

## Die Wirkung von Vertrauen und das psychische Befinden

Die Glaubensüberzeugungen von vielen Gläubigen sind heutzutage mit Zweifeln durchsetzt. Das religiöse Vertrauen ist gegenwärtig keine Selbstverständlichkeit, auch nicht für Menschen, die sich als religiös eingestellt bezeichnen. Mögliche Gründe dafür sollen hier nicht diskutiert werden, doch sollten u. a. die desolante Selbstdarstellung der großen Kirchen in der gesellschaftlichen Öffentlichkeit und die mangelhafte Verkündigung in Betracht gezogen werden. Hier soll nun untersucht werden, ob das mehr oder weniger stark ausgebildete religiöse Vertrauen von gläubigen, religiös eingestellten Menschen auf eine höhere Wirklichkeit überhaupt einen Einfluß auf das psychische Befinden hat oder nicht, und auf welche psychischen Bereiche sich dieser Einfluß auswirken könnte. Dazu wurden Menschen, die sich als im wesentlichen „gläubig“ bezeichneten, u. a. nach dem Grad ihres Vertrauens auf Gott befragt und nach verschiedenen Faktoren ihrer Einstellung zum Leben, zur Selbstbestimmung, inneren Stärke und Stabilität, nach Einschätzung ihrer Selbstwirksamkeit u. a. m. Die äußerst komplizierten und kaum überschaubaren Sachverhalte können in einem theoretischen Konzept m. E. durchschaubar gemacht werden. Dabei müssen wir uns hier allerdings mit einem theoretischen Rahmen begnügen.

### Der theoretische Rahmen

Jemandem vertrauen, trauen, das bedeutet, an ihn glauben, an seine Fähigkeiten und Fertigkeiten, auf ihn hoffen, ihm Zuverlässigkeit, Stärke und Macht zusprechen. Diese Attribute werden im religiösen Vertrauen einer höheren Wirklichkeit, die wir Gott nennen, zugeschrieben. In psychologischer Terminologie handelt es sich um eine Kausalattribution (attribuieren oder zuschreiben) allen Seins auf Gott. Durch diese Attribution sind die Begriffe „religiös“, „Religion“ definiert, denn als religiös wird alles betrachtet, was die Kräfte der Natur und das menschliche Wollen und Handeln transzendiert (vgl. Vergote, 1992). Dieses Vertrauen läßt sich zweifellos attributionstheoretisch erklären: Seit längerem versucht die Gruppe um Spilka (zuletzt 1997) Religiosität attributionstheoretisch zu verstehen. Der Mensch ist bestrebt, besondere Ereignisse, Erfolg und Mißerfolg, ursächlich zu erklären, d.h. Ursachen zuzuschreiben. So ist Religiosität die Bereitschaft, für seltene oder ungewöhnliche Ereignisse eher religiöse Attributionen zu nutzen. Diesen liegen die Motive zugrunde, (1) die Welt als etwas Sinnvolles zu verstehen, (2) Ereignisse durch Gebet und Riten kontrollieren zu können oder anzunehmen, daß Gott dies täte, und (3) den eigenen Selbstwert durch den Glauben zu fördern, von Gott geliebt bzw. auserwählt zu sein. Dieser dritte Aspekt ist Gegenstand unserer Studie. Man konnte belegen, daß religiöse Attributionen bzw. Kognitionen die Bewältigungsstrategien in Belastungssituationen positiv beeinflussen. Daraus resultiert unsere Frage, ob auch das psychische Befinden entsprechend beeinflußt wird oder nicht.

Das religiöse Vertrauen auf Gott bzw. in eine höhere Wirklichkeit wird in Aussagen ausgedrückt wie etwa: „Gott liebt mich.“, „Vor Gott habe ich einen hohen Wert.“, „Wenn ich mich an Gott wende, finde ich dadurch die innere Kraft, meine Probleme

selbst zu lösen.“, „Es macht mich froh, Gott zu danken.“, „Ich empfinde Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit gegenüber Verehrung.“

Überzeugungen des Vertrauens repräsentieren zweifellos einen Teil eines religiösen Wertesystems. Unsere (psychologische) Fragestellung bezieht sich nun nicht auf die Entstehung dieses Wertesystems, sondern darauf, ob und inwieweit davon das innere psychische Erleben bzw. ob die psychischen Reaktionen beeinflusst werden, oder, m. a. W., ob diesem religiösen Wertesystem, in der Form des Vertrauens auf ein höheres, personales und absolutes Wesen, die Funktion einer emotionalen Funktion zukommt oder nicht. Diese Frage wurde bekanntlich in der psychologischen Werteforschung keineswegs eindeutig beantwortet (vgl. die Problematisierung durch Stiksrud, 1991).

