Sehr wenig verbreitet hingegen ist Explizite Religiosität, gefolgt von Spiritualität.

Analysen des Zusammenhangs von Art und Anzahl der Lebensbedeutungen mit dem Ausmaß der subjektiven Sinnerfüllung sprechen dafür, dass Sinnerfüllung umso stärker erlebt wird, je mehr Selbsttranszendenz (*Tiefe*) die charakteristischen Lebensbedeutungen umfassen. Sinnerfüllung steigt zudem mit der Anzahl charakteristischer Lebensbedeutungen (*Breite*), und sie ist umso stärker, je unterschiedlicher diese Lebensbedeutungen sind (*Balanciertheit*).

Schlagwörter: Lebenssinn, Sinnkrise, Lebensbedeutungen, existentielle Indifferenz, Diagnostik, Deutschland

## Abstract

### Are Germans suffering from a crisis of meaning? Insights into meaning research by data of a representative German sample

Are Germans suffering from a crisis of meaning – as supposed by Chancellor Merkel in 2005? Following a short introduction to meaning research, and differentiations of the construct of meaning in life, results of a representative study among 603 Germans are reported. Degrees of potential crises of meaning, meaningfulness, and relevance of 26 sources of meaning were assessed by the Sources of Meaning Questionnaire (SoMe, German: LeBe; Schnell & Becker 2007). Data reveal a relatively low prevalence of crises of meaning (4%) – while not-randomly missing values could be partly responsible for the low frequency. One third of the sample appears as *existentially indifferent*: a newly discovered subpopulation of people who neither experience their lives as meaningful, nor suffer from a lack of meaning. For this group, relevance of sources of meaning is altogether lower than for those who experience their lives as meaningful; partially, it is even lower than for individuals who suffer from a crisis of meaning. The existentially indifferent show very low values in *self-knowledge*, *spirituality*, *explicit religiosity*, and *generativity*. A multitude of sources of meaning contributes to the Germans' experience of meaningfulness in the beginning of the 21<sup>st</sup> century. Characteristic orientations are those towards morality, harmony, care, development, and community. Very low mean relevance is ascribed to explicit religiosity, followed by spirituality. Results show that the experience of meaningfulness increases with the degree of self-transcendence (*depth*) encompassed by characteristic sources of meaning. Meaningfulness also rises with the number of characteristic sources of meaning (*breadth*), and it is more pronounced, the more diverse these sources of meaning are (*balance*).

Key words: meaning in life, purpose in life, crisis of meaning, sources of meaning, existential indifference, measurement, Germany

Wenn stimmt, was Angela Merkel anlässlich des 30. Evangelischen Kirchentags 2005 beklagte, steckt Deutschland in einer "tiefgreifenden Sinnkrise" (Facijs 2005). Diese könne nicht allein auf politischer Ebene bewältigt werden; eine

wichtige Rolle spielen vielmehr der Glaube und die religiöse Ausrichtung, so die Bundeskanzlerin. Während sie die Diagnose aus einer gesamtgesellschaftlichen Perspektive heraus stellt und dabei wohl Institutionen wie Politik und Wirtschaft im Sinn hat, spricht Frau Merkel doch auch die Bedeutung an, die der individuellen existentiellen Ausrichtung bei der Überwindung der hypothetischen Sinnkrise zukommt. Lassen sich ihre Annahmen bestätigen, wenn man einen repräsentativen Querschnitt der Deutschen individuell befragt? Anhand der Methoden der quantitativen psychologischen Sinnforschung kann die Behauptung einer weit verbreiteten Sinnkrise überprüft werden, ebenso wie die Annahme, dass Religiosität eine primäre Sinnquelle darstellt.

## Kurzer Überblick über die Sinnforschung

Auch die Anfänge der Sinnforschung waren durch die Annahme motiviert, dass eine Sinnkrise vorherrsche. Viktor Frankl, Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse, ging bereits in den dreißiger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts von der weiten Verbreitung eines Sinnlosigkeitsgefühls aus. Dieses *existentielle Vakuum* sei eine Vorstufe der pathologischen Form des Sinnlosigkeitserlebens, der noogenen (= in Abgrenzung zu psychischen oder physischen Ursachen aus dem Geist entstehenden) Neurose (Frankl 1996). Indizien dafür sah Frankl zuerst in den Auskünften von Patientinnen, die er nach Suizidversuchen von 1933 bis 1937 in Wien behandelte. Doch von Anzeichen für eine vorherrschende Sinnkrise sprach Frankl zeitlebens, bis in die neunziger Jahre. Erste empirische Überprüfung seiner Annahmen führte seine Schülerin Elisabeth Lukas durch. Sie befragte 1969 insgesamt 1000 ÖsterreicherInnen auf der Straße, ob und worin sie einen Sinn in ihrem Leben sähen. Nach einer Inhaltsanalyse der Antworten wurde bei 11,9% eine Sinnproblematik festgestellt (Lukas 1996, 290). Hypothetisch wurde zudem der Hälfte all jener, die die Frage nicht beantworteten, ebenfalls eine Sinnproblematik zugesprochen, - womit ein Gesamtwert an Sinnproblematik von 19,8% erreicht war; ein Wert, der nah an Frankls Schätzung von 20% noogener Neurosen in der Gesamtbevölkerung heranreichte (ebd., 291). Auch in den USA fand Frankls Theorie Anklang. Crumbaugh und Maholick (1964) legten sie zugrunde, als sie ein Instrument zur Erfassung von *Sinnerfüllung* bzw. *existentieller Frustration* entwickelten, den Purpose in Life Test (PIL). Wenn es auch in der Mainstream-Psychologie nur selten aufgegriffen wurde, erwies sich das Konstrukt Lebenssinn doch als psychologisch aufschlussreiches Forschungsthema.

Für Frankl spielte – wie für Merkel – Religiosität eine Sonderrolle im Prozess der Sinnfindung; sie stellte dessen "letzte Station" (Frankl 1996, 76) dar, das Erleben einer ultimativen Geborgenheit. In der empirischen Sinnforschung, die sich nach Konstruktion des PIL auch international ausweitete, wurden Zusammenhänge zwischen Sinnerfüllung und monotheistischem Glauben (Molcar & Stuempfig 1988), Konversion zum Christentum (Paloutzian 1981) und intrinsischer christlicher Religiosität (Chamberlain & Zika 1988) gefunden. Wie Steger und Frazier (2005) sowie Schnell (2007) zeigen konnten, stellt Sinnerfüllung bzgl. der positiven Auswirkungen von Religiosität einen vermittelnden Faktor dar: So geht Religiosität nur dann mit subjektivem Wohlbefinden einher, wenn gleichzeitig hohe Sinnerfüllung vorliegt. Der Zusammenhang zwischen Religiosität und subjektivem Wohlbefinden wird durch Sinnerfüllung vollständig mediiert.

Des Weiteren wurden in der empirischen Sinnforschung vor allem Zusammenhänge mit Variablen positiver Befindlichkeit, mit Werten, Copingprozessen und spezifischen Persönlichkeitsmerkmalen untersucht. Wiederholt gefunden wurden Zusammenhänge von Sinnerfüllung mit Lebenszufriedenheit, positivem Affekt oder Allgemeinem Wohlbefinden (vgl. Reker & Chamberlain 2000). Ein eigener Forschungszweig des *sinn-basierten Copings* belegt dessen Wirksamkeit, indem eine (negative) Lebenskrise als sinnvoll interpretiert und so kohärenzstiftend bzw. –wiederherstellend in das eigene Leben eingeordnet wird (vgl. Janoff-Bulman 1992; Neimeyer 2001). Widersprüchlich sind die Meinungen darüber, ob eine Sinnkrise ein von bekannten psychischen Störungen abgrenzbares Syndrom darstellt, wie es von Frankl oder Maddi (1998) vertreten wird, oder ob ein derartiges Erleben die Wurzel verschiedener psychischer Störungen wie Depression oder Abhängigkeitserkrankungen darstellt (vgl. Reker & Chamberlain 2000, 40).

