

Vorwort

Noch immer geschieht es recht selten, dass sich eine Einzeldisziplin der Psychologie kontinuierlich um methodologische und theoretische Grundlagen und ihre Konsequenzen kümmert. Für die Sozialpsychologie hat sich in Zusammenarbeit mit ihrer Fachgruppe bei der Deutschen Gesellschaft für Psychologie inzwischen das „Hamburger Symposion zur Methodologie der Sozialpsychologie“ etabliert. Die Symposien werden in einem kleinen Kreis von ca. 30 ForscherInnen besucht, die aktiv in dem gewählten Schwerpunktthema tätig sind. Diese Rahmenbedingungen ermöglichen es den TeilnehmerInnen, eine intensive und fruchtbare Diskussion zu führen, ohne die bei Kongressen üblichen Einschränkungen. Dabei ist es das Ziel dieser Symposien, in den gewählten Schwerpunktthemen durch die thematische Verknüpfung und die Interdisziplinarität neue Forschungsimpulse zu setzen. Nicht die Darstellung und der Bericht wohl abgesicherter Resultate ist das Ziel, sondern der Hinweis auf neue Wege, Ergänzungen zu klassischen Sichtweisen, methodologische Grundsatzdiskussionen etc. Es handelt sich also immer um aktuelle Forschung verbunden mit der Frage „Und wie geht es weiter?“.

Bisher wurden bei den veröffentlichten Berichten folgende Schwerpunktthemen bearbeitet:

- a) Sozialpsychologie und Systemtheorie,
- b) Angewandte Sozialpsychologie: das Verhältnis zwischen Theorie und Praxis,
- c) Einstellungen und Verhalten,
- d) Selbstkonzept und Identität,
- e) Soziale Kognition und empirische Ethikforschung,
- f) Sozialpsychologie der Motivation und Emotion,
- g) Sozialpsychologie der Paarbeziehungen,
- h) Sozialpsychologie der Gruppenleistung,
- i) Sozialpsychologie der Kognition: Soziale Repräsentationen, subjektive Theorien, soziale Einstellungen,
- j) Sozialpsychologie des Stresses und der sozialen Unterstützung,
- k) Leistungsverbesserungen in aufgabenorientierten Kleingruppen,
- l) Sozialpsychologie interkultureller Beziehungen,
- m) Sozialpsychologie wirtschaftlicher Prozesse,
- n) Sozialpsychologie politischer Prozesse,
- o) Methodologische, methodische und historische Entwicklungen in der Sozialpsychologie,

- p) Entwicklungsperspektiven der Sozialpsychologie,
- q) Evolutionäre Sozialpsychologie und automatische Prozesse,
- r) Sozialpsychologie und Medien,
- s) Sozialpsychologie und Werte,
- t) Sozialpsychologie der Kreativität und Innovation,
- u) Sozialpsychologie und Ökonomie
- v) Sozialpsychologie, Sozialisation und Schule.

Die ersten vier Berichte sind bei dem Verlag „Braunschweiger Studien“ (TU Braunschweig, FB 9, Rebenring 53, 38106 Braunschweig, Fax 0531-3918227) erschienen, die nachfolgenden im Pabst-Verlag veröffentlicht worden. In diesen Berichten werden intensive Diskussionen der entsprechenden Themen aus interdisziplinärer Sicht dargestellt, die zur Weiterarbeit anregen.

Der gemeinsamen Schwerpunkte des 27. Hamburger Symposions zur Methodologie der Sozialpsychologie sind diesmal: **Sozialpsychologie, Psychotherapie und Gesundheit.**

Die Sozialpsychologie ist diejenige Disziplin, die als Untersuchungsgegenstand das Individuum in seiner sozialen Einbettung und interpersonellen Interaktion zum Gegenstand hat. Wenn man die Wirkungen der sozialen Umwelt auf die psychische und somatische Gesundheit betrachtet, dann werden sozialpsychologische Perspektiven sofort sichtbar: Welche sozialen Kontexte machen krank, welche Änderungen sind vorzunehmen, damit das Wohlbefinden und die Zufriedenheit in der Gesellschaft sowie die Resilienz wachsen? Wie kann man Erkrankten durch psychologische Interventionen helfen, die immer auch in einer gezielten sozialen Interaktion stattfinden? Welche therapeutischen Effekte lassen sich auf sozialpsychologische Prozesse zurückführen und können diese Effekte unabhängig von Therapieschule und Krankheitsbild in Interventionen genutzt werden? Ist Psychotherapie aus sozialpsychologischer Sicht eine gezielte Einstellungsänderung? Kann die Wahrnehmung des sozialen Kontexts (bspw. über sozialen Vergleich) die mentale Repräsentation von Krankheit und Gesundheit verändern und damit auf psychologisches Wohlbefinden und auf Gesundheits- und Copingverhalten wirken? Was bedeutet eine Veränderung in psychischer oder körperlicher Belastbarkeit für die soziale Identität des Individuums? Verändert sich die Bedeutung des sozialen Kontexts für Gesundheit und Gesundheitsverhalten über die Lebensspanne? Was bedingt die Unterschiede in der Lebenserwartung in hoch-industrialisierten Ländern?

In diesem Symposium wollen wir die Frage verfolgen, inwiefern sozialpsychologische Sichtweisen und Theorien helfen können, psychologisches Wohlbefinden sowie Gesundheits- bzw. Risikoverhalten zu erklären und ob sich aus diesen Theorien Interventionsmodelle für Einstellungs- und Verhaltensänderungen ableiten lassen, die unabhängig von Therapieschulen und Krankheitsbildern eingesetzt werden können? Damit wollen wir den gerade sehr aktuellen Trend

zur Beschäftigung mit Auslösern hoch aggressiver, „kranker“ Handlungen (Luzifer-Effekt oder negativer Psychologie) ergänzen durch eine Positive Psychologie mit dem Schwerpunkt Gesundheit und Wohlbefinden.