Unser theoretisches Rationale könnte von verschiedenen psychologischen Denktraditionen herkommend konstruiert werden. Nach behavioristischer Auffassung wäre die o. g. religiöse Vertrauensüberzeugung nichts weiter als ein Satz von Verbalisierungen religiösen Inhalts, der als hypothetische Variable H in eine S – R-Kette von Stimulus und Reaktion eingefügt werden könnte. Zur Untersuchung stünden die verbalen Reaktionen R auf die Situation S der Befragung. Die Deutungsmöglichkeiten wären, gemäß des schmalen theoretischen Kontextes, sehr begrenzt. Dagegen dienen im Rahmen einer modernen, hierarchisch organisierten Handlungs- und Kontrolltheorie, etwa nach Carver und Scheier (1981), die persönlichen Überzeugungen, Werte und Prinzipien als Referenzwerte einer emotionalen und behavioralen Regulation. Referenzwerten kommt eine Steuerungs- und Regelungsfunktion für das Fühlen, Denken und Handeln zu. Die Aussagen von Vertrauen, Wertschätzung, Dankbarkeit haben zweifellos eine solche Funktion. Seitens der Psychologie könnte also für unsere Fragestellung eine – vorläufig - brauchbare Theorie bereitgestellt werden. In der abschließenden Diskussion der Befunde dieser Studie wird auf den handlungs- und regulationstheoretischen Denkansatz zurückzukommen sein und die Frage zu erörtern sein, ob dieser Ansatz einen hinreichend explikativen Wert hat, und ob nicht ein weiterer Ansatz, etwa der systemtheoretische, besser als die bisher besprochenen zur Erklärung der Zusammenhänge von religiösem Vertrauen und emotionaler Regulation paßt.

Aber ein weiterer Punkt muß hier angesprochen werden, denn es werfen sich erhebliche gesellschaftliche und kulturelle Barrieren auf. Im Rahmen dieser Regulationstheorie muß nämlich die Bedingung gegeben sein, daß tatsächlich solcherlei Referenzwerte vorliegen; ohne sie wäre irgendein Regulationsprozeß in der hier angenommenen Art und Weise gar nicht möglich. Ferner: die Person muß ein persönliches System von Werten, Überzeugungen und Prinzipien konstruieren können. Damit stoßen wir auf ein großes Problem: In der gegenwärtigen kulturhistorischen Situation befindet sich jedes Individuum der westlichen Kultur in der schwierigen Lage, diese Aufgabe – im wesentlichen – auf sich allein gestellt zu lösen. Denn die großen Kirchen, die hier Hilfe bieten könnten, sind unter erheblichen Legitimationsdruck geraten und – zumindest in der Gegenwart – unfähig, ihren Verkündigungsauftrag auf die derzeitige kulturhistorische Situation einzustellen. Anstatt zu den Menschen zu gehen, wie ihr Auftrag lautet, ziehen sie sich eher von ihnen zurück. Die Macht der alten Tradition ist entschwunden (Baumeister, 1991), und es fehlt die Kraft, eine neue Tradition zu begründen. In

dieser Situation des „Geworfenseins“ ist der einzelne Mensch genötigt, sein System von Werten, Überzeugungen und Prinzipien auf sich allein gestellt in eigener Verantwortung zu konstruieren. Er befindet sich dabei wie ein Schiffbrüchiger auf hoher See, der mit ein paar Planken und ohne einen Plan ein schiffbares, seefestes Fahrzeug zimmern muß. Infolgedessen ist kaum zu erwarten, daß zufällig befragte Probanden über ein ausgereiftes Überzeugungssystem mit der entsprechenden o. g. Funktionsfähigkeit verfügen.