## Kritikwürdigkeit bisheriger Befunde der Sinnforschung

Ein Großteil der Befunde der bisherigen Sinnforschung muss jedoch kritisch hinterfragt werden. Sie wurden mit Hilfe von Verfahren erlangt, die aus konzeptueller Unschärfe heraus entwickelt wurden. Dazu zählt auch der Purpose in Life Test, - wohl das meistverwendete Verfahren in der internationalen Sinnforschung. Auch können dem Life Regard Index (LRI; Battista & Almond 1973) und der Sinnhaftigkeits-Facetten des Kohärenzsinn nach Antonovsky (SOC, 1987) – ebenfalls häufig verwendet – konzeptuelle Schwächen angelastet werden, die sich als faktorielle Inkonsistenzen sowie Konfundierungen mit Konstrukten manifestieren, mit denen sie empirisch in Beziehung gesetzt werden (Dufton & Perlman 1986; Mascaro, Rosen & Morey 2004; Schnell 2004, 2006). So enthalten der PIL und die Skala Sinnhaftigkeit der SOC eine Vielzahl von Items, die eher Lebenszufriedenheit als Sinnerfüllung erfassen; die ‚fulfilment‘-Skala des LRI erfragt fast ausschließlich allgemeines Wohlbefinden. Des Weiteren verwenden alle Skalen neben positiv formulierten auch negativ gepolte oder bipolare Items. In negativ gepolten Items bzw. auf der

negativen Seite der bipolaren Items finden sich Formulierungen, die eher zur Erfassung von Depression geeignet zu sein scheinen (z.B. "Mein Leben ist leer und voller Verzweiflung", PIL; "Wenn Sie über Ihr Leben nachdenken, ist es dann sehr oft so, dass Sie sich fragen, wieso Sie überhaupt leben?", SOC-Sinnhaftigkeit). Wenig überraschend finden sich enge Zusammenhänge dieser Skalen mit Depressivitäts- oder Neurotizismusmaßen.

## Differenzierungen des Konstrukts Lebenssinn

Über lange Zeit wurde allein das Ausmaß von Sinnerfüllung quantitativ erfasst und an größeren Stichproben untersucht, während Sinnquellen nur an kleinen, meist studentischen Stichproben qualitativ erhoben wurden. In den letzten Jahren treten nun zunehmend auch die Sinnquellen in den Fokus quantitativer Forschung. Darunter sind *Lebensbedeutungen* zu verstehen, die das eigene Denken, Erleben und Verhalten grundlegend motivieren und ihm Bedeutsamkeit verleihen (z.B. Spiritualität, Gesundheit, Leistung oder Fürsorge); sie stehen für *Sinn im Vollzug* (Schnell 2004; Wong 1998). Bezüglich der Art und Anzahl charakteristischer Lebensbedeutungen werden die Aspekte der *Breite*, *Tiefe* und *Balanciertheit* diskutiert. Unter *Breite* verstehen Reker und Wong (1988) die Anzahl der charakteristischen Lebensbedeutungen. Ihr Postulat, dass das Ausmaß der Sinnerfüllung proportional zur Breite der Lebensbedeutungen ansteigt, wird unten überprüft. Auch das Konzept der *Tiefe* wurde von Reker und Wong (1988) vorgeschlagen. Sie gehen davon aus, dass sich die Lebensbedeutungen in ihren existentiellen Gewichtungen unterscheiden, wodurch unterschiedliche Qualitäten des Erlebens resultieren. Unter Bezugnahme auf Frankl und Maslow definieren Reker und Wong Tiefe als den Grad der realisierten Selbsttranszendenz – also des Ausmaßes, in dem Eigeninteressen überschritten werden. Auch für die Tiefe postulieren sie einen positiven Zusammenhang mit Sinnerfüllung, der bereits empirische Bestätigung gefunden hat (vgl. Reker & Chamberlain 2000). Ob dies in ähnlicher Weise auch für die bundesdeutsche Bevölkerung gilt, wird unten dargestellt. Die Dimension der *Balanciertheit* (Schnell 2006; Schnell & Becker 2007) bezieht sich auf die Anzahl der Bereiche, denen die charakteristischen Lebensbedeutungen zuzuordnen sind. Es wird postuliert, dass auch diese Variable in positivem Zusammenhang mit der erlebten Sinnerfüllung steht.

Eine weitere Differenzierung des Sinnkonstrukts ergibt sich aus der Abwendung von einem eindimensionalen Verständnis der *Erfahrung* von Lebenssinn. Ein solches Verständnis ist vorherrschenden Theorien und Verfahren zur Erfassung von Lebenssinn inhärent. Es drückt sich darin aus, dass Messinstrumente bipolar konstruiert sind, wobei eine negative Erfahrung von Sinnmangel dem Erleben von Sinnerfüllung gegenübersteht. Beide Pole stellen einander *widersprechende* Erfahrungen dar; Übergänge zwischen beiden sind – anders als im Falle einer Negation – theoretisch nicht skalierbar (Bonfiglioli 2006; Schnell eingereicht; Yorke 2001). Auch wird durch die Verwendung einer bipolaren Skala eine unabhängige Erfassung der Anwesenheit und Abwesenheit von Sinnerfüllung, sowie der An- und Abwesenheit einer Sinnkrise unmöglich gemacht. Korrelationen mit anderen interessierenden Variablen sind zudem schwerer interpretierbar (vgl. Schnell eingereicht). Eine Lösung dieser Probleme liegt darin, von zwei Dimensionen der *Sinnerfüllung* und *Sinnkrise* auszugehen. Erfasst man beide Konstrukte in getrennten Skalen, so wird zusätzlich eine Typenbildung ermöglicht, basierend auf den dichotomisierten Ausprägungen beider Skalen (anhand des theoretischen Mittelwerts). Vier solcher Sinn-Typen sind logisch vorstellbar:

1. Hohe Sinnerfüllung, niedrige Sinnkrise
2. Hohe Sinnkrise, niedrige Sinnerfüllung
3. Niedrige Sinnerfüllung, niedrige Sinnkrise
4. Hohe Sinnkrise, hohe Sinnerfüllung

Während der vierte Typ inhaltlich unplausibel ist, da er das Vorliegen zweier widersprüchlicher Erfahrungen bedeuten würde, ist der dritte Typ sehr wohl denkbar – auch, wenn er aufgrund von Frankls Postulat eines Willens zum Sinn (Frankl, 1996) nicht vorkommen sollte. Dieser Typ beschreibt Personen, die das eigene Leben nicht als sinnerfüllt erfahren, darunter aber auch nicht leiden. Sie werden hier bezeichnet als *existentiell indifferent* (Schnell 2006, 2008). Anhand der repräsentativen Stichprobe wird überprüft, wie stark diese wissenschaftlich bisher nicht wahrgenommene Subpopulation in der Bevölkerung vertreten ist.

## Lebenssinn in Deutschland: Eine empirische Studie

Ein diagnostisches Verfahren, das die genannten Differenzierungen ermöglicht, ist der Fragebogen zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn (LeBe; Schnell 2004; Schnell & Becker 2007). Anhand dieses Instruments wurde eine repräsentative deutsche Stichprobe (N=603) zu ihren Lebensbedeutungen, zum Grad erlebter Sinnerfüllung und möglicher Sinnkrisen befragt.