Im ersten Kapitel (Witte, Hamburg) wird ein Konzept von Socio-Improvement entwickelt, das auf das politische Ziel eines zufriedenen, glücklichen und gesunden Bürgers abzielt. Dabei wird festgestellt, dass es sich um eine psychologische Fragestellung handelt und nicht um eine ökonomische. Voraussetzung jedoch ist, dass sich die Sozialpsychologie an der Positiven Psychologie orientiert und die Untersuchung der Lebenswelt von Menschen wiederentdeckt.

Das zweite Kapitel (Tschacher, Tomicic, Martinez & Ramseyer, Bern) behandelt die methodische Frage von Formen der Synchronie in dyadischer Interaktion als Schritt in eine systemische Konzeption sozialpsychologischer und therapeutischer Inhalte. Der systemische Ansatz hat die Palette der therapeutischen Interventionsmöglichkeiten in mancherlei Hinsicht erweitert. Wichtiger aber noch könnte der Beitrag der systemischen Methodologie sein, wenn man unter einem System ein Ensemble von Elementen versteht, das durch sein Zusammenwirken eine in zeitlicher Erstreckung beobachtbare Dynamik entwickelt und eine zeitreihenanalytische Methodik verwendet. Sie wird hier im Grundsatz dargestellt.

Epstude (Groningen) diskutiert im dritten Kapitel funktionale und dysfunktionale Aspekte kontrafaktischen Denkens. Das Nachdenken darüber, wie eigenes Verhalten oder das Verhalten anderer in der Vergangenheit zu einem anderen Ergebnis in der aktuellen Situation hätte führen können, ist ein bekanntes Phänomen. Diese Gedanken stehen im Zusammenhang mit dem Bereuen eigenen Verhaltens. In extremeren Formen können sie zu Grübeln und einem verminderten Wohlbefinden führen. Vorgestellt wird ein Modell kontrafaktischen Denkens, welches sowohl spezifische als auch unspezifische negative und positive Effekte kontrafaktischen Denkens integriert.

Als weitere kognitive Prozesse werden im vierten Kapitel Vergleichsprozesse zur Selbstbeurteilung herangezogen (Corcoran, Köln). Die Wahrnehmung des Selbst kann gerade bezüglich Gesundheitsverhalten eine entscheidende Rolle spielen. Erlebe ich mich als krank? Erlebe ich mich als kompetent meine Krankheit zu bekämpfen oder mein Verhalten zu verändern? Diese Wahrnehmung des Selbst wird maßgeblich von Vergleichen mit anderen Personen beeinflusst. Je nach Vergleichsstandard und je nachdem, auf welche Informationen man sich bei einem Vergleich stützt, können das Selbst und die eigene Situation unterschiedlich eingeschätzt werden.

Petersen (Hamburg und Löwen) widmet sich im fünften Kapitel ebenso dem sozialen Vergleich, jetzt aber bei der Wahrnehmung innerer Zustände, der Interozeption. Studien zu Interozeption haben gezeigt, dass psychologische Faktoren in der Wahrnehmung von Vorgängen im eigenen Körper eine entscheiden-

de Rolle spielen. Die bisherige Forschung zu Interozeption hat sich allerdings auf personale psychologische Faktoren wie bspw. Emotion begrenzt. Sozialpsychologische Prozesse haben in diesem Forschungsbereich bisher kaum Beachtung gefunden. In diesem Beitrag wird ein Modell vorgestellt, in dem Interozeption im Kontext der Forschung zu Selbstwahrnehmung und sozialem Vergleich betrachtet wird, das Symptom and Illness Attitude Model (SIAM).

Das *sechste* Kapitel beschäftigt sich jetzt mit der Verhaltensänderung. *Küper und Schwarzer (Berlin)* fragen sich, wie man Verhalten ändern und Gesundheit fördern kann. Bekanntlich fällt es den meisten Menschen sehr schwer, ihr Verhalten zu ändern, sofern sie überhaupt eine solche Absicht hegen. Um dies erklären und beeinflussen zu können, hat die Psychologie wissenschaftliche Konstrukte und Modelle entwickelt. Das sozial-kognitive Prozessmodell des Gesundheitsverhaltens (Health Action Process Approach) fragt unter anderem danach, warum und wie Menschen ihr Gesundheitsverhalten ändern, welche Schwierigkeiten dabei auftreten und wie man diesen Prozess beeinflussen kann. Das Modell vereint kontinuums- und stadien-theoretische Annahmen. Als Kontinuumsmodell (Mediatormodell) eignet es sich für die Analyse und Vorhersage von Verhaltensänderungen.

Papies und Stroebe (Utrecht) widmen sich im *siebenten* Kapitel einer speziellen Symptomatik, dem Übergewicht, das in westlichen Gesellschaften ein weit verbreitetes Gesundheitsproblem darstellt. Deshalb bemühen sich viele Menschen, ihr Gewicht durch Diät zu reduzieren oder zu kontrollieren. Da sie aber im täglichen Leben ständig mit schmackhaftem und kalorienreichem Essen konfrontiert werden, bleiben diese Bemühungen meist erfolglos. In diesem Kapitel wird mit dem Ziel-Konflikt-Modell des Essverhaltens eine neue Theorie vorgestellt, die erklärt, durch welche unbewussten Prozesse schmackhafte Essreize in unserer Umgebung diätbewusstes Essen erschweren.

Auch im *achten* Kapitel steht Essverhalten im Zentrum der Behandlung. *Scholz, Kliegel und Hornung (Zürich)* untersuchen die Verhaltensplanung als Grundlage für die Verhaltensänderung. Es gibt aber Hinweise darauf, dass eine geringere kognitive Leistungsfähigkeit (KL) mit schlechterem selbstregulierten Gesundheitsverhalten assoziiert ist. Planung scheint eine effektive Strategie zu sein, um gute Intentionen für die Aufnahme gesundheitsförderlichen Verhaltens auch wirklich in die Tat umzusetzen. Dabei wird angenommen, dass diese Effekte der Planung vor allem über automatisierte Verhaltensreaktionen erklärbar sind, und Pläne somit ihre Wirksamkeit ohne Inanspruchnahme kognitiver Ressourcen entfalten können. Das Ziel der vorliegenden Studie liegt darin zu testen, ob eine Planungsintervention mögliche ungünstige Effekte geringerer KL im Kontext einer intendierten Ernährungsumstellung kompensieren kann.

