



**Hochschule Bremen**

Fakultät 3 – Gesellschaftswissenschaften

Internationaler Studiengang

Angewandte Freizeitwissenschaft B.A.

**Das Glück des Reisens**

**- Welche Reiseform macht die Deutschen am glücklichsten?**

The joy of travelling – which travel type makes Germans happiest?

**Bachelor – Thesis**

Zur Erlangung des akademischen Grades Bachelor of Arts

Erstprüfer: Prof. Dr. Rainer Hartmann

Zweitprüfer: Dr. Dieter Brinkmann

Eingereicht von: Tina Brünjes  
Friedrich-Ebert-Straße 166  
28201 Bremen  
Matrikelnummer: 311949  
Email: tina.bruejjes@gmx.de

Eingereicht am: 30.04.2014 in Bremen

## **Zusammenfassung**

In der vorliegenden Bachelorarbeit wurde erstmals eine Untersuchung entwickelt, die herausstellen sollte, welche Reiseform die Deutschen am glücklichsten macht. Dafür wurden zunächst die theoretischen Grundsätze zum Thema Glück und Reiseverhalten der Deutschen erarbeitet. Diese Ansätze wurden anschließend genutzt, um im praktischen Teil der Arbeit eine Methode zu entwickeln, die das Glück des Reisens misst.

In der, in dieser Arbeit im Mittelpunkt stehenden, Befragung konnten 401 Personen gefunden werden, die anhand eines standardisierten Fragebogens, online Aussagen über ihr Glücksempfinden während ihrer letzten Reise trafen. Daraus wurde folgende Glücksreiseform abgeleitet: Eine individuell geplante Rundreise allein oder mit einem Freund für über 2000 Euro, mit der Bahn oder dem Auto in ein Hostel oder zu Verwandten/Bekanntem in ein Fernreiseziel im Mai für länger als 13 Tage macht die Deutschen am glücklichsten.

## **Abstract**

In this Bachelorthesis a study was developed to identify for the first time ever the travel type which makes Germans the happiest. Therefore the theoretical principles concerning the topics *happiness* and *travelling behavior of Germans* were developed and analysed. In the practical part of this thesis, this knowledge was then used to develop a method which measures the happiness of travelling.

The core of this thesis presents a study in which through a standardised online survey, 401 people were asked to reveal their happiness emotions during their last trip. Through the results of this survey, the following "happiness-travel-type" was developed: An individual planned round trip in May, of more than 13 days duration to a far distant travel destination by bus or car, alone or with one friend and for over 2000 Euro makes Germans the happiest.

## Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung und Gegenstand der Arbeit.....	1
1.1	Problem – und Zielstellung, Aufbau und Methodik.....	2
2.	Grundlagen zum Thema Glück.....	3
2.1	Definitionsversuche in der Literatur .....	3
2.2	Geschichte vom „leeren Glücksbegriff“ .....	5
2.3	Facetten des Glücks.....	6
2.4	Synonyme für den Glücksbegriff .....	9
3.	Auswirkungen, Verursacher und Schädlinge des Glücks.....	11
3.1	Körperliche und psychische Reaktionen des Körpers.....	11
3.2	Was macht Menschen glücklich? Wer sind die glücklichsten Menschen? .....	12
3.3	Erwartungshaltung und Bedürfnisbefriedigung - die daraus resultierende Problematik für das Glück .....	16
4.	Reiseverhalten der Deutschen .....	18
4.1	Reisemotive .....	18
4.2	Ergebnisse der Reiseanalyse 2013 .....	21
5.	Veröffentlichte Studien über das Glück des Reisens .....	22
5.1	Reisende sind glücklicher.....	23
5.2	Glücksformel für das Reisen der Engländer .....	24
6.	Methodik der eigenen Untersuchung.....	26
6.1	Methodik zur Messung von Glück.....	26
6.2	Aufbau des Fragebogens .....	29
6.3	Auswahl der Stichprobe und Erhebungsmethode.....	31
6.4	Gütekriterien .....	32
6.5	Mögliche und auftretende Probleme bei der Durchführung und Messung.....	32
7.	Auswertung .....	35
7.1	Auswertungsinstrument.....	35
7.2	Demographische Merkmale der Stichprobe.....	35
7.3	Einfache Häufigkeiten (Frage 1 – 24).....	36
7.4	Einfache Häufigkeiten: Glücksreisekonstellation .....	41
7.5	Kreuzungen zur Erlangung der Glücksreiseform .....	43
8.	Zusammenfassung der Ergebnisse und Fazit.....	52
	<b>Wichtiger Hinweis.....</b>	<b>53</b>
9.	Quellenverzeichnis.....	III
	Anhang A: Abbildungen allgemeine Glücksforschung und Reiseanalyse 2013.....	VI

Anhang B: Fragebogen.....	XIV
Anhang C: Liste der Foren im Internet.....	XVII
Anhang D: Tabellenband: Ergebnisse der Untersuchung.....	XVIII
Eidesstaatliche Erklärung.....	LXIX

## Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Facetten des Glücks .....	7
Abb. 2: Synonyme für Glück .....	10
Abb. 3: Glücksbringer und Glückshemmnisse.....	16
Abb. 4: Reisemotive .....	19
Abb. 5: Subjektive Lebenszufriedenheit/Stress .....	28
Abb. 6: Glücksniveau .....	39
Abb. 7: Zufriedenheitsniveau .....	40
Abb. 8: Wohlfühlglück .....	40
Abb. 9: Kategorien Wohlfühlglück/Zufriedenheits-/Glücksniveau .....	43
Abb. 10: Wohlfühlglück und Zielgebiet .....	44
Abb. 11: Zufriedenheit und Reisedauer.....	45
Abb. 12: Rundreise und Glück .....	45
Abb. 13: Reisen mit vier Personen und Unglück .....	46
Abb. 14: Reisebegleitung und Glück.....	46
Abb. 15: Glücksniveau und Unterkunft.....	47
Abb. 16: Verkehrsmittel und Glück.....	47
Abb. 17: Ausgaben unter 250 Euro und Glück .....	48
Abb. 18: Erwartungshaltung und Glück.....	49
Abb. 19: Unglückliche Momente und Unglück.....	49
Abb. 20: Stress und Glück .....	50
Abb. 21: Alter und Glück .....	50
Abb. 22: Geschlecht und Glück.....	51
Abb. 23: Einkommen und Glück.....	51
Abb. 24: Glücksreiseform.....	53

## 1. Einleitung und Gegenstand der Arbeit

Nach einem Glücksfall gewinnt die Journalistin Meike Winnemuth eine Million Euro bei der TV – Quizshow „Wer wird Millionär?“ und erfüllt sich ihren Traum: In zwölf Monaten zwölf Länder bzw. zwölf Städte bereisen. In ihrem Bestseller „Das große Los“ schreibt sie über ihre Erlebnisse und wie sie aus dem Glücksfall des Millionengewinns das „andere“ Glück, das Glück des Reisens fand. Das Buch stellt in den Erzählungen immer wieder Zusammenhänge zwischen Reisen und Glück her und spiegelt somit den Fokus dieser Arbeit wider – auch wenn das Thema Reisen und Glück an dieser Stelle in einem anderen Zusammenhang untersucht werden soll.

Das Glück, so empfindet es Meike Winnemuth, findet meist im Konjunktiv statt: Man müsste mal... Was wäre, wenn...? Was wäre, wenn man einfach mal ein Jahr seinen Alltag ruhen lässt und eine Weltreise macht? Macht das Reisen glücklicher? Und was daran macht glücklich?

Meike Winnemuth schreibt weiter, das Glück des Reisens sei der Zufall. Beim ziellosen herumspazieren würden einem immer wieder Zufälle begegnen. Der Unterschied zum Alltag sei, dass man sie während des Reisens eher wahrnimmt und ergreift. Die meisten Personen würden im Urlaub abschalten und seien deshalb offener und aufmerksamer. Im Urlaub mache man wonach einem ist und ließe sich mehr überraschen. Man würde sich Zeit zum Staunen und Lernen nehmen und fände mehr Gefallen daran. Wenn man sich auf neue Dinge einließe und dem Zufall und den Möglichkeiten eine Chance gebe, fände man, laut Winnemuth, schneller das Glück. Sollte man es nicht finden, dann kehrt man wieder in den Alltag zurück (vgl. Winnemuth 2013). Die Möglichkeit, im Urlaub jemand anderes sein zu können und mehr Freiheit zu genießen, bringt viele Vorzüge mit sich. Man kann neue Leute und Kulturen kennen und schätzen lernen – oder vielleicht auch nicht. Das ist der besondere Aspekt, den man eher fern des Alltags findet. Das Reisen kann also demnach der Schlüssel des Glücks sein, auch wenn es nur für einen gewissen Zeitraum anhält.

Während einer Reise finden sich verschiedene Facetten von Glück. Eines davon ist das sog. Wohlfühlglück, welches einen (Glücks-)zustand beschreibt, bei dem man völlig entspannen kann. Darüber hinaus gibt es die Glücksmomente, wenn Orte wie aus dem Film erscheinen oder freiwillig neu erlernte Dinge einen ganz besonderen Glückskick geben.

Studien haben bereits gezeigt, dass Reisen glücklich macht. Meike Winnemuth schreibt in ihrem Buch über die Dinge, die Reisende glücklich machen können. In dieser Arbeit soll nun untersucht werden, welche Reiseform die Menschen tatsächlich glücklich macht.

## 1.1 Problem – und Zielstellung, Aufbau und Methodik

Erhebungen der Reiseanalyse ergaben, dass 2012 insgesamt 76% der Deutschen eine Urlaubsreise unternahmen (vgl. Reiseanalyse 2013). Die Mehrheit der deutschen Bevölkerung verreist innerhalb Deutschlands oder ins Ausland, um sich vom Alltag zu erholen und/oder etwas Neues zu erleben. Die meisten streben dabei überwiegend nach einem glücklichen Urlaub, der ihre Lebensqualität verbessert.

Dass eine Urlaubsreise glücklich macht, ist dank Forschungen in den Niederlanden grundsätzlich bewiesen worden (Siehe Abschnitt 5.1). Doch was genau den Reisenden glücklich macht und welche Reiseform dabei das meiste Glückspotenzial mit sich bringt, darüber gibt es bis zum jetzigen Zeitpunkt noch keine detaillierten Untersuchungen. Diese Forschungslücke soll durch die vorliegende Arbeit geschlossen werden. Daher steht im Mittelpunkt der Untersuchung eine repräsentative Umfrage. Ziel ist es, mit Hilfe einer repräsentativen Online-Befragung Deutsche zu ihrer letzten Urlaubsreise zu befragen. Dabei werden die verschiedenen Reiseformen und Reisemotive auf ihr Glückslevel geprüft.

Sind deutsche Urlauber glücklicher, wenn sie als Paar eine Fernreise für 4.000 Euro nach Mauritius unternehmen, um dort zu entspannen - oder bei einem dreitägigen Familien-Kurztrip mit dem Auto nach Berlin für 250 Euro? Welches ist die ultimative Glücksreise für welchen Glückstypen? Mit den Ergebnissen könnte es erstmalig möglich sein, die Bedeutung verschiedener Faktoren für „glückliches Reisen“ zu erforschen und unterschiedliche „Glücks-Reisetypen“ herauszuarbeiten.

Dafür sollen zunächst der Begriff und das Gefühl „Glück“ definiert werden. Da es angesichts der vielen Auffassungen von „Glück“ und der subjektiven Wahrnehmung unterschiedliche Ansichten gibt, soll die Geschichte des „Glücks“ - und wie es zu der Subjektivierung kam - kurz skizziert werden, um dann eine möglichst greifbare Definition finden zu können. Auch die verschiedenen Facetten und Synonyme bzw. Begriffe, die im Zusammenhang mit Glück stehen, sollen erläutert werden, um das gesamte Spektrum des Glücks in der Arbeit abdecken zu können.

Dass Glück messbar ist und Reisen glücklich macht, zeigen Studien von renommierten Glücksforschern, die in dieser Arbeit ebenfalls zu Rate gezogen werden. Forschungen zu den allgemeinen Glücksfaktoren, wie Geld, soziales Umfeld, Beruf etc. werden mittlerweile (etwas abgewandt) jährlich aktualisiert. Daher ist es zunächst interessant zu sehen, was die Deutschen im Allgemeinen glücklich macht. Auch die Studien darüber, dass Reisen glücklich macht aus den Niederlanden und England werden, um einen Vergleich zu der in dieser Arbeit anstehenden Forschung in Deutschland wiedergeben zu können, ebenfalls genannt.

Der Bereich des Reisens soll in dieser Arbeit ebenfalls aufgegriffen werden. Hierbei wird sich aber nur auf die relevanten Themen bezogen, die für die Untersuchung benötigt werden. Dazu zählen die Klärung der Reismotive und die Wiedergabe der Ergebnisse der aktuellen Reiseanalyse. Warum reisen Deutsche, mit welchem Verkehrsmittel, in welche Unterkunft, wie lange, mit wem und wohin? Diese Fragen sind wichtig für den weiteren Verlauf dieser Arbeit. Die in der Reiseanalyse wiedergegebenen meistgenutzten Reiseformen sollen die Grundlage für die Untersuchung bilden und als Faktoren zur Prüfung des Glücksgehalts dienen.

Im ersten Teil der Arbeit wird zunächst die rein qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring als Auswertungsmethode verwendet und mit Fachliteratur gearbeitet.

Da im Mittelpunkt der Arbeit eine neue Forschung stehen soll, wird die Erhebungsmethode der quantitativen Besucherbefragung verwendet. Mit Hilfe einer Online-Umfrage sollen über Reiseformen im Internet deutschlandweit Reisende befragt werden.

Einen Abschluss findet die Arbeit mit einer computergestützten Auswertung der Ergebnisse, aus denen sich die Reiseform erschließen lässt, welche Deutsche am glücklichsten machen.

## **2. Grundlagen zum Thema Glück**

Im folgenden Kapitel werden die Grundlagen zum Thema Glück erarbeitet. Hierbei wird versucht eine Definition zu finden, die für den weiteren Verlauf der Arbeit sinnvoll erscheint. Dazu werden verschiedene Philosophen zitiert und kurz auf die Geschichte des Glücks eingegangen.

Des Weiteren werden die Facetten des Glücks erläutert und herausgearbeitet, ob mehr Empfindungen im Zusammenhang mit Glück stehen, als meist angenommen wird. Dies ist besonders entscheidend für den weiteren Verlauf der Arbeit, da es Schlussfolgerungen für die Messung des Glücks zulässt.

Auch Synonyme und Begriffe, die mit dem Wort und Gefühl Glück korrelieren, sollen in diesem Kapitel kurz aufgezeigt werden.

### **2.1 Definitionsversuche in der Literatur**

„Nehmen Sie sich einen Menschen, der gesund und wohlhabend ist, im Beruf erfolgreich, mit einem zuverlässigen Partner in Liebe verbunden, woraus ein strebsamer Sohn und eine schöne Tochter entsprungen sind, und lassen Sie ihm auch sonst zuteil werden, was immer Sie für positiv halten. Wenn Sie ihm nun neidvoll vorschwärmen, wie glücklich er doch sei und er Sie traurig anblickt und entgegnet: Das ist es offenbar nicht. Ich bin totunglücklich“, so

können Sie gegen ihn nicht argumentieren. (...) Das gleiche gilt für die entgegengesetzte Situation. Wenn einer krank, bettelarm, erfolglos, vom Partner verlassen usw. ist und dennoch behauptet, er sei rundum glücklich, so wird man ihn nicht bekehren können (...)“ (Hossenfelder 1992, S. 14).

Glück ist ein Zustand über den jeder Einzelne selbst entscheidet. Ob und in welchem Moment man glücklich ist, weiß man selbst am besten. Niemand kann einem sagen, dass man glücklich ist. Man selbst kann aber auch nicht voraussagen, wann man glücklich ist (vgl. Hossenfelder 1992, S.13). Auch wenn es unzählige Ratgeber gibt, wie man glücklich werden kann, ist Glück doch eine nicht planbare Sache und kann lediglich individuell beeinflusst werden. Was den einen glücklich macht, macht den anderen vielleicht totunglücklich. Glück ist eine willkürliche Privatsache, die schwer zu erfassen ist. „Es ist ein Unglück, dass der Begriff der Glückseligkeit ein so unbestimmter Begriff ist, dass, obgleich jeder Mensch zu dieser zu gelangen wünscht, er doch niemals bestimmt und mit sich selbst einstimmig sagen kann, was er eigentlich wünsche und wolle“ (Kant 2010, S. 38).

Demnach gibt es keine konkreten Prinzipien, die einem zum Glück führen, lediglich Ratschläge. Glück ist ein subjektiver, innerer Zustand und das macht es zu einem Begriff, der nicht objektivierbar ist. Auch wenn wir diesen Begriff alle verinnerlicht haben, gibt es keine allgemeingültige Definition von Glück (vgl. Hossenfelder 1992, S. 13ff.).

Angelehnt an die Geschichte des „leeren Glücksbegriffs“ (siehe Abschnitt 2.2), scheint diese Definition nach Malte Hossenfelder aber passend. Er schreibt, dass Glück die Erfüllung aller Zwecke ist (vgl. Ders., S. 26). Zwecke setzt man sich selber und im Verlauf des Lebens entstehen ständig neue Zwecke. Diese können lang- oder kurzfristig erfüllt werden. Es scheint aber nicht zwingend, alle Zwecke erfüllen zu müssen, um glücklich zu sein. Auch die Erfüllung eines Zweckes kann bereits glücklich machen. Hierbei kommt es auf die Facette des Glücks an (siehe Abschnitt 2.3). Wenn man sich als Zweck gesetzt hat, im Urlaub zu entspannen und diese Situation tritt tatsächlich ein, dann wurde dieser Zweck erfüllt und folglich stimmt dies glücklich. In welchem Maße, welcher Länge und in welcher daraus resultierenden Facette das Glück auftritt, ist zunächst irrelevant.

In diesem Zusammenhang meint Wilhelm Schmid: „Glück kann ein Ersatzbegriff für Sinn sein“ (Schmid 2007, S. 45). Er meint, dass dort wo Sinn erfahrbar gemacht wird, Glück die Folge ist. Sinn im momentanen Leben, wie z.B. eine schöne Landschaft sehen oder bestimmte Musik hören, führt zu Glücksmomenten und Wohlfühlglück. Den Sinn des Lebens finden und zu erkennen, dass am Ende des Lebens alles Sinn gemacht hat, führt zum Glück der Fülle bzw. Glückseligkeit (siehe Abschnitt 2.3) (vgl. Schmid 2007, S. 48ff.).

Michael Hampe spricht in diesem Kontext vom Lebensglück, welches man häufig erst am Ende des Lebens erkennt; wenn man versteht, dass viele Dinge, die vorher nutzlos erschienen, im Zusammenhang doch Sinn ergeben. Daher verpasst man häufige Glücksmomente, da man deren Sinn nicht sofort erkennt. Hampe sagt aber auch, dass Sinnhaftigkeit schon in kleinsten Situationen eintreten kann und dieses einen sofort glücklich stimmen könne (vgl. Hampe 2011, S. 59).

Da Sinn ein Synonym für Zweck ist und Schmid sowie Hampe von der Erfüllung des Sinns im momentanen oder ganzen Leben sprechen und dieses mit Glück gleichsetzen, findet sich hier eine vergleichbare Definition zu der von Hossenfelder.

Auch wenn es keine allgemeingültige Definition dafür gibt, was Glück ist und auch keine allgemeingültigen Glücksrezepte, so weiß doch jeder wie sich Glück anfühlt. Die Rede ist von einem bestimmten inneren Zustand, einem Hochgefühl. Das Schöne am Glück ist, dass man es nur seiner selbst willen wählt und nicht als Mittel zum Zweck oder wegen etwas Anderem. Es handelt sich um ein intrinsisches Gut (vgl. Horn 2011, S. 122). Die Wege und Mittel zu diesem Gefühl sind bei den Menschen unterschiedlich, doch das Empfinden bei jedem identisch (vgl. Hossenfelder 1992, S.25).

## **2.2 Geschichte vom „leeren Glücksbegriff“**

Wie im vorherigen Abschnitt erwähnt, gibt es heutzutage keine eindeutige Definition von Glück. Malte Hossenfelder (1992, S.16) spricht in diesem Zusammenhang von einem „leeren Glücksbegriff“, der Erbe des individualistischen Hellenismus ist. Wenn man sich in der Geschichte des Glücksbegriffs umschaute, so gab es in der griechischen Klassik noch einen greifbaren Glücksbegriff und allgemeingültige Prinzipien, um die Glückseligkeit zu erlangen. Hossenfelder skizziert hierzu den Glücksbegriff nach Aristoteles. Nach Ansichten Aristoteles ist die Welt ein sinnvoll geordneter Kosmos, in dem jedem Wesen ein bestimmter Platz und eine bestimmte Rolle zugewiesen ist. Dem Menschen weist er die Rolle und den Zweck des vernünftigen Denkens zu. Wenn er diesen Zweck vollkommen erfüllt, dann erlangt er das höchste Gut. Die Verwirklichung dieses Gutes ist zugleich die Eudämonie. Eudaimonia ist der griechische Ausdruck für Glück. Somit ergeben sich in der Klassik allgemeingültige Verhaltensregeln, um das Glück zu erlangen: „Wer glücklich werden will, muss seine Vernunft zur größten Vollkommenheit bilden; dies ist für jedermann der einzige und sichere Weg, und wie genau er zu beschreiten sei, das ist bei Aristoteles im Detail nachzulesen“ (Hossenfelder 1992, S. 16). Da Aristoteles von einem geordneten Kosmos ausgeht, der aufrecht erhalten werden muss, ist die Erfüllung dieses vollkommenden Zweckes auch nicht von den individuellen Neigungen und Wünschen abhängig, sondern vorgegeben (vgl. Ders.,

S.15ff.). Wer glücklich werden will, muss in einem Staat leben und dieser gibt die Glücksprinzipien vor, so gibt auch Georg Kamphausen (1992, S. 91) die Theorie von Aristoteles wieder. Christoph Horn fasst es weniger streng und beschreibt die Glücksfindung bei Aristoteles so, dass man die vom Kosmos vorgegebenen spezifischen Anlagen möglichst häufig und intensiv ausführen soll (vgl. Horn 2011, S. 122f.).

Im Hellenismus verändert sich die Auffassung, dass alle Werte und Zwecke in einer Weltordnung verankert sind. Es entwickelt sich der Individualismus, bei dem subjektive Empfindungen in den Mittelpunkt rücken. Der Einzelne setzt sich seine Werte selbst und entscheidet darüber - nicht der Kosmos gibt diese vor. Zu erklären, wie es zu dieser neuen Auffassung kam, würde den Rahmen dieser Arbeit übersteigen und ist in diesem Zusammenhang nicht relevant. Entscheidend ist, dass die Privatisierung der Werte dazu führt, dass der Mensch sich seine Zwecke selbst setzt und sie nicht mehr vom Kosmos vorgegeben werden. Daher ist die Erfüllung dieser Zwecke auch nicht mehr objektiv, wie noch in der Klassik. Man ist also nicht mehr glücklich, wenn man den vorgegeben Zweck der Vernunft des Kosmos erfüllt, sondern wenn man seine, sich selbstgesetzten Zwecke erfüllt. „Man ist glücklich, wenn man alles erlangt, was man möchte, wenn alle eigenen Wünsche in Erfüllung gehen. Folglich kann nur jeder einzelne für sich selbst entscheiden, wann er glücklich ist und wann nicht“ (Hossenfelder 1992, S. 22). Wenn das Glück in der Verwirklichung aller Zwecke liegt und sich jeder die Zwecke selber setzt, dann kann auch nur jeder einzeln über sein Glück richten. Im weiteren Verlauf der Geschichte verstärkt sich diese Auffassung und der Glücksbegriff wird immer subjektiver (vgl. Hossenfelder 1992, S. 20ff.).

Es ist allgemein zu beobachten, dass sich die Auffassung von Glück und wie dieses zu erlangen ist, in jeder Epoche verändert. Nahezu jeder Philosoph hat eine andere Definition von Glück. Auch in den einzelnen Religionen oder Wissenschaften gibt es unterschiedliche Auffassungen (vgl. Schildhammer 2009, S. 32ff.). Diese einzeln wiederzugeben, würde sicherlich den Umfang einer eigenständigen Arbeit haben. Deshalb werden nur die am besten verständlichen Ansichten aufgeführt.

### **2.3 Facetten des Glücks**

Es gibt verschiedene Arten von Glücksgefühlen. Nicht alle beinhalten das Wort „Glück“, drücken aber ähnliche Empfindungen aus und haben unterschiedliche Intensitäten. Zu unterscheiden sind dabei zunächst die Kategorien „Glück haben“ und „glücklich sein“. „Glück haben“ bezieht sich auf eine positive Fügung des Schicksals, die dazu führt, dass einem etwas Gutes wiederfährt, bspw. eine Reise zu einem günstigen Preis. Diese Art von Glück wird in dieser Arbeit aber nicht weiter beleuchtet. Der Fokus liegt auf dem „glücklich sein“,

welches unabhängig von „Glück haben“ ist und ein Empfinden ausdrückt. Dieses „glücklich sein“ kann sowohl kurzfristig als auch längerfristig anhalten. Bei nachhaltigem Glück finden Ausdrücke wie „Zufriedenheit“, „generelles Wohlbefinden“ und „Glückseligkeit“ häufig Anwendung. Bei kurzfristigem Glück verwendet man „Glücksmomente“ und „Wohlfühlglück“. Daher werden diese Begriffe in dieser Arbeit auch als Synonyme zum Glück verwendet (vgl. Engelmann 2012, S. 61ff.).

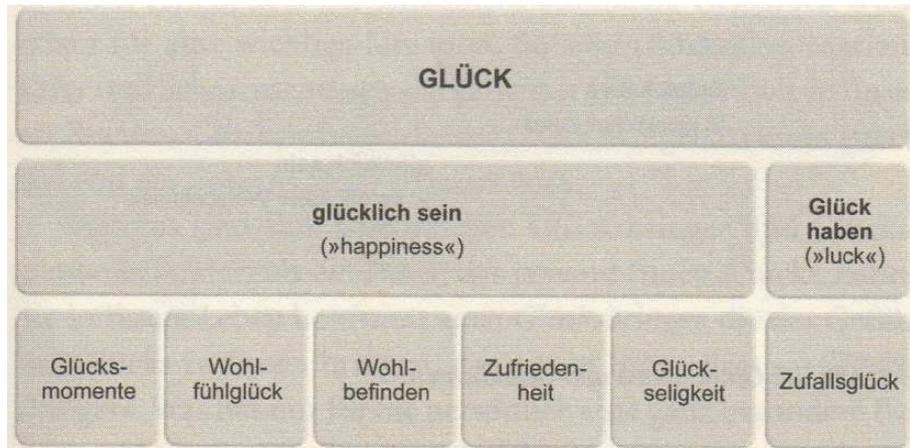


Abb. 1: Facetten des Glücks (Engelmann 2010, S.61)

Ist die Rede von Zufriedenheit, dann ist damit meist eine spezifische, zufriedenstellende Bestandsaufnahme einzelner Komponenten der Lebensbereiche gemeint. Beispielsweise ist man zufrieden mit dem Urlaub, weil der Service, das Hotel und die Freizeitangebote zufriedenstellend waren. Dieses „zufrieden sein“ lässt darauf schließen, dass man im Urlaub glücklich war.

Nach Hossenfelder (1992, S.14) ist Zufriedenheit ein Gefühl, welches man erlangt, wenn alle Neigungen, Wünsche oder Bedürfnisse befriedigt sind. Da, wie in der Definition erläutert, die Befriedigung aller Zwecke zu Glück führt, kann Zufriedenheit also als Facette des Glücks gewertet werden. Zufriedenheit ist sozusagen das kognitive „glücklich sein“, welches man erlangt, weil der Kopf sagt, dass nun alles so ist, wie man es sich vorgestellt hat. Zufriedensein steht daher auch eng mit dem sozialen Vergleich in Zusammenhang. Was in der Gesellschaft als zufriedenstellend gilt und erreicht wird, möchte man selbst auch erreichen, um zufrieden zu sein (vgl. Glatzer 1992, S. 54).

Generelles „Wohlbefinden“ beschreibt ein diffuses Glücksgefühl, welches eine längere Zeitspanne anhält. Subjektives Wohlbefinden bezieht sich auf das emotionale Befinden eines Individuums.

Die „Glückseligkeit“ ist das höchste Maß an Glück. Man hat keine Wünsche mehr offen, ist im Einklang mit der Welt und der Sinnhaftigkeit (vgl. Glatzer 1992, S. 51).

Diese drei Begriffe sind verschiedene Facetten des Glücks und länger andauernd (vgl. Engelmann 2010, S. 68). Bis auf die Facette „Zufriedenheit“ findet man im Urlaub aber eher die kurzfristig anhaltenden Facetten vom „Glücklich sein“. Dazu zählt das „Wohlfühlglück“, welches als stilles Glück bezeichnet wird und nur in bestimmten Situationen auftritt, bspw. an einem Wochenende in den Bergen, an dem man sich rundum wohlfühlt hat.

Außerdem ist davon auszugehen, dass man im Urlaub mehrere Glücksmomente hat. Dies können flüchtige Momente sein, in denen das Herz schneller schlägt und man sein Gefühl kaum in Worte fassen kann. Beispielweise, wenn man zum ersten Mal Delfine springen sieht. Glücksmomente und Wohlfühlglück erscheinen meist unerwartet und sind zeitlich so begrenzt, dass sie eine einzigartige Wirkung haben (vgl. Engelmann 2010, S.67f.).

Andere Philosophen teilen das Glück in andere Facetten ein, die jedoch Vergleichbares beschreiben. Wilhelm Schmid (2007, S.10ff.) unterscheidet bei Glück zwischen Zufallsglück, Wohlfühlglück und dem Glück der Fülle.

Mit dem Zufallsglück ist der günstige Zufall oder die erwünschte Fügung gemeint. Das Besondere am Zufallsglück ist der hohe Grad an Unverfügbarkeit. Zufälle passieren plötzlich und ohne Vorahnung. Man kann sich ihnen lediglich öffnen und sie, wenn sie auftreten, ergreifen. Das Zufallsglück lässt sich also den Glücksmomenten von Engelmann zuordnen.

Auch Schmid bezieht sich bei dem Wohlfühlglück auf bestimmte Situationen - eine Art des Glücks, das nicht lange anhält. „(...) ein schöner Film, der zelebriert wird und für den man vielleicht einen ganzen Abend im Kino verbringt. Oder das vertraute Gespräch, in dem Liebende und Freunde sich miteinander gelegentlich selig verlieren [...]“ (Schmid 2007, S. 19). Er schreibt diesem Wohlfühlglück aber eine höhere Bedeutung zu und meint, dass sich der Begriff des Glücks in der Gesellschaft fast allein über das Wohlfühlglück definiert.

Das Zufallsglück und das Wohlfühlglück beschreibt er als episodisches Glück, da beide Glückszustände nur auf einzelne Erfahrungen und kleinere bis größere Episoden im Leben zutreffen. Dies ist erneut vergleichbar mit der Theorie des kurzfristig anhaltenden Glücks von Engelmann.

Was Engelmann als Glückseligkeit bezeichnet, betitelt Schmid als Glück der Fülle. „Glück, so ist damit gemeint, geht nicht darin auf, nur eine Seite des Lebens, nämlich die des Angenehmen, Lustvollen und Positiven, anzuerkennen und allein zu betonen. Das größere Glück, das Glück der Fülle, umfasst immer auch die andere Seite, das Unangenehme, Schmerzliche, Negative, mit dem zurechtzukommen ist“ (Schmid 2007, S. 28). Es handelt sich dabei um ein Glück, welches umfassender und dauerhafter ist und häufig erst im Rückblick auf das gesamte Leben erkannt wird. Von diesem Glück ist daher auch nicht viel

zu erwarten, da es eher zurückhaltend ist und erst in der Erinnerung erfahrbar wird. Das Glück der Fülle ist also ein epochales Glück (vgl. Schmid 2007, S. 28ff.).

## 2.4 Synonyme für den Glücksbegriff

„In der griechischen Antike gibt es zwei Begriffe: „eudaimonia“ und „eutychia“ (welche im Lateinischen „beautitudo“ und „fortuna“, im Französischen „bonheur“ und „chance“ und im Englischen „happiness“ und „luck“ am ehesten entsprechen“ (Schildhammer 2009, S. 28). Dabei bezeichnet der erste Begriff das „glücklich sein“ und der zweite Begriff das „Glück haben“. Diese Sprachen differenzieren den Begriff also mindestens mit zwei Wörtern, da es sich um verschiedene Sachverhalte handelt (vgl. Hörisch 2011, S. 13). Während es in anderen Sprachen verschiedene Glücksbegriffe gibt, verfügt die deutsche Sprache nur über das eine Wort „Glück“, welches die verschiedenen Sachverhalte ausdrücken muss. Dieses erschwert den Umgang mit dem Begriff. Das am besten verdeutlichende Beispiel: Im Deutschen redet man sowohl vom Glück, im Sinne von „Glück haben“, als auch im Sinne von „glücklich sein“, was - wie bereits unter den Facetten erwähnt (siehe Abschnitt 2.3) - verschiedene Bedeutungen hat (vgl. Schmid 2007, S. 16).