## Methode

Die Daten wurden vom Zweitautor erhoben. Von ursprünglich über eintausend befragten Personen kamen 740 Fragebögen derjenigen in die Auswertung, die sich als „gläubig“ bezeichnet hatten; 51,9% der Befragten sind weiblich, 48,1% männlich. Die Altersgruppen der bis 20-jährigen, der bis 30-jährigen usw. und der über 60-jährigen Befragten sind ziemlich gleich stark besetzt, so daß jede Altersgruppe des Erwachsenenalters hinreichend repräsentiert ist. Den Befragten wurde ein Fragebogen zur religiösen Einstellung und zu diversen Einstellungen zum Leben und zur eigenen Person vorgelegt. Die Antworten erfolgten ausschließlich durch Ankreuzen auf einer Ratingskala von 1 = „stimme nicht zu“ bis 6 = „stimme völlig zu“. Die Fragen zur religiösen Einstellung betreffen ausnahmslos das Konstrukt der intrinsischen Religiosität (vgl. Schmitz, 1992) und wurden der vorläufigen Version eines Frageninventars zur Religiosität (Grom, Hellmeister, Zwingmann, 1998) zu Erkundungszwecken entnommen. Diese Religiositäts-Fragen wurden einer Faktorenanalyse unterzogen. Die Verrechnung der Daten erfolgte anhand der üblichen mathematischen Methoden wie Korrelation, Mann-Whitney- bzw. t-Test und Faktorenanalysen in der PC-Version des SPSS.

Die Faktorenanalyse (Varimax, 7 Iterationen, ohne Voreinstellung) der Items zur religiösen Einstellung erbrachte u. a. einen Faktor, den wir hier „Vertrauen auf Gott bzw. in eine höhere Wirklichkeit“ nennen wollen. Für die weitere Untersuchung dient uns dieser Faktor als unabhängige Variable; die übrigen Faktoren bleiben hier außer Betracht. Die Items, die aufgrund ihrer Ladungen die Basis dieses Faktors darstellen, sind in Tabelle 1 zusammengestellt. Die Ladungen betragen Werte zwischen .513 und .690; die Items sind in der Tabelle nach der Höhe ihrer Ladungen von oben nach unten dargestellt (s. *Tabelle 1*, folgende Seite).

Es geht bei den in diese Studie aufgenommenen Items wesentlich um zwei Aspekte, einmal um das Spenden von Kraft und Trost, die dann den betroffenen Menschen darin unterstützen, seine Probleme und Schwierigkeiten selbst zu lösen. Man könnte hier von einer Hilfe zur Selbsthilfe sprechen. Die Hilfe, von der die Variablen dieses Faktors handeln, besteht nicht in konkreten Problemlösungsansätzen oder gar in fertigen Musterlösungen. Ein zweiter Gesichtspunkt fällt an diesem Faktor auf, nämlich der des Wissens um die bedingungslose Akzeptanz durch Gott. Hierin kommt zum Ausdruck, daß der Mensch auf die Wertschätzung und das Angenommenwerden durch Gott in jedem Fall vertrauen kann, auch dann, wenn er selbst starke Zweifel an sich und an seinem Tun hat. Beide Gesichtspunkte sind am besten unter den Begriff des

*Tabelle 1:* Darstellung der Aussagen/ Items des Faktors „Vertrauen auf Gott bzw. in eine höhere Wirklichkeit“: Das Wissen um die bedingungslose Akzeptanz durch Gott / eine höhere Wirklichkeit und deren Unterstützung bei der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen (1 = stimme nicht zu, ... 6 = stimme völlig zu)

Item-Nr.	Wortlaut der Aussagen
1	Gott bzw. eine höhere Wirklichkeit liebt mich auch dann, wenn ich mich selbst nicht mehr mag.
2	Auch wenn ich Fehler gemacht habe, vertraue ich darauf, daß ich von Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit bedingungslos angenommen werde.
3	Auch wenn Menschen mich nicht verstehen; vor Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit habe ich einen hohen Wert.
4	Wenn ich mich in einem wichtigen Anliegen an Gott bzw. eine höhere Wirklichkeit wende, finde ich dadurch die innere Kraft, meine Probleme selbst zu lösen
5	Auch wenn Gott bzw. eine höhere Wirklichkeit meine Lebenssituation nicht verbessert, finde ich doch Trost und Halt durch meinen Glauben.
6	Meine Probleme muß ich selbst lösen, aber der Kontakt mit Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit hilft mir dabei.
7	Es macht mich froh, Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit zu danken.
8	In schwierigen Situationen bekomme ich von Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit Mut und Kraft.
9	Ich glaube nicht nur, sondern empfinde Gott bzw. einer höheren Wirklichkeit gegenüber auch Verehrung.