Knoll und Burkert (Berlin) untersuchen im *neunten* Kapitel die Bedeutung des Mikrosystems Partnerschaft für die Gesundheit. Die Balance zwischen Gabe und Erhalt sozialer Unterstützung (Reziprozität) in Partnerschaften spielt selbst

dann eine wichtige Rolle, wenn ein Partner krankheitsbedingt funktional beeinträchtigt ist. Es wurde angenommen, dass das Ausmaß reziproker partnerschaftlicher Unterstützungsgabe an Prostatakrebspatienten direkt nach erfolgter Prostatektomie und beim Einsetzen einer postoperativen Harninkontinenz am niedrigsten ausfällt, im Laufe des Rehabilitationsprozesses jedoch wieder ansteigt.

Das zehnte Kapitel widmet sich jetzt der Mitteilung von Diagnosen bei Krebserkrankungen. *Koch, Lehmann und Mehnert (UKE - Hamburg)* zeigen die Bedeutung und die Veränderungsmöglichkeiten bei dieser Interaktion auf. Die dargestellte Untersuchung zielt auf die Inhalte und den Bedeutungsgehalt schlechter Nachrichten aus Sicht von Krebspatienten, auf patientenseitige Kommunikationspräferenzen und auf Unterstützungsbedürfnisse. In einer prospektiven, naturalistischen Fragebogenstudie werden Patienten mit früher und fortgeschrittener Krebserkrankung während des Krankenhausaufenthaltes sowie vier Monate später mittels international eingesetzter standardisierter Selbstbeurteilungsinstrumente und selbstentwickelter Items befragt. Die Ergebnisse der Untersuchung unterstreichen die Relevanz der Mitteilung von schlechten Nachrichten für die onkologische Versorgung, insbesondere in der Behandlung von Patienten mit fortgeschrittener Krebserkrankung, und liefern wichtige Hinweise für die ärztliche Gesprächsführung. Gleichzeitig weisen die Resultate auch auf die Notwendigkeit hin, Ärzte in der Identifikation patientenseitiger Bedürfnisse im Rahmen von Kommunikationstrainingsprogrammen zu schulen.

Diese zehn Kapitel sollen einige Hinweise geben auf die Möglichkeiten, wie man sozialpsychologisches Wissen heranziehen kann, um positive Veränderungen für die Menschen in den unterschiedlichen Kontexten zu bewirken. Die Übertragung dieses Wissens in die Praxis, aber auch die Anreicherung der Theorienbildung durch praktische Probleme sind wichtige Prozesse bei der Weiterentwicklung der Sozialpsychologie selber. Mit dieser Vorstellung greifen wir nicht nur die Annahmen von Lewin über das Verhältnis von Theorie und Praxis auf, sondern auch die von ihm eingeforderte Partial-Methodologie der Aktionsforschung.

Wenn dieser Symposionsband die gemeinsame Anstrengung von Grundlagenforschern und Anwendern auf dem Gebiet der Sozialpsychologie befördert, dann hat er sein Ziel erreicht.

Hamburg und Löwen, März 2012

*Erich H. Witte
Sibylle Petersen*

Sozialpsychologie, Socio-Improvement und die Lebenszufriedenheit von Bürgern^{1,2}

Erich H. Witte

Ein Konzept von Socio-Improvement wird entwickelt, das auf das politische Ziel eines zufriedenen, glücklichen und gesunden Bürgers abzielt. Dabei wird festgestellt, dass es sich um eine psychologische Fragestellung handelt und nicht um eine ökonomische. Grundlage jedoch ist, dass sich die Sozialpsychologie an der Positiven Psychologie orientiert und die Untersuchung der Lebenswelt von Menschen wiederentdeckt.

Es wird gezeigt, dass sich hinter dem politischen Bestreben, das Volk zufrieden, glücklich und gesund machen zu wollen, eher eine psychologische Fragestellung denn eine wirtschaftswissenschaftliche verbirgt. Die Ausgangsbedingungen und die Geschichte der Glücksforschung werden dargestellt sowie diverse Determinanten des Socio-Improvements auf verschiedenen Ebenen. Als Beispiel wird eine empirische Studie vorgestellt und über gezielte Interventionen sowie über denkbare Konsequenzen für die Zukunft berichtet. Als Schlussfolgerung ergibt sich, dass Sozialpsychologen es nicht zulassen dürfen, dass Wirtschaftswissenschaftler die Verantwortung für ein Aufgabengebiet übernehmen, das eigentlich ihnen zufällt.

Schlüsselwörter: Socio-Improvement, Positive Psychologie, Easterlin Paradoxon, Glück, Lebenszufriedenheit, Sozialindikatorenforschung

¹ In diesen Text sind teilweise schriftliche Ausarbeitungen von Vorträgen des Erstautors in einem Seminar über Wirtschaftspsychologie im Rahmen einer Hausarbeit von Frau G. Orthbandt eingegangen. Ihr sei für diese schriftliche Grundlage gedankt.

² Frau C. Mölders sei für die sprachliche Überarbeitung des Manuskripts sowie hilfreiche Kommentare gedankt.

Social Psychology, Socio-Improvement, and life satisfaction of citizens

A concept of Socio-Improvement is developed and it is shown that the political aim of making the citizens satisfied, happy and healthy is much more a psychological question than an economical one. However, the science of social psychology has to change from the investigation of negative phenomena to interventions with positive effects and has to study subjects under their daily life environments. The starting conditions and history of happiness research and various determinants of Socio-Improvement on different levels are developed. As an example an empirical study is included and specific interventions as well as imaginable consequences for the future are introduced. The article comes to the conclusion that social psychologists must not let the economic researchers take responsibilities for a field which is psychological by nature.