## Methodik

## Instrument

Der Entwicklung des LeBe gingen umfassende theoretische und qualitative Arbeiten voraus. Basierend auf Erkenntnissen der Philosophie, Anthropologie und Religionswissenschaften wurden universelle Ausdrucksformen von Sinn identifiziert. Übertragen auf die Ebene des Individuums manifestiert sich Sinn auf kognitiver Ebene im persönlichen *Mythos*, auf der Ebene des Verhaltens in persönlichen *Ritualen* und auf der Ebene des Erlebens als *Transzendierungserfahrungen* (für eine ausführliche Darstellung s. Schnell 2004). Entsprechend den Prinzipien des *Grounded-Theory-Ansatzes* wurde sodann in strukturiert-explorativen Interviews erfasst, mit welchen Inhalten Menschen unterschiedlichster sozialer und religiöser Herkunft ihre persönlichen Mythen, Rituale und Transzendierungserfahrungen verknüpfen. Alle genannten Inhalte wurden anhand der Leiter-Technik (vgl. Neimeyer 1993) bezüglich ihrer zugrunde liegenden Bedeutungen hinterfragt. In Teamarbeit wurden diese Letzt- bzw. *Lebensbedeutungen* in einem zyklischen Prozess der Inhaltsanalyse mit zunehmendem Abstraktionsgrad zusammengefasst. Aus den resultierenden Kategorien wurden im Rahmen einer Testwerkstatt mit fortgeschrittenen Psychologiestudierenden die Fragebogenskalen des LeBe entwickelt. Mehrere quantitative Studien optimierten im Anschluss daran die Testgütekriterien. So entstand ein objektiv auswertbares Verfahren zur umfassenden und differenzierten Erfassung von Lebensbedeutungen, Sinnerfüllung ( $\Rightarrow$  Wahrnehmung des eigenen Lebens als sinnvoll und in einen übergeordneten Zusammenhang integriert) und Sinnkrise ( $\Rightarrow$  Wahrnehmung eines als negativ erlebten Sinnmangels). Zentrale und von bisherigen Verfahren abweichende Merkmale des LeBe sind a) die getrennte Erfassung von Sinnerfüllung und Sinnkrise, b) die dimensionale Erfassung der Ausprägung verschiedenster Lebensbedeutungen (*unabhängig* von Sinnerfüllung und Sinnkrise), sowie c) die *implizite* Erfassung der Lebensbedeutungen: So wird nicht explizit gefragt, was das eigene Leben sinnvoll macht (ein in der Sinnforschung bisher übliches Vorgehen); vielmehr werden die Ausprägungen der Lebensbedeutungen erhoben, indem Items nicht nur die Einstellung gegenüber der jeweiligen Lebensbedeutung, sondern auch deren Umsetzung in Verhalten und Erleben erfragen. Ein solches Fragebogendesign folgt der Annahme, dass Lebensbedeutungen nicht notwendig als deklarativ abrufbares Wissen vorliegen, sondern – *als Sinn im Vollzug* – implizites Wissen darstellen.

Anhand von 151 Items mit dem Antwortformat 0 (stimme überhaupt nicht zu) bis 5 (stimme vollkommen zu) werden die Ausprägungen von Sinnerfüllung, Sinnkrise und 26 Lebensbedeutungen gemessen (für eine Auflistung der Skalen s. Abb. 1). Die beiden Skalen Sinnerfüllung und Sinnkrise sind relativ unabhängig voneinander ( $r = -.37$ ); die empirische Interkorrelation unterstützt somit die theoretische Abwendung von einem eindimensionalen Verständnis. Die Lebensbedeutungen lassen sich mithilfe exploratorischer Hauptachsen-Faktorenanalyse mit anschließender Oblimin-Rotation den vier Dimensionen *Selbsttranszendenz* (Überschreitung eigener Bedürfnisse und Orientierung an einem größeren Ganzen), *Selbstverwirklichung* (aktive Entwicklung eigener Potentiale), *Ordnung* (Bewahrung und Mäßigung) und *Wir- und Wohlgefühl* (Erlangen und Erhalt von körperlichem, seelischem und sozialem Wohlbefinden) zuordnen. Die Dimension Selbsttranszendenz kann aus Gründen besserer inhaltlicher Differenzierung auch durch die beiden Subdimensionen *vertikale* und *horizontale Selbsttranszendenz* repräsentiert werden. Vertikale Selbsttranszendenz meint die Ausrichtung an einer jenseitigen Wirklichkeit, horizontale Selbsttranszendenz beschreibt die engagierte Übernahme von Verantwortung für verschiedene Bereiche der Eigen-, Mit- oder Umwelt.

Die internen Konsistenzen der Skalen und Dimensionen reichen von  $\alpha = .65 - .94$ , bei einem mittleren Wert von  $M = .81$ . Bisherige Retest-Studien weisen auf eine Stabilität der Skalen/Dimensionen zwischen  $r = .83/.91$  (zwei Monate) und  $r = .72/.78$  (sechs Monate) hin (Schnell 2004; Schnell & Becker 2007). Das Verfahren besitzt eine hohe Profilreliabilität von  $.74$  (s. Lienert & Ratz 1998).

## Stichprobe

Zur Zusammensetzung einer angestrebten repräsentativen Stichprobe von  $N \geq 600$  wurde die notwendige Verteilung der StudienteilnehmerInnen auf Bundesländer und Größe des Wohnorts in Anlehnung an Daten des Statistischen Bundesamts (2005) festgelegt. Die Erhebung fand von Herbst 2004 bis Frühjahr 2005 statt. Die einzelnen Haushalte wurden per Zufall ausgewählt; die Bereitschaft zur Teilnahme wurde telefonisch erfragt. Die Rücklaufquote der Fragebögen, die nach telefonischer Zustimmung zugesandt wurden, betrug 67%. Nach Bereinigung der Daten verblieben 603 Personen, darunter 281 Männer und 322 Frauen im Alter von 16 bis 85 Jahren. Das mittlere Alter liegt bei 45.3 ( $SD=16.57$ ). 55% der TeilnehmerInnen sind verheiratet, etwas über die Hälfte sind berufstätig (s. auch Tab. 1). Während 20% der TeilnehmerInnen keinen oder einen Hauptschulabschluss besitzen, haben 40% ihre Ausbildung mit mittlerer Reife oder Abitur abgeschlossen; 38% besitzen einen höheren Bildungsabschluss. Anhand der vorliegenden Werte kann davon ausgegangen werden, dass die Stichprobe weitgehend repräsentativ für den Teil der erwachsenen deutschen Bevölkerung ist, der über hinreichende Sprach- und Lesefähigkeiten verfügt (für Details s. Schnell & Becker 2007).

Tab. 1: Verteilung der demographischen Variablen (Häufigkeiten und Prozent),  $N = 603$

Geschlecht	Partnerschaft	Berufstätigkeit (Mehrfachnennungen möglich)		Ausbildung		
		Anzahl (%)	Beruf	Anzahl (%)	Ausbildungsabschluss	
Männer (47%)	Verheiratet	329 (55%)	Berufstätig	341 (56%)	Keinen o. Hauptschulabschluss	119 (20%)
	Partnerschaft	108 (18%)	Hausfrau/Hausmann	87 (14%)	Mittlere Reife	144 (24%)
Frauen (53%)	Ledig	90 (15%)	Ausbildung	78 (13%)	Abitur	99 (16%)
	Geschieden/ getrennt lebend	46 (7%)	Ruhestand	122 (20%)	Fachschul- o. Fachhochschul- abschluss	108 (18%)
	verwitwet	29 (5%)	Arbeitslos	25 (4%)	Hochschul- o. Universitätsabschluss	120 (20%)

## Ergebnisse

### Befindet Deutschland sich in einer Sinnkrise?

Die Verteilung der Skala Sinnkrise ist extrem linkssteil; Median und Modus liegen bei null. Die Entscheidung darüber, wie viele Personen einen erhöhten Wert auf der Skala Sinnkrise aufweisen, rekurriert auf theoretisch zu erwartende Werte: Die Skala besteht aus fünf Items, die mit Werten von null bis fünf beurteilt werden können ( $\Rightarrow$  maximaler Summenwert = 25). Während die Antwortalternativen null bis zwei für eine Ablehnung der in Richtung Sinnkrise gepolten Aussagen stehen, weisen die Werte drei bis fünf auf Zustimmung hin. Der Minimalwert für tendenzielle Zustimmung ist also erreicht, wenn alle fünf Items mit drei beurteilt werden ( $\Rightarrow$  minimaler Summenwert = 15). Ein solcher Wert wird von nur 4% der Stichprobe erreicht, während 75% der Stichprobe gar einen Summenwert von drei oder geringer aufweisen. Indessen ist die erlebte Sinnerfüllung im Durchschnitt eher hoch ausgeprägt ( $M = 3.11$ ,  $SD = 0.91$ ). Ihr Mittelwert weicht vom theoretischen Mittelwert von 2.5 deutlich nach oben ab ( $d = .67$ ,  $p < .001$ ).

### Welche Lebensbedeutungen gibt es, welche werden von den Deutschen präferiert?

Abbildung 1 zeigt ein Mittelwertsprofil der 26 Lebensbedeutungen. Die höchsten Skalenausprägungen finden sich bei Moral ( $M = 3.84$ ,  $SD = 0.70$ ), Harmonie ( $M = 3.78$ ,  $SD = 0.71$ ), Fürsorge ( $M = 3.74$ ,  $SD = 0.72$ ) und Entwicklung ( $M = 3.57$ ,  $SD = 0.77$ ). Am geringsten ausgeprägt hingegen ist Explizite Religiosität (Religionszugehörigkeit, Gebet und Kraft durch Glauben;  $M = 1.92$ ) – wobei sie mit  $SD = 1.67$  die größte Standardabweichung aufweist, gefolgt von Spiritualität ( $M = 2.49$ ,  $SD = 1.11$ ) und Herausforderung ( $M = 2.57$ ,  $SD = 0.98$ ).