In der deutschen Sprache gibt es unzählige Begriffe/Wörter, die in das Begriffsfeld des Glücks passen und synonym oder als Ausdruck bzw. Mittel zum Ausdruck für Glück verwendet werden können. Neben den Facetten „Zufriedenheit“, „Wohlbefinden“, „Glückseligkeit“, „Glücksmomente“ und „Wohlfühlglück“ finden sich viele andere Wörter, die sich mit dem Wort und Gefühl Glück in Verbindung bringen lassen. Diese Übersicht zeigt eine Auswahl von Wörtern, die mit Glück in Verbindung stehen:

Liebe	Glück	Dankbarkeit	Achtsamkeit	Stärke	Kreativität
Vielfalt	Neugier	Geborgenheit	Freundschaft	Humor	Leichtigkeit
Vergebung	Freiheit	Freude	Erfolg	Akzeptanz	Ermutigung
Begeisterung	Motivation	Wertschätzung	Wahrheit	Natürlichkeit	Vertrauen
Lernen	Spaß	Loslassen	Gemeinschaft	Lebensfreude	Offenheit
Mut	Authentizität	Harmonie	Treue	Disziplin	Zuverlässigkeit
Lebensfreude	Aktivität	Lust	Gerechtigkeit	Optimismus	Verantwortung
Hilfsbereitschaft	Wissen	Klarheit	Ordnung	Zuversicht	Ehrgeiz
Zielstrebigkeit	Loyalität	Intelligenz	Individualität	Geld	Zugehörigkeit
Toleranz	Fürsorge	Interesse	Pflichterfüllung	Ausdauer	Engagement
Geduld	Initiative	Belastbarkeit	Kooperation	Risikofreude	Zielorientierung
Entspannung	Gelassenheit	Selbstwirksamkeit	Schnelligkeit	Altruismus	Fröhlichkeit
Sorglosigkeit	Respekt	Flow	Sport	Empathie	Zuneigung
Professionalität	Sinnhaftigkeit	Sicherheit	Verständnis	Gesundheit	Genuss
Ruhe	Familie	Fitness	Autonomie	Bildung	Kultur
Musik	Reisen	Phantasie	Kraft	Spiritualität	Zeit

Abb. 2: Synonyme für Glück (Engelmann 2010, S. 155)

### 3. Auswirkungen, Verursacher und Schädlinge des Glücks

In diesem Kapitel soll erläutert werden, welche Komponenten das Glück mit sich bringt. Zunächst werden allgemeine körperliche und psychische Reaktionen beschrieben. Dabei sind die medizinischen Begriffe der Gehirnregionen zweitrangig. Es soll lediglich verdeutlicht werden, dass im Gehirn etwas passiert, wenn man glücklich ist.

Außerdem werden die Komponenten aufgezeigt, die die Deutschen glücklich machen und welche Deutschen am glücklichsten sind. Hierbei findet sich eine interessante Auswahl wieder, die jeweils kurz erläutert wird.

Abschließend wird ein Schädling des Glücks beschrieben, der besonders beim Reisen auftreten kann und ohne, dass man es unbedingt weiß, das Glücksniveau herunterschrauben kann.

#### 3.1 Körperliche und psychische Reaktionen des Körpers

Die Ausdrücke „Gefühl“ und „Emotion“ werden in der Gesellschaft synonym verwendet. Emotionen sind ein komplexeres System. Unter psychologischem Gesichtspunkt ist das Gefühl nur ein Bestandteil der Emotion. Am Beispiel Glück lassen sich verschiedene Bestandteile der Emotionen aufzeigen. Dazu zählen die physiologischen Veränderungen wie z.B. schnellerer Herzschlag, die spezifischen Kognitionen, wie z.B. „ich habe mein gestecktes Ziel erreicht“, das Gefühl „Ich bin glücklich“ und die Veränderung der Verhaltensbereiche, zum Beispiel, dass man andere offen anlächelt. Während man das „Gefühl“ Glück bewusst wahrnimmt, erlebt man die anderen Komponenten eher unbewusst. Da in der Alltagswelt die beiden Begriffe aber nicht ausdifferenziert werden, werden diese auch hier synonym verwendet (vgl. Engelmann 2010, S. 33-34).

Glück zählt neben Ekel, Wut, Überraschung, Trauer und Angst zu den sechs Basisemotionen. Während Angst eine länger anhaltende Emotion ist, verflüchtigt sich Glück sehr schnell. Dies ist mit der Evolution zu erklären, da Angst wichtiger für das Überleben ist, als Glück (vgl. Dies., S. 40f.). Daher lässt sich das Gefühl Glück auch schlecht fassen.

Ein Glücksmoment muss ausgekostet werden, solange er anhält. Doch was passiert während diesen Momenten im Körper? Den Pegelstand des Glücks können Neurobiologen anhand der körpereigenen Rauschmittel, der Endorphine messen. Bei Glücksmomenten werden die Glückshormone Dopamin und Serotin in das Belohnungszentrum des Gehirns ausgeschüttet und die Kommunikation zwischen den Nervenzellen angeregt. Daraus lässt sich schließen, dass bei mehr Anstrengung mehr Hormone ausgeschüttet werden, als bei bspw. einfachen Aufgaben. Wie oben bereits erwähnt, handelt es sich bei den Endorphinen

um körpereigene Rauschmittel und somit verhält es sich wie bei allen Drogen: wenn man sie zu häufig konsumiert, verlieren sie ihre Wirkung. Wer also andauernd Glückshormone ausschüttet, der muss über kurz oder lang den Grad des Glücks erhöhen, um in denselben körperlichen und psychischen Genuss zu gelangen (vgl. Schmid 2007, S. 20).

Neuronale Aktivierungen im Belohnungszentrum können durch verschiedene Arten ausgelöst werden. Das Hören eines Lieblingsstückes, Geld, sexuelle Aktivitäten oder soziale Interaktionen z.B., führten in verschiedenen Studien zu erhöhte Aktivitäten. Hier zeigte sich, dass die Aktivierung höher war, wenn die Probanden die „Belohnung“ erwarteten und sie abstieg, nachdem sie diese erhielten. Dies ist auch bei der Ausschüttung von Dopamin erkennbar (vgl. Hein 2011, S. 375f.). Ein Zusammenhang zu der Erwartungshaltung ist also erkennbar (siehe auch Abschnitt 3.3).

Im orbitofrontalen Kortex, welcher sich im Frontallappen befindet, speichert das Gehirn Ereignisse oder Sachen ab, die glücklich gemacht haben. Aktivitäten in diesem Bereich spiegeln wider, wie viel Wert die Person einer Sache beimisst und ob diese sie glücklicher macht als andere Sachen bzw. Ereignisse. Hier wird demnach die Assoziation zu glücklichen Momenten abgespeichert (vgl. Ders., S. 377f.).

Auch, dass das Glück anderer glücklich machen kann, ist neurobiologisch messbar. Wenn Personen, zu denen man eine besondere Empathie hat, etwas Gutes widerfährt, dann werden dieselben Hirnregionen aktiviert, wie wenn der eigenen Person etwas Gutes widerfährt (vgl. Ders., 2011, S. 379).

Glücksempfindungen können also an Aktivierungen im Gehirn gemessen werden. Allerdings wird in den meisten Studien ein hedonistisches Glück gemessen, also das reine Lustempfinden und weniger das tugendhafte Lebensglück, da dies einfacher ist (vgl. Ders., S. 380f.).

### **3.2 Was macht Menschen glücklich? Wer sind die glücklichsten Menschen?**

Die vier Begriffe „Glück“, „Zufriedenheit“, „Lebensqualität“ und „Wohlstand“ liegen bei der Glücksforschung eng beieinander. Wenn es also darum geht, welche allgemeinen Dinge die Menschen in Deutschland glücklich machen, dann steht bei der Analyse eigentlich die Lebenszufriedenheit im Mittelpunkt und nicht das Glück, im Sinne von Glücksmomenten, positiven Fügungen oder günstigen Zufällen. Vielmehr liegt der Fokus auf der Zufriedenheit der Zustände im Alltag. Das heißt auf der Lebenszufriedenheit, die mehrere Lebensbereiche über einen längeren Zeitraum abdeckt. Die Lebenszufriedenheit hängt von vielen objektiven Bedingungen ab, die in der Lebensqualität zusammengefasst werden. Hierzu zählt neben

dem Wohlstand, der sich ausschließlich auf materielle Güter bezieht, auch das Wetter, das Kulturangebot oder die Gegend (vgl. Raffelhüschen/Schöppner 2012, S. 54).

Der Begriff Lebenszufriedenheit läuft dem Begriff Glück immer mehr den Rang ab. Der Glücksforscher Ruut Veenhoven (2006) definiert Glück als „the degree to which an individual judges the overall quality of his life – as – a – whole favorably“. Dabei sieht er die Glückseligkeit in dem gelungenen, guten Leben (objektiv) und der Zufriedenheit mit diesem (subjektiv). Kritiker empfinden die vollständige Identifizierung des Glücks mit der Lebenszufriedenheit aber als kritisch, da Glück mehrere Bedeutungen hat. Mit dieser Definition wird das ganze Leben veranschlagt, also alle Komponenten. Das andere Glück, wie das Wohlfühlglück oder die Glücksmomente, werden hierbei nicht berücksichtigt (vgl. Thomä 2003, S. 162ff.).

Dennoch wird in den meisten repräsentativen Umfragen überwiegend nach der Lebenszufriedenheit gefragt und diese mit dem Glück gleichgesetzt, da sie einfacher zu erfassen ist und Glück und Zufriedenheit synonym verwendet werden können (vgl. Raffelhüschen/Schöppner 2012, S. 20).

Im Folgenden finden sich einige Ergebnisse darüber, welche Deutsche am glücklichsten sind und was sie glücklich macht. Die Begriffe Glück und Zufriedenheit werden in den folgenden Ausführungen synonym verwendet.

Die Deutschen geben auf die Frage: „Wie zufrieden sind Sie derzeit alles in allem mit Ihrem Leben?“ auf einer Skala von 1 – 10 (1 = ausgesprochen unzufrieden, 10 = ausgesprochen zufrieden) im Durchschnitt 7,2 an. Damit liegen sie im Ländervergleich hinter Dänemark, der Schweiz, Schweden und den USA auf Platz 5. Dies spiegelt auch wider, dass modernisierte Länder glücklichere Bewohner haben. Die Bewohner in Zimbabwe gaben z.B. im Durchschnitt nur 3,3 auf diese Frage an (vgl. Veenhoven 2011, S. 399).

Im Glücksatlas (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 33) wird die Lebenszufriedenheit im Durchschnitt bei 7,0 eingeordnet (siehe Anhang A: Subjektive Lebenszufriedenheit 2011).

Frauen sind mit einem Wert von 7,07 um 0,16 Punkte glücklicher als Männer (6,91). Die höhere Zufriedenheit der Frauen hält meist bis zum Alter von etwas über 60 Jahren an. Danach kehrt es sich um, da Frauen, aufgrund ihrer höheren Lebenserwartung, häufig den Tod ihres Partners verkraften müssen. Warum Frauen glücklicher sind, ist umstritten. Ein Erklärungsansatz ist, dass Frauen wegen ihrer sozialen Position in der Gesellschaft weniger Erwartungen ausgesetzt sind und sich mit weniger zufrieden geben (vgl. Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 57f).

Personen im Alter zwischen 20 und 30 Jahren sind am glücklichsten. Einen ähnlichen Wert haben Personen dann erst wieder ab 60 Jahren. Dazwischen sinkt das Glücksniveau. Auch zwischen 65 und 75 Jahren ist das Glücksniveau geringer. Zu erklären ist diese „S-Form“ damit, dass in den jungen Jahren das Selbstwertgefühl sehr hoch ist. Sich aus dem Elternhaus lösen, die „Ich“-Identität finden, eine Familie gründen etc. bringt viele neue Erlebnisse mit sich. Im mittleren Alter wachsen die Verantwortung und Belastung durch Familie, Beruf und Gesellschaft. Man muss sich mit Fehlentscheidungen und Enttäuschungen auseinandersetzen. Ab 60 Jahren sinkt die Erwartungshaltung und man hat bereits vieles erlebt. Die Folgen von Krankheiten und den Alterslasten führen dann zwischen 65 und 75 Jahren wieder zu neuen Problemen (vgl. Dies., S. 53f.).

Am zufriedensten sind verwitwete Personen mit einem neuen Partner. Danach folgen ledige Personen mit einem festen Partner und Verheiratete. Deutlich am unzufriedensten sind Geschiedene ohne Partner. Ledige ohne Partner sind jedoch nicht viel unglücklicher als Verwitwete oder Geschiedene ohne Partner (siehe Anhang A: Durchschnittliche Lebenszufriedenheit nach Familienstand). Zu erklären ist dies damit, dass Verwitwete aus der neuen, unerwarteten Liebe neue Kraft bekommen. Da soziale Beziehungen sich allgemein auf die Lebenszufriedenheit auswirken, ist es nicht verwunderlich, dass Menschen in einer Beziehung oder Verheiratete glücklicher sind, als Personen ohne Beziehung. Warum Ledige in einer Beziehung glücklicher sind als Verheiratete, könnte damit zu erklären sein, dass sie meist noch jünger sind (vgl. Dies. S. 60ff.).

Kinder haben keinen oder eher einen geringen negativen Effekt auf die Lebenszufriedenheit. Zwar bringen sie neues Leben und Freude mit sich, aber auch viele Sorgen und Stress. Daher gibt es hier keinen signifikanten Ausschlag auf das Glücksniveau. Ganz anders steht es um soziale Kontakte und Freunde. Personen, die angeben, jede Woche Kontakt zu Freunden oder Bekannten zu haben, erzielen einen Zufriedenheitswert von über 7,0 Punkten und sind somit am glücklichsten, gefolgt von Personen, die mindestens einmal im Monat Kontakt zu Freunden oder Bekannten haben. Personen, die ihre Freunde oder Bekannten seltener sehen, sind deutlich unzufriedener (vgl. Dies., S. 65ff.).

Kulturelle Aktivitäten steigern das Glücksniveau. Musik, Literatur und Kunst sind nicht nur von der Gesellschaft sehr angesehen, sondern bringen auch einen Effekt von 0,05 Punkten auf der Zufriedenheitsskala mit sich (vgl. Dies., S. 122). Hier ist ein Zusammenhang zum Einkommen zu erkennen. Personen, die ein höheres Einkommen haben, gehen häufiger in die Oper oder ins Theater. Das Einkommen hängt, bis zu einer gewissen Höhe, eng mit der Lebenszufriedenheit zusammen. Personen mit hohem Einkommen sind zufriedener. Befragte Personen mit einem Einkommen von 750 – 1000 Euro ordnen sich auf der

Zufriedenheitsskala bei 6,6 Punkten ein. Personen mit 1250 – 1500 Euro bereits bei 6,8 und Personen mit 1750 – 2000 Euro bei 6,9. Man sieht hier bereits, dass das Zufriedenheitsniveau nur in kleineren Abständen ansteigt. Ab einem Nettoeinkommen von 5000 Euro tritt eine Sättigung ein und die Zufriedenheitskurve steigt nicht weiter an. Da die Wenigsten so viel verdienen, ist interessant zu sehen, dass eine Lohnerhöhung von 250 Euro 0,05 Punkte glücklicher macht (vgl. Dies., S. 74ff.).

Nicht nur das Einkommen, sondern zu arbeiten macht bereits glücklicher. Arbeitslose liegen mit 5,7 Punkten auf der Zufriedenheitsskala 1,3 Punkte unter den Erwerbstätigen (siehe Anhang A: Lebenszufriedenheit und Erwerbsstatus). Männer sind noch unglücklicher, als Frauen, wenn sie nicht arbeiten. Diese Einbußen sind nicht allein mit der Arbeitslosigkeit zu erklären, da daran noch andere Faktoren gebunden sind, die aus einer Arbeitslosigkeit resultieren. Dennoch kann man sagen, dass Arbeitslosigkeit 0,5 Punkte unglücklicher macht (vgl. Dies., S. 92).

Wer sich gesund fühlt, ist glücklich und umgekehrt. Personen, die angeben, sich gesund zu fühlen, haben einen Zufriedenheitswert von 8,1 Punkten. Personen, die angeben, sich schlecht zu fühlen, sind mit 4,4 Punkten erheblich unzufriedener. Dies ist ein deutlicher Unterschied. Allerdings ist auch hier zu berücksichtigen, dass ein schlechter Gesundheitszustand andere Faktoren, die sich auf das Glücksniveau auswirken, beeinflussen - wie z.B. Erwerbstätigkeit, soziale Kontakte etc. (vgl. Dies., S. 109ff.).

Dies ist nur eine Auswahl von Faktoren, die sich auf das Glück auswirken können. Es gibt noch weitere, die hier aber nicht vollständig aufgeführt werden können. Die Übersicht zeigt die 10 „Glücksbringer“ und „Glückshemmnisse“.

	Durchschnittlicher positiver Effekt auf die subjektive Lebenszufriedenheit	Durchschnittlicher negativer Effekt auf die subjektive Lebenszufriedenheit
1	<b>Sehr gute Gesundheit</b> (gegenüber zufriedenstellend) <b>+0,70</b>	<b>Krankheit</b> (schlechte Gesundheit gegenüber zufriedenstellend) <b>-1,40</b>
2	<b>Ehe/Partnerschaft</b> (gegenüber Singles) <b>+0,40/0,30</b>	<b>Tod des Partners</b> (verwitwet/ohne Partner gegenüber verheirateten Personen) <b>-0,60</b>
3	<b>Treffen mit Freunden</b> (wöchentlich gegenüber selten oder nie) <b>+0,25</b>	<b>Arbeitslosigkeit</b> (arbeitsuchend) <b>-0,45</b>
4	<b>Regelmäßiger Sport</b> (wöchentlich gegenüber nie) <b>+0,10</b>	<b>Soziale und kulturelle Isolation</b> (wenig Kontakt zu Freunden und wenig kulturelle Aktivität) <b>-0,30</b>
5	<b>Eigenheim</b> (gegenüber Situation ohne selbst genutzte Immobilie) <b>+0,10</b>	<b>Scheidung</b> (geschieden und nicht liiert gegenüber verheiratet) <b>-0,20</b>
6	<b>Autonomie am Arbeitsplatz</b> (Führungsverantwortung oder Selbstständigkeit) <b>+0,05</b>	<b>Alter</b> (zwischen 40 und 50 Jahre gegenüber 20 bis 30 Jahre) <b>-0,10</b>
7	<b>Gehaltserhöhung</b> (plus 15 Prozent) <b>+0,05</b>	<b>Behinderung</b> (bei ansonsten guter Gesundheit) <b>-0,05</b>
8	<b>Freizeitaktivität</b> (mindestens einmal pro Monat Kino, Disko oder Ähnliches) <b>+0,05</b>	<b>Kaufkraftverlust</b> (allgemeiner Preisanstieg um 10 Prozent) <b>-0,05</b>
9	<b>Klassische Kultur</b> (mindestens einmal pro Monat Konzert, Theater oder Oper) <b>+0,05</b>	<b>Relativer Einkommensverlust</b> (alle anderen Einkommen steigen um fünf Prozent) <b>-0,05</b>
10	<b>Religiosität</b> (mindestens einmal pro Monat Kirchengang bzw. Besuch religiöser Veranstaltungen) <b>+0,05</b>	<b>Pendeln</b> (15 Kilometer und mehr bis zum Arbeitsplatz) <b>-0,05</b>

Abb. 3: Glücksbringer und Glückshemnisse (Raffelhüschen/ Schöppner 2012, S. 48)

Die Effekte von einer glücklichen Gesellschaft sind enorm. Studien zeigen, dass glückliche Menschen weniger Unfälle verursachen, effizienter arbeiten und erfolgreicher sind. Glück steigert die kognitiven Fähigkeiten, die Kreativität und erleichtert das Lernen. Auch das moralische Handeln wird dadurch verbessert. Neben diesen positiven Effekten gibt es aber auch einige negative. Eigene Missgeschicke werden situativen Fakten zugeschrieben, um das Selbstwertgefühl zu behalten. Glückliche Menschen scheinen außerdem eine größere Neigung zu Stereotypen zu haben (vgl. Schildhammer 2009, S. 93).

### 3.3 Erwartungshaltung und Bedürfnisbefriedigung - die daraus resultierende Problematik für das Glück

Vollkommenes Glück zu erleben ist in der heutigen Gesellschaft nahezu unmöglich, da die meisten Dinge als selbstverständlich betrachtet werden. Besonders bei materiellen Dingen strebt man immer weiter nach den besseren, schöneren, neueren Dingen, anstatt glücklich

mit dem zu sein, was man hat. Urlaub zählt dazu. Anstatt die freie Zeit in dem eigenen Wohnort zu verbringen, verlässt man das gewohnte Umfeld, um das Glück woanders zu finden. Doch je höhere Ansprüche man an den neuen Ort hat, desto schwieriger ist es, Wohlfühlglück und Zufriedenheit zu erlangen. Deswegen ist davon auszugehen, dass Touristen, die mit hohen Erwartungen eine Reise antreten, weniger glücklich sind, als solche, die sich überraschen lassen (vgl. Engelmann 2010, S. 72).

Zu diesem Schluss kommt man auch, wenn man den Glücksbegriff des Hellenismus betrachtet. Das Glück liegt demnach in der Befriedigung aller eigenen Bedürfnisse, die man sich selbst gesetzt hat. Man erreicht es, in dem man alles befriedigt oder die Bedürfnisse herunterschraubt. Daher besagt das hellenistische Glücksrezept, dass man sich nur Ziele steckt, die man erreichen kann (vgl. Hossenfelder 1992, S. 23).

Im Utilitarismus findet sich eine ähnliche Auffassung wieder. Glück wird erreicht mit der Befriedigung der Bedürfnisse. Allerdings wird hier zwischen aktiven und passiven Bedürfnissen unterschieden. Die passiven Bedürfnisse dienen lediglich der Selbsterhaltung und umfassen allgemeine Bedürfnisse wie Durst, Hunger etc. Wenn man diese Bedürfnisse stillt, dann resultiert daraus nicht automatisch Glück, da sie als selbstverständlich angesehen werden. Die passiven Bedürfnisse werden immer komplexer und häufig durch die Gesellschaft vorgegeben.

Die aktiven Bedürfnisse gehen über die natürlichen Bedürfnisse (passiv) hinaus und dienen der Selbstbestimmung. Hierzu zählen beispielsweise Wünsche. Wenn die aktiven Bedürfnisse gestillt werden und meist auch erst, wenn sie von der Gesellschaft wertgeschätzt werden, dann wird ein Glücksgefühl erreicht. Diese Auffassung von Glück, dass man es nur mit der Bedürfnisbefriedigung erreicht, ist kritisch zu betrachten, da es sich in diesem Zusammenhang nur auf einen einzelnen Mechanismus bezieht (vgl. Thomä 2003, S. 144ff.). Dennoch spielt die Bedürfnis – und Erwartungsbefriedigung bei Glück eine wichtige Rolle.

Glück kommt sowohl von innen als auch von außen. Die Herausforderung beim Reisen ist, dass man von vielen Außenfaktoren abhängig ist (Hotel, Fluggesellschaft, Essen etc.), die man nicht beeinflussen kann. Wenn das Essen im Hotel nicht schmeckt, kann man sich nicht selber in die Küche stellen. Dies sind Faktoren, die während der Reise unglücklich machen können. Geht man aber mit einer anderen, niedrigeren Erwartungshaltung auf die Reise, dann kann man weniger enttäuscht werden. Man kann also sein Glück bis zu einem gewissen Grad selbst in die Hand nehmen. Eine These ist, dass Individualreisende glücklicher sind, als All-Inclusive-Reisende, da sie die meisten Dinge selbst auswählen und planen und sich nicht auf Andere verlassen müssen (vgl. Engelmann 2010, S. 81).

Einer der Begründer der positiven Psychologie, Martin Seligmann, hat die Formel aufgestellt, dass sich Glücksempfinden aus Vererbung, Lebensumständen und bewussten Verhaltensweisen zusammensetzt. Glücksempfinden ist zu 50% abhängig von der Vererbung und Erziehung, zu 10% von den Lebensumständen - wie Aussehen, Reichtum, Gesundheit - und zu 40% von der bewussten Verhaltensweise, also dem, was einzig und allein von unserem Willen abhängt. Zu 40% können wir unser Glück also selbst bestimmen und dieses am besten proaktiv. Man ergreift die Initiative, sein Leben positiv zu gestalten und dazu zählt auch der Schritt, eine Reise zu planen. Da Dinge, die man freiwillig machen möchte und nicht machen muss, in den meisten Fällen glücklich machen, ist davon auszugehen, dass Reisen glücklich macht. Schließlich plant man diese selbst und unternimmt sie freiwillig (außer Geschäftsreisen). Auch in diesem Zusammenhang spielt die Erwartungshaltung wieder eine große Rolle (vgl. Engelmann 2010, S. 86ff.).

#### **4. Reiseverhalten der Deutschen**

In diesem Kapitel sollen die Grundlagen zum Reiseverhalten der Deutschen erläutert werden. Zunächst wird sich auf die Reismotive bezogen, welche entscheidend für die Glücksmessung sind. Und zwar in dem Sinne, dass sie synonym zu den Zwecken einer Reise verwendet werden können. Was war der Zweck der Reise; was war das Hauptmotiv? Da Glück die Erfüllung eines oder aller Zwecke ist, sind die Reismotive Grundvoraussetzung, um zu prüfen, ob diese während der Reise erfüllt wurden.

Darüber hinaus werden die wichtigsten Ergebnisse der Reiseanalyse 2013 wiedergegeben. Diese sollen die Grundlage für die anschließende Untersuchung bilden. So können u.a. Zielort, Mitreisende und Urlaubsart der Deutschen im Anschluss auf ihre glückstiftende Wirkung geprüft werden. Des Weiteren lässt sich hierdurch ein Vergleich ziehen, ob die Deutschen auf ihre Art reisen, weil es sie glücklich macht, oder weil es finanziell und zeitlich nicht anders möglich ist.

##### **4.1 Reismotive**

„Unter dem Begriff „Reismotive“ wird die Gesamtheit der individuellen Beweggründe verstanden, die dem Reisen zu Grunde liegen“ (Kulinat 2003, S. 98). Auf die Frage, warum Menschen reisen, gibt es genauso wenig eine konkrete und definitive Antwort wie darauf, was Menschen glücklich macht. Die Reismotive sind ebenso individuell wie die Glücksfaktoren. Dennoch wurden in den letzten Jahren immer wieder empirische Erklärungsansätze entwickelt, um die Motive der Bundesbürger herauszustellen. Die

„Reiseanalyse“ der „Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen“ befragt hierzu jährlich Reisende nach ihren Motiven. An der Spitze der Antworten liegen allgemeine psychische und physische Motive.

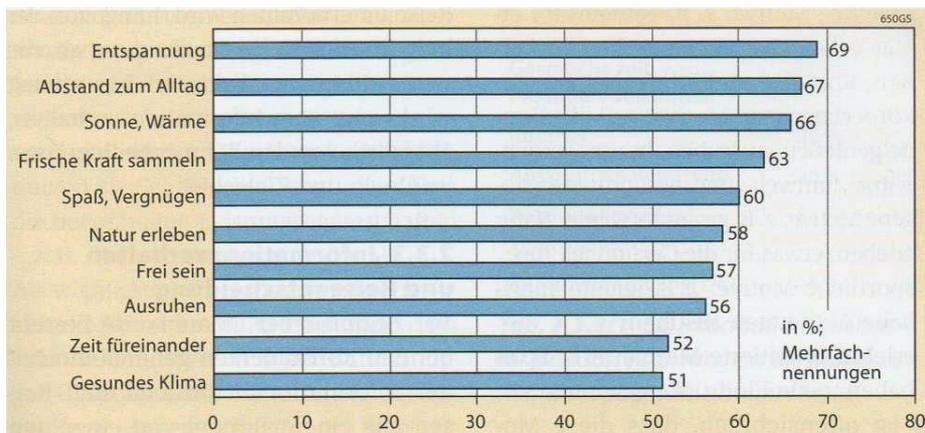


Abb. 4: Reisemotive

Wie die Grafik zeigt, bilden 2011 „Entspannung“, „Abstand vom Alltag“, „Sonne und Wärme“ und „Frische Kraft sammeln“ die vier Hauptmotive mit 69 – 63%. Diese Motivstruktur lässt schlussfolgern, dass die Hauptmotive der Reisenden darin liegen, sich von den Beanspruchungen im Arbeitsalltag zu erholen. Auf Platz fünf und sechs finden sich „Spaß, Vergnügen“ (60%) und „Natur erleben“ (58%) wieder, die eine andere Motivstruktur erkennen lassen und Abenteuer und Action in den Mittelpunkt rücken. „Zeit füreinander“ und somit ein soziales Motiv ist mit Platz neun (52%) weiter abgeschlagen. Dennoch liegen die Motive alle dicht beieinander und sind auch nicht genau trennbar. Einzelne Motive überschneiden sich oder werden kombiniert. Daher wurden bei dieser Befragung auch Mehrfachantworten zugelassen. In der aktuellen Reiseanalyse hat sich das Ranking nur minimal verändert, was erkennen lässt, dass sich die Motivstrukturen in kürzerer Zeit nicht wesentlich ändern (siehe Anhang A: Urlaubsmotive im Januar 2013).

Abgesehen von diesem Ranking lassen sich allgemeine Motivgruppen bilden, denen man die verschiedenen Erwartungen des Reisenden zuordnen kann. „Regenerative Motive“ umfassen alle Erwartungen, die dem Reisenden helfen, sich von dem (Arbeits-) Alltag zu erholen. Dazu zählen Entspannung, keinen Stress haben, frei sein, Zeit haben, Distanz zum Alltag etc. Die sozialen Erwartungen finden sich in zwei Motivgruppen wieder: „Familienbezogene Motive“, also Zeit für die Familie, Partner, Bekannte etc. zu haben und „gesellige Motive“, also neue Leute kennenlernen, etwas gemeinsam erleben, Kontakt zu Einheimischen etc.. Sonne genießen, braun werden, ausruhen etc. lassen sich den „körperbezogenen Motiven“ zuordnen und „sportliche Motive“ umfassen alle sportlichen Aktivitäten während des Urlaubs. Die Natur erleben, etwas für die Gesundheit tun und gesundes Klima sind Erwartungen, die man den „Natur-Umwelt- und Gesundheitsbezogenen

Motiven zuordnen kann. Auch das Erleben im Urlaub, Spaß haben, neue Eindrücke gewinnen, finden sich in der Motivgruppe „erlebnisorientierte Motive“ wieder (vgl. Steinecke 2011, S.46ff.).

Eine ähnliche, etwas gröbere Unterteilung der Motive in Gruppen hat Freyer (2009, S. 73) beschrieben. Er unterteilt in fünf Motivgruppen:

- „(1) Motive der physischen und psychischen Entspannung und Erholung: „abschalten“, „frei sein, tun und lassen, was man will“,
- (2) Motive der Abwechslung und des körperlichen Ausgleichs: „Tapetenwechsel“, „viel Erleben“, „Sport, Bewegung“ („Aktivurlaub“),
- (3) Bedürfnisse nach Kommunikation, Kontakten und Geselligkeit: mit Bekannten, Familie oder neuen Leuten (Mitreisende und Einheimische),
- (4) Bedürfnisse des Entdeckens und der Bildung: „Neue Eindrücke“, „Andere Länder“, „Kultur und Bildung“,
- (5) Natur erleben, Wetter: Sonne, reine Luft, Naturerlebnis“

Wie man an diesem Ranking und den Motivgruppen sehen kann, gibt es verschiedene Motive, die ein Reisender haben kann. Ob das Hauptmotiv Entspannung, Erlebnis oder Zeit füreinander ist, diese Entscheidung trifft jeder Reisende für sich.

Wenn man diese detaillierten Gruppierungen außen vor lässt, dann lassen sich in den theoretischen Ansätzen der Motivforschung die Reismotive vereinfacht in zwei gegensätzliche Pole unterteilen. Die „Weg–von“–Motivation und die „Hin–zu“–Motivation. Bei der „Weg–von“–Motivation, liegt das Motiv zum Reisen in der Gegenwelt zum Alltag. Man möchte den Anforderungen zu Hause entfliehen und sucht Entspannung, Ablenkung und Freiheit. Diese Motivation kann auch mit der Fluchttheorie nach Hennig (1997) gleichgesetzt werden, die besagt, dass Reisen eine Flucht aus den Zwängen ist (vgl. Kulinat 2003, S. 99). Bei der „Hin–zu“–Motivation möchte der Reisende sich auf der Reise verwirklichen und etwas erleben. Er strebt nach neuen Eindrücken, sozialen Kontakte und Aktivitäten.

Diese beiden Motive beinhalten jedoch nicht den mehrdimensionalen Charakter der Urlaubsreisemotivation und sind daher nicht so geeignet. Jemand, der auf der Reise gerne etwas erleben möchte, kann dennoch aus dem Alltag fliehen wollen. Hier wird die Anwendung der Kombination und Überschneidung der Motive nicht berücksichtigt, wie es bei den Motivgruppen der Fall ist (vgl. Steinecke 2011, S. 46ff.).

In diesem Kapitel wurde sich auf das freizeitbezogene Reisen bezogen und andere Motive wie Geschäftsreisen ausgeschlossen. Auch andere Ansätze, wie z.B. Touristen als Pilger,

Reisetriebe, die Konformismustheorie etc. werden in dieser Arbeit nicht weiter beschrieben, da sie für den weiteren Verlauf unerheblich sind (vgl. Kulinat 2003, S.98).

Die Untersuchung dieser Arbeit wird sich ausschließlich an den beschriebenen Motivgruppen und den Motiven der Reiseanalyse bedienen und diese auf das Glücksgehalt prüfen.

#### **4.2 Ergebnisse der Reiseanalyse 2013**

Die wichtigsten Ergebnisse über das Reiseverhalten des Vorjahres werden jährlich in der Reiseanalyse der FUR (Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen e.V.) zusammengetragen. Im Folgenden wird sich auf das Reiseverhalten der Deutschen, also den deutschen Bürgern und deutschsprachigen Ausländern in Deutschland bezogen. Ist die Rede von Urlaubsreisen, dann ist eine Mindestaufenthaltsdauer von 5 Tagen gemeint, ansonsten handelt es sich um eine Kurzurlaubsreise. Alle Daten stammen aus der Reiseanalyse 2013 und sollen kurz aufgelistet werden:

Die Urlaubsreiseintensität (Anteil der erwachsenen einheimischen Bevölkerung ab 14 Jahre, die jährlich mindestens eine Urlaubsreise von 5 Tagen unternehmen (vgl. Steinecke 2011, S.33)) lag 2012 bei 76,3%. Die Kurzurlaubsreiseintensität hingegen bei 56%. 30,7 Millionen Deutsche unternahmen sowohl eine Urlaubsreise, als auch eine Kurzurlaubsreise. Insgesamt 22,9 Millionen unternahmen nur eine Urlaubsreise und 5,6 Millionen nur eine Kurzurlaubsreise wohingegen 11 Millionen überhaupt keine Reise unternommen haben (siehe Anhang A: Urlaubsreisende und Kurzurlaubsreisende).