Key words: Socio-Improvement, positive psychology, Easterlin paradox, happiness, life satisfaction, social indicator research, social well-being

1. Der „glückliche Bürger“ im Spannungsfeld der Disziplinen

Der „glückliche Bürger“ wird seit der Aufklärung als Ziel und Zweck eines Staates gehandelt. Unzufriedene Bürger gelten als Risikofaktor für die Stabilität eines politischen Systems. Um sich selbst zu legitimieren und zu stabilisieren, versuchen demokratische Staaten daher mit ihren Mitteln, das Glück der Bürger – etwa in Form von allgemeiner Zufriedenheit, Gesundheit oder Wohlstand – sicherzustellen und zu erhöhen. Gezielte Maßnahmen, um dies zu erreichen, kann man „Socio-Improvement“ nennen.

Für einen systematischen Zugang und eine gründliche Evaluation von Maßnahmen zum Socio-Improvement ist die Wissenschaft gefordert. Hier allerdings bestehen unterschiedliche Konzepte davon, in wessen Zuständigkeitsbereich bzw. Fachgebiet das Glück der Bürger nun fällt – und je nach Disziplin werden sehr unterschiedliche Indikatoren für das Ausmaß von Glück und Zufriedenheit gewählt. Da es sich hier primär um Wahrnehmen und Erleben der Bürger handelt, wäre zu erwarten, dass die Psychologie eine Vorreiterrolle auf diesem Forschungsfeld spielt. Dem ist allerdings nicht so. Gerade die angewandte Sozialpsychologie, die mit ihren Theorien und Methoden entscheidende Beiträge auf diesem Feld leisten könnte, hat die Lebenswelt der Bürger als Forschungsgegenstand aus dem Blick verloren. Sie verzichtet damit auf eine Domäne, in der sie nicht nur wertvolle Erkenntnisse für die Gesellschaft beisteuern, sondern sich auch als Wissenschaft stärker positionieren und Gehör verschaffen könn-

te. Derzeit sind vor allem Politik und Ökonomie auf dem Feld des Socio-Improvement federführend (Frey, 2008). Ihre Herangehensweisen, die naturgemäß den Regeln und Indikatoren ihrer jeweiligen Disziplinen folgen, wären durch psychologische Komponenten fruchtbar zu erweitern, wie im Folgenden zu zeigen sein wird.

Die Politik orientiert sich zur Erreichung des Ideals des zufriedenen, möglichst sogar glücklichen Bürgers in erster Linie am Wachstum des Bruttoinlandsproduktes, einem ökonomischen Kriterium. Dies bietet einige unbestreitbare Vorteile: Es ist objektiv, unabhängig, eindeutig zu berechnen und profitiert als volkswirtschaftliche Größe vom hohen Ansehen der Wirtschaftswissenschaften.

Vernachlässigt wird bei der Verwendung des BIP als Indikator für Zufriedenheit allerdings, dass es sich dabei eigentlich eher um ein Sekundärkriterium handelt. Materieller Wohlstand führt nicht zwangsläufig zu Zufriedenheit. So zeigte der Ökonom Richard Easterlin (1974) in einer Metaanalyse von internationalen Umfragen aus den Jahren 1946 bis 1970, dass die Korrelation zwischen Einkommen und subjektiv empfundenem Glück abhängig ist vom Vergleichsmaßstab, der angelegt wird. Im internationalen Vergleich etwa fällt diese Korrelation höher aus als im nationalen Vergleich. In einer national begrenzten Studie mit US-Amerikanern zeigte Easterlin, dass die Bürger trotz Anstieg ihres Einkommens nicht glücklicher wurden. Easterlin folgerte, dass die subjektiv empfundene Zufriedenheit eher davon abhängig ist, wie das Einkommen im Vergleich zu dem der Mitbürger angesiedelt ist, als davon, wie hoch es tatsächlich ist. Die in Frage stehende psychische Komponente (Glück) wird durch die ökonomische Komponente (Einkommen) nicht direkt beeinflusst. Eine stärker psychologisch fundierte Herangehensweise könnte dazu beitragen, das Ziel des Glücks auf anderem Wege zu erreichen.

Auch angesichts der zunehmenden Globalisierung ist es kritisch, sich lediglich auf ökonomische Indikatoren der Zufriedenheit, wie eben das BIP-Wachstum, zu stützen. Es ist absehbar, dass wir unser jetziges Wohlstandsniveau nicht auf Dauer werden halten können. Auch das macht es erforderlich, stärker immaterielle Faktoren in den Blick zu nehmen, die die Menschen glücklich und zufrieden machen.

So ist die Sozialpsychologie gefordert, neue Steuerungskriterien mitzuentwickeln und den Fokus auf stärker psychologisch basierte Faktoren zu lenken, die zur Erhöhung der Zufriedenheit und zur Verbesserung der Gesundheit der Bürger führen (siehe auch Gallup-Healthways, 2009). Im Folgenden wollen wir uns nun damit beschäftigen, was die Psychologie zur Lösung der Problematik beitragen kann. Welche Art von Psychologie ist geeignet, um das Thema anzugehen? Welche Fachkenntnisse stehen zur Verfügung? Welche brauchbaren Daten liegen schon vor, wo besteht noch Forschungsbedarf?

2. Verortung des Socio-Improvements in der Sozialpsychologie

2.1 Generelle Überlegungen

Die Sozialpsychologie befasst sich mit individuellem Verhalten im sozialen Kontext und bringt daher äußerst geeignete Voraussetzungen zur Untersuchung der Fragestellung mit. Häufig werden negative Auswirkungen von sozialen Kontexten auf Menschen untersucht oder Forschungsfragen darüber aufgestellt, wie bestehende Defizite reduziert oder beseitigt werden können.

Philip Zimbardo (1971) etwa untersuchte an der Stanford University in seinem mittlerweile berühmten Experiment die Gestaltung sozialer Rollen in einem simulierten Gefängnis. Die Studenten, die sich als Versuchspersonen zur Verfügung gestellt hatten, wurden per Münzwurf in zwei Gruppen aufgeteilt: Gefangene und Wärter. Sie waren alle physisch und psychisch gesund und gesetzes-treu. Bereits nach kurzer Zeit des ‚Gefängnislebens‘ entwickelt sich bei den Wärtern ein extrem aggressives, brutales und unfaires Verhalten gegenüber den Gefangenen, während die Gefangenen passiv und pathologisch reagierten. Nach nur vier Tagen musste das für zwei Wochen angesetzte Experiment abgebrochen werden. Dies zeigt deutlich: An sich gute Menschen tun Böses, wenn das Umfeld entsprechend gestaltet ist. Später beschrieb Zimbardo dies als Luzifer-Effekt (2009), der z.B. durch die Folterlager der USA im Irak (Abu Ghraib) traurige Bekanntheit erlangt hat.