Vertrauens gefaßt, denn „vertrauen“ bedeutet hier „glauben“ in dem Sinne, einer höheren Wirklichkeit die Merkmale der Zuverlässigkeit, Stärke und Macht zuzusprechen.

Methodisch läßt sich nun so vorgehen, daß anhand der Zustimmung bzw. der Ablehnung zu den Items/ Aussagen des Faktors „Vertrauen“ die eher „Vertrauenden“ von den eher „Wenig-Vertrauenden“ der befragten Personen unserer Stichprobe geschieden werden können; Nicht-Gläubige sind in der vorliegenden Untersuchung nicht berücksichtigt worden.

## Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse erfolgt in zwei Schritten: Zunächst werden die Aussagen nach ihrem inneren inhaltlichen Zusammenhang intuitiv in Gruppen zusammengefaßt. Derartige Gruppen bilden Aussagen u. a. zur Lebensbejahung, über Erwartungen an die Zukunft und zu verschiedenen Bereichen persönlicher Einstellungen und Selbst-

einschätzungen. Anschließend werden die Befunde datenreduziert anhand bereichsspezifischer Faktoren, als Resultat einer Faktorenanalyse, im Überblick zusammengefaßt. Wenden wir uns zuerst dem Bereich der Lebensbejahung zu (Tabelle 2):

*Tabelle 2: Lebensbejahung: Unterschiede zwischen „Wenig-Vertrauenden“ vs. „Vertrauenden“ in Fragen zur Lebenseinstellung (N = 740)*

Item-Nr.	Wortlaut des Items / Frage (Rating: 1 = stimme nicht zu ... 6 = stimme völlig zu)	mittlerer Rang (mean rank)		p-Wert
		wenig Ver- trauen (N=357)	Vertrauen (n=383)	
97	Wenn ich jetzt zurückblicke, kann ich meinen Lebensweg bejahen.	328,94	430,15	,0000
95	Ich bin davon überzeugt, daß das Leben eine positive Erfahrung ist.	346,25	414,44	,0000
98	Vieles, was ich tue, macht mir Freude.	346,06	414,61	,0000
87	Ich habe das Gefühl, daß ich in meinem Leben Erfüllung und Befriedigung finde.	335,12	424,55	,0000
85	Ich bin zufrieden damit, wie sich mein Leben entwickelt.	349,59	411,42	,0001
70	Ich kann zu meinem Leben, so wie es ist, „Ja“ sagen.	345,38	415,23	,0000

Personen mit eher stärkerem religiösen Vertrauen unterscheiden sich hoch signifikant von den Wenig-Vertrauenden durch Akzeptieren des eigenen bisherigen Lebensweges und des Lebens überhaupt, und sie geben an, im Leben Erfüllung und Befriedigung zu finden. Ähnlich liegen die Unterschiede in den Erwartungen an die Zukunft (vgl. Tabelle 3).

*Tabelle 3 : Erwartungen an die Zukunft\**

60	Ich habe ein gutes Gefühl in Bezug auf meine Zukunft.	336,35	423,43	,0000
61	Was mit mir in der Zukunft geschieht, hängt hauptsächlich von mir ab.	422,64	345,12	,0000

\* Die Tabellen 3 bis 9 sollten als Fortsetzung von Tab. 2 gelesen werden.

Die Gruppe der Vertrauenden drückt ein gutes Gefühl hinsichtlich ihrer Zukunftserwartungen aus, nimmt aber gleichzeitig an, daß künftige Ereignisse weniger von ihr abhängen. Dieser Befund deutet wohl an, daß sie eher optimistisch in die Zukunft bli-

cken, weil sie nach ihrer vertrauensvollen Überzeugung sich in Gott geborgen fühlen und daher weniger auf die eigene Kraft angewiesen sind, während die Wenig-Vertrauenden signifikant deutlicher der Aussage zustimmen, daß künftige Geschehnisse hauptsächlich von ihnen selbst abhängen. Der Befund macht den Leser neugierig auf die Befunde bezüglich der Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung.