Das beliebteste Reiseziel der Deutschen ist und bleibt Deutschland. 31% verreisen innerhalb Deutschlands, 35% ans Mittelmeer und 34% in den Rest der Welt. 9 Millionen Urlaubsreisen gehen nach Spanien (Platz 2), 5,8 Mio. nach Italien (Platz 3), 5,1 Mio. in die Türkei (Platz 4) und 3,8 Mio. nach Österreich (Platz 5) (siehe Anhang A: Top 10–Urlaubsländer). In Deutschland sind die beliebtesten Reiseziele Bayern, Mecklenburg–Vorpommern, Niedersachsen, Schleswig–Holstein und Baden–Württemberg.

Die Gesamtausgaben für die Urlaubreisen betragen 2012 rund 63,3 Mrd. Euro und 20,1 Mrd. Euro für Kurzurlaubsreisen. Die durchschnittlichen Ausgaben pro Reise und Person lagen bei 914 Euro für Urlaubsreisen und 253 Euro für Kurzurlaubsreisen (siehe Anhang A: Ausgaben Urlaubsreisen und Kurzurlaubsreisen).

Die meisten Deutschen buchen Ihre Urlaubsreise nach wie vor im Reisebüro (34%). Häufig wird auch die Unterkunft direkt gebucht (29%). Ein Anstieg ist besonders bei der Buchung über das Internet zu erkennen (15%) im Unterschied zu 2005 (7%) (siehe Anhang A: Buchungsstellen der Urlaubsreisen). Die Buchung von Pauschalreisen ist nach wie vor

beliebt, besonders für Reisen ins Ausland (49%). Im Inland wird meist die Unterkunft direkt gebucht (51%) (siehe Anhang A: Reiseorganisation).

Beliebteste Monate zum Reisen sind August, Juli und September. Somit verreisen die meisten Deutschen im Sommer (48%). Im Herbst verreisen 23% und im Frühjahr 20%. Eher unbeliebt für Urlaubsreisen ist der Winter mit 9%. Die durchschnittliche Reisedauer beträgt 13,5 Tage und weist eine fallende Tendenz auf. Die meisten Deutschen bleiben im Urlaub bis zu 12 Tage (46%) (siehe Anhang A: Reisedauer der Haupturlaubsreise).

46% und somit fast jeder zweite verreist gerne zu zweit. Unter 13% reisen lieber allein, zu dritt oder mit mehr als 5 Personen. Die durchschnittliche Anzahl der Reisebegleitung beträgt 3,2. Davon reisen 2,1 Familienmitglieder und 1,1 Freunde mit (siehe Anhang A: Reisebegleitung).

Das Auto bleibt das beliebteste Verkehrsmittel für die Urlaubsreise (47%), nähert sich aber dem Flugzeug an (37%). Bus und Bahn bleiben mit 7,7% und 5,2% konstant (siehe Anhang A: Verkehrsmittel). Die meisten Deutschen verbringen ihren Urlaub in einem Hotel/ Gasthof (46%), gefolgt von einer Ferienwohnung/-haus (24%). 12% kommen bei Verwandten unter (siehe Anhang A: Unterkunft).

42% der Deutschen machen einen Strand-/Bade-/Sonnenurlaub, 36% einen Ausruhurlaub und 26% Familien - Ferien. Einen Natururlaub unternehmen 25% und einen Erlebnisurlaub 21% (siehe Anhang A: Urlaubsreiseart).

2012 wurden 86,7 Millionen Kurzurlaubsreisen unternommen. Davon waren 76% Inlandsreisen und davon gingen 43% in Städte. Beliebteste Städte sind hierbei Berlin, Hamburg, München, Dresden und Köln.

Diese Auswahl der Ergebnisse über das Reiseverhalten der Deutschen von 2012 soll als Grundlage für die spätere Untersuchung dienen. Mit dem Wissen, wann, wohin, mit wem etc. die Deutschen reisen, kann verglichen werden, ob sie dieses auch glücklich macht oder ob andere Faktoren wie Geld und Zeit bedeutender für die Reiseentscheidungen sind.

## **5. Veröffentlichte Studien über das Glück des Reisens**

Es gibt bisher wenige Untersuchungen, die Zusammenhänge zwischen Reisen und Glück hergestellt haben. Der Forscher Ruut Veenhoven aus den Niederlanden zählt zu den Bekannteren, die sich damit auseinander gesetzt haben.

Im Folgenden werden zwei Studien vorgestellt, die Aussagen über das Glücksniveau von Reisenden und die Quellen des Glücks für Reisende, treffen. Über die zweite Studie gibt es leider keine näheren Angaben zum methodischen Vorgehen, daher ist ihr wissenschaftlicher Gehalt umstritten.

### **5.1 Reisende sind glücklicher**

Eine Studie von Jeroen Nawjun, Miquelle A. Marchand, Ad J. Vingerhoets und Ruut Veenhoven (2010) zeigt, dass Reisende aus den Niederlanden glücklicher sind als Nicht – Reisende. Dafür wurden 1530 Niederländer befragt. 974 der Befragten waren Reisende, die Fragen über ihren Glücks - Status vor und nach der Reise beantworten mussten. Eine Reise wurde für diese Befragung wie folgt definiert: Um als Reisender anerkannt zu werden, mussten die Befragten zu einem Ort reisen und dort länger als einen Tag und weniger als ein Jahr bleiben. Der Ort musste außerhalb ihres gewöhnlichen Umfeldes liegen und das Reisemotiv nicht aus dienstlichen Verpflichtungen bestehen. Die Befragung fand in mehreren Wellen statt. Die erste Befragungsrunde umfasste alle Teilnehmer, um herauszufinden, wer noch eine Reise unternehmen wird und wann. 556 der Befragten haben ihren Alltag wie gewohnt weitergeführt und keine Urlaubsreise unternommen. Diejenigen, die eine Reise unternommen haben, wurden anschließend nach der Reise nochmals befragt. Alle Teilnehmer befanden sich in einem Panel des Marktforschungsinstituts CentERdata, das für die niederländische Bevölkerung repräsentativ ist. Das Durchschnittsalter der Befragten lag bei 50 Jahren und das durchschnittliche Monatsnettoeinkommen bei 2420€. 35% hatten einen höheren Abschluss, 51% einen bezahlten Job und 21% waren im Ruhestand. 52% der Befragten waren Männer und 74% in einer Ehe oder Beziehung. Ziel der Befragung war es, herauszufinden, ob Reisende glücklicher sind als Nicht – Reisende, ob Urlaub Glück fördert und wenn ja, wie lange es anhält.

Zur Methodik der Fragestellung nach der Reise ließ sich nur herausfinden, dass immer ein positiver Item (Indikator) und zwei negative Items abgefragt wurden. Der Durchschnitt der beiden negativen Items wurde dann mit dem positiven verglichen. Diese Methode lässt sich auf die „Affekt-Balance-Skala“ zurückführen (siehe Abschnitt 7.1). Beispielsweise handelte es sich bei den positiven Fragen um „glücklich sein“ und „zufrieden sein“ und bei den negativen um „unglücklich sein“, „traurig und deprimiert sein“. Als Antwortmöglichkeiten wurden dann zeitliche Angaben befragt: „niemals“, „fast nie“, „manchmal“, „sehr oft“, „immer“. Außerdem wurde nach der Länge der Reise gefragt und nach dem Stressgehalt.

Um herauszufinden, wie lange das Glück nach der Reise anhält, wurden verschiedene Reisende zu unterschiedlichen Zeiten gefragt, wie lange die Reise her ist. Als Antwort konnte

gegeben werden: „immer noch im Urlaub“, „weniger als eine Woche“, „weniger als zwei Wochen“, „weniger als drei Wochen“, „weniger als vier Wochen“, „weniger als sechs Wochen“ und „weniger als acht Wochen“.

Das Ergebnis war, dass Reisende glücklicher sind als Nicht – Reisende. Das Glückslevel ist höher bei Menschen, die kurz vor einer Reise stehen, als bei Menschen, die zu Hause bleiben. Dies ist mit der Vorfreude zu erklären. Das Glückslevel nach der Reise ist aber nicht signifikant höher als bei den Menschen, die zu Hause geblieben sind. Lediglich zwei Wochen haben Reisende von ihrer Reise profitiert - aber auch nur, wenn sie besonders entspannend war. Ein Zusammenhang mit der Reisedauer wurde nicht festgestellt (vgl. Veenhoven 2010).

Eine andere Studie in Deutschland zeigt ähnliche Ergebnisse. Bei der Studie „How long do you benefit from vacation? A closer look at the fade-out of vacation effects“ von Kühnel und Sonntag (2010) standen die Auswirkungen eines Arbeitsurlaubes im Mittelpunkt. Dabei war irrelevant, ob eine Reise unternommen oder ob zu Hause geblieben wurde. Lediglich die freie Zeit abseits der Arbeit stand im Fokus. Bei dieser Studie wurden 131 Lehrer einmal vor dem Arbeitsurlaub und dreimal danach befragt. Auch hier zeigte sich, dass die Wohlfühlindikatoren nach dem Arbeitsurlaub schnell wieder auf das Level vor dem Arbeitsurlaub zurückkehren (vgl. Kühnel/Sonntag 2011). Diese Studie zeigt also auch, dass das Glückslevel durch einen Urlaub, egal ob zu Hause oder verreist, nicht langfristig anhält.

Gründe hierfür scheinen in der sofortigen Arbeitsaufnahme nach der Reise zu liegen. Man kehrt sofort wieder in den Alltag zurück. Wenn die Reise vorbei ist, fällt der Reisende zurück auf das Glückslevel des Nicht-Reisenden. Daher sind Menschen, die eine Reise planen, glücklicher und somit ist der Reisende glücklicher, als der Nicht – Reisende. Dabei spielt das Glückslevel während der Reise in dieser Analyse eine untergeordnete Rolle. Jedenfalls werden hierüber keine weiteren Aussagen getroffen (vgl. Veenhoven 2010).

Auch wenn das Glück nicht dauerhaft anhält, steht fest, dass Reisende glücklicher sind. Doch was Reisende glücklich macht und welche Reiseform sie am glücklichsten macht, bleibt in dieser Untersuchung offen.

## **5.2 Glücksformel für das Reisen der Engländer**

Eine Marktanalyse des Online - Portals „Skyscanner“ hat die Komponenten einer Reise herausgefunden, die die Engländer glücklich machen. Dazu wurden 2010 1.000 Engländer nach ihrer Zufriedenheit mit ihrem Urlaub befragt. Unterkunft, Essen, Wetter, Fluglänge,

Aufenthaltsdauer, Reisemotivation, Reisebegleitung und der Planungsprozess standen hierbei im Mittelpunkt der Befragung. Angaben zur Methodik wurden nicht getroffen.

Aus den Ergebnissen hat der britische Psychologe Cliff Arnall die Formel für das Urlaubsglück abgeleitet: **G = (Z x P) + M + U + W + R + (E - V)**

„G“ steht für das gesamte Glücksbefinden während der Reise. „Z“ für zwischenmenschliche Beziehungen. Damit ist das Auskommen der Reisenden untereinander gemeint, sowie das Kennenlernen von neuen Leuten. „P“ für Planung umfasst alle Aspekte von der Recherche bis zum Abschluss. „M“ für Motivation steht für den Grund der Reise, bspw. ein Ort, den man immer mal sehen wollte. „U“ für Unterkunft beinhaltet sowohl Sauberkeit, Komfort, Lage und Qualität des Essens. „W“ für Wetter, damit ist angemessenes Wetter für den Ort gemeint, sowohl Schnee als auch Sonnenschein, Hitze oder mildere Temperaturen. „R“ für Reflexion steht für das Verarbeiten des Erlebten und den Abstand vom Alltag. „E“ steht für Entfernung und „V“ für Verspätung bei der An – und Abreise, welches den Urlauber stressen könnte.

69% der Befragten gaben an, dass sie sehr glücklich während ihrer letzten Reise waren. Arnall nennt hierfür die Gründe, dass der Abstand zum Alltag und die Entspannung im Mittelpunkt der Motivation stehen. Dass Reisen glücklich macht, ist bereits bekannt. Doch welche Reiseform die Engländer am glücklichsten macht, wird nun durch diese Analyse herausgestellt:

Engländer sind glücklicher, wenn sie ins Ausland reisen und je weiter weg, desto glücklicher sind sie. Dies zeigt die Rangliste der glücklichbringendsten Reisedestinationen. Unter den Top Ten finden sich allein sechs Destinationen, die auf anderen Kontinenten liegen: Australien (1), Kanada (2), Südafrika (3), Indien (4), Thailand (6) und die USA (7). Zu begründen ist dies damit, dass es meist als etwas Besonderes angesehen wird in ein fernes Land zu reisen und dies einen längeren Aufenthalt bedarf. Daher lässt sich hieraus schlussfolgern, dass längere Reisen glücklicher machen.

Außerdem zeigt die Studie, dass Engländer, die mehr als 3.000 Pfund für ihre Reise ausgeben, glücklicher sind. Hier ist aber wieder ein Zusammenhang zwischen der Entfernung und der Länge der Reise zu erkennen, da dieses teurer ist.

Engländer, die mit Freunden, Familie oder Partner reisen oder auf der Reise neue Leute kennenlernen und Kontakt zu den Einheimischen haben, sind ebenfalls glücklicher. Wenn die Unterkunft sauber, bequem und in einer guten (für den Reisenden entscheidenden) Lage ist, dann stimmt es den Engländer glücklicher. Dieser Aspekt hängt aber auch eng mit den Erwartungen an die Unterkunft zusammen. Da der Engländer überwiegend schlechtes Wetter gewohnt ist, spielt für ihn das Wetter eine entscheidende Rolle. Hier geht die Tendenz zu Sonnenschein.

Ein interessanter Aspekt dieser Untersuchung ist, dass ein erfolgreicher Planungsprozess im Vorhinein und das Mitteilen über die bevorstehende Reise an andere glücklich macht. Daher sind Engländer, die die Reise weit im Voraus planen, am glücklichsten, da sie länger Zeit haben, sich auf etwas zu freuen (vgl. Skyscanner.net und merkur online 2010).

Ob diese Glücksformel für die Weltbevölkerung insgesamt übernommen werden kann oder nur auf den Engländer zutrifft, bleibt zu hinterfragen. Es ist davon auszugehen, dass solche Studien über die Ländergrenzen nicht zu vergleichen sind, da in jeder Sprache das Wort glücklich anders ausgelegt wird (vgl. Thomä, 2003, S.154). Wie bereits erläutert, unterscheiden andere Länder das Glücksempfinden allein in der Auswahl der Worte. Da Glück in gewissem Maß mit der Bedürfnisbefriedigung zusammenhängt, entstehen auch hier Schwierigkeiten mit dem Vergleich zwischen einzelnen Ländern. Andere Kulturen und Länder haben oft unterschiedliche Bedürfnisse (vgl. Veenhoven 2011, S. 398).

## **6. Methodik der eigenen Untersuchung**

Bei der Untersuchung wurde sich für eine quantitative Befragung entschieden, da so möglichst viele Menschen erreicht werden können. Die quantitative Forschung ist bei der Glücksforschung eine gängige Methode. Daher werden in diesem Kapitel zunächst verschiedene Messmethoden der Glücksforschung allgemein wiedergegeben und daraus resultierend die Messmethoden für diese Arbeit erläutert.

Im nächsten Schritt wird der Aufbau des Fragebogens erklärt, da es von Bedeutung ist, dass ein standardisierter Fragebogen bei allen Befragten verwendet wird.

Auch die Gütekriterien, die Auswahl der Stichprobe und die Form der Befragung sollen in diesem Kapitel kurz erläutert werden.

Abschließend finden sich Angaben zur allgemeinen und in dieser Forschung auftretenden Problematik.

Die folgenden beschriebenen Strategien der Methoden wurden in Anlehnung an die Glücksforschung, Raithel (2006) sowie Seitz und Meyer (2006) erarbeitet und umgesetzt.

### **6.1 Methodik zur Messung von Glück**

Wenn man davon ausgeht, dass Glück im engem Zusammenhang mit der Zufriedenheit mit dem eigenen Lebens steht, wie es in vielen Definitionen Anklang findet, dann ist auch davon auszugehen, dass jeder weiß, ob und wann er glücklich ist/war. Menschen können Erlebtes reflektieren und kognitiv bewerten – egal, wie lange es zurück liegt. Glück ist etwas, das

jeder kennt und verinnerlicht hat, daher lässt sich dieses auch messen (vgl. Veenhoven 2011, S. 397).

Es gibt verschiedene Methoden zur Glücksmessung. Im Wesentlichen unterscheidet man zwischen objektiven Verfahren (z.B. Bezug auf Einkommen) und subjektiven Verfahren. Für die in dieser Arbeit anstehende Untersuchung wird das subjektive Verfahren verwendet. Hierbei spielt die Selbsteinschätzung der Befragten eine übergeordnete Rolle. Da Glück sehr subjektiv ist, ist diese Methode gut geeignet, weil die Befragten aus der subjektiven Perspektive bewerten (vgl. Schildhammer 2009, S. 94).

Brauchbare Ergebnisse kann bereits die „Ein-Item-Methode“ liefern. Hier werden verschiedene Situationen nach ihrem Glücksgehalt abgefragt. Auf einer Skala muss der Befragte angeben, ob er „sehr glücklich“, „etwas glücklich“ oder „nicht so glücklich“ ist. Kritisiert wird bei dieser Methode allerdings die niedrigere Reliabilität. Für geeigneter angesehen wird die „Zwei-Item-Methode“. Hierbei wird sowohl die Intensität als auch die Häufigkeit abgefragt. Ergänzend zu der „Ein-Item-Methode“ muss der Befragte prozentual angeben, wie glücklich, neutral oder unglücklich er sich in einer gewissen Zeitspanne gefühlt hat (vgl. ebd.).

Häufig Anwendung findet die „Affekt-Balance-Skala“, die positive und negative Items abfragt (vgl. ebd.). Diese wurde auch in der Untersuchung in den Niederlanden (siehe Abschnitt 5.1) verwendet und kann unterschiedlich ausgelegt werden. Dabei können die negativen und positiven Items mit Zeitangaben abgefragt werden oder nach Einschätzung. Der Befragte hat sich z.B. „sehr oft“, „weniger oft“ oder „nie“ glücklich/gestresst/unglücklich gefühlt. Oder der Befragte bewertet sein Glücksniveau wie folgt: „sehr glücklich“, „neutral“, „sehr unglücklich“ (vgl. Frank, 2013, S. 38ff.).

Weltweit eingesetzt wird das „Oxford-Glücksinventar“- Verfahren. Dieses umfasst mehrere Items und besteht aus drei Komponenten: „1) Häufigkeit und Intensität positiver Affekte (etwa Freude); 2) durchschnittliche Lebenszufriedenheit über einen bestimmten Zeitraum hinweg; 3) Abwesenheit negativer Affekte (zum Beispiel Angst, Depressionen)“ (Schildhammer 2011, S. 94).

Für die Erstellung des Fragebogens in dieser Arbeit wurde sich an den verschiedenen Methoden bedient und eine Mischform gebildet. Da bei den oben genannten Methoden überwiegend die allgemeine Lebenszufriedenheit bzw. die Glückseinschätzung der Befragten insgesamt mit allen Lebenskomponenten über längere Zeiträume abgefragt werden, konnte keine der Methoden detailgenau auf die spätere Untersuchung in dieser Arbeit übertragen werden. Das Besondere an der späteren Untersuchung ist, dass sich bei

der Befragung nur auf einen speziellen Zeitraum bezogen wird und auch nur eine Lebenskomponente abgefragt wird, nämlich die des Reisens. Daher fiel z.B. eine Frage zur durchschnittlichen Lebenszufriedenheit bereits weg.

Eine Befragung nach der „Ein-Item-Methode“, bei der nur nach dem allgemeinen Glückslevel gefragt wird, war für die anstehende Forschung nicht ausreichend. Daher sollten Komponenten aus der „Zwei-Item-Methode“, der „Affekt-Balance-Skala“ und dem „Oxford-Glücksinventar-Verfahren“ verwendet werden. Es ist also sowohl eine Frage dazu enthalten, wie das allgemeine Glückslevel während der Reise eingeschätzt wird, als auch eine Frage zur Häufigkeit. Die Häufigkeitsabfrage wurde wie bei der „Zwei-Item-Methode“ formuliert und prozentual abgefragt. Fragen zur Intensivität wurden mit drei Fragen zum Thema „Glücklich sein“, „Wohlfühlen“ und „Zufrieden sein“ in Form von Skalen abgedeckt. Wie bei der „Affekt-Balance-Skala“ wurden negative Items in die Befragung mit eingebracht. Dabei wurde sich für die Abfrage von „unglücklich“ und „gestresst“ sein entschieden. Bei der Frage zum „unglücklich sein“ war die Häufigkeit und Intensivität nicht so wichtig, da der Schwerpunkt auf dem Glück liegen sollte. Die Frage zum „Stress“ war entscheidender. Genau wie Glück ist Stress ein subjektives Empfinden. Jeder empfindet andere Dinge als stressig und so kommt es dazu, dass 40% von Befragten in Umfragen angeben, dass sie oft im Stress sind. Die Rede ist hier von negativem Stress, dem sogenannten Distress (vgl. Engelmann 2010, S. 47f.). Stress ist ein wesentliches Glückshemmnis. Deshalb haben Befragte, die immer oder oft im Stress sind, ein niedrigeres Zufriedenheitsniveau als nicht gestresste Personen (vgl. Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 102).



Abb. 5: Subjektive Lebenszufriedenheit/Stress (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 102)

Für die Untersuchung wurden diese verschiedenen, soeben beschriebenen Methoden verwendet, um für die Umfrage möglichst aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten. Da Glück in verschiedenen Formen auftreten kann und verschiedene Facetten hat, wurden diese bei der Messung von Glück in der Fragestellung berücksichtigt. Es finden sich Fragen zur Zufriedenheit, zum Wohlfühlglück und zu den Glücksmomenten wieder. Fragen zur Glückseligkeit wurden absichtlich ausgelassen, da diese Facette von Glück nach jetzigem Forschungsstand nicht während des Reisens auftritt.

## **6.2 Aufbau des Fragebogens**

Die Entwicklung des Fragebogens (siehe Anhang B: Fragebogen) verlief über einen Zeitraum von zwei Wochen. Nachdem durch die rein qualitative Inhaltsanalyse das Verständnis für Glück gefestigt wurde und geklärt wurde, wie man Glück am besten messen kann, musste dies auf die Erstellung des Fragebogens übertragen werden. Es stellte sich die Frage, wie das Glück des Reisens am besten zu messen ist. Sinn dieser Umfrage ist herauszufinden, welche Reiseform Deutsche am glücklichsten macht. Es erscheint in diesem Zusammenhang am sinnvollsten, die Reiseformen mit den Fragen zur Messung von Glück zu kreuzen. Da in der Reiseanalyse jedes Jahr die verschiedenen Reiseformen nach ihrer Häufigkeit abgefragt werden, wurde sich dieser in etwas abgeänderter Form bedient. Die ersten Fragen im Fragebogen beziehen sich also rein auf die letzte Reise und fragen Ähnliches wie die Reiseanalyse ab.

Die Frage zum Hauptzweck der Reise ist bewusst gewählt - da Glück laut der aufgegriffenen Definition - die Erfüllung des Zwecks ist. Daher finden sich hier, angelehnt an die Gruppen der Urlaubsmotive aus der Reiseanalyse 2013 (siehe Anhang A: Gruppe von Urlaubsmotiven), zwei Fragen zu diesem Thema.

Persönlichkeitsmerkmale und die allgemeine aktuelle Stimmung können sich auf die Antworten der Befragten auswirken. Glückliche Menschen sind allgemein positiver gestimmt als unglückliche und Neurotiker schätzen negative Emotionen stärker ein. „Wer freundlich, originell, kommunikativ, verzeihend und gründlich ist, ist wahrscheinlich auch glücklicher. Nervosität und Pessimismus sind hingegen wenig zuträglich für das persönliche Glück“ (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 11). Daher wurde in den Fragebogen auch eine Frage zur allgemeinen Einstellung der Befragten formuliert, um zu sehen, ob diese eher Pessimisten oder Optimisten sind. Daran kann (muss aber nicht) bei der Auswertung abgeleitet werden, wie realistisch die Antworten sind. Diese Frage wird zeigen, ob pessimistische Personen während der Reise unglücklicher sind als optimistische.

Wie in Abschnitt 3.3 erwähnt, ist die Erwartungshaltung, mit der eine Person die Reise antritt, bis zu einem gewissen Grad entscheidend dafür, wie glücklich und zufriedenstellend die Reise für den Befragten ausfallen kann. Es gibt demnach eine Frage, die dazu dienen soll, herauszufinden ob Personen mit hoher Erwartung während der Reise nicht so glücklich wie Personen mit niedriger Erwartung sind.

Im Anschluss finden sich die Fragen zur Glücksmessung wieder. Der Grund für diese Auswahl wurde bereits unter Abschnitt 6.1 geklärt. Hier wurden überwiegend Skalen verwendet. Auf eine reine Zahlenskala nach Noten wurde verzichtet, da hier häufiger das Problem auftritt, dass sich die Befragten aus Unsicherheit fehlerhaft einstufen (vgl. Glatzer 1992, S. 53). Außerdem ist es gängig, dass in der Glückforschung Zehner-Skalen verwendet werden.

Bis zum jetzigen Zeitpunkt des Fragebogens kann ohne Weiteres durch Kreuzungen herausgefunden werden, welche Reiseform am glücklichsten macht. Da bei der Entscheidung zur einer Reise und der Planung aber viele Außenfaktoren, wie Geld und Zeit mit eine Rolle spielen, soll in einem weiteren Kapitel des Fragebogens abgefragt werden, welche Reisekonstellation die Befragten wählen würden, wenn die Verfügbarkeit von Geld und Zeit keine Rolle spielen würde. Hierzu wurden neun weitere Fragen formuliert.

Die allgemeinen demografischen Angaben finden, wie in jeder empirischen Forschung, ihre Anwendung zum Schluss und werden ergänzt durch das Einkommen. Glück lässt sich an subjektiven Daten ablesen, aber auch an objektiven. Die meisten Studien bedienen sich daher beidem (vgl. Thomä 2003, S. 157ff.).

Es wurde auf die Abfrage der genauen Herkunft mittels Postleitzahl verzichtet, da diese Ergebnisse irrelevant für die Forschung sind. Stattdessen findet sich eine Frage zur Kategorisierung des Wohnortes wieder. Damit kann geprüft werden, ob Menschen, die in einer Kleinstadt wohnen, glücklicher reisen, als Menschen aus der Großstadt. Auch der Berufsstand wurde auf Ausbildung, Erwerbstätigkeit und nicht Erwerbstätigkeit reduziert, da lediglich entscheidend ist, ob der Befragte arbeitet oder nicht.

Auf Fragen zur Auswirkung der Reise auf das Glücksempfinden im Alltag wurde verzichtet, da in anderen Studien bereits bewiesen wurde, dass dieses nicht langfristig anhält.

Der Fragebogen umfasst 38 Fragen. Er ist durchgängig gestaltet, aber - wie oben beschrieben - inhaltlich in etwa in vier Abschnitte gegliedert: Reiseverhalten, Glücksfragen, Glücksreisekonstellation und demographische Angaben. Da es sich überwiegend um geschlossene Fragen handelt, sollten Befragte bei der Beantwortung zügig durch den Fragebogen finden. Auf zu viele offene Fragen wurde bewusst verzichtet, da diese die

Auswertung schwieriger gestalten. Auch die Formulierung der Fragen wurde simpel gehalten.

### **6.3 Auswahl der Stichprobe und Erhebungsmethode**

Die Auswahl der Stichprobe gestaltete sich in diesem Fall schwieriger. Zunächst muss die Grundgesamtheit bestimmt werden. Es wäre von Vorteil gewesen, wenn es ein bundesweites, repräsentatives Telefoninterview von mind. 1000 Deutschen gegeben hätte, da das Thema Glück bundesweit alle sozialen Schichten und Altersklassen betrifft. Leider war dies aus finanziellen Gründen nicht möglich. Daher musste die Grundgesamtheit anders definiert werden. Ziel war es, mindestens 200 – 300 Deutsche aus allen Altersklassen und sozialen Schichten über Reiseforen zu erreichen.

Grundvoraussetzung für die Befragungsteilnahme war das Alter von mindestens 16 Jahren und das Reisen. Jeder Befragte musste in seinem Leben, unabhängig wie lange es zurückliegt, mind. einmal verreist sein. Eine Reise wurde in dieser Untersuchung als eine länger als einen Tag dauernde Abwesenheit vom gewohnten Wohn – oder Arbeitsumfeld definiert. Geschäftsreisen wurden in dieser Befragung ausgeschlossen.

Die Form der Befragung fand schriftlich und internetgestützt auf einem Websurvey statt. Vorteile liegen hierbei in der Autoaktivierung der Teilnehmer und der zeitlichen und ortsunabhängigen Befragungsmöglichkeiten (vgl. Seitz und Meyer 2006, S.134ff.). Mit Hilfe des Internetportals „soci survey“ wurde der standardisierte Fragebogen an Einzelpersonen über verschiedene Verteiler geschickt. Der Hauptweg waren Reiseforen im Internet und auf Facebook (siehe Anhang C: Liste der Foren im Internet). In den Reiseforen wurde gewährleistet, dass ausschließlich Reisende erreicht werden. Mit der Auswahl der Reiseforen sollte weitestgehend sichergestellt werden, dass alle Bundesbürger die gleichen Chancen hatten auf den Fragebogen Zugriff zu bekommen. Dies ist jedoch allein durch die Internetnutzung nicht zu 100% möglich.

Bevor der Fragebogen über die Foren verteilt wurde, wurde in der Entwicklung ein Pre-Test durchgeführt. Insgesamt sieben Personen haben den Bogen im Vorhinein vollständig durchgearbeitet und Anmerkungen gegeben, die dann in der finalen Fassung des Fragebogens berücksichtigt wurden. Neben wenigen Verständnisfragen, gab es einige stilistische Fehler, die umformuliert werden konnten.

## 6.4 Gütekriterien

„Messungen sollen möglichst *objektiv*, *zuverlässig* und *gültig* sowie des Weiteren für die praktische Durchführung *ökonomisch*, *vergleichbar* und *nützlich* sein“ (Raithel 2008, S. 44).

Es ist wichtig, dass das Messinstrument, in diesem Fall der standardisierte Fragebogen, einen hohen Grad an Objektivität zulässt. Hierbei ist die Durchführungsobjektivität besonders entscheidend. Das heißt, dass egal wer diesen Bogen zur Befragung benutzt, die gleichen Ergebnisse bei dem Interviewten erzielt (vgl. Ders., S. 45). In diesem Fall fand dies über ein Online – Portal statt. Der Fragebogen ist außerdem so gestaltet, dass die Fragen nicht anders interpretiert oder subjektiviert werden können. Er ist objektiv formuliert.

Die Reliabilität, also die Zuverlässigkeit, bzw. Verlässlichkeit, ist ebenfalls bei diesem Fragebogen gegeben. Das heißt, dass bei einer Wiederholung mit dem gleichen Instrument, vergleichbare Werte geliefert werden (vgl. Ders., S.46).

Bei der Glücksforschung kommt es am häufigsten zu Problemen bei der Validität, also der Gültigkeit. Misst das Instrument tatsächlich das, was gemessen werden soll? (vgl. Ders., S. 47). Da Glück eine individuelle und subjektive Empfindung ist, kann es dazu kommen, dass Befragte ihr Glücksniveau anders auslegen, als es eigentlich der Fall ist. Mit der präzisen Formulierung der Fragen sollte dieses Problem aber weitestgehend umgangen werden.

Die Nebengütekriterien „ökonomisch“, „vergleichbar“ und „nützlich“ werden in dieser Untersuchung soweit erfüllt, dass der Fragebogen vergleichbar mit anderen Untersuchungen der Glücksforschung und der Reiseverhaltensforschung ist, da sich an den Fragestellungen orientiert wurde. Außerdem sollten die Ergebnisse nützlich sein, da es zuvor noch keine vergleichbare Studie in Deutschland gab.

Die Repräsentativität konnte in dieser Untersuchung nur gewährleistet werden, indem die Grundgesamtheit minimiert wurde und über Reiseforen die Zielgruppe für den Fragebogen versucht wurde zu erreichen. Dabei sollten möglichst gleichermaßen alle sozialen Schichten und Altersklassen abgedeckt werden.

## 6.5 Mögliche und auftretende Probleme bei der Durchführung und Messung

„Trotz aller seriös gemeinter und nach bestem Wissen und Gewissen durchgeführten Versuche, das „Glück“ mit Zollstab, Labortest und Fragebogen in den Griff zu bekommen, bleibt eine gewisse Skepsis: Wenn es schon nicht möglich ist, einen einheitlichen Begriff von „Glück“ zu finden, wie sollte sich da der Gegenstand, der sich hinter diesem Begriff versteckt, einer Untersuchung unterziehen lassen, deren Ergebnisse intersubjektiv vergleichbar sind?“

(Schildhammer 2009, S. 97). Es gibt immer Probleme, die bei einer solchen Untersuchung des Glücks auftreten können.

Bei der durchgeführten Untersuchung wurde sich, wie bereits erwähnt, für einen Online-Fragebogen entschieden, da es bezüglich Aufwand und Zeit der beste Weg war, um an repräsentative Ergebnisse zu gelangen. Das Problem bei dieser Art von Umfrage ist, dass man den Befragten nicht direkt gegenüber steht und ihre Gestik und Mimik nicht beobachten kann. Gestik und Mimik sagen viel über die Emotionen der Befragten aus und können eine entscheidende Rolle für die Auswertung spielen.