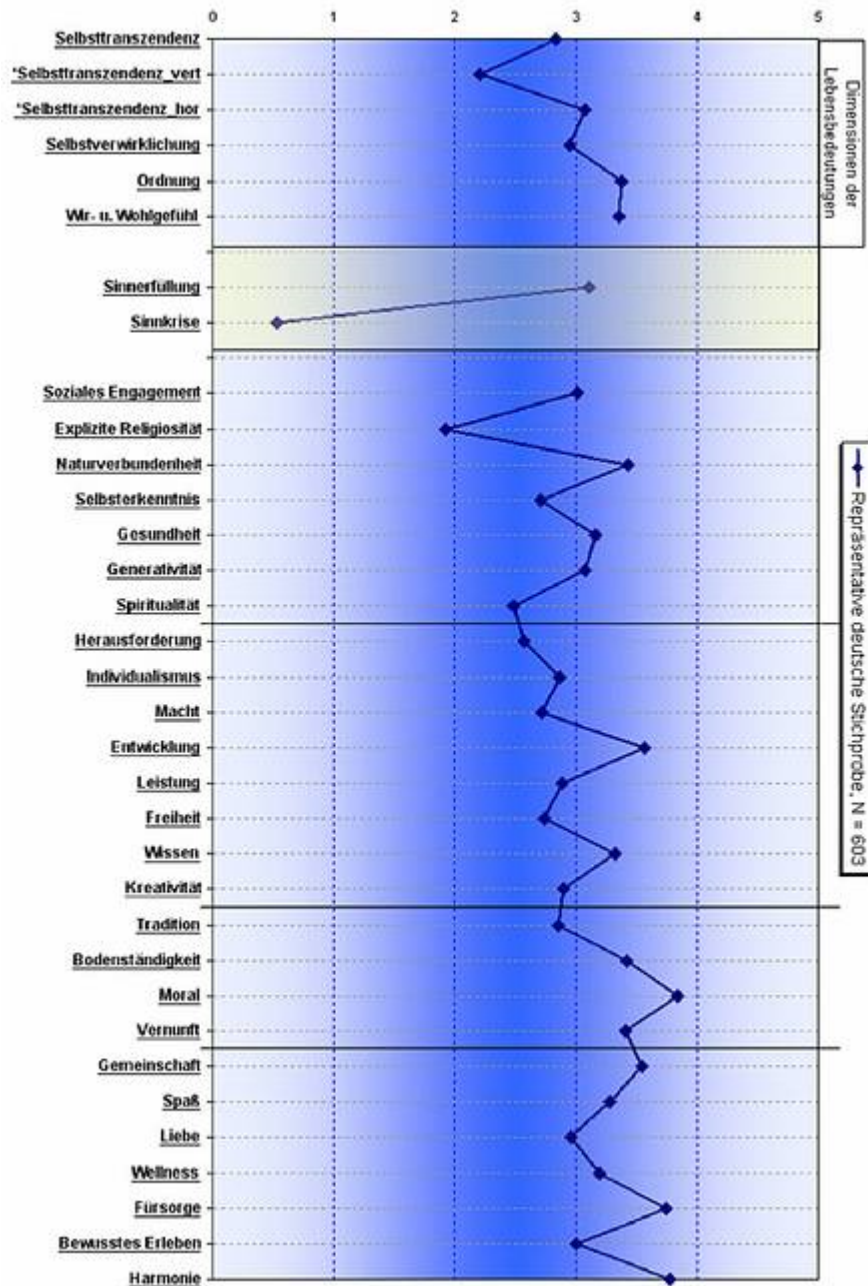


Abb. 1: Mittelwerte und Standardabweichungen der 26 Lebensbedeutungen; N = 603

Eine simultane multiple Regressionsanalyse, in die die 26 Lebensbedeutungen als Prädiktoren der Variable Sinnerfüllung eingehen, überprüft u.a. Merks Annahme, dass Religiosität in besonderem Maße zur Sinnstiftung beiträgt. Die Regressionsanalyse wird pauschal mit  $F(26,576) = 33.26$ ,  $p < .001$  signifikant. Insgesamt 60% der Varianz der Sinnerfüllung können durch die Lebensbedeutungen aufgeklärt werden ( $R = .78$ ), wobei neun Lebensbedeutungen dafür verantwortlich zeichnen (s. Tab. 2). Explizite Religiosität trägt dabei mit einem Betagewicht von  $\beta = .16$  zur Vorhersage von Sinnerfüllung bei; allerdings in geringerem Maße als Generativität ( $\beta = .33$ ) und Harmonie ( $\beta = .19$ ). Ein solches Muster von Lebensbedeutungen, wie es die signifikanten Prädiktoren in der multiplen Regression darstellen, kann als *Königsweg* zur Sinnerfüllung betrachtet werden – wobei natürlich auch stark davon abweichende Muster von Lebensbedeutungen in hoher Sinnerfüllung resultieren können. Jede Lebensbedeutung für sich steht in signifikantem Zusammenhang zu Sinnerfüllung; die Koeffizienten liegen zwischen  $r = .16$  und  $r = .67$  ( $M = .33$ ). Die Korrelation zwischen Expliziter Religiosität und Sinnerfüllung liegt mit  $r = .42$  unter der von Generativität ( $r = .67$ ), Bewusstem Erleben ( $r = .52$ ), Harmonie ( $r = .50$ ), Entwicklung ( $r = .45$ ) und Spiritualität ( $r = .44$ ). (Weitere Korrelationen in Schnell & Becker 2007.)

Tab. 2: Multiple Regression zur Vorhersage von Sinnerfüllung durch 26 Lebensbedeutungen: Regressionskoeffizienten und Signifikanzen; N = 603

Lebensbedeutung	Beta	Signifikanz
-----------------	------	-------------

Explizite Religiosität	.16	.000
Spiritualität	.11	.002
Generativität	.33	.000
Naturverbundenheit	.02	.60
Soziales Engagement	.05	.20
Gesundheit	.02	.52
Selbsterkenntnis	.06	.11
Individualismus	-.07	.11
Herausforderung	-.07	.10
Entwicklung	.10	.03
Macht	.15	.000
Freiheit	-.03	.35
Kreativität	.08	.02
Wissen	-.02	.51
Leistung	-.05	.22
Vernunft	.04	.22
Tradition	-.16	.000
Moral	.01	.78
Bodenständigkeit	.13	.002
Gemeinschaft	.04	.37
Spaß	-.01	.80
Liebe	-.03	.44
Harmonie	.19	.000
Wellness	-.01	.848
Fürsorge	-.04	.250
Bewusstes Erleben	.07	.092

## Zusammenhänge zwischen Sinnerfüllung und Breite, Balanciertheit und Tiefe der Lebensbedeutungen

Die *Breite* wird über die Anzahl charakteristischer Lebensbedeutungen dargestellt (als solche werden jene Lebensbedeutungen verstanden, deren Wert mindestens eine Standardabweichung über dem Mittelwert der Vergleichsstichprobe liegt). 17% der Stichprobe zeigen keinerlei überdurchschnittliche Ausprägungen. Für 14% spielt nur eine Lebensbedeutung eine zentrale Rolle, für 55% sind es zwei bis acht Lebensbedeutungen, für die übrigen 15% neun bis zu über zwanzig Lebensbedeutungen.

Der Zusammenhang zwischen *Breite* und *Sinnerfüllung* ist mit  $\rho = .52$  deutlich ausgeprägt. Er ist am ehesten als quadratische Funktion zu verstehen ( $R^2 = .35$ ). Wie aus Abbildung 2 ersichtlich, steigt Sinnerfüllung mit der *Breite* an; der Steigungsgrad beginnt sich allerdings ab einer Summe von fünf Lebensbedeutungen langsam abzuflachen.