*Tabelle 4: Einstellung zu sich selbst, Durchsetzungskraft und Selbstbestimmung*

69	Meine Lebenswerte bestimme ich selbst.	412,94	353,92	,0001
61	Was mit mir in der Zukunft geschieht, hängt hauptsächlich von mir ab.	422,64	345,12	,0000
93	Meine geistige Freiheit ermöglicht es mir, mich von äußeren Zwängen unabhängig zu machen.	360,97	401,09	,0097
91	Gewöhnlich kann ich meine eigenen Interessen selbst vertreten.	368,33	394,41	,0852
81	Ich lasse mich nicht so leicht unterkriegen.	362,88	399,35	,0172
99	In Situationen der Ungewißheit denke ich meistens: „Das wird schon gutgehen.“	337,19	422,67	,0000

Die Befunde in Tabelle 4 sind durchaus zu erwarten gewesen: Religiöse Menschen beziehen ihre Lebenswerte eben auch aus ihrer Religion und bestimmen sie nicht - jedenfalls nicht gänzlich - selbst. Im Rahmen dieser Glaubensauffassung hängt künftiges Geschehen nicht vom Menschen allein ab, man fühlt sich geführt und beschützt und hofft deshalb in unsicheren Situationen optimistischer auf einen guten Ausgang. Diese Sicherheit zeigt sich auch bei der Durchsetzungsfähigkeit.

*Tabelle 5: Hilflosigkeit und mangelndes Selbstvertrauen, Unsicherheit*

71	Ich fühle mich im Umgang mit Lebensproblemen oft hilflos.	387,91	374,73	,3922
66	Manchmal habe ich das Gefühl, daß ich im Leben hin und her geschubst werde.	391,49	373,39	,2443
74	Ich habe wenig Selbstvertrauen.	385,47	378,85	,6659
84	Ich habe oft das Gefühl, mich bloßgestellt zu haben.	386,93	377,52	,5356
75	Im Allgemeinen werde ich nicht durch meine Ängste behindert.	370,25	392,66	,1493
89	Ich habe wenig Kontrolle über das, was mit mir geschieht.	377,12	386,42	,5419

Die Tatsache, daß Vertrauende von Wenig-Vertrauenden sich in den Aussagen zur Hilflosigkeit, Unsicherheit und Angst nicht unterscheiden, muß nicht bedeuten, daß dafür jeweils dieselben Gründe verantwortlich sind. Während bei manchen Personen der Wenig-Vertrauenden als Grund das Gefühl des „Geworfenseins“ und des „Unbehütetseins“ gelten mag, wie bei vielen Deutungen der Situation des modernen Menschen zu lesen ist, muß dieser Grund bei den Vertrauenden nicht zutreffen. Vielleicht handelt es sich bei beiden Gruppen einfach um Erfahrungen des allgemeinen menschlichen Alltags. Die Antworten sind auch in beiden Gruppen ziemlich normal verteilt und tendieren keineswegs zur deutlichen Zustimmung, wie die mittleren Rangwerte andeuten.

Tabelle 6: Innere Stärke

79	Mein Selbstwertgefühl kann durch Kritik anderer nicht erschüttert werden.	354,39	407,06	,0007
64	Mein Mut verläßt mich selten.	370,15	392,75	,1461
67	Kritik an meinem Verhalten kann ich ganz gut verkraften.	364,83	397,58	,0346
78	Ich unterhalte mich selten mit anderen über meine Probleme.	367,39	395,26	,0758
93	Meine geistige Freiheit ermöglicht es mir, mich von äußeren Zwängen unabhängig zu machen.	360,97	401,09	,0097
73	Wenn mir etwas schiefeht, haut es mich nicht um.	356,79	404,88	,0018
96	Ich weiß, wer ich bin, woher ich komme und wohin ich gehe.	335,47	424,23	,0000
63	Mir ist es lieber, mit anderen zusammen auf Ideen zu kommen, als durch eigenes Nachdenken.	356,25	405,37	,0017