Emotionen beeinflussen unser Verhalten und prägen uns nachhaltig. Emotionen hängen eng mit dem Erinnerungsvermögen zusammen. Interessante Filme oder Bücher, die uns emotional berühren, bleiben länger im Gedächtnis als langweilige Fachlektüre (vgl. Engelmann 2010, S. 37). Da man während einer Reise häufiger mit emotionalen Situationen konfrontiert wird, die negative und positive Gefühle auslösen können (als Stereotyp z.B. der romantische Sonnenuntergang am Meer), ist davon auszugehen, dass Reisen intensiver im Gedächtnis abgespeichert werden. Daher spielt der Zeitpunkt, wie lange die Reise zu dem Befragungszeitpunkt zurückliegt in dieser Umfrage eine untergeordnete Rolle.

„Emotionen sind (...) die Sprache unseres Körpers“ (Engelmann 2010, S. 38). Nonverbale Zeichen machen etwa 80% der gesamten Kommunikation aus. Da wie oben erwähnt davon auszugehen ist, dass Befragte emotional von der Reise nachhaltig beeinflusst worden sind, wäre es von Vorteil gewesen, bei der Befragung auf die Mimik zu achten. Es ist möglich davon abzulesen zu können, ob jemand glücklich oder nicht so glücklich auf die Reise zurückblickt (vgl. ebd.). Besonders die Häufigkeit des Lächelns ist mit den Glückswerten in Zusammenhang zu bringen (vgl. Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 20).

In anderen Studien wurden einige Probleme bei der Messung festgestellt, die den Wert der Ergebnisse verzerren können, aber nicht müssen. Dazu zählt unter anderem die Gültigkeit der Fragen. Selbst bei einer klaren Fragestellung können Fragen irreführen. Es besteht die Möglichkeit, dass die Antworten der Befragten eher widerspiegeln wie glücklich sie glauben zu sein oder wie glücklich sie gerne wären. Häufig stellen sich Befragte auch glücklicher dar, als sie eigentlich sind. Prinzipiell sollte man aber davon ausgehen, dass die Antworten zu der Fragestellung passen und das messen, was sie messen sollen. Auch bei der Verlässlichkeit kann es zu Abweichungen kommen. Die Wortwahl, Reihenfolge der Fragen und selbst das Wetter kann den Befragten bei einem solch sensibleren, subjektiven Thema beeinflussen. Dies lässt sich aber schlecht nachweisen oder umgehen (vgl. Veenhoven 2011, S. 397ff.). Farben, Formen, Geräusche etc. in der direkten Umgebung des Befragten können die Antworten ebenfalls beeinflussen (vgl. Schildhammer 2009, S. 95).

Dennoch kann man sagen, dass Umfragen im selben Sprach – und Kulturraum validen Charakter besitzen. Auch Tests, bei denen die Freunde der Befragten um Einschätzung des Glücksniveaus ihres Freundes gebeten wurden, zeigten, dass die Ergebnisse ähnlich sind. Es ist also davon auszugehen, dass Befragte ihr Glücksniveau im Allgemeinen sehr gut einzuordnen wissen und diese Probleme nur selten auftreten (vgl. Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 169).

Bei der Untersuchung in dieser Arbeit kam es zu folgenden Problemen:

Das Hauptproblem gestaltete sich in der Repräsentativität. Die Frage, wie die Untersuchung möglichst repräsentative Ergebnisse erzielen könnte, stand im Mittelpunkt bei der Auswahl der Foren. Es besteht eine allgemeine Problematik bei Online–Umfragen, da nicht alle Bürger Zugriff zum Internet haben. Aus anderen, bereits beschriebenen Gründen, wurde sich dennoch an dieser Methode bedient. Um nur Reisende zu erreichen, wurden Reiseforen ausgewählt. Bei Foren besteht das Problem, dass man aktives Mitglied sein muss, um die geteilten Beiträge in den Foren sehen zu können. Somit hatten nicht alle die Chance, den Fragebogen zufällig zu entdecken.

Ein weiteres Problem mit den Foren war, dass Umfragen nicht gerne gesehen werden. Der Fragebogen wurde des Öfteren als „Spam“ gesperrt oder erntete unfreundliche Kommentare. Nach anfänglichen Schwierigkeiten fand der Fragebogen und die Aufforderung, ihn auszufüllen, trotz allem Zuspruch und die Mitglieder zeigten sich interessiert an diesem Thema.

Der Fragebogen selbst wurde von den meisten Befragten verstanden, jedoch gab es Anmerkungen zu den Fragen zur Glücksreisekonstellation. Hier hätte deutlicher markiert werden müssen, was abgefragt werden sollte. Der Einleitungssatz mit Angaben über die Glücksreisekonstellation wurde häufig übersehen und viele Teilnehmer wunderten sich, warum die gleichen Fragen nochmal gestellt wurden. Bei einer Wiederholung müsste dies besser gekennzeichnet werden.

Bei der Auswertung zeigte sich, dass die Ergebnisse alle dicht beieinander liegen, welches es schwieriger machte, die Top-Reiseglücksform zu bestimmen. Mehrere Glücksreiseformen wiederzugeben war daher nicht möglich, da alle Formen in Zusammenhang gebracht hätten werden müssen und es vom Umfang zu viel gewesen wäre.

Außerdem wurde mit dem Abschluss und Diskussion der Ergebnisse deutlich, dass die Reiseart „Rundreise“ vorweg nicht ausreichend definiert wurde, sodass nun jeder eine andere Vorstellung von Rundreisen hat.

## **7. Auswertung**

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse aus der Befragung vorgestellt. Zunächst wird die Auswertungsmethode kurz beschrieben, bevor dann die einfachen Häufigkeiten und Kreuztabellen analysiert werden. Bei beiden Auswertungen werden direkte Vergleiche zu den anderen, in dieser Arbeit vorgestellten Studien, gezogen.

### **7.1 Auswertungsinstrument**

Die Auswertung fand computergestützt mit Hilfe des Statistikprogramms SPSS statt. Die Daten der Befragung konnten vom Internetportal direkt in SPSS übernommen werden und somit die Zeit der Dateneingabe gespart.

Bei der Auswertung finden sich im ersten Schritt einfache Häufigkeiten wieder. Alle Fragen wurden zunächst auf ihre Häufigkeit geprüft. Zu erwarten ist, dass im ersten Teil des Fragebogens, also bei den allgemeinen Fragen zum Reiseverhalten, ähnliche Ergebnisse wie bei der Reiseanalyse erzielt werden, auch wenn dort eine größere und breitere Stichprobe befragt wurde. Bei den einfachen Häufigkeiten können ebenfalls direkte Vergleiche zwischen tatsächlich unternommenen Reisen und Glücks–Reisekonstellationen gezogen werden. Würden die Befragten anders reisen, wenn die finanziellen und zeitlichen Mittel keine Rolle spielen?

Im zweiten Schritt rückt die Messung des Glücks in den Mittelpunkt. Mit Hilfe von Kreuzungen sollen die Fragen zum Thema Glück mit den Fragen zum Reiseverhalten in Zusammenhang gebracht werden. Hieraus lässt sich ableiten, welche Reiseform am glücklichsten macht. Auch die demographischen Angaben sollen mit den Glücksfragen gekreuzt werden, um z.B. zu sehen, welche Altersklassen glücklicher reisen.

### **7.2 Demographische Merkmale der Stichprobe**

Innerhalb von 2,5 Wochen haben insgesamt 452 Personen den Fragebogen ausgefüllt. 51 Datensätze davon wurden aussortiert, da sie für die Auswertung nicht verwendet werden konnten. Gründe hierfür liegen darin, dass Bögen teilweise nur angefangen und nicht zu Ende gebracht wurden. Dieses könnte unter anderem mit der Länge des Fragebogens zusammenhängen. Da es bei der Auswertung einige Kreuztabellen geben sollte, ist eine nahezu vollständige Ausfüllung des Bogens notwendig. Durch die Selektion ergibt sich am Ende eine Stichprobe von 401. Auch von dieser Anzahl sind nicht alle Bögen zu 100% ausgefüllt, konnten aber verwertet werden.

Wie viele Personen und wer am Ende Zugriff auf den Fragebogen hatte, ist schwierig zu definieren. Die meisten Reiseforen treffen keine Aussagen über ihre Mitglieder oder die Anzahl der aktiven User. Bei einem erneuten Durchlauf würde der Fragebogen um die Frage „Wie sind Sie auf den Fragebogen aufmerksam geworden?“ ergänzt werden, um zu erörtern, über welche Foren die meisten Personen erreicht wurden.

Folgende Zielgruppen wurde erreicht: 43,3% der Befragten sind zwischen 16 und 25 Jahren, 27,6% zwischen 26 und 35 Jahren, 13,1% zwischen 36 und 45 Jahren, 10,1% zwischen 46 und 55 Jahren, nur 5,2% zwischen 56 und 65 Jahren und nur 0,8% älter als 65 Jahre. 78,9% der Befragten sind weiblich und nur 21,1% männlich. Damit ist die Stichprobe nicht repräsentativ für Deutschland. Zu erklären ist diese Verteilung damit, dass es sich um eine Online-Umfrage gehandelt hat. Bei dieser Art der Befragung wird überwiegend eine jüngere Zielgruppe (14 – 29 Jahre) erreicht. Auch die mittlere Zielgruppe wird damit noch zu einem gewissen Grad abgedeckt (30 – 54 Jahre). Bei der älteren Zielgruppe (über 64 Jahre) gestaltet es sich schwieriger, diese über das Internet zu erreichen. Warum der Anteil der Frauen bei der Befragung so hoch ist, könnte mit sozialen und zeitlichen Faktoren zusammenhängen. Anzunehmen wäre, dass Frauen mehr Zeit in Reiseforen verbringen und eher dazu neigen auf einen Aufruf zur Mithilfe zu reagieren (vgl. Das Statistikportal 2014).

Die Verteilung auf die Größe des Wohnorts fällt hingegen gleichmäßig aus. 37% der Befragten kommen aus einer Großstadt (ab. 100.000 Einwohner), 35,5% aus einer Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner) und 27,5% aus einer Mittelstadt (20.000 – 100.000 Einwohner). 58,8% der Befragten sind erwerbstätig, 36,3% SchülerIn/StudentIn und 4,9% nicht erwerbstätig. Insgesamt 29,8% haben ein Haushaltsnettoeinkommen unter 1000 Euro, 27,7% zwischen 1000 – 2000 Euro und 20,6% mehr als 3000 Euro. Zu erklären ist das niedrige Einkommen mit der hohen Anzahl an Schülern und Studenten.

Diese demografischen Ergebnisse können in den Kreuztabellen ebenfalls auf das Glücksniveau geprüft werden. Wie Abschnitt 3.2 zeigt, haben diese Komponenten Einfluss auf das Glücksniveau im Alltag. Ob es bei dem Glücksniveau des Reisens ähnlich ausgeprägt ist, kann somit geprüft werden.

### **7.3 Einfache Häufigkeiten (Frage 1 – 24)**

Für die deskriptive Auswertung wurde vornehmlich eine univariante Analyse gewählt. Alle Fragen wurden zunächst auf ihre einfache Häufigkeit geprüft. Die Ergebnisse werden zum Verständnis der Kreuztabellen im Folgenden wiedergegeben.

Die erste Frage sollte der zeitlichen Einordnung dienen und Anhaltspunkt dafür sein, inwieweit das Erinnerungsvermögen mit der Glücksbewertung zusammenspielt. Wie

unter Abschnitt 6.5 bereits erwähnt, sollte der zeitliche Abstand zur letzten Reise irrelevant für die Bewertung der Befragten sein. Auf die Frage, wie lange die letzte Reise bereits zurück liegt, gaben von 393 Befragten 32,8% länger als ein halbes Jahr an. 19,6% waren erst vor länger als einer Woche im Urlaub und 19,3% vor länger als drei Monate (siehe Anhang D: Frage 1)

Die Fragen 2 – 12 sollten zur Klärung des allgemeinen Reiseverhaltens dienen. Die Fragen waren angelehnt an die Reiseanalyse und geben Ausschuss darüber, wie die letzte Urlaubsreise der Befragten gestaltet war:

Von den Teilnehmern reisten 54,6% in den Rest der Welt, 27,7% ans Mittelmeer und 17,7% innerhalb Deutschlands. Dieses Ergebnis fällt anders aus als bei der Reiseanalyse, in welcher der „Rest der Welt“ den letzten Platz der drei Antwortmöglichkeiten belegt. Bei dieser geringen vorliegenden Stichprobe sind vergleichbare Ergebnisse jedoch nicht zu erwarten gewesen. Außerdem spielt die Auslegung der Befragten von den Bezeichnungen „Mittelmeer“ und „Rest der Welt“ in die Ergebnisse mit hinein.

Von den Befragten reisten die meisten nach Spanien, in die Türkei, nach Österreich, Berlin und nach Italien/USA/Ägypten (siehe Anhang D: Frage 3). Ähnlich beliebte Reiseziele stellte auch die Reiseanalyse heraus. Es gibt Übereinstimmung mit den Ländern Spanien, Türkei, Österreich, Italien und als beliebtestes Kurzreiseziel wurde ebenfalls Berlin genannt.

Mit März antworteten 22,5% auf die Frage nach ihrem letzten Urlaub und 16,4% mit Februar. Diese Ergebnisse können damit begründet werden, dass die Befragung im April stattfand und nach der letzten Reise gefragt wurde. Ergebnisse, die eher denen aus der Reiseanalyse entsprechen sind der September mit 11,8% und August mit 11% (siehe Anhang D: Frage 4). Auf die Frage, wie lange die letzte Reise dauerte, gaben von den Teilnehmern 26% „eine Woche“ an. 19,1% unternahmen eine Kurzreise und 15,6% verreisten länger als 16 Tage. Die Verteilung der Antworten auf die unterschiedlichen Aufenthaltsdauermöglichkeiten ist sehr ausgeglichen (siehe Anhang D: Frage 5).

33,8% der Teilnehmer unternahmen einen Strand-/Bade-/Sonnenurlaub, 31,7% einen Städte-/Kultururlaub und 23,8% eine Rundreise. Studienreisen (2,8%) und Gesundheits-/Wellnessurlaub (3,3%) wurden am wenigsten unternommen (siehe Anhang D: Frage 6). Somit ist der Strand-/Bade-/Sonnenurlaub, wie auch bei der Reiseanalyse, die beliebteste Reiseart.

Die Ergebnisse der Frage „Worum handelte es sich bei Ihrer Reise“ zeigen, dass ca. zwei Drittel (67,4) der Befragten eine Individualreise unternahmen und nur 32,6% eine Pauschalreise. Dies ist gegensätzlich zu den Ergebnissen der Reiseanalyse.

Über die Hälfte Teilnehmer ist mit zwei Personen verreist (55,4%), gefolgt von Alleinreisenden (13,1%) und Gruppenreisenden von vier Personen (11,3%) (siehe Anhang D: Frage 8). Auch hier finden sich vergleichbare Ergebnisse in der Reiseanalyse.

48,5% der Teilnehmer nannten Hotel/Gasthof als genutzte Unterkunftsart, 13,1% Ferienhaus/Ferienwohnung und 7,7% Verwandte/Bekannte. Somit ergibt sich hier eine gleiche Verteilung wie bei der Reiseanalyse. 14,9% gaben „Andere“ als Unterkunftsart an, worunter besonders das Kreuzfahrtschiff Nennungen erhielt (siehe Anhang D: Frage 10).

Wie die Ergebnisse der Frage 11 zeigen, ist das Flugzeug in dieser Befragung das beliebteste Verkehrsmittel mit 38,8%, gefolgt vom Auto mit 32,9%. In der Reiseanalyse ist die Rangfolge umgekehrt. Bus (10%) und Bahn (8,5%) erhielten vergleichbare Werte (siehe Anhang D: Frage 11).

Die meisten Befragten haben für ihre Reise zwischen 501 – 1000 Euro ausgegeben (27,4%). 24,9% verreisten für 250 – 500 Euro und 17,9% gaben zwischen 1001 und 2000 Euro aus (siehe Anhang D: Frage 12).

Die genannten Ergebnisse zeigen vergleichbare Werte zur Reiseanalyse. Das Reiseverhalten, der in dieser Untersuchung Befragten, weicht also nicht stark vom Standardverhalten ab.

Die Definition von Glück ist in dieser Arbeit die Erfüllung aller/eines Zwecke/s. Dieser Aspekt findet sich in Frage 13 und 14 wieder. Zweck wurde in diesem Fall kompatibel zu den Reisemotiven gesetzt. 53,3% hatten als Hauptzweck ihrer Reise Entspannung/Erholung/frei sein. 29,7% wollten das Land und Leute kennenlernen und 23,8% Zeit mit Familie/Freunden verbringen, dicht gefolgt von Sonne/Strand/Wetter genießen (23,1%) und Neues erleben (20,3%) (siehe Anhang D: Frage 13). 93,4% konnten ihren gesetzten Zweck während der Reise erfüllen (siehe Anhang D: Frage 14).

Da die allgemeine Lebenseinstellung Einfluss auf das Glücksniveau haben kann, sollte durch Frage 15 geklärt werden, ob die Befragten sich eher als Optimisten oder eher als Pessimisten einschätzen würde. 60,4% der Befragten sehen sich eher als Optimisten und nur 10,5% als Pessimisten. 29,2% konnten sich nicht festlegen.

Frage 16: „Wie hoch waren die Erwartungen an den gesamten Urlaub vor der Reise?“ und Frage 17: „Wurden diese Erwartungen erfüllt?“ wurden gewählt um den psychischen Aspekt zur Glückserfüllung mit einzubeziehen. Wie unter Abschnitt 3.3 bereits beschrieben, kann eine zu hohe Erwartungshaltung ein Glücksfeind sein. 45,9% hatten hohe Erwartungen an den Urlaub, 24,4% mittlere Erwartungen und 17,7% sehr hohe Erwartungen. Die wenigsten

verreisten demnach mit geringen oder keinen Erwartungen (siehe Anhang D: Frage 16). Bei 45,4% konnten diese Erwartungen erfüllt werden. Bei 39,3% wurden die Erwartungen übertroffen (siehe Anhang D: Frage 17). Dies zeigt, dass trotz hoher Erwartungen vor dem Urlaub diese trotzdem erfüllt werden können. Dies widerspricht wiederum der Empfehlung unter Abschnitt 3.3, möglichst geringe Erwartungen vorweg zu haben, um nicht enttäuscht zu werden.

Die Fragen 18 – 23 beziehen sich auf die Glücksforschungsmethoden. Hier wurde sich an den unter Abschnitt 6.1 erklärten Methoden bedient. Bei der Frage, wie glücklich die Reise die Befragten während des Aufenthalts gemacht hat, konnte auf einer Zehner-Skala zwischen sehr unglücklich (1) und sehr glücklich (10) gewählt werden. 27,6 % vergaben den Punkt 9, 24% den Punkt 8 und 21% den Punkt 10. Daraus ergibt sich ein Durchschnittswert von 8. Das bedeutet, dass die Befragten ihr Glücksniveau während der Reise im oberen Bereich einordnen.

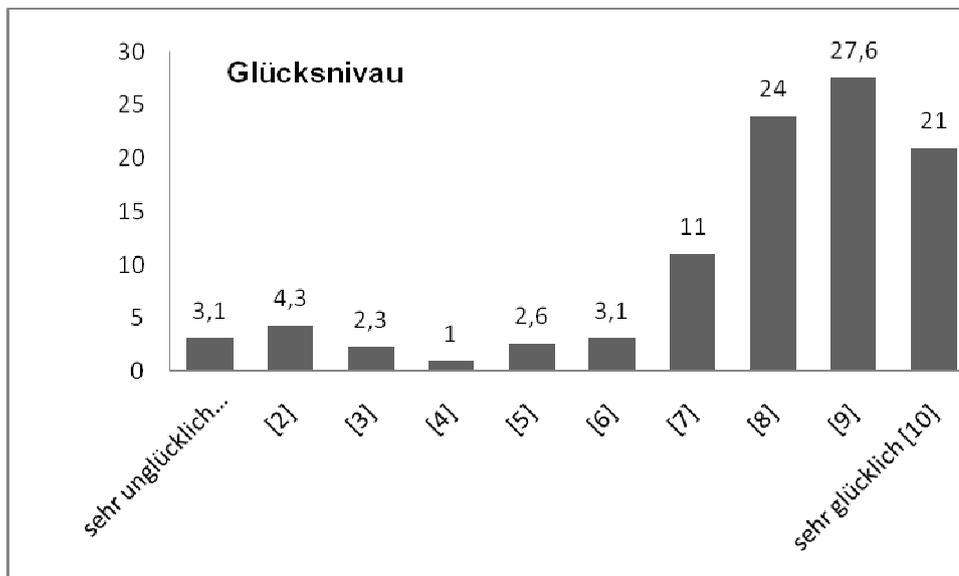


Abb. 6: Glücksniveau

Mit der Frage: „Auf einer Reise fühlt man sich mal mehr, mal weniger glücklich. Wie häufig schätzen Sie prozentual ein, während der gesamten Reise glücklich gewesen zu sein?“, sollten die Befragten prozentual angeben, wie oft sie sich während der Reise glücklich gefühlt haben. 24,7% gaben an sich zu 90% während der Reise glücklich gefühlt zu haben, gefolgt von 80% (21,9%) und 95% (10,3%) (vgl. Anhang D: Frage 19). Auch dies schließt auf ein hohes Glücksempfinden während der Reise.

Eine andere Facette des Glücks ist Zufriedenheit Diese sollte mit der Frage nach der Zufriedenheit mit der letzten Reise abgefragt werden. Auch hier vergaben die Befragten im Durchschnitt einen Wert von 8. 29,1%, und somit die Mehrzahl, war vollkommen zufrieden

mit der letzten Reise. 27,8% vergaben den Punkt 9 und 23,7% den Punkt 8. Auch hier zeigt sich, dass das Zufriedenheitsniveau im oberen Bereich liegt.

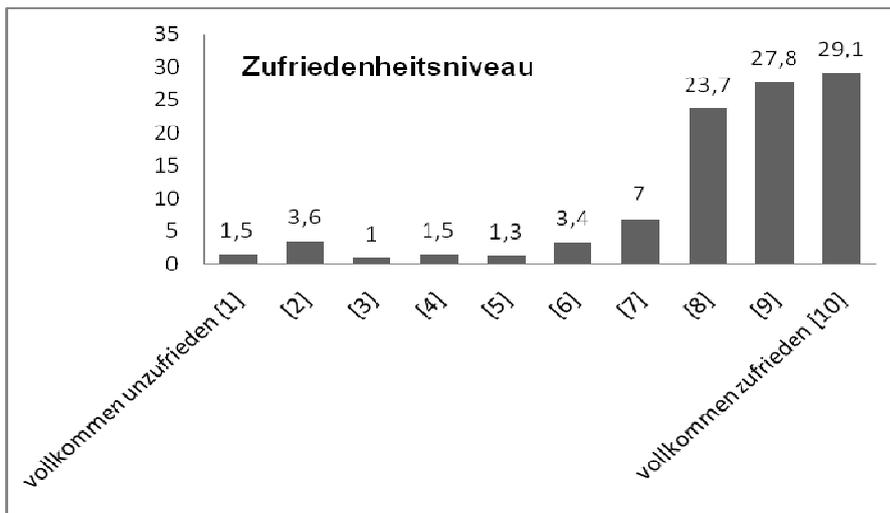


Abb. 7: Zufriedenheitsniveau

Mit Frage 21: „Wie wohl haben Sie sich überwiegend während der Reise gefühlt?“, sollte das Wohlfühlglück abgefragt werden, welches eine andere wichtige Facette des Glücks ist. Auch hier bewerten die Befragten im Durchschnitt mit dem Wert 8. 30,3% vergaben den Punkt 9, 24,6% den Punkt 10 und 24,1% den Punkt 8.

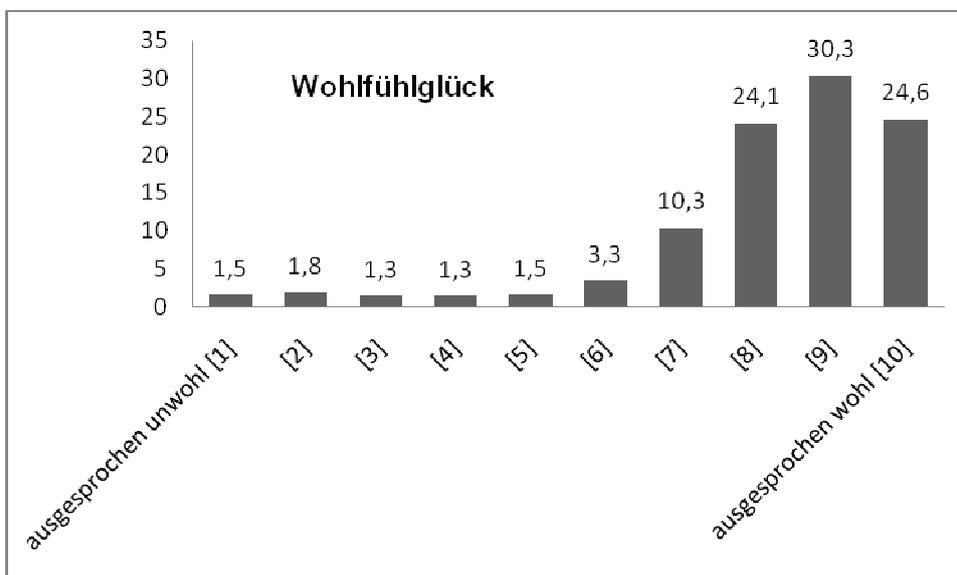


Abb. 8: Wohlfühlglück

Bei allen drei Facetten des Glücks vergaben die Befragten Höchstwerte. Es ist möglich, dass die Befragten den Unterschied der einzelnen Facetten nicht richtig verstanden haben und daher ähnliche Werte vergaben. Es ist aber eher davon auszugehen, dass Reisen sehr glücklich macht, wie in anderen Studien (siehe Abschnitt 5.1) bereits bewiesen wurde.

Wie in den vorherigen Kapiteln beschrieben, ist eine wesentliche Facette des Glücks besonders im Urlaub anzutreffen – die Glücksmomente. Während einer Reise erlebt man mehrere solcher Momente. Mit einer offenen Frage sollten verschiedene Glücksmomente eingefangen werden. Da es viele Einzelnennungen gab und jeder individuelle Momente erlebt, wurden die Nennungen kategorisiert. Für Glücksmomente sorgten besonders Naturerlebnisse, wie zum Beispiel Sonne, Strand, Meer, Wildnis, Berge und Tiere. Auch soziale und kulturelle Erlebnisse wie zum Beispiel Zeit mit Freunden, Zeit mit der Familie oder dem Partner, einheimische Menschen kennenlernen, Essen, Sprache oder Sightseeing sorgten für Highlights. Besondere Glücksmomente erlebten die Befragten bei der Unterhaltungskategorie, wozu sowohl Entspannen und Freizeit, wie auch Ausflüge, Neues erleben, sportliche Aktivitäten und Abendveranstaltungen zählen (siehe Anhang D: Frage 22).

Doch nicht nur die positiven Aspekte des Glücks sollten abgefragt werden, sondern auch Aspekte, die das Glück trüben könnten. Dazu zählen das Unglück und der Stress. Ganze 38,5% gaben an, unglückliche Momente während des Urlaubs gehabt zu haben, wohingegen 50,1% gar keine unglücklichen Momente hatten. Fast nie gestresst während der Reise waren 52,3% und 24,5% nur manchmal. Nur 3,3% waren oft oder immer gestresst (3%) (siehe Anhang D: Frage 23 und 24).

#### **7.4 Einfache Häufigkeiten: Glücksreisekonstellation**

Im weiteren Verlauf des Fragebogens sollten die Befragten angeben, was sie allgemein glücklich macht während einer Reise und wie sie reisen würden, wenn Geld und Zeit keine Rolle spielen würde. Hier ist zu beobachten, dass die Antworten zu der Wunschreise teilweise von den Antworten der tatsächlichen unternommenen Reise abweichen. Daher wird in diesem Kapitel ein direkter Vergleich zu den Antworten der Fragen 1 – 12 des Fragebogens gezogen.

Mit Frage 25: „Was macht Sie während einer Reise allgemein glücklich?“, sollte allgemein herausgestellt werden, was Glücksfaktoren während einer Reise sind. Aus den gesamten Nennungen, die sich häufig überschneiden, wurden die zehn häufigsten zusammengefasst. Entspannung/Erholung/Ruhe, gutes Wetter/Sonne, Neues erleben, Gesellschaft, Freiheit, freie Zeit, Abstand vom Alltag, Land und Leute entdecken und gutes Essen wurden am häufigsten von den Befragten genannt. Hierunter finden sich einige der Reisemotive aus Frage 13 wieder.

Als Reiseart würden mit 65,6% die meisten Befragten einen Strand-/Bade-/Sonnenerurlaub wählen. Damit liegt diese Reiseart auch hier an erster Stelle, hat aber knapp 30% mehr

Nennungen als bei der Frage nach der tatsächlich unternommenen Reise. 62,7% würden eine Rundreise machen, wenn sie die Möglichkeit hätten. Wirklich eine Rundreise gemacht haben jedoch nur 23,8%. 58,9% würden eine Städte-/Kulturreise machen, welche 31,7% auch tatsächlich unternommen haben. 12,3% unternahmen einen Natururlaub, obwohl 34,1% gerne einen unternehmen würden (siehe Anhang D: Frage 6 & 25). Dies zeigt, dass Geld und Zeit besonders beim Thema Rund – und Naturreise eine erhebliche Rolle spielen. Bei dieser Frage waren Mehrfachantworten zugelassen.

Wenn die Befragten die Zeit und das Geld hätten, dann würden sie zu 32,6% „13 – 15 Tage“ und zu 27,6% „16 Tage und mehr“ verreisen. 23,5% würden mindestens gerne „bis 12 Tage“ verreisen. Die Mehrzahl verreist aber tatsächlich nur eine Woche oder kürzer (siehe Anhang D: Frage 5 & 27).

Bei frei verfügbarer Zeit und Geld würden die meisten Befragten in den Rest der Welt reisen und am liebsten in die USA, Karibik, Kanada, Asien, Neuseeland oder Südamerika. Beliebte Reisewunschziele im Mittelmeer sind Spanien, Italien und Griechenland. In Deutschland würde man gerne nach Bayern, Berlin, Hamburg oder an die Ostsee reisen (siehe Anhang D: Frage 28). Die Entfernung entspricht dem tatsächlichen Reiseverhalten, obwohl es bei dieser Frage mehr Nennungen für den Rest der Welt gab.

Die Wunschreisebegleitung ändert sich nicht erheblich zu der tatsächlichen Begleitung. 59,8% würden am liebsten mit Freunden verreisen, 49,5% mit der Familie und 45,9% mit dem Partner (siehe Anhang D: Frage 9 & 29)

Auch die Wunschanzahl der Reisebegleitung ist vergleichbar mit der tatsächlichen Anzahl. Die meisten würden gerne zu zweit verreisen (58,8%) oder mit einer Reisegruppe von 4 Personen (18,1%).

Wenn die Befragten die Unterkunft frei wählen könnten, um glücklich zu werden, dann würden sie Hotel/Gasthof wählen (46,8%) oder die Ferienwohnung/Ferienhaus (17,9%). Dies entspricht in der Reihenfolge auch der tatsächlich gewählten Unterkunft der Befragten. 13,3% würde eine andere Unterkunft wählen, worunter das Kreuzfahrtschiff 37 Nennungen bekommt (siehe Anhang D: Frage 10 & 31).

Das Flugzeug ist das Glücksverkehrsmittel für die Reise mit 51,2%, gefolgt von dem Auto mit 23%. Wenn die Möglichkeit besteht, würden noch mehr Befragte mit dem Flugzeug reisen und weniger mit dem Auto, Bus oder Bahn als tatsächlich (siehe Anhang D: Frage 11 & 32).

Auf die Frage, wie viel, nach Einschätzung der Befragten, ihre Glücksreise kosten würde, antworteten die meisten 1001 – 2000 Euro (32,1%). Dieser Betrag wurde auch häufig für die tatsächlich unternommene letzte Reise ausgegeben. Doch im Gegensatz zu den tatsächlich

durchgeführten preiswerten Reisen, würden die Befragten gerne mehr ausgeben. 24,1% würden gerne eine Reise für mehr als 3000 Euro unternehmen und 21,2% eine Reise für 2001 – 3000 Euro. Reisen unter 1000 Euro kämen bei frei verfügbarem Geld nur für 22,5% in Frage. Tatsächlich gaben aber 68,2% unter 1000 Euro für ihre Reise aus (siehe Anhang D: Frage 12 & 33).

Dieser Vergleich zeigt in einigen Punkten sehr deutlich, dass Geld und Zeit eine große Rolle in der Reiseentscheidung spielen und ein großer Anteil an Personen anders reisen würde, um glücklich zu werden, als er tatsächlich reist. Während es bei der Reisebegleitung, Unterkunft und dem Verkehrsmittel geringere Unterschiede gibt, zeigen besonders die Reiseart, Reisedauer, Zielgebiet und Ausgaben andere Wünsche. Die Befragten würden gerne länger und weiter weg reisen, um eine glückliche Reise zu erlangen, was mehr kostet und eine andere Reiseart mit sich bringen kann,

### 7.5 Kreuzungen zur Erlangung der Glücksreiseform

Im folgenden Abschnitt wird durch Kreuzungen herausgestellt, welche Reiseform glücklich macht. Aufgrund der begrenzten Länge dieser Arbeit werden jeweils nur die meist genannten Antworten wiedergegeben. Für die bessere Leserlichkeit wurden nur Prozentangaben berücksichtigt und nicht die Anzahl. Die Prozentangaben beziehen sich auf die Grundgesamtheit von 401. Als abhängige Variable wurden das Glücksniveau, das Zufriedenheitsniveau und das Wohlfühlglück gewählt. Zur bessere Übersicht wurden die Zehner-Skalen, die bei den Fragen zum Glücksniveau, Zufriedenheitsniveau und Wohlfühlglück abgefragt wurden, in drei Kategorien umkodiert: unteres Wohlfühlglück und Glücksniveau, mittleres Wohlfühlglück und Glücksniveau und oberes Wohlfühlglück und Glücksniveau.