Einen grundsätzlich anderen Ansatz wählt die noch relativ junge „Positive Psychologie“. Diese orientiert sich an der Frage, wie man der Menschheit Glück, Zufriedenheit und Optimismus ermöglichen kann und somit der Entstehung von Defiziten vorbeugt. Die bekanntesten Vertreter dieser Forschungsrichtung sind Diener, Biswas-Diener (2008) und Seligman (2005) (siehe aber bereits Hofstätter, 1989).

Dieser neuartige (besser wieder entdeckte) Ansatz genießt bislang in den Wirtschaftswissenschaften einen wesentlich höheren Stellenwert als in der Psychologie selbst (Frey, 2008). Der Psychologe Daniel Kahneman erhielt 2002 gemeinsam mit dem Wirtschaftswissenschaftler Vernon Smith den Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaften. Er zeigte auf, dass das tatsächliche individuelle wirtschaftliche Verhalten des Menschen nicht so rational, selbstinteressiert und kalkulierend ist, wie man bisher annahm (Kahneman, 2003). Psychologische Motive fallen stärker ins Gewicht, und es wäre somit Aufgabe der Psychologen, hier die zentralen Verarbeitungsheuristiken zu erforschen (Kristjansson, 2010). Des Weiteren kann Zufriedenheit nur erlangt werden, wenn für physische und psychische Gesundheit Sorge getragen wird. Daher müssen auch die emotionalen, sozialen und verhaltensbedingten Einflüsse auf die Gesundheit untersucht werden.

2.2 Historische Einbettung in die Psychologie

Die Sozialpsychologie hat sich relativ wenig mit sozialen Verhältnissen befasst und sich immer sehr auf kognitive Prozesse und deren Veränderung konzentriert. Letztere sind verhältnismäßig einfach zu erforschen. Wenn es um die Lebenswelt geht, ist diese Forschung erheblich komplizierter, nicht zuletzt weil eine Vielzahl von Faktoren berücksichtigt werden müssen und theoretische Konzepte fehlen.

Dass es durchaus Ansätze mit dem Schwerpunkt auf externe Lebensbedingungen gegeben hat, zeigt ein Artikel von Oishi und Graham (2010) mit einem ungefähren geschichtlichen Abriss der Entwicklung der Sozialökologie. Zwischen 1900 und 1940 sind dabei der Behaviorismus (Watson), die Lokale Repräsentation (Tolman), die Hinweisreize (Brunswik), Bedürfnis und Druck (Murray) und die Feldtheorie (Lewin) zu benennen. Diese waren Vorreiter für die Ökologische Psychologie (Barker), die Gruppendynamik/Handlungsforschung (1960-1970) sowie zwischen 1980 und 1990 für Anregung (Gibson), Experimentelle Ökologie (Bronfenbrenner, Neisser) sowie Umweltpsychologie (Craik, Proshansky, Stokols) und Gemeindepsychologie (Kelly, Sarason). Es folgte für den Zeitraum 1990 bis 2010 die Kulturelle/Crosskulturelle Psychologie (Shweder, Markus, Kitayama, Nisbett, Triandis, Berry). Zuletzt entstanden ab 2010 hieraus die Theorie der Sozialen Veränderung (Greenfield) sowie die Sozialökologie (Yamagishi, Cohen, Yuki, Uskul) und Umwelt & Persönlichkeit (Gosling, Mehl, Rentfrow).

So sind mit der Zeit Forschungsschwerpunkte entstanden, die die Lebenswelt ins Zentrum rücken und damit äußere Bedingungen stärker gewichten als interne Verarbeitungen. Diese Perspektive ist zukünftig in der Sozialpsychologie intensiver auszubauen, insbesondere im Hinblick auf potentielle Anwendungsfelder.

3. Determinanten des Socio-Improvements

3.1 Gesellschaftliche Steuerungsziele

Die gesellschaftlichen Steuerungsziele ergeben sich aus der Wechselwirkung zwischen drei Makrosystemen:

Die *Sozialökologie* umfasst die physische, soziale und interpersonale Umwelt und damit die materielle Lebenswelt. Die Disziplinen, die sich damit beschäftigen, lauten Ökologie und Ökonomie.

Die *Kultur* umfasst z.B. Symbole, Bedeutungen, Rituale und damit die symbolische Lebenswelt. Damit befassen sich Kultur- und Politikwissenschaft.

Menschlicher Verstand und Verhalten umfassen veränderbare Einstellungen und Verhaltensweisen und damit die behaviorale Lebenswelt. Damit befassen sich Psychologie und Medizin.

Wenn man das menschliche Verhalten in der konkreten Lebenswelt ins Zentrum rückt, sind Wechselwirkungen zu berücksichtigen. Diese bestehen zum einen zwischen Kultur und menschlichem Verstand und Verhalten und sind damit Gegenstand der Kulturellen Psychologie (Markus & Kitayama, 1991; Shweder, 1991). Zum anderen bestehen sie zwischen Kultur und Sozialökologie sowie menschlichem Verstand/Verhalten und Sozialökologie, und sind damit Untersuchungsgegenstand einer Sozialökologischen Psychologie.

Diese Zusammenhänge kann man gut am aktuellen Beispiel der Atomenergie demonstrieren: Die *Kultur* Japans beinhaltete, dass in Japan Atomenergie als unbedenklich angesehen wurde (*Menschlicher Verstand und Verhalten*), man hat sich nicht um die Umwelt gesorgt (*Sozialökologie*). In Deutschland hingegen gab es ebenfalls bedingt durch die deutsche *Kultur* immer eine gewisse Angst vor dieser Technik (*Menschlicher Verstand und Verhalten*), da man sich um die Umwelt gesorgt hat (*Sozialökologie*).