Menschen, die sich von „einer höheren Wirklichkeit“, von Gott, akzeptiert, angenommen und in ihr geborgen fühlen, scheinen - im Rahmen ihres Glaubens - eher zu wissen, „wer ich bin, woher ich komme und wohin ich gehe“, u. z. in einem spirituellen Sinne, und dieses Vertrauen verleiht offensichtlich ein durch diese Bedingung gestärktes Selbstwertgefühl, das etwa durch die Kritik anderer, etwa durch Anhänger einer anderen Weltanschauung, nicht erschüttert werden kann. Die von Gott gestützte innere Stärke verleiht Mut, wirft einen nicht um, „wenn etwas schief geht“. Offenbar wird das Vertrauen auf Gott als geistige Freiheit verstanden, u. z. als eine Freiheit, die den gläubigen Menschen von den vielfachen kulturellen, gesellschaftlichen und modischen Zwängen, die täglich in der Politik, im Berufsleben, im Umgang der Menschen miteinander aufscheinen, und die immer wieder von den Medien verbreitet werden, und denen viele Menschen sich verpflichtet fühlen, unabhängig macht. Damit ist natürlich

nicht ausgeschlossen, daß Menschen anderer Überzeugung sich ebenso unabhängig von inneren Zwängen verstehen können.

Tabelle 7: Stabilität

86	Es ist nicht nötig, daß andere immer akzeptieren, was ich tue.	359,69	402,24	,0057
88	Ich bin nicht darauf angewiesen, daß andere meine Sichtweise teilen.	361,02	401,04	,0098
82	Ich muß anderen nicht gefallen.	361,33	400,76	,0113

Wenn man die Tabellen 6 und 7 betrachtet, läßt sich zusammenfassend folgendes feststellen: Es scheint Menschen, die darauf vertrauen, von Gott angenommen zu sein, und die angeben, dies auch zu fühlen, besser zu gelingen, Streß, Frust und Kritik wegzustecken und sich davon zu lösen bzw. deren Auswirkungen auf das persönliche Verhalten möglichst gering zu halten. Ein Erklärungsansatz für die weitreichende Immunität gegen Kritik wäre vielleicht, daß diese Menschen, die an Gottes Akzeptanz glauben, nicht so sehr auf das Wohlwollen durch jeden ihrer Mitmenschen angewiesen sind. Ferner geben sie an, in schwierigen Situationen Unterstützung „von oben“ zu erhalten. Streß und Frustration können sicher als solche Situationen bezeichnet werden. Durch diese empfangene geistige Hilfe können Belastungen in eine umgreifende Beziehung gestellt werden; somit werden sie erträglicher. Dieser Vorgang der Umstrukturierung der Wahrnehmung wird auch in der psychologischen Methode des sog. „reframing“ angewandt. Auch die längerfristigen Folgen werden subjektiv weniger schwerwiegend wahrgenommen. Das alles fördert die seelische Stabilität.

Tabelle 8: Selbstwirksamkeit

83	Bei vielen Dingen im Leben kann ich wenig dazu beitragen, sie zu verändern.	358,77	403,08	,0047
90	Für einige Probleme sehe ich keine Möglichkeit, wie ich sie lösen könnte.	368,35	394,39	,0968

Die Aussagen zur Selbstwirksamkeit werden von den eher Vertrauenden skeptischer beurteilt als von den anderen. Vom psychologischen Standpunkt aus betrachtet, erscheint diese Beurteilung realistisch und entlastend. Diese Beurteilung korrespondiert mit der geringeren Streßanfälligkeit; und sie ist mit der Anschauung zu verbinden, daß vieles von einer höheren Wirklichkeit ausgeht und nicht vom Menschen.

Tabelle 9: Lebenssinn

80	Das Leben hat für mich nicht viel Sinn.	420,84	346,75	,0000
72	Ich glaube, daß mein Leben einen Zweck hat.	300,09	456,33	,0000

Die deutlich stärkere Betonung des Sinns des eigenen Lebens durch die eher Vertrauenden (Tabelle 9) dürfte nicht überraschend sein und entspricht unseren Erwartungen. Doch die Höhe der Differenzen zwischen den beiden Gruppen ist erstaunlich.