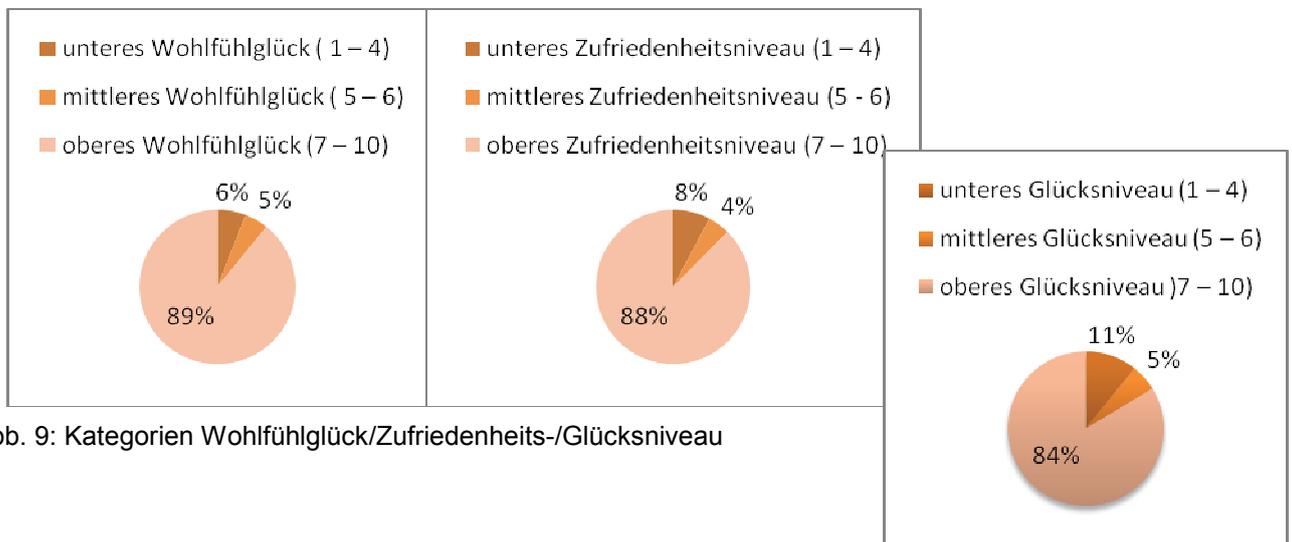


Abb. 9: Kategorien Wohlfühlglück/Zufriedenheits-/Glücksniveau

Wie bei den einfachen Häufigkeiten bereits gezeigt wurde, liegt der Großteil der Befragten im oberen Niveaubereich der drei Facetten. Diese drei Facetten bilden die Grundlage und werden mit dem Reiseverhalten und anderen Glücksfaktoren gekreuzt. Dabei werden die drei Facetten untereinander verglichen und Werte, die bei allen drei Facetten im ähnlichen Bereich liegen, als Höchstwerte genutzt.

Bei der Kreuzung mit den Zielgebieten kam heraus, dass die Befragten, die in den „Rest der Welt“ reisen, die meisten Nennungen im oberen Glücksniveau-Bereich haben (89,1%). Auch beim Zufriedenheitsniveau und Wohlfühlglück ordnen sich die, in den „Rest der Welt- Reisenden“, am häufigsten im oberen Bereich ein (92,3% und 93,8%). Im unteren Bereich der drei Facetten ordnen sich am häufigsten die „Mittelmeer-Reisenden“ ein (siehe Anhang D: Tab. 4-6). Demnach sind Glückszielgebiete solche, die in den „Rest der Welt“ gehen.

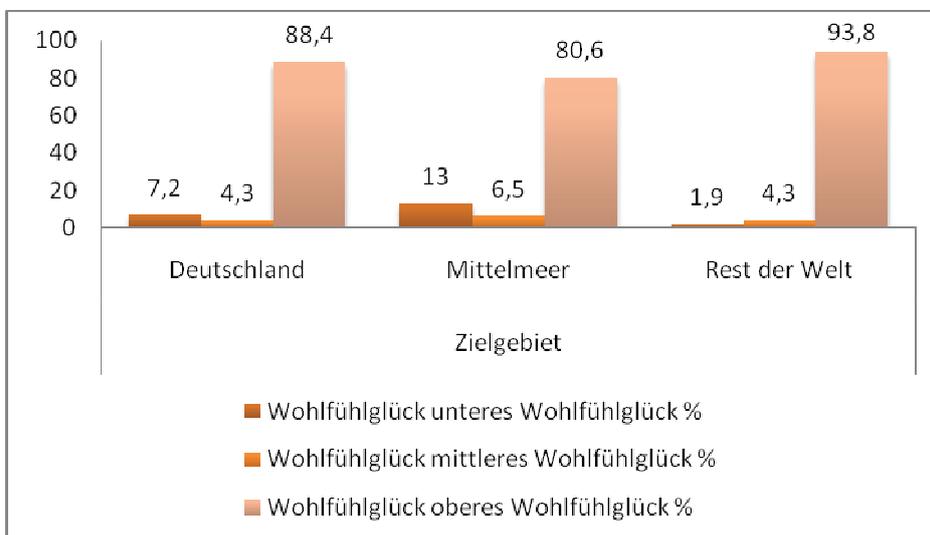


Abb. 10: Wohlfühlglück und Zielgebiet

Welches der beste Monat ist, um eine glückliche Reise zu erlangen, lässt sich nicht eindeutig bestimmen. Vergleicht man die drei Facetten untereinander, dann schneidet der Monat Mai am besten ab. Befragte, die im Mai verreisen, sind zu 100% im oberen Bereich des Wohlfühlglücks und Zufriedenheitsniveaus. Auch beim Glücksniveau liegen 92,9% und somit die meisten im oberen Bereich. Aber auch die Monate November, Dezember, März und Januar erhalten Werte von über 90% bei allen drei Facetten im oberen Niveaubereich. Die Sommermonate Juni, Juli stimmen die Befragten am unzufriedensten. Hier finden sich die meisten Befragten im unteren Zufriedenheitsniveau wieder. Das unterste Glücksniveau erhielten der Monat Juni und April und das unterste Wohlfühlglück April und Oktober (siehe Anhang D: Tab. 7-9).

Befragte, die 16 Tage und mehr verreisen, sind glücklicher und zufriedener. 90% der Befragten, die länger als 16 Tage unterwegs waren, ordnen sich im oberen Glücksniveau

ein, 94,9% im oberen Zufriedenheitsniveau. Das höchste Wohlfühlglück hatten Befragte, die 13 – 15 Tage verreisten (98,2%). Die Reisedauer bis 12 Tage brachte die meisten Befragten ins untere Zufriedenheitsniveau (13%) und ins untere Wohlfühlglück (11,1%). Am unglücklichsten waren Personen, die 5 – 6 Tage verreisen, diese finden sich im unteren Glücksniveau wieder (siehe Anhang D: Tab. 10-12). Somit sind Reisen, die länger als 13 Tage dauern am besten für das Glück geeignet.

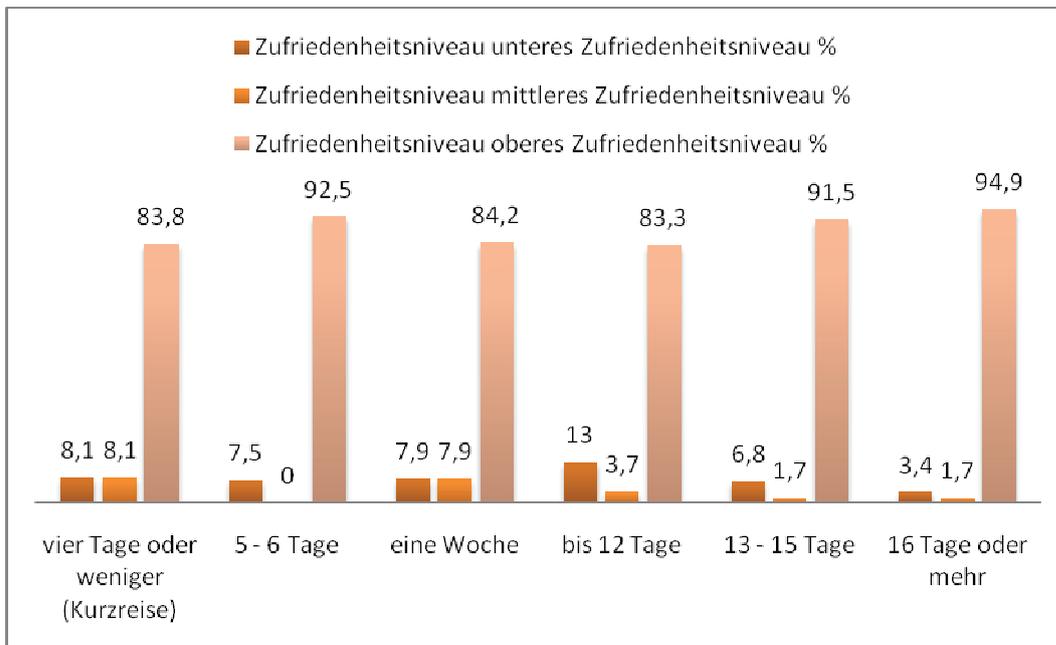


Abb. 11: Zufriedenheit und Reisedauer

Die Reiseart, die am glücklichsten macht, ist die Rundreise. Bei allen drei Facetten ordnen sich über 90% der Befragten im oberen Bereich ein. Der Städte/Kultururlaub und Spaß-/Fun-/und Partyurlaub erhält ebenfalls über 90% Nennungen im oberen Bereich. Der Natururlaub jedoch bringt das höchste Wohlfühlglück mit sich. Obwohl

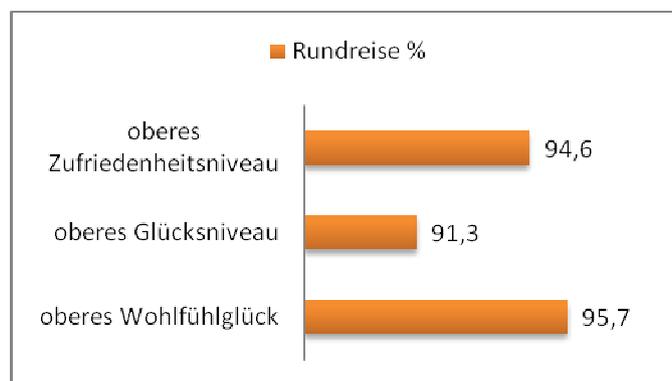


Abb. 12: Rundreise und Glück

Strand-/Bade-/Sonnenerurlaub die beliebteste Reiseart ist, macht es die meisten Befragten nicht glücklich. Beim Glücks – und Zufriedenheitsniveau finden sich hier die meisten Nennungen im unteren Bereich wieder (siehe Anhang D: Tab. 13-15).

Zudem stellt sich heraus, dass Individualreisen glücklicher machen als Pauschalreisen. Bei allen drei Facetten erhält die Individualreise mind. 10% mehr Nennungen im oberen Bereich als die Pauschalreisen (siehe Anhang D: Tab. 16-18). Mit diesem Ergebnis war zu rechnen,

da man seine Erwartungen bei einer Individualreise selbst erfüllen kann und nicht zu 100% abhängig von den Anbietern ist.

Auch wenn die wenigsten allein reisen, sind die Alleinreisenden glücklicher. Bei allen drei Facetten vergeben über 90% der Alleinreisenden Werte im oberen Niveaubereich, dicht gefolgt von Reisenden, die zu zweit unterwegs sind. Am unglücklichsten vom Glücks- und Zufriedenheitsniveau sind Personen, die mit vier Personen reisen und am unwohlsten fühlen sich Personen, die mit drei Personen verreisen (siehe Anhang D: Tab. 19-21).

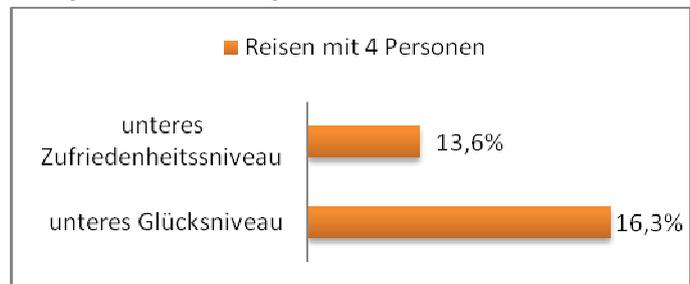


Abb. 13: Reisen mit vier Personen und Unglück

Personen, die mit Kollegen verreisen, sind am glücklichsten, allerdings ist die Anzahl derer so gering, dass es nicht repräsentativ für diese Untersuchung ist. Im obersten Glücks- und Zufriedenheitsniveau

ordnen sich die Alleinreisenden am häufigsten ein (85,4% und 90%). Wohlfühlen sich Alleinreisende aber nicht so sehr (85,4%). Am wohlsten fühlen sich Reisende

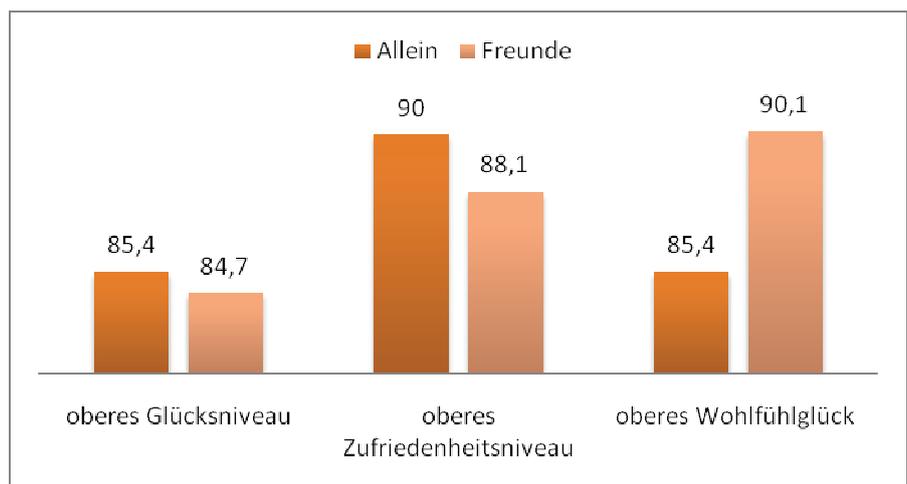


Abb. 14: Reisebegleitung und Glück

hingegen mit Bekannten

und Freunden. Freunde finden demnach

und auch beim Glücks- und Zufriedenheitsniveau die meisten Nennungen und machen das Reisen glücklicher (siehe Anhang D: Tab. 22-24).

Befragte, die ihren Urlaub im Hostel/Jugendherberge verbringen, sind am glücklichsten. Sowohl beim Glücks- und Zufriedenheitsniveau, als auch beim Wohlfühlglück vergeben über 96% der Hostelbesucher Werte im oberen Niveaubereich. Die Unterbringung bei Verwandten und Bekannten sorgt am zweithäufigsten dafür, dass sich Befragte wohl, zufrieden und glücklich fühlen. Während die Unterkunft Zelt, Caravan, Wohnmobil für unwohl und unglücklich fühlen steht, stimmt das Hotel bzw. der Gasthof die meisten Befragten unzufrieden (siehe Anhang D: Tab. 25-27).

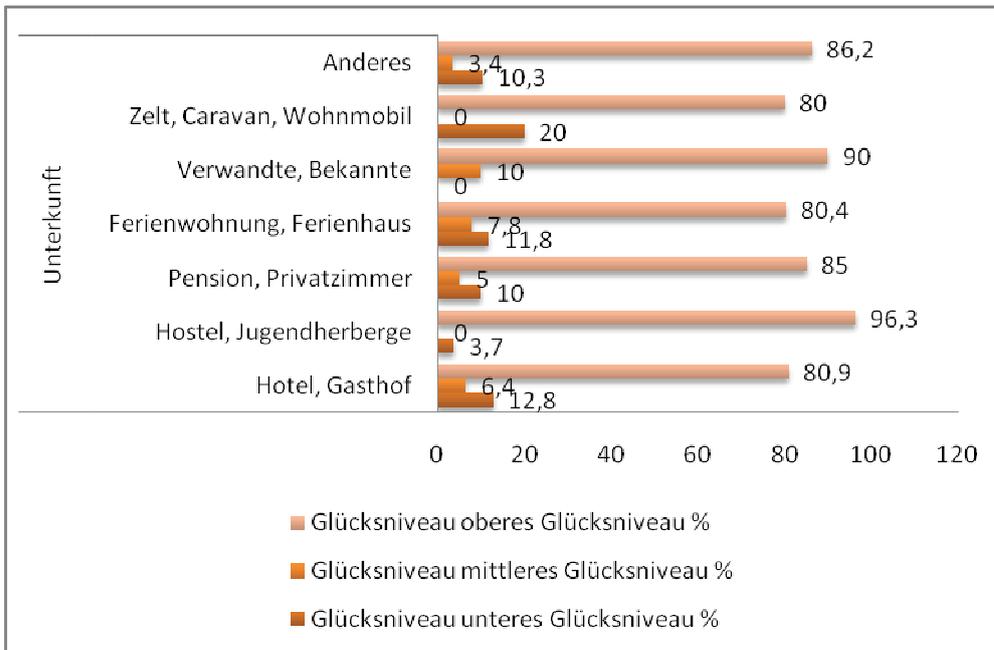


Abb. 15: Glücksniveau und Unterkunft

Die Befragten, die mit der Bahn reisen, sind am glücklichsten. Bei allen Facetten vergeben über 93% der Befragten Werte im oberen Bereich, gefolgt vom Bus und vom Auto, welche Werte von über 80% erlangen. Das Flugzeug wird zwar am häufigsten von den Befragten genutzt, macht aber nicht so glücklich (siehe Anhang D: Tab. 28-30).

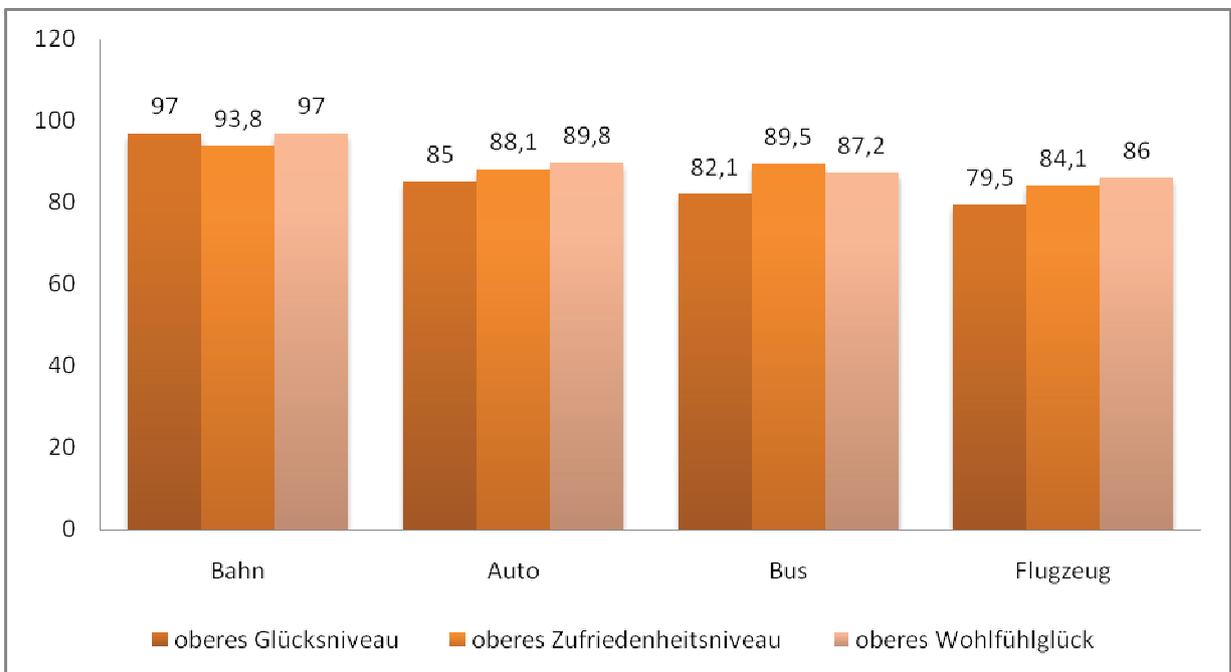


Abb. 16: Verkehrsmittel und Glück

Glückliches Reisen ist teuer. Am wohlsten und zufriedensten fühlen sich Befragte, die über 2000 Euro für die Reise ausgeben können (siehe Anhang D: Tab. 31-33). Beim Glücksniveau wurden aber bereits Werte im oberen Bereich bei 1001 – 2000 Euro am häufigsten vergeben (90%). Die wenigsten Punkte auf den Skalen vergaben Befragte, die weniger als 250 Euro für ihre Reise ausgegeben haben.

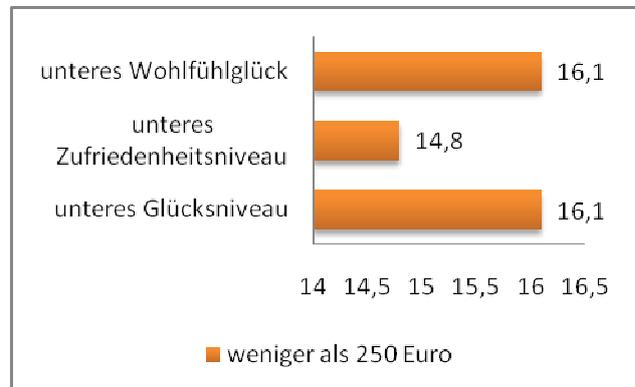


Abb. 17: Ausgaben unter 250 Euro und Glück

Mit diesen Ergebnissen wurde die Reiseform mit den jeweiligen Komponenten herausgearbeitet, die am glücklichsten macht. Dabei wurden nur die Höchstnennungen herausgestellt. Jedoch gibt es bei der Verteilung des Glücksniveaus etc. auf das Reiseverhalten bei den meisten Kreuzungen keine großen Unterschiede. Es gibt demnach mehrere Formen, die teilweise nur geringfügig unglücklicher machen. Dass es keine größeren Unterschiede gibt, kann mit der Größe und Zusammensetzung der Stichprobe zusammenhängen. Es ist aber möglich, wie vorher bereits vermutet, dass es mehrere Reiseformen gibt, die gleichermaßen glücklich machen.

Da Glücksempfinden durch gewisse Aspekte, wie Lebenseinstellung, Erwartung und Stress beeinflusst werden kann, wird dieses im Folgenden geprüft.

Glück ist die Erfüllung des Zwecks, so beschreibt es die Definition dieser Arbeit. Kreuzt man die drei Facetten des Glücks mit der Frage, ob der Zweck, den der Reisende sich vor der Reise gesetzt hat, erfüllt wurde, dann erhält man einen Eindruck davon, ob die Definition passend ist. Befragte, bei denen der Zweck erfüllt wurde, ordnen sich zu 90,1% im oberen Bereich des Zufriedenheitsniveaus, zu 85,7% des Glücksniveaus und zu 91,5% des Wohlfühlglücks ein (siehe Anhang D: Tab. 34-36). Somit wird die Definition bestätigt.

Die Lebenseinstellung kann Einfluss darauf nehmen, wie schnell eine Person Glück empfindet. Optimisten ordnen sich eher im oberen Bereich des Glücksniveaus ein, als Pessimisten. Unterschiede liegen bei knapp 15% (siehe Anhang D: Tab. 37).

Über 88% Befragte mit sehr hohen Erwartungen, vergeben bei allen drei Facetten Werte im oberen Bereich, gefolgt von mittleren und hohen Erwartungen.

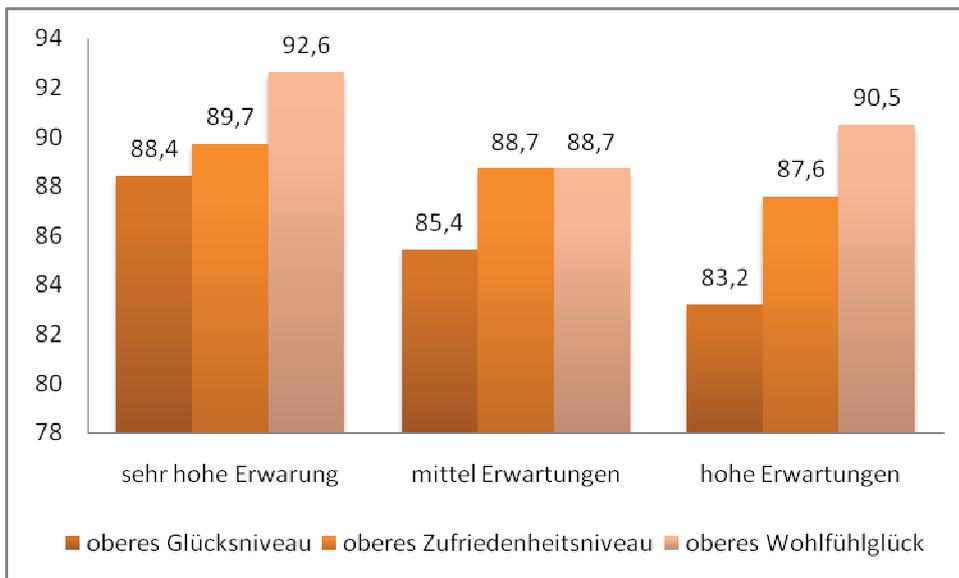


Abb. 18: Erwartungshaltung und Glück

Besonders glücklich sind Befragte, bei denen die Erwartung übertroffen oder erfüllt wurde (siehe Anhang D: Tab. 42-44). Dies zeigt, dass die Erwartungshaltung keinen großen Einfluss auf das Glücksempfinden hat. Es ist also nicht davon auszugehen, dass niedrigere Erwartungen mehr Glück mit sich bringen, weil sie eher erfüllt werden können.

Befragte mit unglücklichen Momenten ordnen sich zu 11,5 beim unteren Glücksniveau, zu 8,1% beim unteren Zufriedenheitsniveau und zu 7,4% im unteren Wohlfühlglück ein. Unglückliche Momente nehmen demnach Einfluss auf das Glücksniveau (siehe Anhang D: Tab. 45-47).

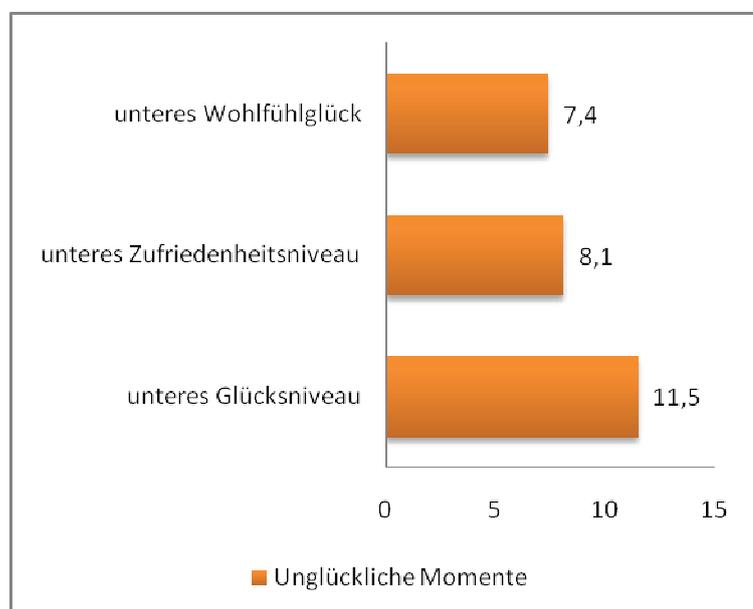


Abb. 19: Unglückliche Momente und Unglück

Beim Stress verhält es sich ähnlich. Die meisten Befragten, die „fast nie“ oder „nie“ während des Urlaubs im Stress waren, vergeben zu über 84% Werte bei allen drei Facetten im oberen Bereich. Befragte, die immer oder oft im Stress waren, vergeben nur mittlere Werte beim

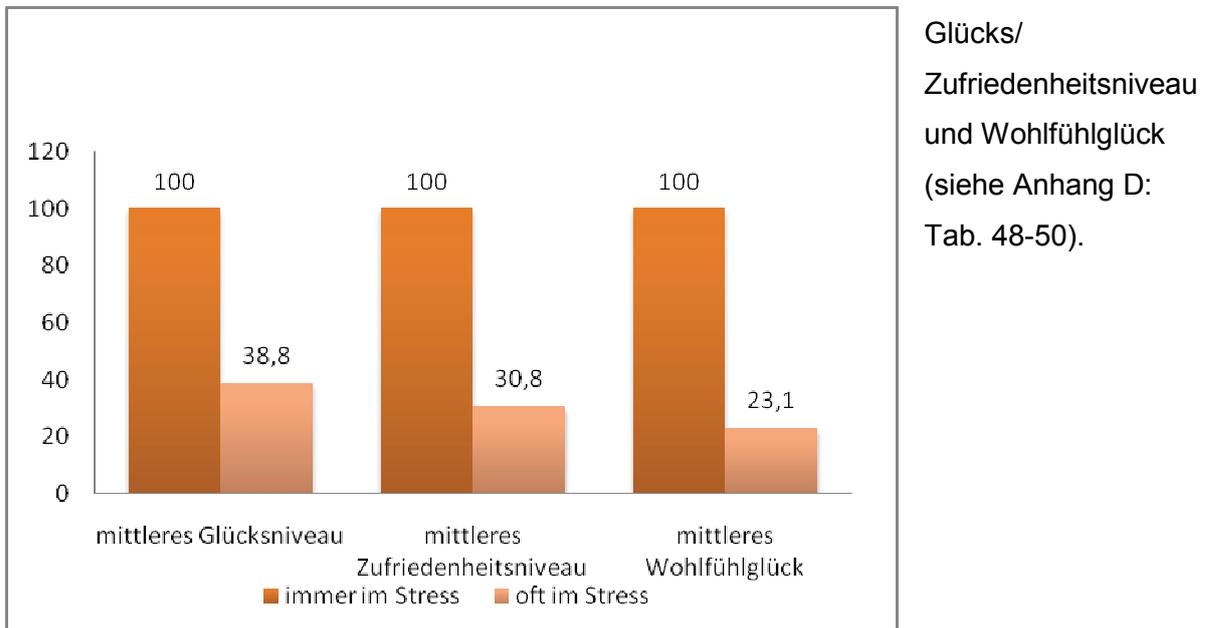


Abb. 20: Stress und Glück

Wie unter Abschnitt 3.2 bereits genannt, sind Frauen, jüngere Personen, arbeitende Personen und Personen mit hohem Einkommen glücklicher. Im Folgenden wird sich zeigen, ob diese Aspekte auch auf das Glücksniveau während einer Reise Einfluss nehmen.

Die meisten Befragten, die sich bei allen drei Glücksfacetten im oberen Bereich einordnen, sind zwischen 46 und 55 Jahre alt. Danach folgt das höchste Glücksniveau bei den 26 – 35 Jahre alten Befragten (84,1%), das höchste Zufriedenheitsniveau bei den 56 – 65 Jahre alten und das höchste Wohlfühlglück bei den 36 – 45 Jahre alten Befragten. Hier verteilt sich das Alter also stärker auf die verschiedenen Facetten.

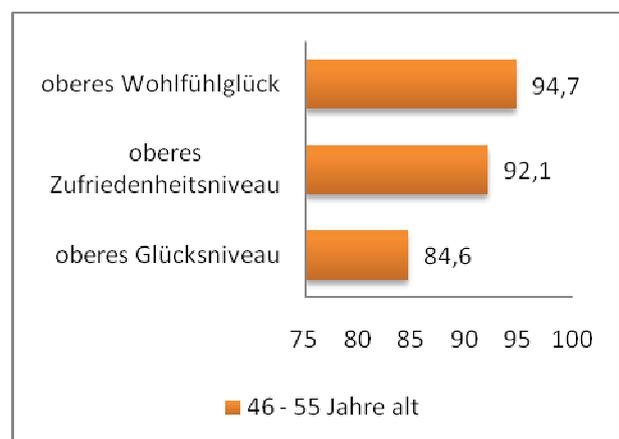


Abb. 21: Alter und Glück

Während jüngere Leute schneller Glück empfinden, sind die über 50 Jährigen einfacher zufrieden zu stimmen und die Mittelalten fühlen sich schneller wohl (siehe Anhang D: Tab. 51-53).

Trotz des höheren Anteils an Frauen bei dieser Umfrage, sind Männer während einer Reise schneller glücklich zu stimmen. Bei allen drei Glücksfacetten liegen die Männer vorne im oberen Bereich (siehe Anhang D: Tab. 54-56).