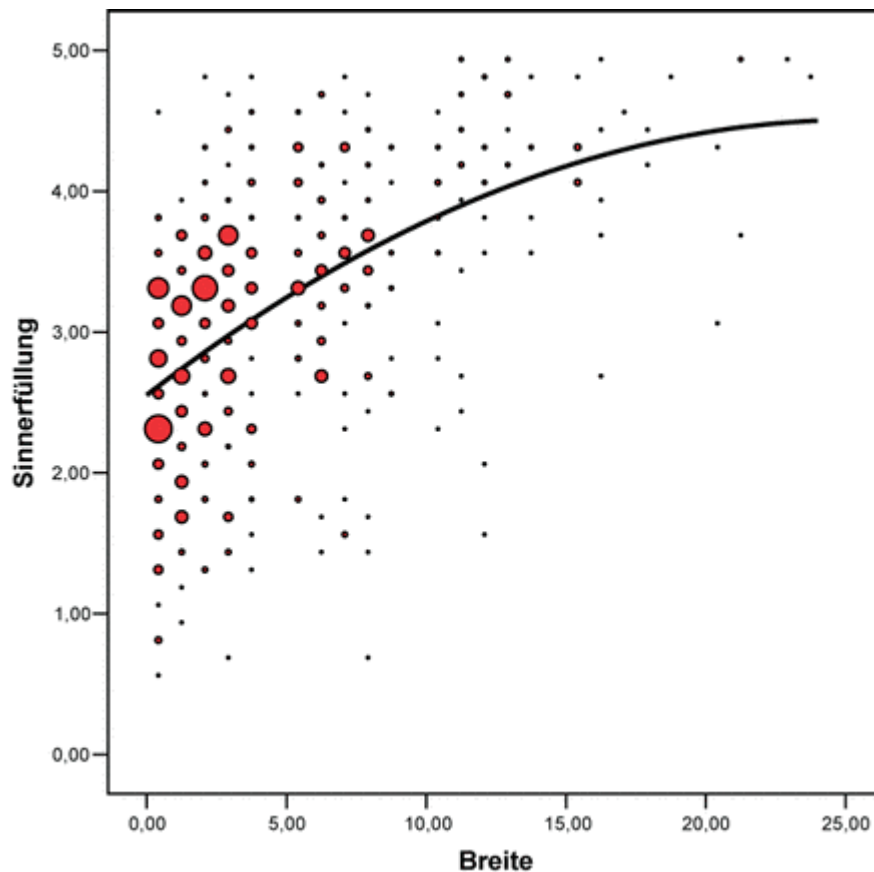


Abb. 2: Funktion des Zusammenhangs von Sinnerfüllung mit der Breite der Lebensbedeutungen

Die *Balanciertheit* von Lebensbedeutungen ergibt sich aus der Anzahl von Dimensionen, denen die charakteristischen Lebensbedeutungen zugehören. Die maximale Balanciertheit beträgt demnach 5; ein Wert von 1 steht dafür, dass die charakteristischen Lebensbedeutungen nur einer Dimension zuzuordnen sind. Mit 22% weist die Mehrheit der Stichprobe charakteristische Lebensbedeutungen aus zwei Dimensionen auf (Balanciertheit von 0: 17%; 1: 20%; 3: 18%; 4: 15%; 5: 8%). Da die Balanciertheit auch von der Breite der Lebensbedeutungen abhängt, wird deren Einfluss in einer partiellen Korrelation (der Rangreihen) kontrolliert. Der resultierende Korrelationskoeffizient beträgt  $\rho = .23$  ( $p < .001$ ).

Eine Kovarianzanalyse mit Balanciertheit als sechsstufiger UV und Breite als Kovariate zeigt ( $F(5, 594) = 9.42, p < .001$ ), dass sich die Ausprägungen der Sinnerfüllung bei unterschiedlichen Graden der Balanciertheit mit  $\eta^2 = .07$  unterscheiden. Abbildung 3 stellt die geschätzten Randmittel von Sinnerfüllung (angepasst an die Kovariate Breite) dar; man sieht, dass Sinnerfüllung besonders hoch ausgeprägt ist, wenn charakteristische Lebensbedeutungen mindestens drei Dimensionen zugehören (nach Tukey-HSD ist Sinnerfüllung bei allen Levels der Balanciertheit  $\geq 3$  signifikant höher als bei allen Levels  $< 3$ , mit  $p < .001$ ). Die Abdeckung aller fünf Dimensionen bringt nochmals einen deutlichen Zuwachs an Sinnerfüllung mit sich (Sinnerfüllung höher als bei Levels 0 – 4, Tukey-HSD,  $p < .03$ ).



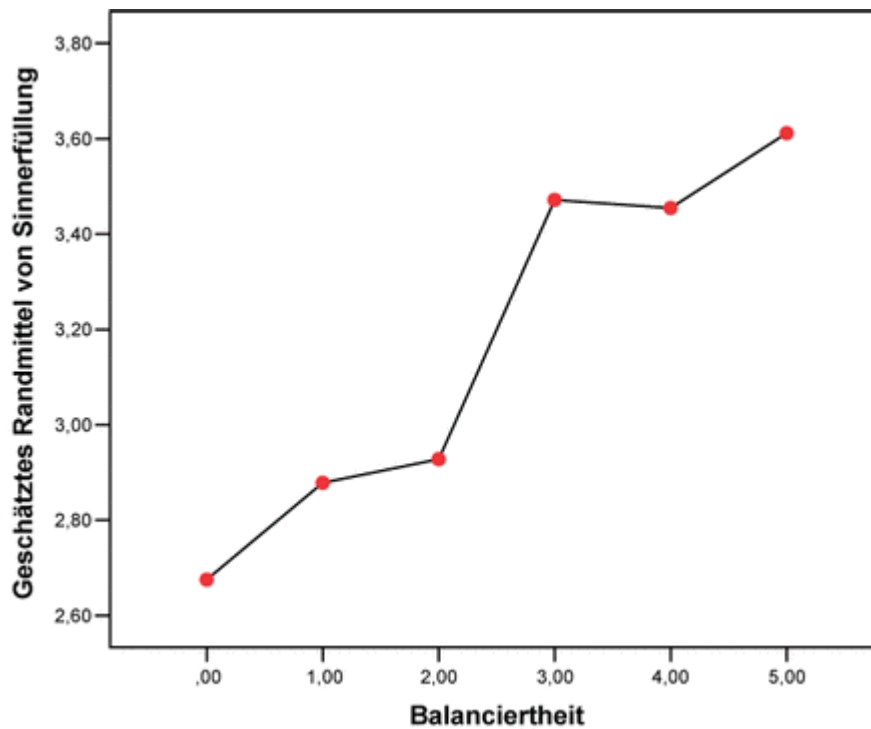


Abb. 3: Geschätzte Randmittel von Sinnerfüllung für die sechs Stufen der Balanciertheit (angepasst an die Kovariate Breite)

Wie oben dargestellt, bezieht sich das Kriterium *Tiefe* auf den Grad der durch die Lebensbedeutungen realisierten Selbsttranszendenz. Reker und Wong unterscheiden die folgenden theoretisch postulierten Ebenen der Tiefe: 1) Vergnügen und Bequemlichkeit, 2) Verwirklichung eigener Potentiale, 3) Dienst am Nächsten und soziales oder politisches Engagement, und 4) Orientierung an Werten, die universellen Sinn und Letztbedeutungen umfassen (Reker & Chamberlain 2000, 44). Da eine analoge Anordnung der Dimensionen des LeBe anhand semantischer Kriterien Widersprüche mit sich führen könnte, werden Korrelationen der LeBe-Dimensionen mit der LeBe-Dimension der vertikalen Selbsttranszendenz zugrunde gelegt, da diese im Sinne Rekers und Wongs die stärkste Ausprägung von Tiefe darstellt. Die faktorenanalytisch homogene Dimension Wir- und Wohlgefühl wird zudem in die beiden Subdimensionen Wirgefühl und Wohlgefühl unterteilt, weil bei beiden unterschiedliche Maße an Selbsttranszendenz zu erwarten sind. Die Korrelationen mit der Dimension der vertikalen Selbsttranszendenz sehen folgendermaßen aus:

- Selbstverwirklichung:  $r = .08$
- Wohlgefühl:  $r = .20$
- Ordnung:  $r = .27$
- Wirgefühl:  $r = .33$
- Horizontale Selbsttranszendenz:  $r = .43$

Dementsprechend werden die folgenden Ebenen von Tiefe unterschieden:

- 0) keine charakteristischen Lebensbedeutungen
- 1) Selbstverwirklichung
- 2) Wohlgefühl
- 3) Ordnung
- 4) Wirgefühl
- 5) Horizontale Selbsttranszendenz
- 6) Vertikale Selbsttranszendenz

Im Gegensatz zur Hierarchie Reker und Wongs ist hier die Dimension Selbstverwirklichung mit der geringsten Selbsttranszendenz und somit Tiefe assoziiert, während Wohlgefühl – das neben den Reker und Wongs Konstrukt nahe stehenden Lebensbedeutungen *Spaß* und *Wellness* auch *Harmonie* und *Bewusstes Erleben* umfasst – eine größere Nähe zur vertikalen Selbsttranszendenz aufweist. Die Tiefe-Werte werden entsprechend der tiefsten erreichten Lebensbedeutung zugewiesen. (Wer z.B. eine charakteristische Ausprägung einer Lebensbedeutung der Dimension Ordnung aufweist, aber keine der Ebenen darüber, erhält den Wert drei, etc.). Da das Merkmal Tiefe mit dem der Breite hoch korreliert ( $\rho = .69, p < .001$ ), wird auch hier die Anzahl der charakteristischen Lebensbedeutungen kontrolliert, um den Zusammenhang der Tiefe mit Sinnerfüllung zu ermitteln. Eine entsprechende partielle Korrelation der Rangreihen beträgt  $\rho = .23 (p < .001)$ .