Durch die Atomunfälle in Japan hat sich nun die Einstellung geändert (*Menschlicher Verstand und Verhalten*), weil man die Schäden der Umwelt registriert (*Sozialökologie*). Dies wiederum wird die *Kultur* verändern. So traten die Wechselwirkungen in alle Richtungen im Sinne der Sozioökologischen Psychologie und der Kulturellen Psychologie ein.

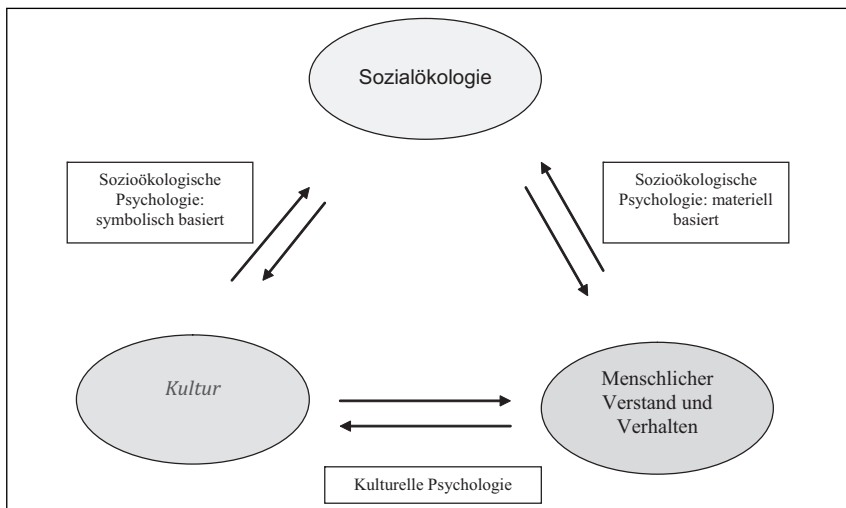


Abb. 1: Wechselwirkungen in der Lebenswelt und verantwortliche Disziplinen

Üblicherweise werden diese komplexen Wechselwirkungen in einzelne Aspekte zerlegt, die nach verschiedenen Zielkriterien bewertet werden. Die Zielkriterien sind für die Ökonomie das BIP-Wachstum, für die Ökologie Naturerhalt und Diversität, für die Politik BIP-Wachstum mit ökologischen Rahmenbedingungen, für die Kultur unzensurierte Subventionen (Förderung ohne Kontrollmechanismen), für die Psychologie Glück und Zufriedenheit und für die Medizin Gesundheit und Lebenserwartung.

Wie die Steuerungsziele nun in einer Gesellschaft gewichtet werden, ist abhängig von politischen Strömungen, aktuellen Ereignissen, gesellschaftlichen Entwicklungen etc. Letztlich ist das Hauptkriterium der Politik die Wählerquote und für die Ökonomie wirtschaftlicher Erfolg. Die psychologischen Kriterien werden eher als abhängige Konsequenzen betrachtet. Eine Verschiebung der Priorisierungen in Richtung der behavioralen Lebenswelt, von der aus die materielle und symbolische Lebenswelt entwickelt wird, wäre aus psychologischer Sicht wünschenswert. Dabei dürfen natürlich die vorhandenen Wechselwirkungen nicht missachtet werden.

Aus der Sicht des Socio-Improvements werden die materielle und symbolische Lebenswelt als unabhängige Variable dazu genutzt, um das Glück und die Zufriedenheit als abhängige Variable im Schwerpunkt zu fördern. Nun sind diese drei Arten von Lebenswelt selber in verschiedene hierarchische Stufen unterteilt.

3.2 Unterscheidungen von Systemumfängen

Um in diesen drei Systemen weitere Unterstrukturen einzuführen, beginnen wir mit der kleinsten Einheit, der Einzelperson. Man kann sie in Einstellung, Verhalten und Gefühle zerlegen, aber das entsprechende Steuerungsziel ist, dass sich eine Identität bildet und gewahrt wird, die sich auf positive Weise in die Umwelt einpasst. Man spricht vom Individualsystem (Witte, 1994).

Die nächst kleinere Einheit bilden die Mikrosysteme: kleine Gruppen von Menschen wie Ehepartner, Familie, Peer-group etc. Sie vereinen ihre einzelnen Merkmale und verschiedene Interessen, haben aber ein gemeinsames Ziel, streben nach Homöostase, Konfliktminimierung und meist Zusammenhalt, außer wenn die Gruppe gebildet wurde, um sich nach Zweckerfüllung gleich wieder aufzulösen.

Institutionen bilden die Mesosysteme, z.B. Schulen oder Betriebe. An einem bestimmten Ort wirkt eine größere Zahl von Personen organisiert zusammen. Ihr Ziel ist es, möglichst optimal zu funktionieren, um gute Ergebnisse liefern zu können. Es gilt die Devise: Funktionierende Mesosysteme sollten nicht verändert werden.

Unter Makrosystemen versteht man abstrakte Organisationen wie Rechtswesen, Politik, Bildungswesen etc. An nicht mehr klar definierten Orten wirken Personen unter einer gemeinsamen Zielsetzung zusammen. Makrosysteme sollen Komplexität reduzieren, vorgeben, was erlaubt und was verboten ist, Vorgehensweisen festlegen, die Kosten-Nutzen-Frage stellen. Über all dem steht die Gesamtgesellschaft, in die sich alle anderen Systeme integrieren sollen, damit sich keine Parallelgesellschaften bilden.

Entsprechend dieser strukturellen Unterteilung in drei Lebenswelten und ihre entsprechenden Unterstrukturen sind nun auch die Aufgaben des Socio-Improvements präziser zu formulieren.

3.3 Aufgabenbereiche und Handlungsansätze

Mit den verschiedenen Systemebenen lassen sich unterschiedliche Aufgabenstellungen verbinden, die für ein Konzept des Socio-Improvements von zentraler Bedeutung sind, wie der folgenden Aufstellung zu entnehmen ist.