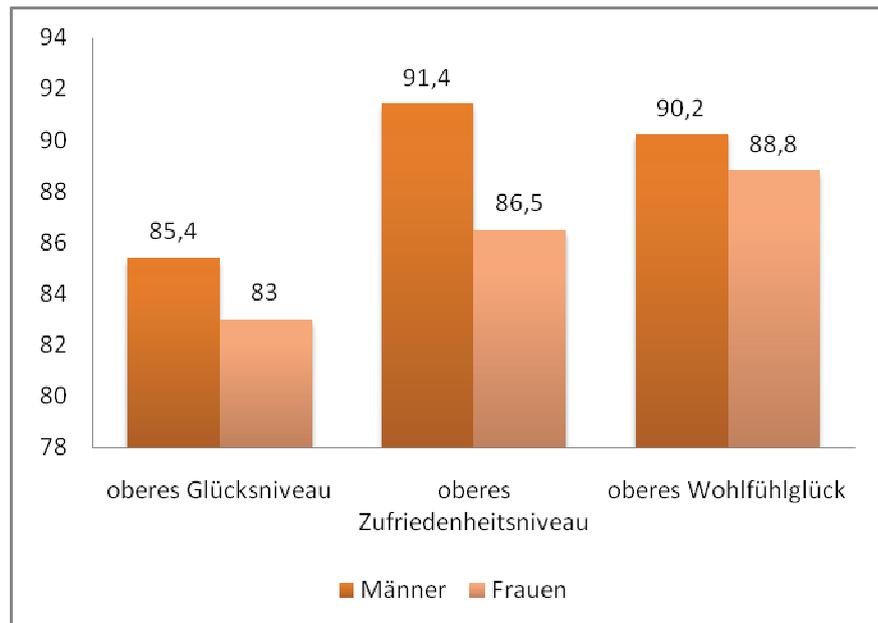


Abb. 22: Geschlecht und Glück

Die Größe des Wohnorts hat keinen größeren Einfluss auf das Glücksempfinden. Befragte aus einer Kleinstadt, einer Mittelstadt oder einer Großstadt ordnen sich zu etwa gleichen Anteilen im oberen Bereich des Glücks-/Zufriedenheitsniveaus und Wohlfühlglücks ein (siehe Anhang D: Tab. 57-59).

Nicht Erwerbstätige haben mit 89,5% das höchste Glücksniveau. Das höchste Wohlfühlglück während einer Reise erleben die Schüler/Studenten (90,8%). Am zufriedensten während einer Reise sind ebenfalls die nicht Erwerbstätigen (89,5%), dicht gefolgt von den Schülern/Studenten (89,2%). Es ist allgemein eine gleichmäßige Verteilung des Berufsstatus auf die oberen Bereiche der Facetten zu erkennen (siehe Anhang D: Tab. 60-62).

Die glücklichsten Reisen erleben die Befragten, die ein Haushaltsnettoeinkommen zwischen 2000 und 3000 Euro haben. Bei allen drei Facetten verteilen hier die meisten Befragten Werte im oberen Bereich.

Das Wohlfühlglück und ein höheres Glücksniveau empfinden an zweiter Stelle Personen mit einem Haushaltneottoeinkommen von unter 1000 Euro (89,4 und 85,7%). Zufrieden verreisen Personen mit einem Haushaltsnettoeinkommen von 1000 – 2000 Euro (siehe Anhang D: Tab. 63-65).

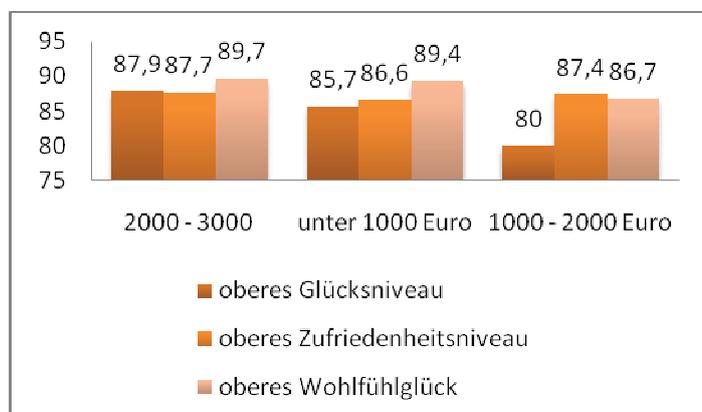


Abb. 23: Einkommen und Glück

Hier lassen sich demnach keine Zusammenhänge zu den allgemeinen Glücksfaktoren im Alltag erschließen. Weder junge Leute reisen glücklicher, noch Frauen. Auch die Erwerbstätigkeit und das Einkommen wirken sich nicht deutlich auf glücklicheres Reisen aus.

## 8. Zusammenfassung der Ergebnisse und Fazit

Ziel dieser Arbeit war es herauszufinden, welche Reiseform die Deutschen am glücklichsten macht. Durch die Untersuchung wurden Ergebnisse erzielt, die zwar verwertbar sind, aber keinen aussagekräftigen Gehalt haben. Die Reiseform, die die Deutschen am glücklichsten macht, konnte festgestellt werden und somit wurde das Ziel dieser Arbeit erreicht. Bei den Ergebnissen gibt es aber keine großen Unterschiede zwischen den Antworten, sodass andere Reiseformen nur minimal unglücklicher machen. Um größere Unterschiede zu erzielen, müsste die Grundgesamtheit erhöht werden und die Umfrage repräsentativer ausfallen. Denkbar wäre auch eine gleichmäßige Verteilung des Reiseverhaltens auf das Glücksniveau zu prüfen. Gemeint ist bspw. 10 Autoreisende, 10 Flugzeugreisende, 10 Hotelreisende, 10 Hostelreisende, 10 Strandurlauber etc. zu befragen, wie sie die Reise bewerten. So wären die Ergebnisse besser verwertbar, da man direkte Vergleiche zwischen den Reiseformen hätte. Nichtsdestotrotz, sollen kurz die prägnanten Ergebnisse zusammengefasst werden.

Am glücklichsten machen Individualreisen in „den Rest der Welt“, darunter fallen besonders die Fernreisen. Als Glücksmonat wurde der Monat Mai herausgestellt, auch wenn hier weitere Monate vergleichbare Werte bekamen. Zudem sollte die Glücksreisedauer länger als 13 Tage dauern und am besten allein unternommen werden. Aber auch die Reisen, die zu zweit mit einer Person aus dem Freundeskreis stattfinden, machen glücklich. Die Reiseart, die am glücklichsten macht, ist eine Rundreise. Aber auch Städte/Kultururlaub und Spaß-/Fun-/Partyurlaub kann sehr glücklich machen. Um glücklich zu werden, sollte man in ein Hostel bzw. eine Jugendherberge reisen, am besten mit der Bahn. Aber auch eine Reise mit dem Auto zu Verwandten/Bekanntem macht glücklich. Für die Glücksreise sollte man dabei mehr als 2000 Euro ausgeben.

Die Studie in England (siehe Abschnitt 5.2) war etwas anders gestaltet. In drei Punkten finden sich aber vergleichbare Ergebnisse. Auch die Engländer reisen am liebsten weiter weg für mehr als 3000 Pfund mit Freunden, um eine Glücksreise zu erleben.

Ein Unterschied zwischen diesen Ergebnissen und der Glücks – Wunschreisekonstellation, wie auch in dieser Arbeit abgefragt, ist erheblich in zwei Punkten zu erkennen. Die Befragten

gaben an, dass sie gerne in ein Hotel/Gasthof mit dem Flugzeug reisen würden, wenn Geld und Zeit keine Rolle spielen würde. Tatsächlich glücklich gemacht hat sie aber die Bahn bzw. das Auto und das Hostel bzw. Verwandte/Bekannte. Hieran lässt sich noch einmal erkennen, wie groß der Einfluss von Geld und Zeit auf die Urlaubsgestaltung ist.



Abb. 24: Glücksreiseform

Demnach ist die Glückreiseform eine individuell geplante Rundreise allein oder mit einem Freund für über 2000 Euro, mit der Bahn oder dem Auto in ein Hostel oder zu Verwandten/Bekannten in ein Fernreiseziel im Mai für länger als 13 Tage.

Inwieweit diese Glückreiseform realistisch ist, sei dahin gestellt. Prinzipiell passen aber alle Komponenten zusammen. Rundreisen werden häufig individuell geplant und alleine unternommen. Sie dauern länger und gehen häufig in den Rest der Welt. Daraus resultiert, dass sie teurer sind als andere Reisen. Die Unterkunft Hostel oder Verwandte/Bekannte ist keine Seltenheit bei Rundreisen. Als Anreiseverkehrsmittel erscheint die Bahn oder das Auto in diesem Zusammenhang unrealistisch. Da aber nur nach dem Hauptverkehrsmittel gefragt wurde, ist es sicherlich realistisch, dass vor Ort die Bahn oder das Auto sehr häufig genutzt wird.

Wie einleitend erwähnt, meint Meike Winnemuth, dass das Glück des Reisens der Zufall ist. Diese Aussage wurde mit den Ergebnissen der Arbeit bekräftigt. Individualreisen und besonders Rundreisen bergen mehr Zufälle, da nicht alles vorweg durchgeplant ist. Insofern wurde die Glücksreiseform mit dieser Arbeit gefunden.

Ob dieses Ergebnis verwendbar ist, ist aufgrund der fehlenden Repräsentativität und der geringen Stichprobe eher umstritten. Da es sich bei dieser Arbeit um die Schließung einer Forschungslücke handelte, kann man diese aber sehr gut als Pilotstudie verwenden. In abgewandter Form können bei einer Wiederholung demnach brauchbare Ergebnisse erzielt werden.

Letztendlich bleibt Glück ein höchst subjektives Thema, welches durch zahlreiche Außeneinflüsse beeinflusst werden kann. Wissenschaftlich ist es daher schwer zu greifen. Die in dieser Arbeit rausgestellte Glücksreiseform ist demnach kein allgemeingültiger Maßstab fürs glückliche Reisen. Im Endeffekt muss jeder Reisende für sich selbst entscheiden, welche Reiseform ihn glücklich macht.

**Wichtiger Hinweis!**

Abschließend ist darauf hinzuweisen, dass aufgrund der fehlenden Repräsentativität der Umfrage die Daten nicht allgemein für die Deutschen gelten können. Der Titel dieser Arbeit widerspricht demnach den Ergebnissen.

Vielmehr beschreiben die Daten die Glücksreiseform von jungen (16 – 25 Jahre) deutschen Frauen, die sich vermehrt in Internetreiseforen aufhalten.

Mit dieser Entwicklung konnte bei der Konzeptionierung zu Beginn der Arbeit nicht gerechnet werden.

## 9. Quellenverzeichnis

### Literatur

Bellebaum, Alfred (1992): Glücksangebote in der Alltagswelt. In: Bellebaum, Alfred (Hrsg.): Glück du Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag GmbH, S. 209 - 221

Engelmann, Bea (2010): Reiseziel Glück: Machen Sie sich auf den Weg! Heidelberg: Carl – Auer – Systeme Verlag und Verlagsbuchhandlung GmbH

Frank, Renate (2013): Wohlbefinden fördern. Positive Therapie in der Praxis. Stuttgart: Klett - Cotta

Freyer, Walter (2009): Tourismus. Einführung in die Fremdenverkehrsökonomie. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH

FUR Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen e.V. (2013): Reiseanalyse 2013. Kurzfassung der Ergebnisse. Kiel: FUR Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen e.V.

Glatzer, Wolfgang (1992): Lebensqualität und subjektives Wohlbefinden. Ergebnisse sozialwissenschaftlicher Untersuchungen. In: Bellebaum, Alfred (Hrsg.): Glück du Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag GmbH, S. 49 - 86

Hampe, Michael (2011): Glück und Sinn. Das Problem von Einheit und Vielheit. In: Thomä, Dieter; Henning, Christoph; Mitscherlich – Schönherr, Olivia (Hrsg.): Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J.B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung und Carl Ernst Poeschel Verlag GmbH, S. 56 - 63

Hein, Grit (2011): Glück in den Neurowissenschaften. Was zeigen bildgebende Verfahren? In: Thomä, Dieter; Henning, Christoph; Mitscherlich – Schönherr, Olivia (Hrsg.): Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J.B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung und Carl Ernst Poeschel Verlag GmbH, S. 374 - 383

Horn, Christoph (2011): Glück bei Aristoteles. Der Güterpluralismus und seine Deutungen. In: Thomä, Dieter; Henning, Christoph; Mitscherlich – Schönherr, Olivia (Hrsg.): Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J.B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung und Carl Ernst Poeschel Verlag GmbH, S. 121 - 125

Hossenfelder, Malte (1992): Philosophie als Lehre vom glücklichen Leben. Antiker und neuzeitlicher Glücksbegriff. In: Bellebaum, Alfred (Hrsg.): Glück du Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag GmbH, S. 13 - 32

Hörisch, Jochen (2011): Glück im Deutschen. In: Thomä, Dieter; Henning, Christoph; Mitscherlich – Schönherr, Olivia (Hrsg.): Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J.B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung und Carl Ernst Poeschel Verlag GmbH, S. 13 – 15

Kamphausen, Georg (1992): Recht auf Glück? Pragmatisches Glücksstreben und heroische Glücksverachtung. In: Bellebaum, Alfred (Hrsg.): Glück und Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag GmbH, S. 86 - 102

Kant, Immanuel (2010): Grundlegung zur Metaphysik der Sitten. Hamburg: tredition GmbH

Kulinat, Klaus (2003): Tourismusnachfrage: Motive und Theorien. In: Becker, Hopfinger, Steinecke (Hrsg.): Geographie der Freizeit und des Tourismus. München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH, S. 97 - 112

Raffelhüschen, Bernd; Schöppner, Klaus -Peter (2012): Glücksatlas 2012. Bonn: Deutsche Post AG

Raffelhüschen, Bernd; Köcher, Renate (2011): Glücksatlas Deutschland 2011. Bonn: Deutsche Post AG

Raithel, Jürgen (2008): Quantitative Forschung – Ein Praxiskurs. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften

Seitz, Erwin; Meyer, Wolfgang (2006): Tourismusmarktforschung. Ein praxisorientierter Leitfaden für Touristik und Fremdenverkehr. München: Verlag Franz Vahlen GmbH

Schildhammer, Georg (2009): Glück. Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG

Schmid, Wilhelm (2007): Glück: Alles was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist. Frankfurt am Main und Leipzig: Insel Verlag

Steinecke, Albrecht (2011): Tourismus. Braunschweig: Bildungshaus Schulbuchverlag

Thomä, Dieter (2003): Vom Glück in der Moderne. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag

Veenhoven, Ruut (2011): Glück als subjektives Wohlbefinden. Lehren aus der empirischen Forschung. In: Thomä, Dieter; Henning, Christoph; Mitscherlich – Schönherr, Olivia (Hrsg.): Glück. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J.B. Metzler'sche Verlagsbuchhandlung und Carl Ernst Poeschel Verlag GmbH, S. 396 – 404

Winnemuth, Meike (2013): Das große Los – Wie ich bei Günther Jauch eine halbe Million gewann und einfach losfuhr. München: Albrecht Knaus Verlag

**Internet**

Kühnel, Jana; Sonnentag, Sabine 2011: How long do you benefit from vacation? A closer look at the fade – out of vacation effects

URL: [http://kops.ub.uni-konstanz.de/bitstream/handle/urn%3Anbn%3Ade%3Absz%3A352-144974/K%C3%BChnel\\_benefit.pdf?sequence=3](http://kops.ub.uni-konstanz.de/bitstream/handle/urn%3Anbn%3Ade%3Absz%3A352-144974/K%C3%BChnel_benefit.pdf?sequence=3) [Stand: 10.04.2014]

Merkure online: Münchener Zeitungs - Verlag GmbH & Co. KG(2010): Die Formel für das Urlaubsglück.

URL: <http://www.merkur-online.de/freizeit/reise/ratgeber-reise/psychologie/formel-urlaubsglueck-911783.html> [Stand 10.04.2014]

Schober, Reinhard 1993: (Urlaub-)Erleben, (Urlaubs-) Erlebnis.

URL: [soziologie.soz.uni-linz.ac.at/sozthe/freitour/skriptum/Erlebnis.doc](http://soziologie.soz.uni-linz.ac.at/sozthe/freitour/skriptum/Erlebnis.doc) [Stand 10.04.2014]

Skyscanner (2010): Tourists must travel far for happiness; Australia is happiest holiday destination. Skyscanner devises formula for happy holiday.

URL: <http://www.skyscanner.net/news/tourists-must-travel-far-happiness-australia-happiest-holiday-destination> [Stand 10.04.2014]

Das Statistikportal (2014): Nutzen Sie das Internet?

URL: <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/4374/umfrage/internetnutzung-nach-altersgruppen/> [Stand 18.04.2014]

Veenhoven, Ruut; Nawjin, Jeroen; Marchand, Miquelle A. ; Vingerhoets, Ad J. (2010): Vacationers happier, but most not happier after a holiday.

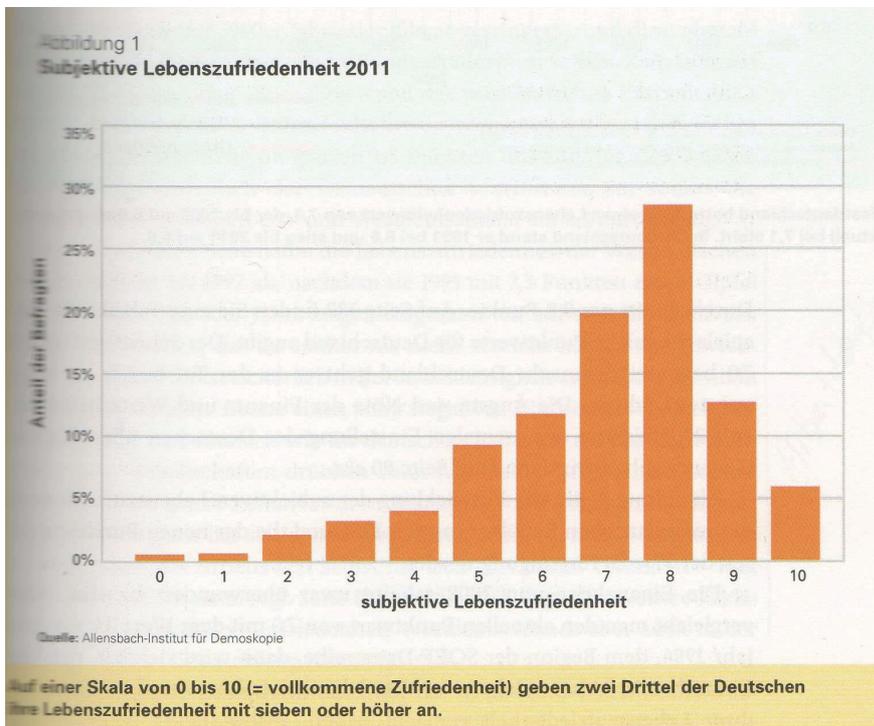
URL: [http://download.springer.com/static/pdf/524/art%253A10.1007%252Fs11482-009-9091-9.pdf?auth66=1394356435\\_020f4402063fa309d83edc7c57a9d6b1&ext=.pdf](http://download.springer.com/static/pdf/524/art%253A10.1007%252Fs11482-009-9091-9.pdf?auth66=1394356435_020f4402063fa309d83edc7c57a9d6b1&ext=.pdf) [Stand: 10.04.2014]

Veenhoven, Ruut (2006): How do we assess how happy we are? Tenets, Implications and tenability of three theories.

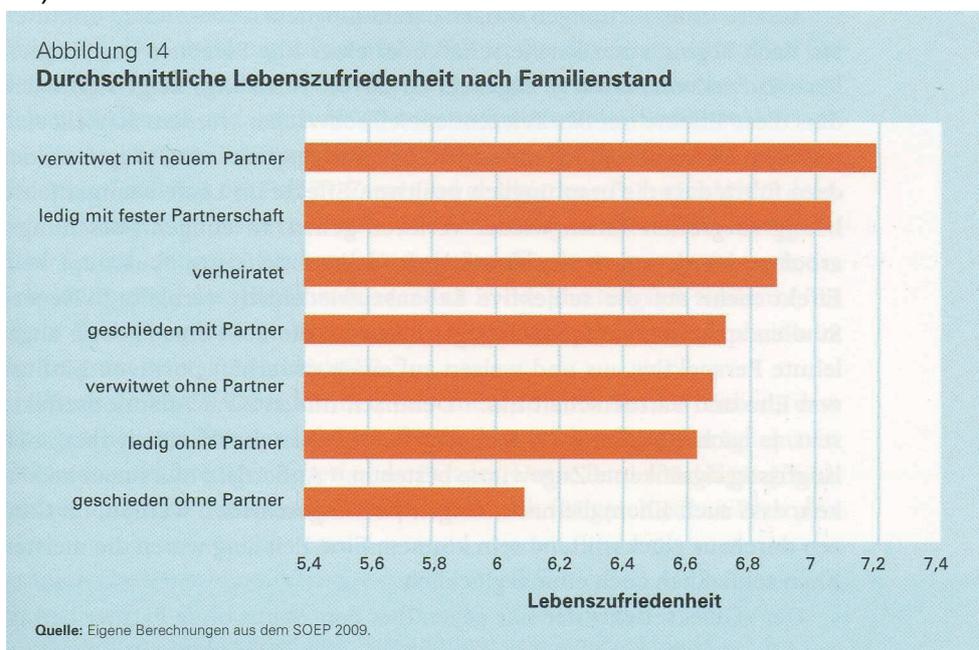
URL: [https://www3.nd.edu/~adutt/activities/documents/Veenhoven\\_paper.pdf](https://www3.nd.edu/~adutt/activities/documents/Veenhoven_paper.pdf)[Stand [10.04.2014]

## Anhang A: Abbildungen allgemeine Glücksforschung und Reiseanalyse 2013

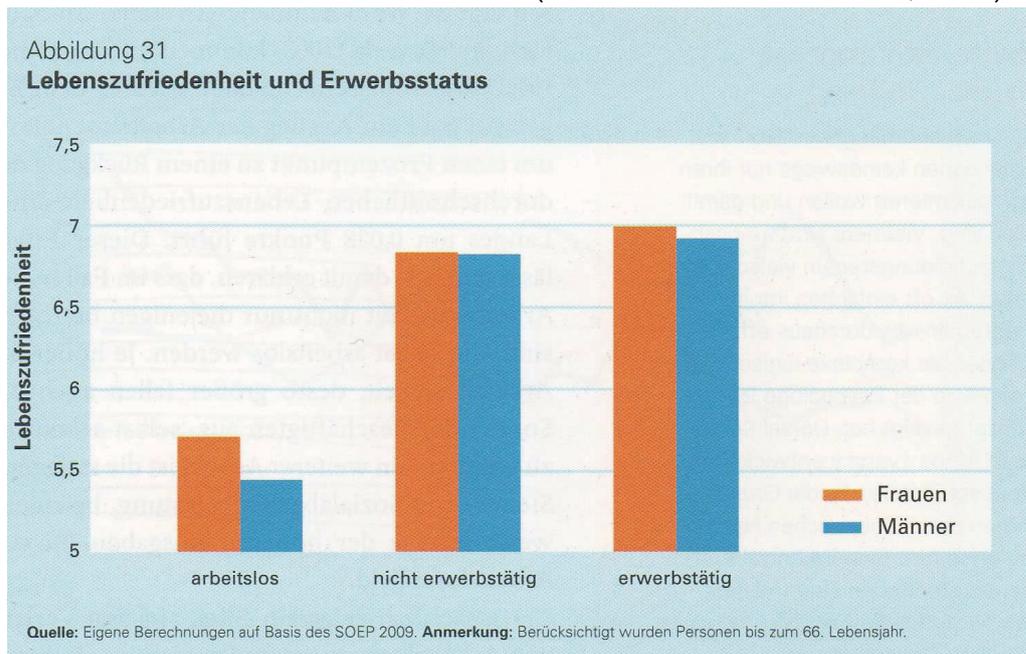
Subjektive Lebenszufriedenheit 2011 (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 33)



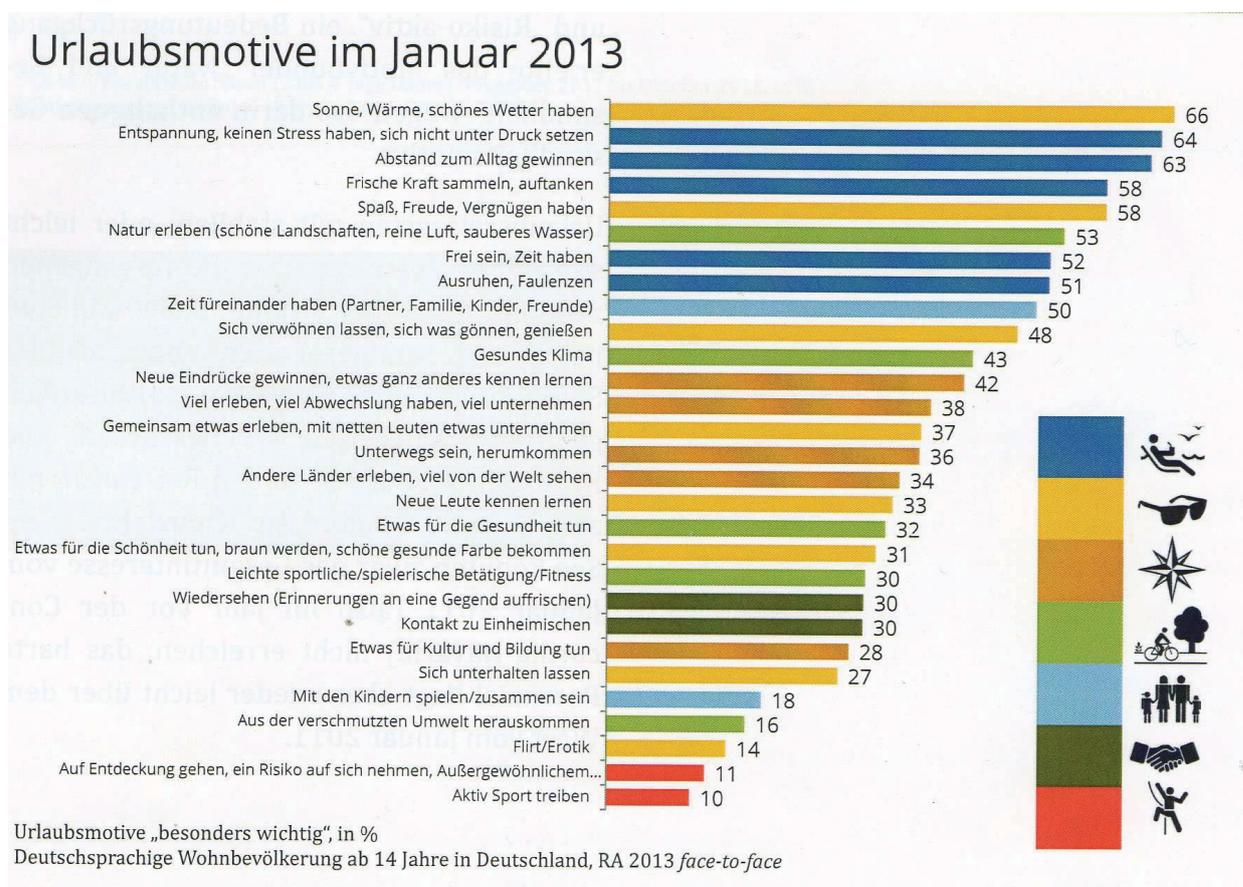
Durchschnittliche Lebenszufriedenheit nach Familienstand (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 61)



Lebenszufriedenheit und Erwerbsstatus (Raffelhüschen/Köcher 2011, S. 93)

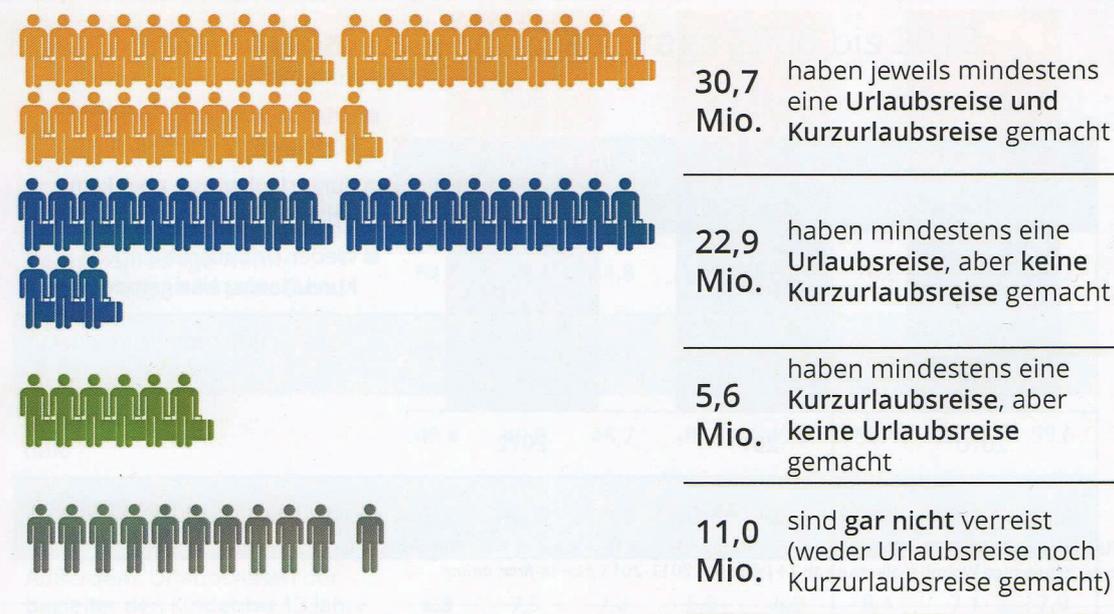


Urlaubsmotive im Januar 2013 (FUR Reiseanalyse 2013)



Urlaubsreisende und Kurzurlaubsreisende (FUR Reiseanalyse 2013)

Urlaubsreisende und Kurzurlaubsreisende 2012

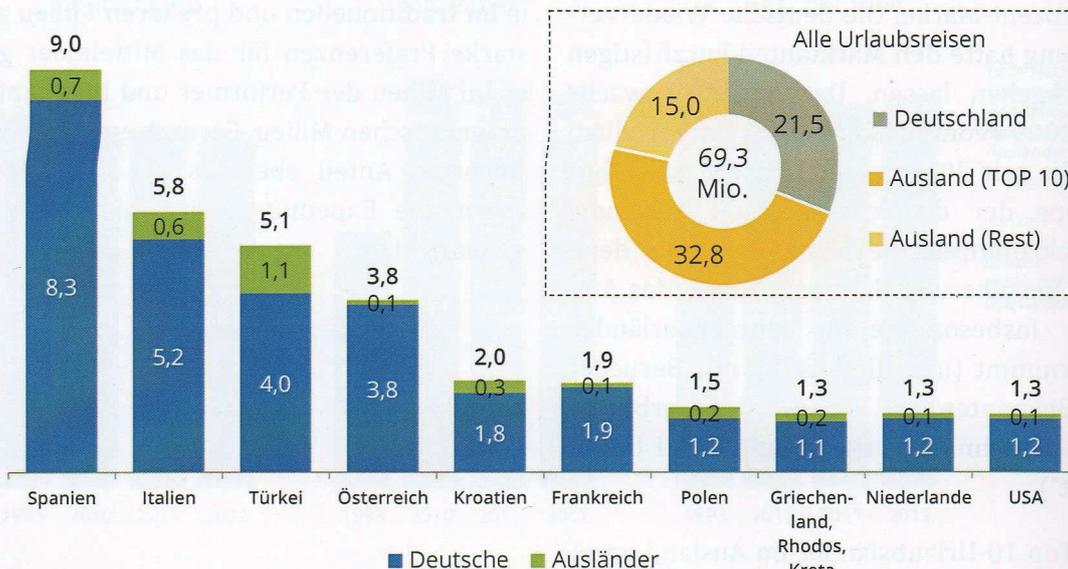


Urlaubsreisende (ab 5 Tage Dauer) und Kurzurlaubsreisende (2-4 Tage), FUR-Schätzung  
 Deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre, RA 2013 face-to-face, online

~ 1 Mio. Personen

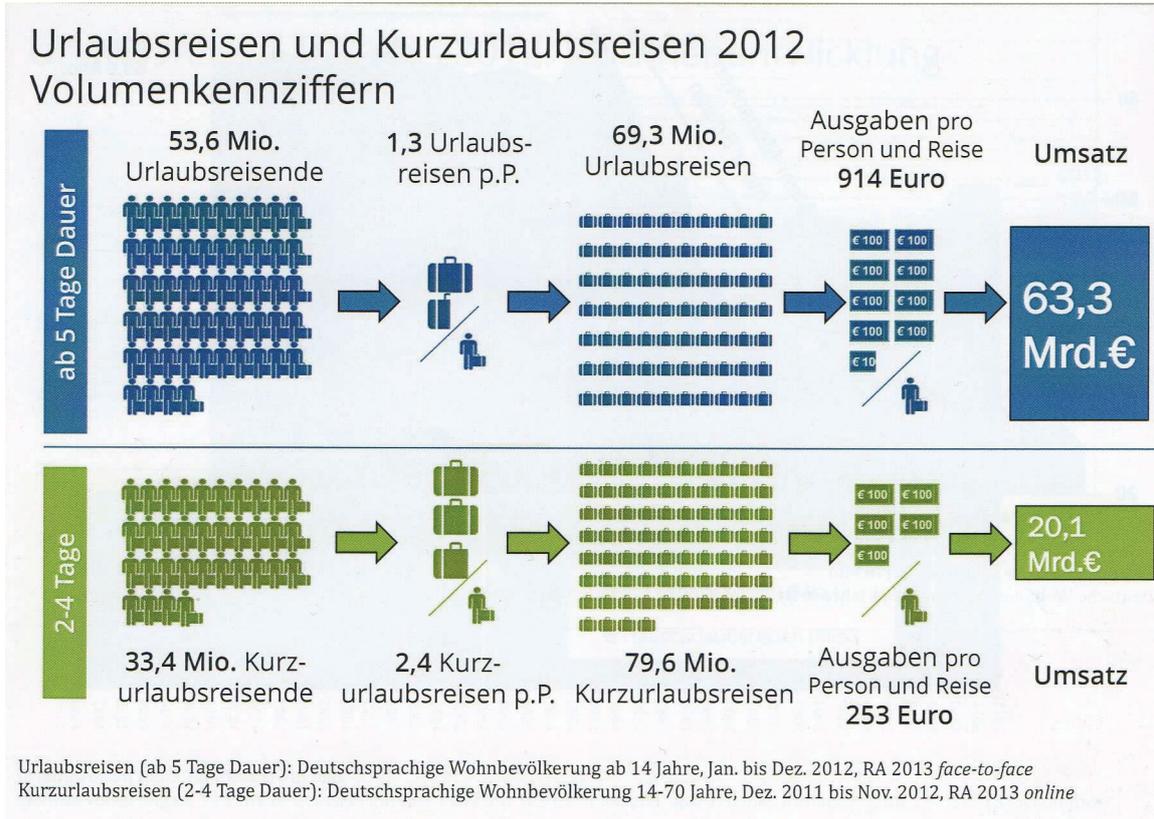
Top 10 - Urlaubsländer(FUR Reiseanalyse 2013)