Eine Kovarianzanalyse mit Tiefe als siebenstufiger UV und Breite als Kovariate zeigt unterschiedliche Ausprägungen von Sinnerfüllung auf den verschiedenen Ebenen von Tiefe an ( $F(6, 593) = 8.39, p < .001, \eta^2 = .08$ ). Post-hoc Tests (Tukey-HSD) demonstrieren u.a., dass die Sinnerfüllung auf Ebene sechs deutlich höher ausgeprägt ist als auf allen anderen Ebenen ( $p < .001$ ). Sinnerfüllung auf den Ebenen vier und fünf weicht signifikant von der auf Ebene null ab ( $p \leq .03$ ). Keinerlei Unterschiede findet man zwischen den unteren Ebenen (null bis drei). Aus Abbildung 4, die die geschätzten Randmittel von Sinnerfüllung auf den verschiedenen Ebenen von Tiefe darstellt, ist ersichtlich, dass der Zusammenhang zwischen Tiefe und Sinnerfüllung nicht linear ist. Dies liegt unter anderem daran, dass die Dimension Ordnung – trotz Anordnung auf dritter Ebene der Tiefe – mit der geringsten Sinnerfüllung einhergeht.

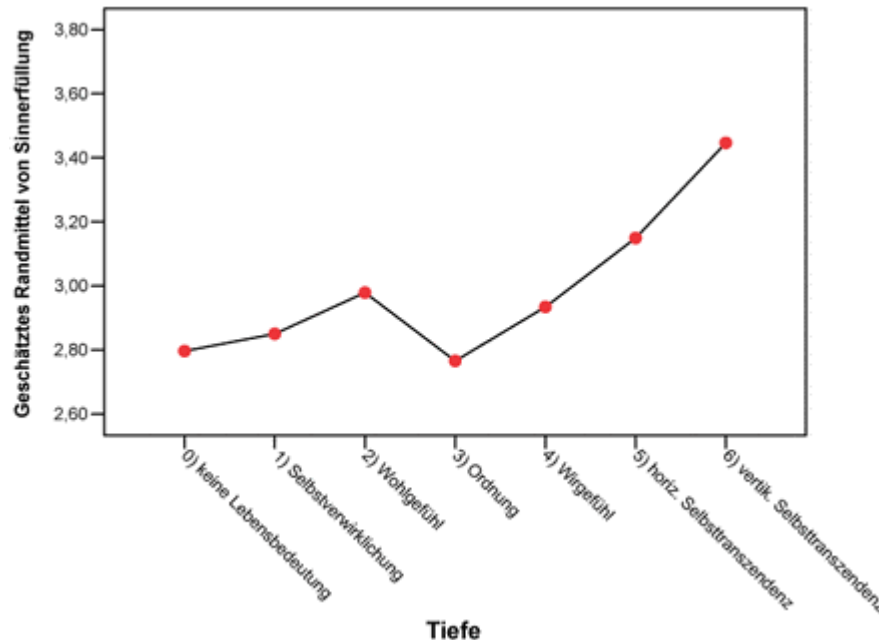


Abb. 4: Geschätzte Randmittel von Sinnerfüllung für die sieben Stufen der Tiefe (angepasst an die Kovariate *Breite*)

## Die existentiell Indifferenten

Während in der bisherigen Forschung davon ausgegangen wurde, dass Menschen entweder ein sinnerfülltes Leben führen, oder aber einen solchen Sinn vermissen, findet sich in der repräsentativen Stichprobe eine überraschend hohe Zahl von existentiell Indifferenten. Insgesamt 35% der Befragten bezeichnen sich weder als sinnerfüllt, noch leiden sie unter einer Sinnkrise. Eine Mehrheit von 61% zählen zum Typ ‚hohe Sinnerfüllung, niedrige Sinnkrise‘, während 4% – wie oben bereits dargestellt – unter einer Sinnkrise leiden, aber keine Sinnerfüllung aufweisen. Der Kategorie ‚hohe Sinnerfüllung, hohe Sinnkrise‘ wurden insgesamt 4 Personen zugeordnet (= 0,66%); dieser Typ wurde daher sowie aufgrund der inhaltlichen Unwahrscheinlichkeit nicht in weitere Analysen eingeschlossen. Bezüglich der Zugehörigkeit zu den drei verbleibenden Typen von Lebenssinn zeigt sich keine Abhängigkeit vom Geschlecht, jedoch ein leichter Alterseffekt: Existentiell Indifferenten sind etwas jünger als Sinnerfüllte ( $M = 42.4, SD = 16.81$  vs.  $M = 47.3, SD = 16.31$ ), unterscheiden sich aber vom Alter her nicht von Menschen in einer Sinnkrise ( $M = 40.4, SD = 13.10$ ;  $F(2,590) = 6.86, p = .001$ ; Tukey-HSD). Eine multivariate Varianzanalyse mit den drei Sinntypen als Faktor und der Kovariate Alter zeigt deutliche Unterschiede der drei Gruppen in den fünf Dimensionen des LeBe ( $F(10,1170) = 20.30, p < .001$ ). Nach post-hoc Tests (Tukey-HSD) scheint auf, dass die existentiell Indifferenten auf allen Dimensionen niedrigere Werte als die Sinnerfüllten aufweisen (s. Tab. 3); in vertikaler und horizontaler Selbsttranszendenz liegen ihre Werte gar noch unter denen der Menschen in einer Sinnkrise. Von diesen unterscheiden sie sich vor allem – wie t-Tests auf Niveau der Lebensbedeutungsskalen zeigen – in einer sehr viel geringeren Selbsterkenntnis ( $d = .78$ ), niedrigerer Spiritualität ( $d = .64$ ), Expliziter Religiosität ( $d = .58$ ) und Generativität ( $d = .46$ ).

Tab. 3: Mittelwerte und Standardabweichungen der fünf Dimensionen der Lebensbedeutungen bei existentiell Indifferenten, Sinnerfüllten, Menschen in einer Sinnkrise und der gesamten Stichprobe

Dimension		Mittelwert	Standardabweichung
Selbsttranszendenz vertikal	Existentiell Indifferent	1.57	0.98
	Sinnerfüllt	2.56	1.23
	Sinnkrise	2.29	1.22

	Gesamt	2.21	1.24
<b>Selbsttranszendenz horizontal</b>	Existentiell Indifferent	2.69	0.59
	Sinnerfüllt	3.31	0.55
	Sinnkrise	3.00	0.68
	Gesamt	3.08	0.64
<b>Selbstverwirklichung</b>	Existentiell Indifferent	2.69	0.65
	Sinnerfüllt	3.10	0.60
	Sinnkrise	2.80	0.90
	Gesamt	2.95	0.66
<b>Ordnung</b>	Existentiell Indifferent	3.16	0.59
	Sinnerfüllt	3.51	0.61
	Sinnkrise	3.32	0.72
	Gesamt	3.38	0.63
<b>Wir- und Wohlgefühl</b>	Existentiell Indifferent	3.08	0.57
	Sinnerfüllt	3.54	0.52
	Sinnkrise	3.10	0.67
	Gesamt	3.36	0.59