Sozio-Analyse – *die Diagnostik höherer Systemebenen*

Mikrosysteme: Kohäsion, Soziometrie, kulturelle Diversität in Gruppen

Mesosysteme: das Verhalten in Organisationen (OCB), der Sozialindex einer Schule (Bos, Pietsch, Gröhlich, & Janke, 2006)

Makrosysteme: Wertpräferenzen, soziale Repräsentationen

Gesamtgesellschaft: Arbeitslosenquote, Einkommensverteilung, IFO-Index...

Sozio-Intervention – *gezielte Maßnahmen zur Erreichung eines Gütekriteriums*

Mikrosysteme: Ehe-, Familien-, Erziehungsberatung; Selbsthilfegruppen, Mediation

Mesosysteme: Organisationsentwicklung, Nachbarschaftsförderung

Makrosysteme: Schulstrukturen, Freizeitangebote, Sozialgesetzgebung

Gesamtgesellschaft: Pressefreiheit, Meinungsfreiheit, innere Sicherheit

Sozio-Prophylaxe – *die Gestaltung der Lebenswelten zur Verhinderung von Störungen (Resilienz) und zur Erreichung der Gütekriterien*

Sozio-Postvention – *die Stabilisierung des erreichten Zustandes gegen andere Einflüsse von außen*

Eine erste Aufgabe ist die Diagnostik höherer Systeme, die Sozio-Analyse. Sie bildet den Ist-Zustand als generelle Orientierungsgrundlage ab. Auf dem Vergleich des erhobenen Ist-Zustandes mit einem postulierten Soll-Zustand beruht die Sozio-Intervention, mit deren Hilfe der Sollzustand erreicht werden soll.

Diese Interventionen müssen evaluiert werden, um ihre Wirksamkeit abschätzen zu können. Sie werden aber oft vermieden, wie etwa bei Maßnahmen gegen Rechtsradikalismus, Drogenabhängigkeit oder auch Arbeitslosigkeit erkennbar ist. Hier wäre es wichtig, stärker zu untersuchen, ob und über welche Mechanismen Programme wirken, um in Zukunft effektiver vorgehen zu können.

Bezüglich der Mikrosysteme kann man die Kohäsion untersuchen, z.B. ob der Bindungsstil von Ehepartnern mit der Wahrscheinlichkeit einer Scheidung in Zusammenhang steht. Des Weiteren käme die Soziometrie in Betracht mit der Fragestellung, wie die Beziehung zwischen den Gruppenmitgliedern sich gestaltet. Oder man könnte unter dem Stichwort Diversität untersuchen, inwiefern sich die Gruppenmitglieder unterscheiden und ob das Einfluss auf die Leistung der Gruppe hat.

Bei den Mesosystemen kann man das sog. „Organisational Citizenship Behaviour“ (OCB) untersuchen. Hierbei geht es um das freiwillige Verhalten innerhalb des Betriebes, das über die im Arbeitsvertrag geregelten Richtlinien hinausgeht, also z.B. wie freundlich, hilfsbereit oder fair der Umgang untereinander ist. Man prüft, inwieweit OCB die Produktivität steigern oder Fehlzeiten reduzieren kann. Am Sozialindex einer Schule könnte man ferner versuchen abzulesen, ob Schüler aus sozioökonomisch belasteten Umfeldern stärkerer Förderung bedürfen, und entscheiden, ob man belastete Schüler zusätzlich fördern möchte.

Zu Makrosystemen kann man sich Wertpräferenzen bei der Lebensgestaltung nach Wichtigkeit von Zielen anschauen. Man kann auch die sozialen Repräsentationen von Steuern oder Politikern betrachten, um sich einen Eindruck über die soziale Integration des Bürgers zu verschaffen. Ebenfalls kann der IFO-Index erhoben werden, um das „Geschäftsklima“ zu erfassen und Prognosen über die wirtschaftliche Entwicklung abzugeben.

Gesamtgesellschaftlich kann man die Arbeitslosenquote oder den Gini-Index (Generalised inequality index) zur Unterschiedlichkeit der Einkommen anschauen. Hier ist es allerdings kaum möglich, daraus Rückschlüsse auf psychische Konsequenzen zu ziehen, da auch hier zu viele andere Faktoren mit hineinspielen. Einflüsse auf die Werthaltungen der Bürger sind aber bekannt (Witte, 2003).

Sozio-Interventionen sind, wie bereits hervorgehoben, gezielte Maßnahmen zur Erreichung eines Gütekriteriums. Auf Mikrosystemebene haben wir die Ehe-, Familien- und Erziehungsberatung, Selbsthilfegruppen und Mediation als bekannte Ansätze, die helfen, Leiden zu reduzieren. Bisher gibt es wenige Ansätze, die auf dem Mikrosystem das Glück fördern wollen. Denkbar wäre ein Schulfach, das in Ergänzung zum vorhandenen Schulfach „Sexualkunde“ als „Beziehungskunde“ die Fähigkeit zu einer glücklicheren Gestaltung von Partnerschaften ermöglicht. Beim Mesosystem gibt es Organisationsentwicklungs-

formen als Ansatzpunkte. Ferner kann man in anonymen Großstädten oder Siedlungen auch die Nachbarschaft fördern, um negative Auswirkungen wie mutwillige Zerstörung, Kriminalität etc. zu reduzieren. In Makrosystemen kann man bei Schulstrukturen, Freizeitangeboten und Sozialgesetzgebung ansetzen. Gesamtgesellschaftlich müssen Pressefreiheit, Meinungsfreiheit, Bürgerrechte oder innere Sicherheit herbeigeführt oder verteidigt werden.

Die Sozio-Prophylaxe stellt sich vorbeugend die Frage, wie Lebenswelten gestaltet werden sollten, um Störungen zu verhindern oder zu vermindern, Resilienz (die Fähigkeit, Störungen zu ertragen oder sich zur Wehr zu setzen) gegen diese zu erzeugen und die gesetzten Gütekriterien zu erreichen. Diese prophylaktischen Maßnahmen können in der Familie beginnen, z.B. in Bezug auf Energie-Verbrauch, Essgewohnheiten oder Konsumansprüche. Das setzt sich fort in Mesosystemen. Auch hier ist Energieverbrauch ein relevantes Thema, aber auch Themen wie Sicherheit des Arbeitsplatzes unter schwierigen Bedingungen. Dies gewinnt vor allem angesichts der dramatischen Zunahme der psychischen Erkrankungen und Frühverrentung an Bedeutung. Seit den 80iger Jahren befasst sich in diesem Kontext die Umweltpsychologie damit, das Entstehen psychischer Erkrankungen durch Umgestaltung der Umwelt (z.B. Lärm, Verschmutzung, schlechte Verkehrsanbindung) zu vermeiden.