TOP 10-Urlaubsländer (Ausland) 2012

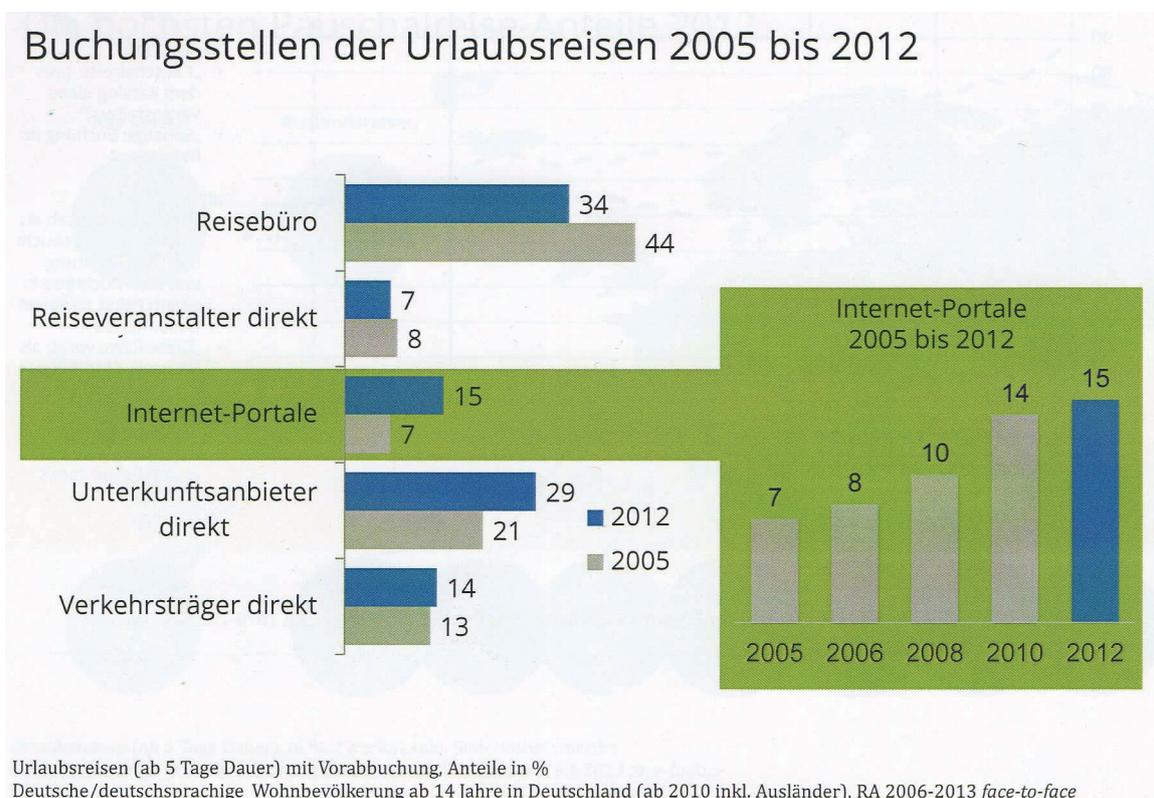


Urlaubsreisen (ab 5 Tagen Dauer), in Mio., Rundungsdifferenzen möglich  
 Deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre, RA 2013 face-to-face

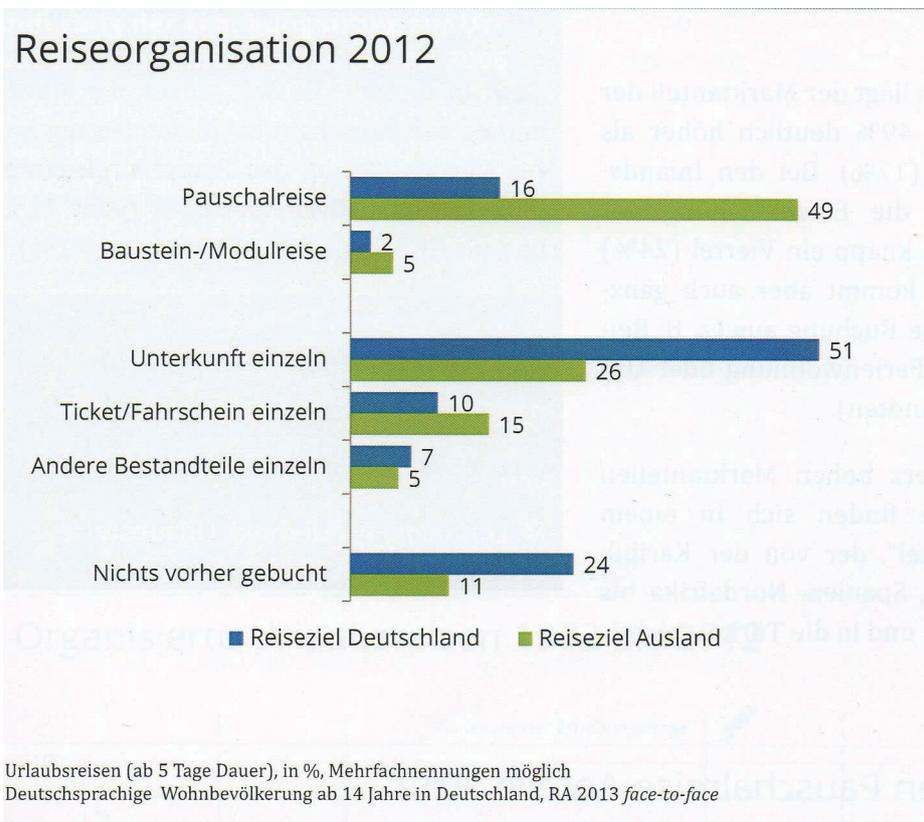
Ausgaben Urlaubsreisen und Kurzurlaubsreisen (FUR Reiseanalyse 2013)



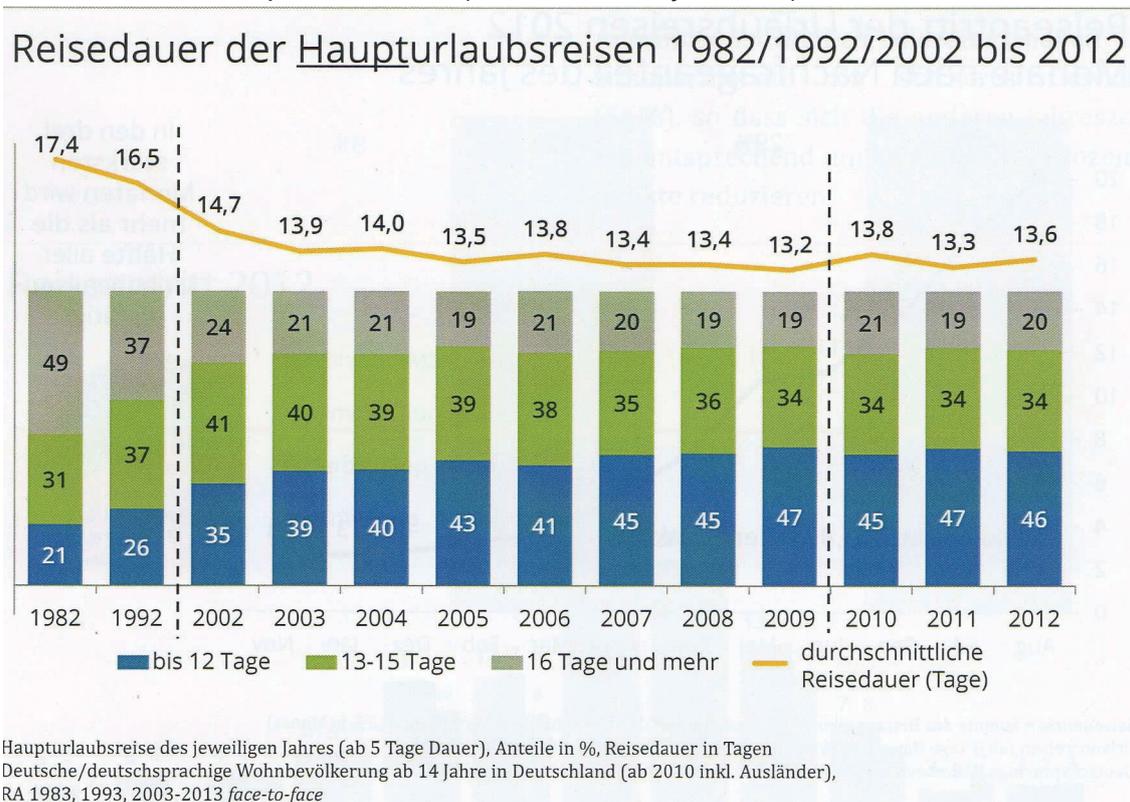
Buchungsstellen für Urlaubsreisen (FUR Reiseanalyse 2013)



Reiseorganisation(FUR Reiseanalyse 2013)

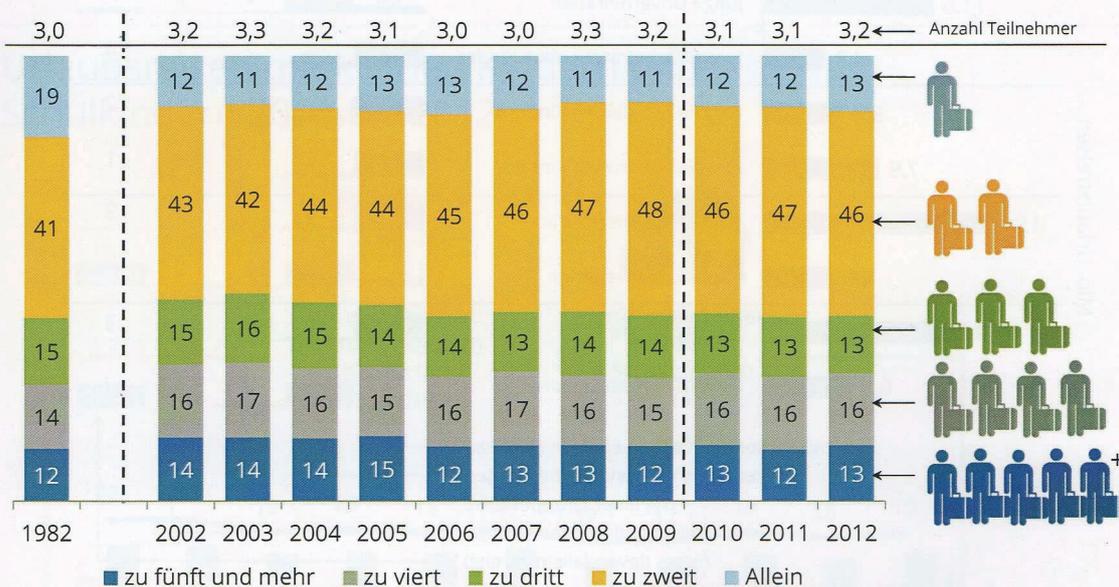


Reisedauer der Haupturlaubsreise (FUR Reiseanalyse 2013)



Reisebegleitung (FUR Reiseanalyse 2013)

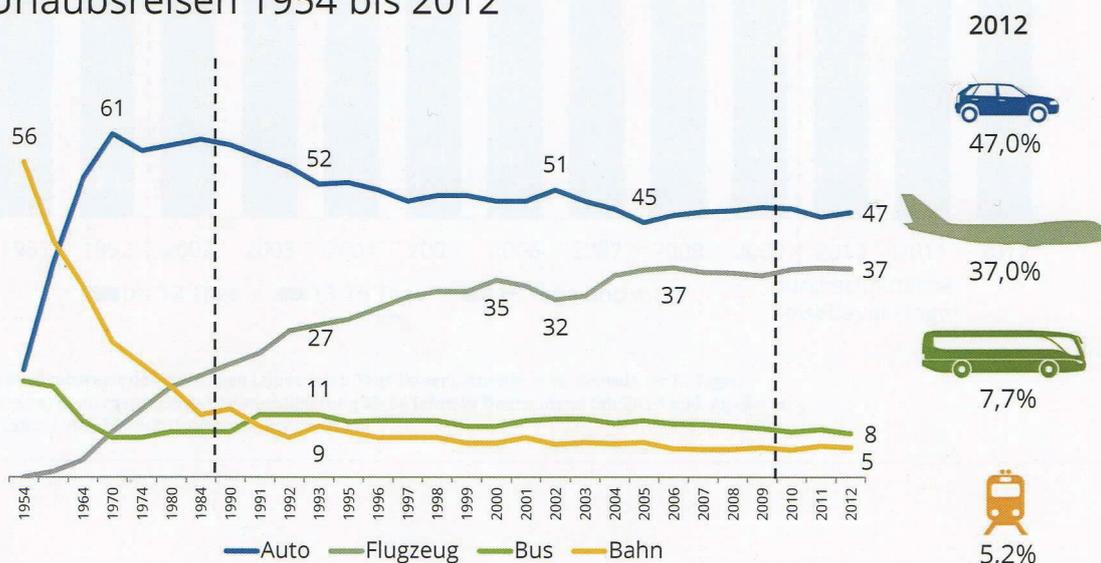
Reisebegleitung 1982/2002 bis 2012



Urlaubsreisen (ab 5 Tage Dauer), in %  
 Deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre in Deutschland (ab 2010: inkl. Ausländer), 1982: Nur Westdeutschland, 1982 und 1992: Nur Haupturlaubsreisen, RA 1982, RA 2003-2013 face-to-face

Verkehrsmittel (FUR Reiseanalyse 2013)

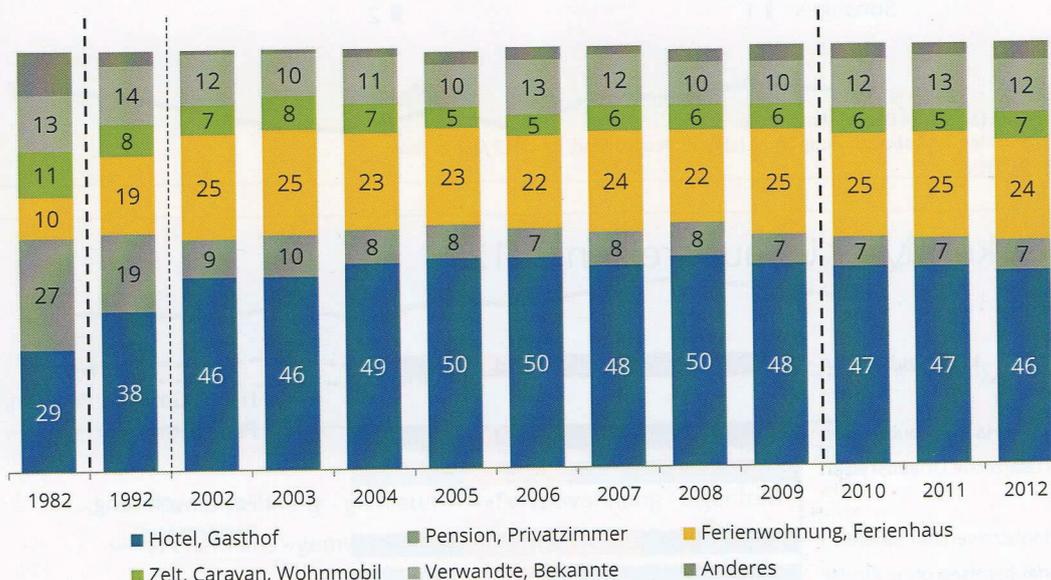
Ausgewählte Verkehrsmittel der  
 Urlaubsreisen 1954 bis 2012



Urlaubsreisen (ab 5 Tage Dauer), %, „Auto“ inkl. Wohnwagen und Wohnmobil  
 RA 1970-2013 face-to-face, 1954-1969: Diverse Untersuchungen  
 Deutsche/deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre in Deutschland (bis 1990 nur Westdeutsche, ab 2010 inkl. Ausländer)

Unterkunft (FUR Reiseanalyse 2013)

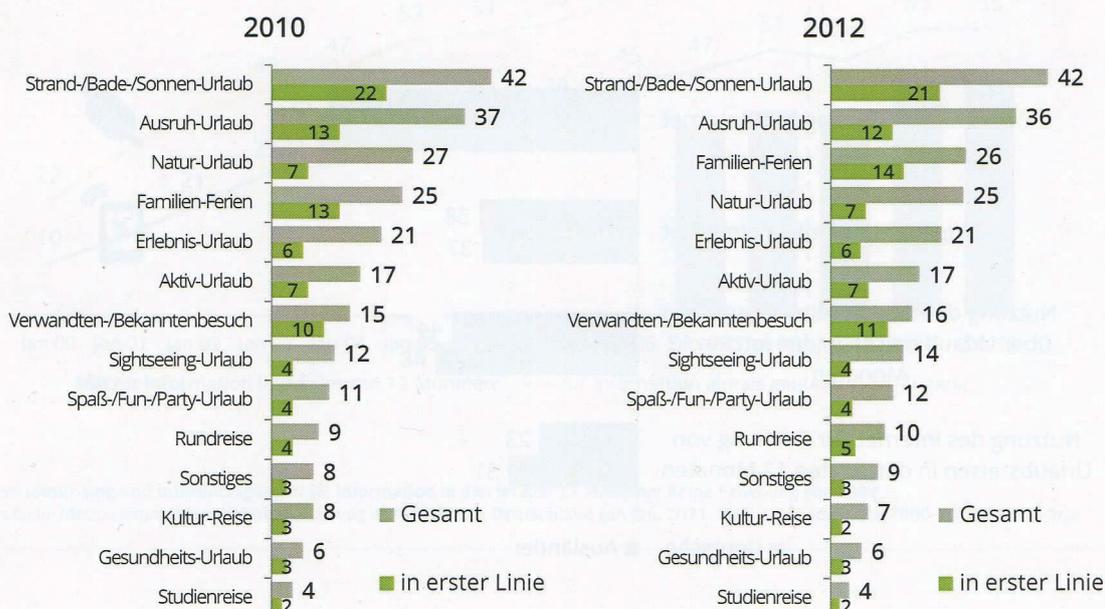
Unterkunft bei den Urlaubsreisen 1982/1992/2002 bis 2012



Urlaubsreisen (ab 5 Tage Dauer), Anteil in %, 1982: Nur Haupturlaubsreise  
 Deutsche/deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre in Deutschland (1982: Nur Westdeutsche, ab 2010: inkl. Ausländer)  
 RA 1982, 1992, 2003-2013 face-to-face

Urlaubsreiseart (FUR Reiseanalyse 2013)

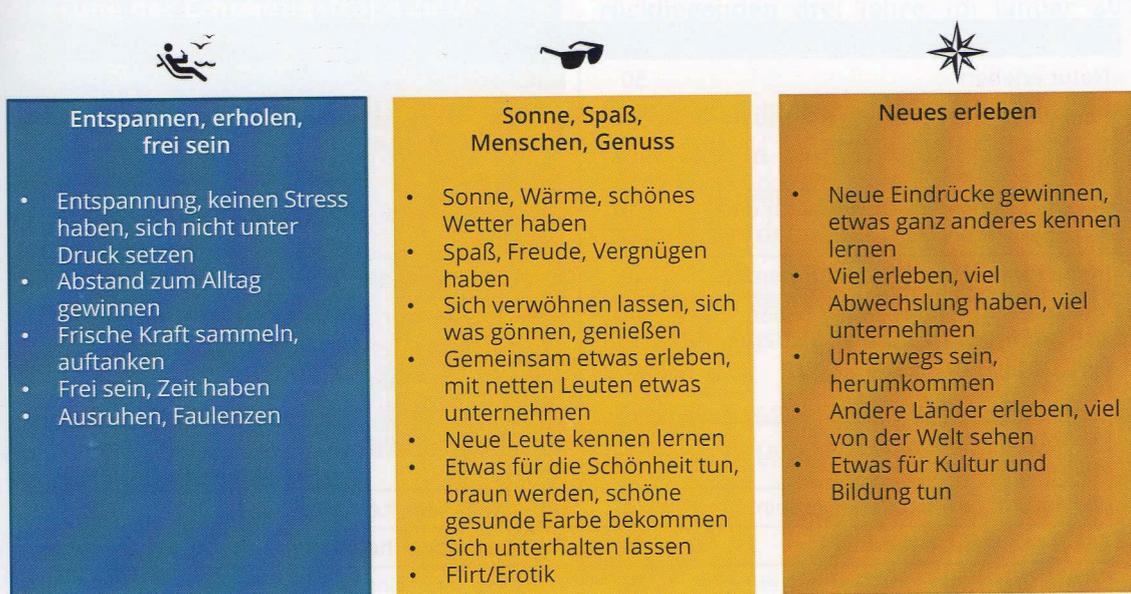
Urlaubsreisearten 2010 und 2012



Urlaubsreisen (ab 5 Tage Dauer), Urlaubsreiseart insgesamt (Mehrfachnennungen) und „in erster Linie“ (nur eine Nennung), in %  
 Deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahre in Deutschland, RA 2012-2013 face-to-face

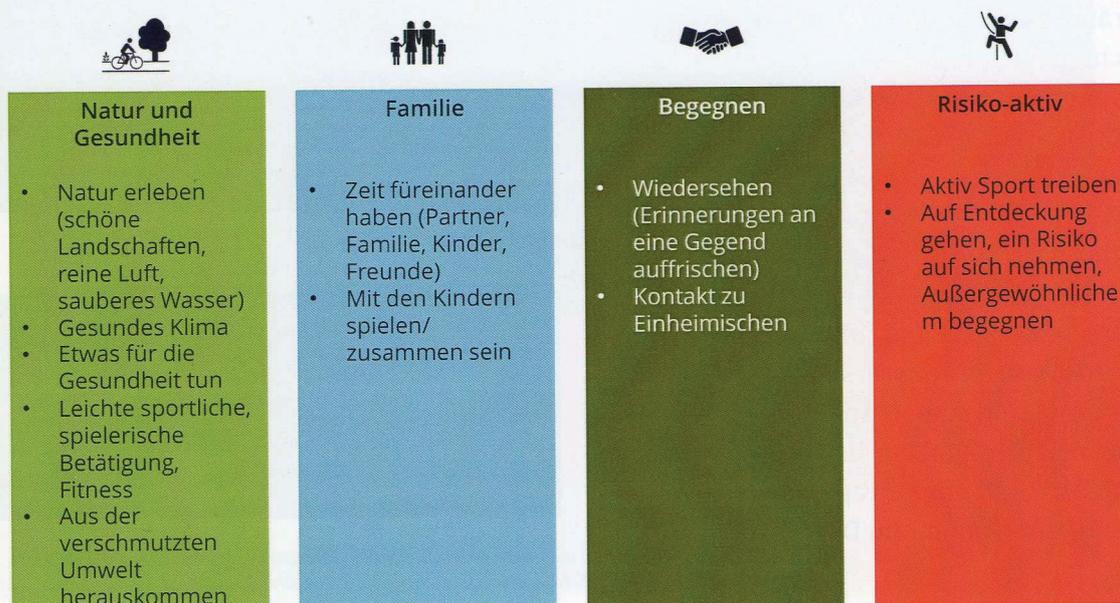
## Gruppen von Urlaubsmotiven (FUR Reiseanalyse 2013)

## Gruppen von Urlaubsmotiven (Gruppen 1 bis 3)



Gruppen von Urlaubsmotiven (drei von sieben Gruppen); Hauptkomponentenanalyse auf Basis der Daten RA 2012

## Gruppen von Urlaubsmotiven (Gruppen 4 bis 7)



Gruppen von Urlaubsmotiven (vier von sieben Gruppen); Hauptkomponentenanalyse auf Basis der Daten RA 2012

## Anhang B: Fragebogen

## Das Glück des Reisens: Welche Reiseform macht Sie am glücklichsten?

**Reisen macht glücklich! Dies ist dank renommierten Studien bewiesen. Doch welche Reiseform dabei am glücklichsten macht, darüber gibt es bis zum jetzigen Zeitpunkt noch keine Erkenntnisse. Im Rahmen meiner Bachelorarbeit möchte ich dies gerne ändern und Sie bitten, sich ein paar Minuten Zeit für meinen Fragebogen zu nehmen. Die Fragen beziehen sich auf Ihr Reiseverhalten und Glückslevel.**

**Alle Daten werden selbstverständlich anonym erhoben.**

**Bitte nur ausfüllen, wenn Sie über 16 Jahre alt sind und jemals eine Reise unternommen haben (Geschäftsreisen ausgeschlossen). Die Fragen beziehen sich auf Ihre letzte Reise.**

1. Wie lange liegt Ihre letzte Reise bereits zurück?
 

<input type="checkbox"/> befinde mich gerade im Urlaub	<input type="checkbox"/> länger als drei Monate
<input type="checkbox"/> länger als eine Woche	<input type="checkbox"/> länger als ein halbes Jahr
<input type="checkbox"/> länger als ein Monat	<input type="checkbox"/> länger als ein Jahr
2. Wohin ging Ihre letzte Reise?
 

<input type="checkbox"/> Deutschland	<input type="checkbox"/> Mittelmeer	<input type="checkbox"/> Rest der Welt
--------------------------------------	-------------------------------------	--
3. In welches Land/ Bundesland ging Ihre letzte Reise konkret?

---

4. In welchem Monat fand Ihre letzte Reise statt?  
*Mehrfachantworten bei Monatsüberschneidung*

<input type="checkbox"/> Januar	<input type="checkbox"/> April	<input type="checkbox"/> Juli	<input type="checkbox"/> Oktober
<input type="checkbox"/> Februar	<input type="checkbox"/> Mai	<input type="checkbox"/> August	<input type="checkbox"/> November
<input type="checkbox"/> März	<input type="checkbox"/> Juni	<input type="checkbox"/> September	<input type="checkbox"/> Dezember
5. Wie lange dauerte Ihre letzte Reise?
 

<input type="checkbox"/> vier Tage oder weniger (Kurzreise)	<input type="checkbox"/> bis 12 Tage
<input type="checkbox"/> 5 - 6 Tage	<input type="checkbox"/> 13 - 15 Tage
<input type="checkbox"/> eine Woche	<input type="checkbox"/> 16 Tage oder mehr
6. Um was für eine Reiseart handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?  
*Mehrfachantworten möglich*

<input type="checkbox"/> Strand-/Bade-/Sonnenurlaub	<input type="checkbox"/> Spaß-/Fun-/Partyurlaub
<input type="checkbox"/> Natur-Urlaub	<input type="checkbox"/> Gesundheits-/Wellnessurlaub
<input type="checkbox"/> Familien-Ferien	<input type="checkbox"/> Rundreise (Land und Leute entdecken)
<input type="checkbox"/> Aktiv-Urlaub (mit sportlicher Aktivität)	<input type="checkbox"/> Studienreise
<input type="checkbox"/> Verwandten-/Bekanntebesuch	<input type="checkbox"/> Andere <input style="width: 100px;" type="text"/>
<input type="checkbox"/> Städte-/Kultururlaub	
7. Worum handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?
 

<input type="checkbox"/> eher um eine Pauschalreise	<input type="checkbox"/> eher um eine Individualreise
---	---
8. Mit wie vielen Personen sind Sie verreist?  
*Sie eingeschlossen*

<input type="checkbox"/> Allein	<input type="checkbox"/> mit vier Personen
<input type="checkbox"/> mit zwei Personen	<input type="checkbox"/> mit fünf Personen oder mehr
<input type="checkbox"/> mit drei Personen	
9. In welcher Beziehung standen Sie zu Ihrer Reisebegleitung?  
*Mehrfachantworten möglich*

<input type="checkbox"/> Allein	<input type="checkbox"/> Familie	<input type="checkbox"/> Bekannte	<input type="checkbox"/> Sonstiges <input style="width: 100px;" type="text"/>
<input type="checkbox"/> Partner/in	<input type="checkbox"/> Freunde	<input type="checkbox"/> Kollegen	
10. In welcher Unterkunft waren Sie untergebracht?
 

<input type="checkbox"/> Hotel, Gasthof	<input type="checkbox"/> Verwandte, Bekannte
<input type="checkbox"/> Hostel, Jugendherberge	<input type="checkbox"/> Zelt, Caravan, Wohnmobil
<input type="checkbox"/> Pension, Privatzimmer	<input type="checkbox"/> Anderes <input style="width: 100px;" type="text"/>
<input type="checkbox"/> Ferienwohnung, Ferienhaus	
11. Welches Verkehrsmittel haben Sie als Hauptverkehrsmittel genutzt?  
*Bitte nur eine Antwort ankreuzen*

<input type="checkbox"/> Auto	<input type="checkbox"/> Bus	<input type="checkbox"/> Fahrrad	<input type="checkbox"/> Sonstiges <input style="width: 100px;" type="text"/>
<input type="checkbox"/> Flugzeug	<input type="checkbox"/> Bahn	<input type="checkbox"/> Wohnmobil	

## Das Glück des Reisens: Welche Reiseform macht Sie am glücklichsten? Seite 2

12. Wie viel haben Sie für Ihre Reise inkl. Aktivitäten vor Ort ungefähr insgesamt pro Person ausgegeben?
- weniger als 250 Euro       1001 - 2000 Euro       keine Angabe  
 250 - 500 Euro       2001 - 3000 Euro  
 501 - 1000 Euro       mehr als 3000 Euro
13. Was war der Hauptzweck Ihrer Reise?  
*max. 2 Antwortmöglichkeiten*
- Entspannen, erholen, frei sein       Gesundheit fördern  
 Sonne, Strand, Wetter genießen       Zeit mit der Familie/mit Freunden verbringen  
 Party, Spaß haben       sportlich aktiv sein  
 Neues erleben       Land und Leute erleben  
 Natur erleben       Sonstiges
14. Wurde dieser Zweck erfüllt?
- ja       teilweise       nein
15. Wie würden Sie sich eher einschätzen?
- als Pessimist       als Optimist       weder noch
16. Wie hoch waren Ihre Erwartungen an den gesamten Urlaub vor der Reise?
- sehr hoch       nicht so hoch  
 hoch       niedrig  
 mittel       Ich hatte keine Erwartungen
17. Wurden diese Erwartungen erfüllt?
- ja, übertroffen       nein, gar nicht  
 ja, wie erwartet       Ich hatte keine Erwartungen  
 nur teilweise
18. Wie glücklich hat Sie die Reise während Ihres Aufenthalts insgesamt gemacht?  
 sehr unglücklich 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 sehr glücklich
19. Auf einer Reise fühlt man sich mal mehr, mal weniger glücklich. Glücklich gefühlt haben Sie sich während der gesamten Zeit auf der Reise zu \_\_\_\_\_%
20. Wie zufrieden waren Sie mit Ihrer letzten Reise?  
 vollkommen unzufrieden 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 vollkommen zufrieden
21. Wie wohl haben Sie sich während der Reise überwiegend gefühlt?  
 ausgesprochen unwohl 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 ausgesprochen wohl
22. Welches waren rückblickend Ihre glücklichsten Momente?  
 \_\_\_\_\_
23. Gab es auch unglückliche Momente während der Reise?
- ja       nein       weiß nicht
24. Wie oft waren Sie während der Reise gestresst?
- immer       oft       manchmal       fast nie       nie
- Ihre Glücks - Reise - Konstellation: Unabhängig von Ihrer zeitlichen und finanziellen Situation bitte ich Sie, für die folgenden 9 Fragen die Antworten anzukreuzen, die Sie, Ihrem Glauben nach, am glücklichsten machen würden. Bitte geben Sie nicht an, wie Sie sonst reisen, es sei denn, es macht Sie am glücklichsten ;)**
25. Was macht Sie während einer Reise allgemein glücklich?  
 \_\_\_\_\_
26. Reiseart  
*Mehrfachantworten möglich*
- Strand-/Bade-/Sonnenurlaub       Spaß-/Fun-/Partyurlaub  
 Natur-Urlaub       Gesundheits-/Wellnessurlaub  
 Familien-Ferien       Rundreise (Land und Leute entdecken)  
 Aktiv-Urlaub (mit sportlicher Aktivität)       Studienreise  
 Verwandten-/Bekanntesbesuch       Andere   
 Städte-/Kultururlaub

## Das Glück des Reisens: Welche Reiseform macht Sie am glücklichsten? Seite 3

27. Dauer der Reise
- vier Tage oder weniger (Kurzreise)       bis 12 Tage
- 5 - 6 Tage       13 - 15 Tage
- eine Woche       16 Tage oder mehr
28. Zielort
- Deutschland       Mittelmeer       Fernreise       Land:
29. Mit wem würden Sie am liebsten verreisen?
- Allein       Familie       Bekannte       Sonstiges
- Partner/in       Freunde       Kollegen
30. Reisebegleitung
- Allein       mit vier Personen
- mit zwei Personen       mit fünf Personen oder mehr
- mit drei Personen
31. Unterkunft
- Hotel, Gasthof       Verwandte, Bekannte
- Hostel, Jugendherberge       Zelt, Caravan, Wohnmobil
- Pension, Privatzimmer       Anderes
- Ferienwohnung, Ferienhaus
32. Hauptverkehrsmittel
- Auto       Bus       Fahrrad       Sonstiges
- Flugzeug       Bahn       Wohnmobil
33. Was schätzen Sie was Ihre Traumreise kosten würde?
- weniger als 250 Euro       500 - 1000 Euro       2000 - 3000 Euro
- 250 - 500 Euro       1000 - 2000 Euro       mehr als 3000 Euro
- Demographische Angaben**
34. Alter
- 16 - 25 Jahre       36 - 45 Jahre       56 - 65 Jahre
- 26 - 35 Jahre       46 - 55 Jahre       älter als 65 Jahre
35. Geschlecht
- männlich       weiblich
36. Wohnort
- Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner)       Großstadt (ab 100.000 Einwohner)
- Mittelstadt (20.000 - 100.000 Einwohner)
37. Berufsstatus
- Schüler/ Student       Erwerbstätig       nicht Erwerbstätig
38. Haushaltsnettoeinkommen
- unter 1000 Euro       2000 - 3000 Euro       keine Angabe
- 1000 - 2000 Euro       mehr als 3000 Euro