Im zweiten Abschnitt unserer Ergebnisdarstellung werden nun die Befunde nach einer datenreduzierenden Prozedur mittels Faktorenanalyse anhand eines Mittelwertvergleiches mittels t-Test in einer gesonderten Tabelle aufgelistet:

*Tabelle 10:* Darstellung der Mittelwerte, Streuungen und der Unterschiede zwischen Wenig-Vertrauenden und Vertrauenden anhand des t-Testes für Mittelwertvergleiche

	Wenig Vertrauende		Vertrauende		Differenz	F*	p*
	Mean	SD	Mean	SD			
Lebensbejahung	4,6478	,881	5,0664	,724	-,4187	20,409**	,000
Selbstbestimmung	4,5317	,831	4,3521	,852	,1796	,142	,003
Hilflosigkeit	2,4050	,774	2,4150	,891	-,0101	1,736	,869
Innere Stärke	3,8333	,793	3,9997	,773	-,1664	,588	,003
Stabilität	3,6529	,766	3,7619	,779	-,1090	,000	,052
(-) Selbstwirksamkeit	3,4001	,921	3,5088	,996	-,1086	1,896	,119
Lebenssinn	5,0523	,960	5,5875	,702	-,5352	44,276	,000

F\* = F-Wert des Levene-Tets für Varianzen, die signifikanten Differenzen sind durch \*\* gekennzeichnet.

P\* = Signifikanzwert für die Unterschiede der Mittelwerte (Rating: 1 = stimme nicht zu ... 6 = stimme voll zu)

Der t-Test für Mittelwertvergleiche wurde zwecks Sicherung der oben mitgeteilten Ergebnisse zur Anwendung gebracht, weil dieses Verfahren genauer und strenger ist als die bisher verwendeten Rangtests von Mann-Whitney. Die Faktorenanalyse faßte die Aussagen zur Zukunftserwartung unter den Faktor Lebensbejahung. Ansonsten wurden alle bisherigen Befunde vollständig bestätigt. Besonders auffallend sind die Unterschiede bei den Faktoren „Lebenssinn“ und „Lebensbejahung“, abzulesen an den hohen Differenzwerten und im Vergleich der Mittelwerte. Unsere hier vorgelegten empirischen Befunde sind in vielerlei Hinsicht mit den Befunden, die bei Pargament (1997) berichtet werden, vergleichbar.

## Deutung und Erörterung der Befunde

Gläubige Menschen, die angeben, ein vergleichsweise festes Vertrauen in Gott bzw. eine höhere Wirklichkeit zu setzen, d. h. die sich in ihr geborgen, von ihr geliebt und „bedingungslos“ angenommen fühlen, unterscheiden sich von anderen Gläubigen, die jedoch dieses Vertrauen in Gott nicht im gleichen Ausmaß und Grad aufzubringen vermögen, durch eine deutlich positivere Einstellung zum Leben, durch höhere seelische Stabilität und innere Stärke, etwa auch in belastenden Situationen, und dadurch, daß sie ihr Leben als sinnvoll erleben. Allerdings schneiden sie, aus der Sicht mancher moderner und „aufgeklärten“ Psychologen, in zwei Bereichen weniger vorteilhaft ab, die heutzutage – in der modernen Leistungsgesellschaft – als besonders wichtig erachtet

werden, nämlich in den Bereichen der Selbstbestimmung und der Selbstwirksamkeit. Tatsächlich passen diese beiden Merkmale zum Bild einer Lebensauffassung, wonach das Schicksal des Menschen letztlich einer höheren göttlichen Macht obliegt. Mit dieser Lebensauffassung ist eine geringere Leistungsbereitschaft und Leistungsstärke sicher nicht verbunden; die Daten zur inneren Stärke und zur seelischen Stabilität deuten eher Gegenteiliges an.

Die Befunde passen nahtlos in die psychologische Regulationstheorie. Danach sind behaviorale und emotionale Muster mit bestimmten bedeutsamen Standards, die als Referenzwerte fungieren, verbunden. Diese Standards oder Referenzwerte haben eine verhaltenssteuernde und emotionsregulierende Funktion. Wichtig ist, daß die Referenzwerte hierarchisch organisiert sind, d. h. es stehen Referenzwerte sowohl auf der Ebene automatischer, muskulärer Reaktionen zur Verfügung als auch auf der Ebene der Programmausführung zwecks Steuerung von Handlungen und schließlich auf der übergeordneten semiotischen Ebene bedeutungshaltiger Inhalte wie Normen, Prinzipien und Werte. Diese theoretischen Annahmen stellen eine Fortentwicklung der bisherigen Handlungstheorien dar. Sie erleichtern uns die Vorstellung von der Bedeutung von Werten (Einstellungen, Überzeugungen, Glaubensinhalten) für das Fühlen, Wollen und Handeln.