Eine weitere Aufgabe für die Psychologie ist die Sozio-Postvention, die Nachsorge. Man muss davon ausgehen, dass ein einmal erreichter positiver Zustand sich wieder verschlechtern kann, und es bedarf folglich Maßnahmen, ihn gegen Einflüsse von außen zu stabilisieren. Dieses Thema ist bisher noch recht wenig behandelt worden, aber man muss davon ausgehen, dass es nach einer Maßnahme (Sozio-Intervention) Rückfälle gibt, wenn man diesen nicht gezielt vorbeugt oder zumindest ihr Ausmaß minimiert.

4. Lösungsansätze des Socio-Improvements

4.1 Eine empirische Studie

Die Ernst-Freiberger-Stiftung lädt regelmäßig zum *Ameranger Disput*, in dem Psychologen mit Wirtschaftswissenschaftlern, Wirtschaftsführern und anderen Experten verschiedener Disziplinen in Dialog treten. Am 20. November 2009 fand der 4. *Ameranger Disput* statt, auf dem die immer wiederkehrende Frage diskutiert wurde, wie sinnvoll und zukunftsträchtig materieller Wohlstand als Zielkriterium ist.

Diese Arbeitsgruppe ‚Zufriedenheit‘ (2010) hatte hierzu eine Studie in Auftrag gegeben, die von Allensbach im Oktober 2009 in der BRD an einer repräsentativen Stichprobe durchgeführt wurde. Die Frage „Was macht Sie persönlich

glücklich, was ist für Sie eine Quelle des Glücks?“ wurde dabei wie folgt beantwortet:

- 91 % körperliches Wohlbefinden, Gesundheit
- 73 % finanzielle Sicherheit
- 73 % gute Freunde
- 71 % glückliche Ehe, Partnerschaft
- 68 % freie Meinungsäußerung
- 58 % schönes Haus, schöne Wohnung
- 57 % erfülltes Familienleben
- 51 % in der Natur sein, draußen sein
- 51 % Freiheit, selbstbestimmtes Leben

An erster Stelle wird also die Gesundheit genannt, erst an zweiter Stelle steht finanzielle Sicherheit, ganz im Sinne der bisherigen Ausführungen. Darauf folgen stützende, bereichernde Mikrosysteme und auf Platz fünf eine politische Errungenschaft. Erst dann kommt mit der Wohnsituation ein zweiter ökonomischer Aspekt. Die letzten drei Plätze sind wieder von eher ideellen Themen besetzt.

Es schließt sich die Frage an, ob sich hinter den Mittelwerten verschiedene individuelle Glückskomponenten verbergen. Der Fragebogen hatte insgesamt 20 Items, die aus Literatur und Presse bekannt waren. Durch eine Faktorenanalyse ergaben sich 6 unabhängige und gleichberechtigte, niedrig korrelierte Skalen, die individuelle Glückskomponenten darstellen.³ Die Personen konnten ihre Zustimmung abgestuft darstellen. Die Skalen lauten wie folgt:

Skala 1 – Hedonismus/Status durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.67

Item 16: viel besitzen

Item 10: hohes Einkommen

Item 12: gutes Aussehen

Skala 2 – Sinn und Verantwortung durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.59

Item 11: Lebensaufgabe finden, der man sich ganz widmet

Item 03: Glaube, der Sicherheit gibt

Item 18: Verantwortung für andere übernehmen, anderen helfen

Item 15: dass man Einfluss hat, dass auf einen gehört wird

³ Für die zusätzlichen Berechnungen im Rahmen eines Praktikums am Arbeitsbereich Sozialpsychologie der Universität Hamburg sei Herrn M. Schackow herzlich gedankt.

Skala 3 – Familie

durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.72

Item 07: glückliche Ehe/Partnerschaft

Item 13: erfülltes Familienleben

Item 08: schönes Haus, schöne Wohnung

Skala 4 – Freiheit und soziale Beziehungen

durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.54

Item 09: Freiheit, selbstbestimmtes Leben

Item 14: viel Freizeit

Item 20: freie Meinungsäußerung

Item 06: gute Freunde

Item 19: in der Natur sein, draußen sein

Skala 5 – Beruf

durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.79

Item 04: Freude am Beruf

Item 05: Erfolg im Beruf

Skala 6 – Sicherheit und Gesundheit

durchschnittliche Ladung auf Faktor: 0.57

Item 02: körperliches Wohlbefinden, Gesundheit

Item 01: finanzielle Sicherheit

Item 18: politisch inaktiv sein

Es gab kaum Korrelationen mit soziodemographischen Variablen wie Alter, Geschlecht oder ost-/westdeutsch.

Darüber hinaus wurde mit einem Item die Lebenszufriedenheit abgefragt. Die Versuchspersonen konnten diese auf einer Skala von 0 (überhaupt nicht zufrieden) bis 10 (sehr zufrieden) einstufen, wobei 5 für neutral stand. Die mittlere Lebenszufriedenheit lag bei 6.51 ($SD = 2.01$). Dies ist ein relativ typisches Ergebnis für eine 11-stufige Skala, aber dennoch bedeutet es, dass die Menschen eher zufrieden sind.

Kann man nun die Lebenszufriedenheit durch Variablen verschiedener Systemumfänge vorhersagen? Unter Einbindung aller Variablen, die einen β -Koeffizienten größer als .10 aufweisen, ergibt sich durch eine Multiple Regression, dass die Lebenszufriedenheit insgesamt zu 40 % vorhersagbar ist ($R^2 = 0.40$). Die verschiedenen Prädiktoren werden im Folgenden getrennt nach Systembezügen dargestellt.