Eine solche Ähnlichkeit existentiell Indifferenten mit Menschen in einer Sinnkrise gilt jedoch nicht für alle Lebensbereiche. Als eine erste Validierung des Konstrukts Existentielle Indifferenz soll daher abschließend die Beziehung zu einem Konstrukt dargestellt werden, das im Kontext des gesellschaftlichen Befindens der letzten Jahren eine besondere Relevanz aufweist: zur Arbeitszufriedenheit. Sie wurde in der repräsentativen Stichprobe anhand eines Ein-Item-Maßes erhoben ("Wie zufrieden sind Sie mit dem Beruf, den Sie derzeit ausüben?"; Antwortformat 0-5). Untersucht man die Ausprägung der Arbeitszufriedenheit bei Menschen in einer Sinnkrise, existentiell Indifferenten und Personen mit hoher Sinnerfüllung, so unterscheiden sich alle drei signifikant voneinander ( $F(2,535) = 22.15, p < .001$ ). Menschen in einer Sinnkrise weisen die geringste Arbeitszufriedenheit auf ( $M = 2.42, SD = 1.43$ ); bei existentiell Indifferenten zeigt sich eine deutlich höhere Ausprägung ( $M = 3.53, SD = 1.14$ ); sie liegt aber unter der jener Personen, die ein sinnerfülltes Leben führen ( $M = 3.96, SD = 1.10$ ).

## Diskussion

Bezieht man sich auf die Wahrnehmung der hier befragten Individuen, so ist die von der Bundeskanzlerin diagnostizierte Sinnkrise nicht zu belegen. Nur 4% der repräsentativen Stichprobe lassen eine Sinnkrise erkennen. Dieser geringe Wert könnte allerdings hinterfragt werden: Eine Sinnkrise ist ein häufiges Merkmal von Depressionen, wobei sie sowohl Auslöser wie auch Folge der affektiven Störung sein kann (Schmitz 2005). Nach Jacobi, Wittchen, Hölting, Höfler, Pfister, Müller und Liebe (2004) liegt die Punktprävalenz von Depressionen bei 5% - also höher als die hier gefundene Zahl von Sinnkrisen. Es wäre denkbar, dass bei Vorliegen einer Depression und der damit einhergehenden allgemeinen Antriebs- und Interesselosigkeit die Motivation zur Teilnahme an der psychologischen Untersuchung gemindert wird. Somit würde die Stichprobe "nicht zufällig fehlende Werte" aufweisen, die die geschätzte Häufigkeit des Merkmals Sinnkrise verzerren (vgl. Lüdtke, Robitzsch, Trautwein & Köller 2007). Doch auch in Anbetracht einer Korrektur nach oben, die in Anlehnung an die Punktprävalenz der Depression nur wenige Prozentpunkte umfassen würde, legen die Daten kaum nahe, dass die Deutschen sich in einer tiefgreifenden Sinnkrise befinden.

Von besonderem Interesse sind diesbezüglich indes die existentiell Indifferenten, die ca. ein Drittel der Gesellschaft ausmachen. Sie erfahren ihr Leben nicht als sinnerfüllt, leiden aber – nach ihrer Selbstauskunft – auch nicht darunter. Allerdings gibt es in ihrem Leben wenig, was ihnen bedeutsam erscheint. Alle Lebensbedeutungen sind bei ihnen ähnlich niedrig wie oder gar noch geringer ausgeprägt als bei Menschen in einer Sinnkrise. Besonders auffallend ist eine große negative Abweichung der existentiell Indifferenten in Selbsterkenntnis. Es wäre denkbar, dass sie der

Grund dafür ist, dass eine vorherrschende Sinnleere nicht wahrgenommen oder eingestanden wird. Ein solches Leugnen wiederum könnte als Copingstrategie verstanden werden, die – zumindest temporär – erfolgreich ist: So erleben existentiell Indifferente z.B. ihre Berufstätigkeit zwar als weniger zufriedenstellend als Menschen mit hoher Sinnerfüllung, aber deutlich positiver als Menschen in einer Sinnkrise.

Andererseits ist es ebenso vorstellbar, dass existentiell Indifferente keine (verdrängte) Sinnleere aufweisen. Auch, wenn sie keinen Sinn in ihrem Leben sehen und sich nicht als Teil eines größeren Ganzen verstehen, können sie doch ein zufriedenes Leben führen – ohne ausgeprägte Leidenschaften und ohne Bedürfnis, sich selbst und ihre Möglichkeiten weiter auszuloten. Eine zunehmende Verankerung des Konstrukts im Netz bekannter psychologischer Variablen wird weiteren Aufschluss darüber geben können, wie existentiell Indifferente sich selbst wahrnehmen und ob es Verhaltensdispositionen gibt, die mit einer solchen Lebenshaltung typischerweise einhergehen (s. auch Schnell eingereicht).

Eine Relativierung einer zentralen Annahme der Sinnforschung kann bereits aufgrund der Häufigkeit des Vorkommens existentieller Indifferenz vorgenommen werden: So ist der von Frankl postulierte *Wille zum Sinn* bestenfalls als ein Wachstumsbedürfnis im Sinne Maslows (1970) zu verstehen, nicht aber als ein Defizitbedürfnis, das bei Nichterfüllung einen als Mangel erlebten Spannungszustand hervorruft.

Betrachtet man die Verteilung der Lebensbedeutungen in Deutschland, so ergibt sich das Bild einer areligiösen und wenig spirituellen Gesellschaft, die dennoch an klaren Werten festhält. Diese sind aufklärerisch in der Vernunft verankert, basieren aber ebenso auf einem Wunsch nach Wirgefühl: Eintracht und Sorge um andere sind zentral; die Nähe untereinander sowie die Nähe zur Natur spielen eine größere Rolle als Freiheit und Unabhängigkeit. Man bemüht sich um Wandel und Veränderung, verlangt aber nicht nach Herausforderung. Auch zur Konfrontation mit eigenen Stärken und Schwächen mit dem Ziel wachsender Selbsterkenntnis besteht wenig Motivation.

Die Bundeskanzlerin geht davon aus, dass Religiosität eine besondere Rolle bei der gesellschaftlichen Sinnstiftung zukommt – wobei der Stellenwert dieser Aussage sicherlich in Beziehung zu dem Ort gesehen werden muss, an dem sie geäußert wurde: am evangelischen Kirchentag. Doch die Annahme hat sich in der vorliegenden Untersuchung in gewisser Weise empirisch bewährt. Explizite Religiosität – der Glaube an einen Gott, umgesetzt in Gebet und erlebt als kraft- und haltgebend – wird zwar von relativ wenigen Menschen gelebt, trägt aber bedeutsam zur Vorhersage von Sinnerfüllung bei. Allerdings weist Explizite Religiosität nicht die engste Verbindung zu Sinnerfüllung auf; sie wird diesbezüglich von einigen anderen Lebensbedeutungen übertroffen. Zudem zeigt sich als *Königsweg* zur Sinnerfüllung nicht die alleinige hohe Ausprägung von Religiosität; wichtig ist vielmehr deren Einbindung in eine Struktur verschiedener Lebensbedeutungen, die Aspekte der horizontalen Selbsttranszendenz, Selbstverwirklichung, der Ordnung und des Wir- und Wohlgefühls umfassen. Dem entsprechen auch die Ergebnisse zu Tiefe, Breite und Balanciertheit der Lebensbedeutungen: Hohe Sinnerfüllung ergibt sich nicht durch die Orientierung an einer, sondern durch die Verfolgung mehrerer Lebensbedeutungen. Dabei steigt die erlebte Sinnerfüllung nochmals leicht an, wenn diese charakteristischen Lebensbedeutungen verschiedenen Dimensionen zuzuordnen sind – also möglichst unterschiedlich sind. Nicht zuletzt ist die subjektive Sinnerfüllung am stärksten ausgeprägt bei hohen Graden der Selbsttranszendenz, wobei Explizite Religiosität und Spiritualität für maximale Selbsttranszendenz stehen.