Doch vermag die Regulationstheorie nicht zu erklären, wie ein bestimmter, inhaltlich ziemlich genau definierter Einstellungskomplex wie eben der Faktor „Vertrauen“, eine ordnende Wirkung auf unterschiedliche psychische Muster in sehr umfassender Weise ausüben kann. Offenbar ist das Vertrauen, zumindest im vorliegenden Datensatz, ein zentraler und bedeutungshaltiger Regulationsfaktor oder Teil eines zentralen Regulationsfaktors mit emotionsregulierender Macht. Die neue psychologische Systemtheorie, die auf der Systemtheorie von Luhmann (1994) aufbaut, enthält derlei zentrale Strukturen und Ordnungsprinzipien. Ein solches Ordnungsprinzip wird als Code bezeichnet. Ein Code ist das Prinzip der Organisation oder Struktur des psychischen Systems. Uns interessieren hier nur die bedeutungshaltigen, semiotischen Codes eines psychischen Systems. Semiotisch ist ein Code, wenn er differentielle Beziehungen von Zeichen mittels syntaktischer, semantischer und pragmatischer Selektionen, Relationen und Steuerungen vollzieht. Diese Attribute machen ein Sinnsystem aus. Das hier untersuchte „Vertrauen“ scheint ein solcher Code zu sein.

Die psychologische Erfahrung zeigt, daß Menschen sich nicht immer über ihre semiotischen Codes im klaren sind. Wenn man sie nach ihren bedeutsamen, das Fühlen und Verhalten regulierenden bzw. steuernden Werten und Überzeugungen fragt, können viele Befragten zunächst keine Antwort geben. Erst im Laufe eines psychologisch kontrollierten selbstkonfrontativen Gesprächs kommen sie darauf. Ein Beispiel für einen solchen zentralen Code ist, das wurde in dieser Studie offensichtlich, für manche Menschen das religiöse Vertrauen auf Gott bzw. in die Macht einer höheren Wirklichkeit. Unsere Vermutung oder Hypothese hat sich bestätigt, daß nämlich das Vertrauen die Funktionen der emotionalen und behavioralen Regulation erfüllt, zumindest teilweise. M. a. W., bei Menschen, deren psychisches System u. a. nach dem Ordnungsprinzip „religiöses Vertrauen“ organisiert ist, lassen sich im Unterschied zu Menschen, die

dieses Ordnungsprinzip nicht im gleichen Grade entwickelt und konstruiert haben, Auswirkungen auf ihre emotionalen und behavioralen Muster nachweisen.

### Literatur

- Baumeister, R. (1991) Meaning of life. New York, London: Guilford Press
- Carver, Ch. S. & Scheier, M. (1981) Attention and selfregulation: A control-theoretical approach to human behavior. New York: Springer.
- Grom, Bernhard; Hellmeister, Gerhard; Zwingmann, Christian: Münchner Motivationspsychologisches Religiositäts-Inventar (MMRI). Entwicklung eines neuen Meßinstruments für die religionspsychologische Forschung, In: Henning, Christian; Nestler, Erich (Hrsg.): Religion und Religiosität zwischen Theologie und Psychologie. Bad Boller Beiträge zur Religionspsychologie. Verlag Peter Lang 1998, S. 181-203.
- Luhmann, N. (1994) Soziale Systeme. Grundriß einer allgemeinen Theorie. Frankfurt/M: Suhrkamp (1. Aufl. 1987).
- Pargament, K.L. (1997) The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice. Guilford-Press
- Schmitz, E. (Hrsg) (1992) Religionspsychologie, Göttingen: Hogrefe
- Spilka, B. & McIntosh, D. N. (1997) The Psychology of Religion. Theoretical Approaches. Oxford u. a.: Westview Press.
- Stiksrud, H.A. (1991) Steuern Werte das Verhalten ? In: G. Jüttemann (Hrsg) Individuelle und soziale Regeln des Handelns. Heidelberg: Asanger-Verlag, S. 144.
- Vergote, A. (1992) Religion und Psychologie. In: E. Schmitz (Hrsg) Religionspsychologie. Göttingen: Hogrefe, S. 2 - 24.