Die Ergebnisse weisen interessante Parallelen zu Annahmen der humanistischen Psychologie auf, wie sie z.B. Maslow formulierte. Während Maslow lange Zeit davon ausging, dass Selbstverwirklichung den Abschluss der Persönlichkeitsentwicklung darstelle, kam er später (1971) zu dem Schluss, dass ein Abstandnehmen von sich selbst noch jenseits der Selbstverwirklichung liege und Selbsttranszendenz somit einen weiteren erwünschten Entwicklungsschritt darstelle. Wählt man als das Kriterium für Erwünschbarkeit das Ausmaß der Sinnerfüllung, das ein Mensch erlebt, so erfährt Maslows Erweiterung seiner Theorie durch die hier gefundenen Ergebnisse Bestätigung: Sinnerfüllung ist deutlich höher ausgeprägt, wenn charakteristische Lebensbedeutungen vorhanden sind, die zur Dimension der horizontalen oder vertikalen Selbsttranszendenz zählen, als wenn nur solche der Dimension Selbstverwirklichung gelebt werden.

Sicherlich ist die psychologische Methode der Erfassung individueller Selbstauskünfte nur bedingt hilfreich, wenn es um die Einschätzung der gesamtgesellschaftlichen Situation geht, die Angela Merkel ansprach. Analysen der Soziologie, der Geistes- und Kulturwissenschaft werden diesbezüglich noch viel beizutragen haben. Dennoch erlaubt das Profil der Ausprägungen der verschiedenen Lebensbedeutungen einen – in diesem Falle nicht tief schürfenden, sondern breit angelegten – empirisch fundierten Einblick in die existentielle Befindlichkeit der Deutschen zu Beginn des 21. Jahrhunderts.

Weitere Studien sind notwendig, um Lebensbedeutungen und Lebenssinn im Kontext psychologischer Theorien und Anwendungen zu verankern. Besonders das Phänomen der Existentiellen Indifferenz, das bisher keine Beachtung erfahren hat, muss noch besser verstanden werden. Ebenso ist auch die Frage nach der Häufigkeit von Sinnkrisen

noch nicht abschließend beantwortet. Dass jedoch eine Vielzahl von unterschiedlichen Lebensbedeutungen im Deutschland der Gegenwart gelebt wird, und dass die Art, die Anzahl und die Balanciertheit dieser Lebensbedeutungen mit dem Ausmaß der erlebten Sinnerfüllung in Beziehung stehen, kann in anbetracht der empirischen Befunde als belegt gelten.

## Literatur

- Antonovsky, Aaron (1987): *Unraveling the Mystery of Health*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Battista, John & Richard Almond (1973): The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, 409-427.
- Bonfiglioli, Stefania (2008): Aristotle's non-logical works and the square of oppositions in semiotics. *Logica Universalis*, 2, 107-126.
- Chamberlain, Kerry & Sheryl Zika (1988): Religiosity, life meaning, and well-being: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 411-420.
- Crumbaugh, James C. & Leonard T. Maholick (1964): An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 589-596.
- Dufton, Brian D. & Daniel Perlman (1986): The association between religiosity and the purpose-in-life test: Does it reflect purpose or satisfaction? *Journal of Psychology and Theology*, 14, 42-48.
- Facius, Gernot (2005): Stelldichein der Politik auf dem Kirchentag. *Die Welt*, 27.05.2005.
- Frankl, Viktor E. (1996): *Der Wille zum Sinn*. Bern: Huber.
- Jacobi, Frank, Hans-Ulrich Wittchen, Christoph Hölting, Michael Höfler, Hildegard Pfister, N. Müller & Roselind Lieb (2004): Prevalence, co-morbidity and correlates of mental disorders in the general population: results from the German Health Interview and Examination Survey (GHS). *Psychological Medicine*, 34, 597-611.
- Janoff-Bulman, Ronnie (1992): *Shattered Assumptions: Toward a New Psychology of Trauma*. New York: Free Press.
- Lienert, Gustav A. & Ulrich Raatz (1998): *Testaufbau und Testanalyse*. Weinheim: Beltz, PVU.
- Lukas, Elisabeth (1996): Zur Validierung der Logotherapie. In Viktor E. Frankl, *Der Wille zum Sinn* (283-316). Bern: Huber.
- Lüdtke, Oliver, Alexander Robitzsch, Ulrich Trautwein & Olaf Köller (2007): Umgang mit fehlenden Werten in der psychologischen Forschung. *Psychologische Rundschau*, 58 (2), 103-117.
- Maddi, Salvatore R. (1998): Creating Meaning Through Making Decisions. In Paul T. P. Wong & Pem S. Fry (Hg.), *The Human Quest for Meaning* (3-26). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Mascaro, Nathan, David H. Rosen & Leslie C. Morey (2004): The development, construct validity, and clinical utility of the spiritual meaning scale. *Personality and Individual Differences*, 37, 845-860.
- Maslow, Abraham H. (1970): *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row.
- Maslow, Abraham H. (1971): *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Viking.
- Molcar, Carol C. & Daniel W. Stuempfig (1988): Effects of world view on purpose in life. *The Journal of Psychology*, 122, 365-371.
- Neimeyer, Robert A. (1993): Constructivist Approaches to the Measurement of Meaning. In Greg J. Neimeyer (Hg.), *Constructivist Assessment: a Casebook* (59-103). Newbury Park: Sage.
- Neimeyer, Robert A. (Hg.) (2001): *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Paloutzian, Raymond F. (1981): Purpose-in-life and value changes following religious conversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1153-1168.
- Reker, Gary T. & Kerry Chamberlain (Hg.) (2000): *Exploring Existential Meaning*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Reker, Gery T. & Paul T. P. Wong (1988): Aging as an Individual Process: Toward a Theory of Personal Meaning. In James E. Birren & Vern L. Bengtson (Hg.), *Emergent Theories of Aging* (214-246). New York: Springer.
- Schmitz, Edgar (2005): Sinnkrisen, Belastung, Lebenssinn – psychologische Perspektiven, Konzepte und Forschung. In Hilarion G. Petzold & Ilse Orth (Hg.), *Sinn, Sinnerfahrung, Lebenssinn in Psychologie und Psychotherapie* (125-155). Bielefeld: Edition Sirius.
- Schnell, Tatjana (2004): *Implizite Religiosität – Zur Psychologie des Lebenssinns*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Schnell, Tatjana (2006): Ohne Sinn kein Glück? Zur Relativierung und Differenzierung des Zusammenhangs von Sinn und Neurotizismus. In Friedrich Lösel & Doris Bender (Hg.), 45. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (314). Lengerich: Pabst Science Publishers.

- Schnell, Tatjana (2007): Spirituality as a Source of Meaning. Vortrag, International Conference on Spirituality, September 2007, Prag (CZ).
- Schnell, Tatjana (2008): Existential Indifference: Attributes of a new category of meaning in life. Poster, XXIX International Congress of Psychology, Juli 2008, Berlin.
- Schnell, Tatjana (eingereicht): Complexity in the measurement of meaning in life. The Sources of Meaning and Meaningfulness Questionnaire (SoMe) and a qualification of previous findings.
- Schnell, Tatjana & Peter Becker (2006): Personality and meaning in life. *Personality and Individual Differences*, 41 (1), 117-129.
- Schnell, Tatjana & Peter Becker (2007): LeBe. Manual des Fragebogens zu Lebensbedeutungen und Lebenssinn. Göttingen: Hogrefe.
- Statistisches Bundesamt (2005): Bevölkerung. Verfügbar unter: <http://www.destatis.de/basis/d/bevoe.php> [16.09.2005].
- Steger, Michael F. & Patricia Frazier (2005): Meaning in life: One link in the chain from religion to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 574-582.
- Wong, Paul T.P. & Prem S. Fry (Hg.) (1998): *The Human Quest for Meaning*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Wong, Paul T.P. (1998): Implicit Theories of Meaningful Life and the Development of the Personal Meaning Profile. In Paul T.P. Wong & Pem S. Fry (Hg.), *The Human Quest for Meaning* (111-140). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Yorke, Mantz (2001): Bipolarity ... or not? Some conceptual problems relating to bipolar rating scales. *British Educational Research Journal*, 27, 171-186.

---

**Dr. Tatjana Schnell**

Universität Innsbruck  
Institut für Psychologie  
Innrain 52  
A-6020 Innsbruck

 [tatjana.schnell@uibk.ac.at](mailto:tatjana.schnell@uibk.ac.at)

Tatjana Schnell (Dr., Dipl.-Psych., M. Phil.) ist Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Psychologie der Universität Innsbruck. Sie ist zuständig für Persönlichkeits- und Differentielle Psychologie. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Sinnforschung, Integrative Persönlichkeitsmodelle, Religionspsychologie und Akkulturationsforschung.