**Anhang C: Liste der Foren im Internet**

- ❖ Holidaycheck – Forum
- ❖ Tripadvisor – Forum
- ❖ Fernwehforum
- ❖ Weltreiseforum
- ❖ Reisefuchsforum
- ❖ Ingrid's – Reiseforum
- ❖ Reisen Exclusive – Twitter
- ❖ Urlaubshamster- Facebookseite
- ❖ Urlaubsguru – Facebookseite
- ❖ Thomas Cook - Facebookseite
- ❖ Neckermann – Facebookseite
- ❖ Urlaubspiraten - Facebookseite
- ❖ Urlaubsrebell – Facebookseite
- ❖ Tourismusbesprechungsraum – Facebookseite
- ❖ STA Travel Germany – Facebookseite
- ❖ Reisezeit – Facebookseite
- ❖ Reisedeals.com – Facebookseite
- ❖ Urlaubsburner – Facebookseite
- ❖ Urlaub.de – Facebookseite
- ❖ Urlaub – Facebookseite
- ❖ Reisen – Facebookseite
- ❖ Holiday 4 me – Facebookgruppe
- ❖ Reisen – Reisen – Reisen – Facebookgruppe
- ❖ Reisende – Facebookgruppe
- ❖ Reise – Facebookgruppe
- ❖ Urlaubstipps – Facebookgruppe
- ❖ Reisen – Urlaub – Facebookgruppe
- ❖ Urlaubsreif - Facebookgruppe

## Anhang D: Tabellenband: Ergebnisse der Untersuchung

### 1. Einfache Häufigkeiten

#### Frage 1: Wie lange liegt Ihre letzte Reise bereits zurück?

		Anzahl	%
letzte Reise	befinde mich gerade im Urlaub	10	2,5
	länger als eine Woche	77	19,6
	länger als einen Monat	66	16,8
	länger als drei Monate	76	19,3
	länger als ein halbes Jahr	129	32,8
	länger als ein Jahr	35	8,9
	Gesamt	393	100,0

N = 401, keine Angabe: 8

#### Frage 2: Wohin ging Ihre letzte Reise?

		Anzahl	%
Zielgebiet	Deutschland	69	17,7
	Mittelmeer	108	27,7
	Rest der Welt	213	54,6
	Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angabe: 11

**Frage 3: In welches Land/Bundesland ging Ihre letzte Reise konkret?**

Mehrfachgenannte Länder/Städte/ Regionen	Anzahl
Spanien	33
Türkei	25
Österreich	18
Berlin	15
Ägypten, USA, Italien	14
Thailand	12
Mallorca	11
Frankreich, Griechenland, Mecklenburg – Vorpommern	10
Niederlande, Hamburg	9
Dänemark, England, Schleswig - Holstein	8
Indien, Portugal	6
Dominikanische Republik	5
Karibik, Südafrika, Baden – Württemberg, Nordrhein - Westfalen	4
Belgien, Brasilien, Bulgarien, Dubai, Indonesien, Kroatien, Marokko, Mauritius, Norwegen, Südostasien, Tunesien, Kanaren, Kambodscha, Köln	3
Gran Canaria, Irland, Kanada, Malta, Mexico, Peru, Zypern, Florida, Hessen, London	2
Argentinien, Äthiopien, Ecuador, Ibiza, Israel, Japan, Kolumbien, Lettland, Polen, Schweden, Slowakei, Amsterdam, Andalusien, Bali, Brandenburg, Hongkong, Istanbul, Kapverden, Nepal, New York, Oman, Salzburg, Prag, Sizilien St. Lucia, Taiwan, Tansania, Thüringen	1

**Frage 4: In welchem Monat fand Ihre letzte Reise statt?**

		Anzahl	%
Reisemonat	Januar	45	11,5
	Februar	64	16,4
	März	88	22,5
	April	13	3,3
	Mai	14	3,6
	Juni	24	6,1
	Juli	23	5,9
	August	43	11,0
	September	46	11,8
	Oktober	39	10,0
	November	26	6,6
	Dezember	34	8,7
	Gesamt	391	100,0

N = 391, Mehrfachantworten bei Monatsüberschneidung möglich

**Frage 5: Wie lange dauerte Ihre letzte Reise?**

		Anzahl	%
Reisedauer	vier Tage oder weniger (Kurzreise)	75	19,1
	5 - 6 Tage	41	10,5
	eine Woche	102	26,0
	bis 12 Tage	54	13,8
	13 - 15 Tage	59	15,1
	16 Tage oder mehr	61	15,6
	Gesamt	392	100,0

N = 401, keine Angabe: 9

**Frage 6: Um was für eine Reiseart handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?**

		Anzahl	%
Reiseart	Strand-/Bade-/Sonnenurlaub	132	33,8
	Natur-Urlaub	48	12,3
	Familien-Ferien	54	13,8
	Aktiv-Urlaub (mit sportlicher Aktivität)	59	15,1
	Verwandten-/Bekanntesbesuch	38	9,7
	Städte-/Kultururlaub	124	31,7
	Spaß-/Fun-/Partyurlaub	40	10,2
	Gesundheits-/Wellnessurlaub	13	3,3
	Rundreise (Land und Leute entdecken)	93	23,8
	Studienreise	11	2,8
	Andere	27	6,9
	Gesamt	391	100,0

N = 391, Mehrfachantworten möglich

**Frage 6: Sonstige Antworten**

		Anzahl	%
	Auslandssemester	1	
	Backpacking	2	
	Busreise	1	
	Camping	1	
	Ferienhaus	1	
	Flitterwochen	1	
	Inforeise	2	
	Kreuzfahrt	8	
	Parteitag	1	
	Schulische Exkursion	1	
	Silvesterurlaub	1	
	Skiurlaub	1	
	Sprachreise	1	
	Surfreise	1	
	Winterurlaub	1	

**Frage 7: Worum handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?**

	Anzahl	%
eher um eine Pauschalreise	127	32,6
eher um eine Individualreise	262	67,4
Gesamt	389	100,0

N = 401, keine Angaben: 12

**Frage 8: Mit wie vielen Personen sind Sie verreist?**

	Anzahl	%	
Reisebegleitung	Allein	51	13,1
	mit zwei Personen	216	55,4
	mit drei Personen	40	10,3
	mit vier Personen	44	11,3
	mit fünf Personen oder mehr	39	10,0
	Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angaben: 11

**Frage 9: In welcher Beziehung standen Sie zu Ihrer Reisebegleitung?**

	Anzahl	%	
Reisebeziehung	Allein	41	10,8
	Partner/in	97	25,7
	Familie	146	38,6
	Freunde	111	29,4
	Bekannte	12	3,2
	Kollegen	11	2,9
	Sonstiges	8	2,1
	Gesamt	378	100,0

N = 378, Mehrfachantworten möglich

**Frage 9: Sonstiges**

	Anzahl
Internetbekanntschaft Joinmytrip.de	1
Lehrer	1
Mitbewohner	1
Reisegast	1

**Frage 10: In welcher Unterkunft waren Sie untergebracht?**

		Anzahl	%
Unterkunft	Hotel, Gasthof	189	48,5
	Hostel, Jugendherberge	27	6,9
	Pension, Privatzimmer	20	5,1
	Ferienwohnung, Ferienhaus	51	13,1
	Verwandte, Bekannte	30	7,7
	Zelt, Caravan, Wohnmobil	15	3,8
	Anderes	58	14,9
	Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angaben: 11

**Frage 10: Sonstiges**

		Anzahl
	Apartment	3
	Bedand Breakfast	1
	Clubanlage	4
	Couchsurfing	4
	Gastfamilien	1
	Kloster	1
	Kreuzfahrtschiff	26
	Nationalparkunterkünfte	1
	Strandhütte	1
	Studentenwohnheim	1
	Tauchboot	1
	Tempel	1
	Untermiete	2

**Frage 11: Welches Verkehrsmittel haben Sie als Hauptverkehrsmittel genutzt?**

		Anzahl	%
Hauptverkehrsmittel	Auto	128	32,9
	Flugzeug	151	38,8
	Bus	39	10,0
	Bahn	33	8,5
	Fahrrad	4	1,0
	Wohnmobil	6	1,5
	Sonstiges	28	7,2
	Gesamt	389	100,0

N = 401, keine Angabe: 12

**Frage 11: Sonstiges**

		Anzahl
	Fähre	1
	Anhalter	1
	Kanu	1
	Kreuzfahrtschiff	20
	Metro	1
	Mietwagen	1

**Frage 12: Wie viel haben Sie für Ihre Reise inkl. Aktivitäten vor Ort insgesamt pro Person ausgegeben?**

		Anzahl	%
Ausgaben	weniger als 250 Euro	62	15,9
	250 - 500 Euro	97	24,9
	501 - 1000 Euro	107	27,4
	1001 - 2000 Euro	70	17,9
	2001 - 3000 Euro	29	7,4
	mehr als 3000 Euro	25	6,4
	Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angaben: 11

**Frage 13: Was war der Hauptzweck Ihrer Reise?**

		Anzahl	%
Hauptzweck	entspannen, erholen, frei sein	208	53,3
	Sonne, Strand, Wetter genießen	90	23,1
	Party, Spaß haben	28	7,2
	Neues erleben	79	20,3
	Natur erleben	38	9,7
	Gesundheit fördern	4	1,0
	Zeit mit der Familie/mit Freunden verbringen	93	23,8
	sportlich aktiv sein	30	7,7
	Land und Leute erleben	116	29,7
	Sonstiges	22	5,6
	Gesamt	390	100,0

N = 390, 2 Antworten möglich

**Frage 13: Sonstiges**

	Anzahl
anlernen	1
Auslandserfahrung sammeln	1
Bildung	1
Erinnerungen auffrischen	1
Fußballspiel	1
Geburtstagfeiern	1
Hotels kennenlernen	1
Karneval	1
Kinderheim	1
Konzertbesuch	2
Kultur	1
Musicalbesuch	1
Politisches Engagement	1
Praktikum	1
shoppen	1
Sommerstudium	1
Spirituelle Erfahrung	1
Studium	2
Weihnachten feiern	1

**Frage 14: Wurde dieser Zweck erfüllt?**

		Anzahl	%
Zweckerfüllung	ja	365	93,4
	teilweise	26	6,6
	nein	0	,0
	Gesamt	391	100,0

N = 401, keine Angaben: 10

**Frage 15: Wie würden Sie sich eher einschätzen?**

		Anzahl	%
	als Pessimist	41	10,5
	als Optimist	236	60,4
	weder noch	114	29,2
	Gesamt	391	100,0

N = 401, keine Angaben: 10

**Frage 16: Wie hoch waren Ihre Erwartungen an den gesamten Urlaub vor der Reise?**

	Anzahl	%
sehr hoch	69	17,7
hoch	179	45,9
mittel	97	24,9
nicht so hoch	16	4,1
niedrig	3	,8
Ich hatte keine Erwartungen	26	6,7
Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angaben: 11

**Frage 17: Wurden diese Erwartungen erfüllt?**

	Anzahl	%
ja, übertroffen	154	39,3
ja, wie erwartet	178	45,4
nur teilweise	37	9,4
nein, gar nicht	3	,8
Ich hatte keine Erwartungen	20	5,1
Gesamt	392	100,0

N = 401, keine Angaben: 9

**Frage 18: Wie glücklich hat Sie die Reise während Ihres Aufenthaltes insgesamt gemacht?**

	Anzahl	%	
Glücksniveau	sehr unglücklich [1]	12	3,1
	[2]	17	4,3
	[3]	9	2,3
	[4]	4	1,0
	[5]	10	2,6
	[6]	12	3,1
	[7]	43	11,0
	[8]	94	24,0
	[9]	108	27,6
	sehr glücklich [10]	82	21,0
	Gesamt	391	100,0

N = 401, keine Angaben: 10

Mittelwert: 8

**Frage 19: Auf einer Reise fühlt man sich mal mehr, mal weniger glücklich. Wie häufig schätzen Sie prozentual ein, während der gesamten Reise glücklich gewesen zu sein?**

		Anzahl	%
glücklich gefühlt, habe ich mich zu ... %	10	1	,3
	11	1	,3
	20	2	,5
	25	1	,3
	35	3	,8
	40	4	1,0
	45	1	,3
	48	1	,3
	50	4	1,0
	60	9	2,3
	65	1	,3
	70	37	9,5
	75	18	4,6
	78	2	,5
	80	85	21,9
	85	32	8,2
	87	1	,3
	88	1	,3
	89	2	,5
	90	96	24,7
	92	1	,3
	95	40	10,3
	96	3	,8
97	1	,3	
98	8	2,1	
99	10	2,6	
100	23	5,9	
Gesamt	388	100,0	

N = 401, keine Angabe: 13

Mittelwert: 83%

**Frage 20: Wie zufrieden waren Sie mit Ihrer letzten Reise insgesamt?**

		Anzahl	%
Zufriedenheit	vollkommen unzufrieden [1]	6	1,5
	[2]	14	3,6
	[3]	4	1,0
	[4]	6	1,5
	[5]	5	1,3
	[6]	13	3,4
	[7]	27	7,0
	[8]	92	23,7
	[9]	108	27,8
	vollkommen zufrieden [10]	113	29,1
	Gesamt	388	100,0

N = 401, keine Angaben: 13

Mittelwert: 8

**Frage 21: Wie wohl haben Sie sich während der Reise überwiegend gefühlt?**

		Anzahl	%
	ausgesprochen unwohl [1]	6	1,5
	[2]	7	1,8
	[3]	5	1,3
	[4]	5	1,3
	[5]	6	1,5
	[6]	13	3,3
	[7]	40	10,3
	[8]	94	24,1
	[9]	118	30,3
	ausgesprochen wohl [10]	96	24,6
	Gesamt	390	100,0

N = 401, keine Angaben: 11

Mittelwert: 8

**Frage 22: Was waren rückblickend Ihrer glücklichsten Momente auf Ihre letzten Reise?**

Natur	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Sonne &amp; Strand</li> <li>▪ Meer („Das Meer ist das Glück“)</li> <li>▪ Wetter</li> <li>▪ Tierbeobachtungen</li> <li>▪ Spaziergänge durch die Natur</li> <li>▪ Nationalparke, Wildnis</li> </ul> <p style="margin-left: 40px;">Berge, Vulkane, Pyramiden → besondere Naturerlebnisse</p>
Entertainment	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Ausruhen/ Entspannen/ Nichts tun</li> <li>▪ Zeit und Freiheit</li> <li>▪ Ausblick/Anblick</li> <li>▪ Ausflüge (Fahrrad-, Tages-, Wanderausflüge etc.)</li> <li>▪ Neues erleben (Kleinigkeiten und Zufälle, die man nicht wiedergeben kann)</li> <li>▪ Sportliche Aktivitäten (Skifahren, Extremsport etc.)</li> <li>▪ Feiern, Party, Abendprogramm</li> </ul>
Soziales	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zeit mit Freunden</li> <li>▪ Zeit mit der Familie</li> <li>▪ Zeit zu zweit</li> <li>▪ Zeit für sich selbst</li> <li>▪ Gemeinsames Erlebnis</li> </ul>
Kultur	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Landesspezifische Unterkünfte</li> <li>▪ Einheimische Menschen</li> <li>▪ Essen</li> <li>▪ Sightseeing</li> <li>▪ Sprache</li> </ul>

N= 310

**Frage 23: Gab es auch unglückliche Momente während Ihrer Reise?**

		Anzahl	%
	ja	149	38,5
	nein	194	50,1
	weiß nicht	44	11,4
	Gesamt	387	100,0

N = 401, keine Angabe: 14

**Frage 24: Wie oft waren Sie während der Reise gestresst?**

		Anzahl	%
Stress	immer	1	,3
	oft	13	3,3
	manchmal	96	24,5
	fast nie	205	52,3
	nie	77	19,6
	Gesamt	392	100,0

N = 401, keine Angaben: 9

**Glückreisekonstellation****Frage 25: Was macht Sie während einer Reise allgemein glücklich?**

Die 10 am häufigsten genannten:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Entspannung/Erholung/ Ruhe</li> <li>▪ Gutes Wetter/Sonne</li> <li>▪ Neues Erleben</li> <li>▪ Gesellschaft</li> <li>▪ Freiheit</li> <li>▪ Freie Zeit</li> <li>▪ Abstand vom Alltag</li> <li>▪ Land und Leute entdecken</li> <li>▪ Gutes Essen</li> </ul>
---------------------------------	--

N= 330

**Frage 26: Reiseart**

		Anzahl	%
Glücksreiseart	Strand-/Bade-/Sonnenurlaub	255	65,6
	Natur-Urlaub	134	34,4
	Familien-Ferien	78	20,1
	Aktiv-Urlaub (mit sportlicher Aktivität)	117	30,1
	Verwandten-/Bekanntebesuch	52	13,4
	Städte-/Kultururlaub	229	58,9
	Spaß-/Fun-/Partyurlaub	89	22,9
	Gesundheits-/Wellnessurlaub	75	19,3
	Rundreise (Land und Leute entdecken)	244	62,7
	Studienreise	30	7,7
	Andere	24	6,2
	Gesamt	389	100,0

N= 389, Mehrfachantworten möglich

**Frage 26: Sonstiges**

		Anzahl	%
	Backpacking	1	,2
	Ferienhausurlaub	1	,2
	Individualreise	1	,2
	Kreuzfahrt	13	1,5
	Trekking	1	,2
	Winterurlaub	1	,2

**Frage 27: Reisedauer**

		Anzahl	%
Reisedauer	vier Tage oder weniger (Kurzreise)	7	1,8
	5 - 6 Tage	11	2,8
	eine Woche	45	11,6
	bis 12 Tage	91	23,5
	13 - 15 Tage	126	32,6
	16 Tage oder mehr	107	27,6
	Gesamt	387	100,0

N = 401, keine Angaben: 14

## Frage 28: Zielort

	Anzahl	%
Amrum	1	
Bayern	7	
Berlin	6	
Fehmarn	1	
Hamburg	4	
Karlsruhe	1	
München	1	
Niedersachsen	1	
Nordsee	2	
Ostsee	4	
Passau	1	
querbeet	1	
Saarland	1	
Schleswig - Holstein	3	
St. Peter Ording	1	
Sylt	1	

	Anzahl	%
Mittelmeer		
Azoren	1	
Barcelona	2	
Frankreich	5	
Griechenland	11	
Kroatien	1	
Italien	15	
Kanaren	1	
Kroatien	4	
Mallorca	4	
Portugal	3	
Spanien	20	
Toskana	1	
Türkei	7	
Tunesien	1	

	Anzahl	%
Zielgebiet: Rest der Welt		
Adriatisches Meer	1	
Ägypten	5	
Afrika	4	
Antarktis	1	
Arabische Emirate	1	
Arktis und Antarktis	1	
Asien	11	
Australien	7	
Azoren	1	
Bahamas	2	
Bali	1	
Belize	1	
Brasilien	3	
Chile	2	
China	3	
Ecuador	1	
Costa Rica	2	
Curacao	1	
Dänemark	1	
Dom Rep	2	
Dubai	1	
Frankreich	2	
Großbritannien	6	
Hawaii	2	
Indien	5	
Irland	1	
Island	2	
Israel	2	
Japan	3	
Kalifornien	2	
Kanada	10	
Kanaren	1	
Karibik	17	
Kenia	1	
Kuba	4	
Lateinamerika	2	
Malaysia	1	
Malediven	3	

Mauritius	5	
Mexico	2	
Mongolei	1	
Myanmar	1	
Namibia	4	
Neuseeland	9	
Nicaragua	1	
NordindienHimalaya	1	
Nordkap	2	
Norwegen	3	
Österreich	1	
Oman	1	
Neuguinea	1	
Portugal	1	
Samoa	1	
Schweden	4	
Seychellen	1	
Skandinavien	4	
Europa	1	
Spanien	2	
Sri Lanka	2	
St. Lucia	1	
Südafrika	4	
Südamerika	9	
Südostasien	2	
Thailand	6	
USA	37	

**Frage 29: Mit wem würden Sie am liebsten verreisen?**

		Anzahl	%
Glückreisebegleitung	Allein	57	14,7
	Partner/in	178	45,9
	Familie	192	49,5
	Freunde	232	59,8
	Bekannte	20	5,2
	Kollegen	5	1,3
	Sonstiges	2	,5
	Gesamt	388	100,0

N = 388, Mehrfachantworten möglich

**Frage 29: Sonstiges**

		Anzahl
	Geliebte	1

**Frage 30: Reisebegleitung**

		Anzahl	%
Reisebegleitung	Allein	20	5,2
	mit zwei Personen	227	58,8
	mit drei Personen	38	9,8
	mit vier Personen	70	18,1
	mit fünf Personen oder mehr	31	8,0
	Gesamt	386	100,0

N = 401, keine Angaben: 15

**Frage 31: Unterkunft**

		Anzahl	%
Unterkunft	Hotel, Gasthof	180	46,8
	Hostel, Jugendherberge	17	4,4
	Pension, Privatzimmer	24	6,2
	Ferienwohnung, Ferienhaus	69	17,9
	Verwandte, Bekannte	10	2,6
	Zelt, Caravan, Wohnmobil	32	8,3
	Anderes	53	13,8
	Gesamt	385	100,0

N = 401, keine Angaben: 16

**Frage 31: Sonstiges**

		Anzahl
	Couchsurfen	3
	Apartment	2
	Club	1
	Kreuzfahrtschiff	36
	Lodge	3
	Resort	1

**Frage 32: Hauptverkehrsmittel**

		Anzahl	%
Hauptverkehrsmittel	Auto	88	23,0
	Flugzeug	196	51,2
	Bus	15	3,9
	Bahn	19	5,0
	Fahrrad	10	2,6
	Wohnmobil	18	4,7
	Sonstiges	37	9,7
	Gesamt	383	100,0

N = 401, keine Angabe: 18

**Frage 32: Sonstiges**

		Anzahl
	Kreuzfahrtschiff	31
	Motorrad	1
	Trampen	1

**Frage 33: Was schätzen Sie was Ihre Glückreise kosten würde?**

		Anzahl	%
Ausgaben	weniger als 250 Euro	5	1,3
	250 - 500 Euro	14	3,6
	501 - 1000 Euro	68	17,6
	1001 - 2000 Euro	124	32,1
	2001 - 3000 Euro	82	21,2
	mehr als 3000 Euro	93	24,1
	Gesamt	386	100,0

N = 401, keine Angabe: 15

**Frage 34: Alter**

		Anzahl	%
Alter	16 - 25 Jahre	168	43,3
	26 - 35 Jahre	107	27,6
	36 - 45 Jahre	51	13,1
	46 - 55 Jahre	39	10,1
	56 - 65 Jahre	20	5,2
	älter als 65 Jahre	3	,8
	Gesamt	388	100,0

N = 401, keine Angabe: 13

**Frage 35: Geschlecht**

		Anzahl	%
Geschlecht	männlich	82	21,1
	weiblich	306	78,9
	Gesamt	388	100,0

N = 401, keine Angabe: 13

**Frage 36: Wohnort**

		Anzahl	%
Wohnort	Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner)	137	35,5
	Großstadt (ab 100.000 Einwohner)	143	37,0
	Mittelstadt (20.000 - 100.000 Einwohner)	106	27,5
	Gesamt	386	100,0

N = 401, keine Angabe: 15

**Frage 37: Berufsstatus**

		Anzahl	%
Berufsstatus	SchülerIn/StudentIn	141	36,3
	Erwerbstätige/r	228	58,8
	nicht Erwerbstätige/r	19	4,9
	Gesamt	388	100,0

N = 401, keine Angabe: 13

**Frage 38: Haushaltsnettoeinkommen**

		Anzahl	%
Einkommen	unter 1000 Euro	113	29,8
	1000 - 2000 Euro	105	27,7
	2000 - 3000 Euro	58	15,3
	mehr als 3000 Euro	78	20,6
	keine Angabe	25	6,6
	Gesamt	379	100,0

N = 401, keine Angabe: 22

**2. Kreuztabellen Glücksniveau/ Zufriedenheitsniveau/ Wohlfühlglück**

N = 401

**Tabelle 1: Glücksniveau**

		%
Glücksniveau	unteres Glücksniveau (1 – 4)	10,7
	mittleres Glücksniveau (5 – 6)	5,6
	oberes Glücksniveau (7 – 10)	83,6
	Gesamt	100,0

**Tabelle 2: Zufriedenheitsniveau**

		%
Zufriedenheitsniveau	unteres Zufriedenheitsniveau (1 – 4)	7,7
	mittleres Zufriedenheitsniveau (5 - 6)	4,6
	oberes Zufriedenheitsniveau (7 – 10)	87,6
	Gesamt	100,0

**Tabelle 3: Wohlfühlglück**

		%
Wohlfühlglück	unteres Wohlfühlglück ( 1 – 4)	5,9
	mittleres Wohlfühlglück ( 5 – 6)	4,9
	oberes Wohlfühlglück (7 – 10)	89,2
	Gesamt	100,0

**Tabelle 4: Glücksniveau und Reiseziel**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Deutschland	13,0	8,7	78,3	100,0
	Mittelmeer	18,5	5,6	75,9	100,0
	Rest der Welt	6,2	4,7	89,1	100,0

**Tabelle 5: Zufriedenheitsniveau und Reiseziel**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Deutschland	10,3	5,9	83,8	100,0
	Mittelmeer	15,7	3,7	80,6	100,0
	Rest der Welt	2,9	4,8	92,3	100,0

**Tabelle 6: Wohlfühlglück und Reiseziel**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	Deutschland	7,2	4,3	88,4	100,0
	Mittelmeer	13,0	6,5	80,6	100,0
	Rest der Welt	1,9	4,3	93,8	100,0

Tabelle 7: Glücksniveau und Reisemonat

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Januar	6,8	2,3	90,9	100,0
	Februar	12,5	6,3	81,3	100,0
	März	8,0	8,0	84,1	100,0
	April	23,1	,0	76,9	100,0
	Mai	7,1	,0	92,9	100,0
	Juni	30,4	,0	69,6	100,0
	Juli	13,0	21,7	65,2	100,0
	August	7,0	4,7	88,4	100,0
	September	8,7	8,7	82,6	100,0
	Oktober	12,8	5,1	82,1	100,0
	November	,0	7,7	92,3	100,0
	Dezember	8,8	5,9	85,3	100,0

Tabelle 8: Zufriedenheitsniveau und Reisemonat

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Januar	2,3	2,3	95,3	100,0
	Februar	7,8	6,3	85,9	100,0
	März	5,7	3,4	90,8	100,0
	April	8,3	,0	91,7	100,0
	Mai	,0	,0	100,0	100,0
	Juni	20,8	,0	79,2	100,0
	Juli	17,4	4,3	78,3	100,0
	August	7,0	7,0	86,0	100,0
	September	8,9	13,3	77,8	100,0
	Oktober	12,8	5,1	82,1	100,0
	November	3,8	,0	96,2	100,0
	Dezember	,0	8,8	91,2	100,0

Tabelle 9: Wohlfühlglück und Reisemonat

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Reisemonat	Januar	2,3	,0	97,7	100,0
	Februar	9,4	7,8	82,8	100,0
	März	3,4	3,4	93,2	100,0
	April	15,4	,0	84,6	100,0
	Mai	,0	,0	100,0	100,0
	Juni	8,3	,0	91,7	100,0
	Juli	8,7	13,0	78,3	100,0
	August	4,7	4,7	90,7	100,0
	September	8,7	13,0	78,3	100,0
	Oktober	10,3	5,1	84,6	100,0
	November	4,0	,0	96,0	100,0
	Dezember	,0	5,9	94,1	100,0

Tabelle 10: Glücksniveau und Reisedauer

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	vier Tage oder weniger (Kurzreise)	10,7	6,7	82,7	100,0
	5 - 6 Tage	17,1	4,9	78,0	100,0
	eine Woche	9,8	7,8	82,4	100,0
	bis 12 Tage	13,0	7,4	79,6	100,0
	13 - 15 Tage	10,3	1,7	87,9	100,0
	16 Tage oder mehr	6,7	3,3	90,0	100,0

**Tabelle 11: Zufriedenheitsniveau und Reisedauer**

		Zufriedenheitsniveau			Gesamt
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	
		%	%	%	
	vier Tage oder weniger (Kurzreise)	8,1	8,1	83,8	100,0
	5 - 6 Tage	7,5	,0	92,5	100,0
	eine Woche	7,9	7,9	84,2	100,0
	bis 12 Tage	13,0	3,7	83,3	100,0
	13 - 15 Tage	6,8	1,7	91,5	100,0
	16 Tage oder mehr	3,4	1,7	94,9	100,0

**Tabelle 12: Wohlfühlglück und Reisedauer**

		Wohlfühlglück			Gesamt
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	
		%	%	%	
	vier Tage oder weniger (Kurzreise)	8,0	9,3	82,7	100,0
	5 - 6 Tage	7,3	4,9	87,8	100,0
	eine Woche	4,9	5,9	89,2	100,0
	bis 12 Tage	11,1	5,6	83,3	100,0
	13 - 15 Tage	,0	1,8	98,2	100,0
	16 Tage oder mehr	5,0	,0	95,0	100,0

Tabelle 13: Glücksniveau und Reiseart

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Strand-/Bade- /Sonnenerurlaub	17,6	5,3	77,1	100,0
	Natur-Urlaub	8,3	2,1	89,6	100,0
	Familien-Ferien	17,0	9,4	73,6	100,0
	Aktiv-Urlaub (mit sportlicher Aktivität)	8,5	6,8	84,7	100,0
	Verwandten- /Bekanntesbesuch	5,3	5,3	89,5	100,0
	Städte-/Kultururlaub	4,8	4,8	90,3	100,0
	Spaß-/Fun-/Partyurlaub	7,5	2,5	90,0	100,0
	Gesundheits- /Wellnessurlaub	23,1	15,4	61,5	100,0
	Rundreise (Land und Leute entdecken)	5,4	3,3	91,3	100,0
	Studienreise	,0	,0	100,0	100,0
	Andere	11,1	3,7	85,2	100,0

Tabelle 14: Zufriedenheitsniveau und Reiseart

	Zufriedenheitsniveau			
	unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
	%	%	%	%
Strand-/Bade- /Sonnenerurlaub	13,0	4,6	82,4	100,0
Natur-Urlaub	6,3	2,1	91,7	100,0
Familien-Ferien	17,0	5,7	77,4	100,0
Aktiv-Urlaub (mir sportlicher Aktivität)	6,8	3,4	89,8	100,0
Verwandten- /Bekanntbesuch	5,4	2,7	91,9	100,0
Städte- /Kultururlaub	2,4	4,9	92,7	100,0
Spaß-/Fun- /Partyurlaub	2,5	2,5	95,0	100,0
Gesundheits- /Wellnessurlaub	18,2	9,1	72,7	100,0
Rundreise (Land und Leute entdecken)	3,2	2,2	94,6	100,0
Studienreise	,0	,0	100,0	100,0
Andere	3,7	7,4	88,9	100,0

Tabelle 15: Wohlfühlglück und Reiseart

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	Strand-/Bade- /Sonnenerurlaub	9,2	4,6	86,3	100,0
	Natur-Urlaub	2,1	2,1	95,8	100,0
	Familien-Ferien	13,2	5,7	81,1	100,0
	Aktiv-Urlaub (mir sportlicher Aktivität)	3,4	3,4	93,2	100,0
	Verwandten- /Bekanntbesuch	5,3	5,3	89,5	100,0
	Städte-/Kultururlaub	2,4	6,5	91,1	100,0
	Spaß-/Fun-/Partyurlaub	5,0	,0	95,0	100,0
	Gesundheits- /Wellnessurlaub	15,4	,0	84,6	100,0
	Rundreise (Land und Leute entdecken)	2,2	2,2	95,7	100,0
	Studienreise	,0	,0	100,0	100,0
	Andere	3,7	7,4	88,9	100,0

Tabelle 16: Glücksniveau und Reiseorganisation

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	eher um eine Pauschalreise	18,3	8,7	73,0	100,0
	eher um eine Individualreise	7,3	3,8	88,9	100,0

**Tabelle 17: Zufriedenheitsniveau und Reiseorganisation**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
		%	%	%	%
	eher um eine Pauschalreise	13,5	6,3	80,2	100,0
	eher um eine Individualreise	4,6	3,9	91,5	100,0

**Tabelle 18: Wohlfühlglück und Reiseorganisation**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	eher um eine Pauschalreise	11,9	5,6	82,5	100,0
	eher um eine Individualreise	3,1	4,6	92,3	100,0

**Tabelle 19: Glücksniveau und Reisegruppe**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Allein	5,9	3,9	90,2	100,0
	mit zwei Personen	10,2	5,6	84,3	100,0
	mit drei Personen	10,0	10,0	80,0	100,0
	mit vier Personen	16,3	7,0	76,7	100,0
	mit fünf Personen oder mehr	12,8	2,6	84,6	100,0

**Tabelle 20: Zufriedenheitsniveau und Reisegruppe**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Allein	2,0	4,0	94,0	100,0
	mit zwei Personen	7,5	4,2	88,3	100,0
	mit drei Personen	7,7	10,3	82,1	100,0
	mit vier Personen	13,6	,0	86,4	100,0
	mit fünf Personen oder mehr	7,7	7,7	84,6	100,0

**Tabelle 21: Wohlfühlglück und Reisegruppe**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	Allein	2,0	7,8	90,2	100,0
	mit zwei Personen	5,1	4,2	90,7	100,0
	mit drei Personen	10,0	5,0	85,0	100,0
	mit vier Personen	7,0	4,7	88,4	100,0
	mit fünf Personen oder mehr	7,7	5,1	87,2	100,0

**Tabelle 22: Glücksniveau und Reisebeziehung**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Allein	9,8	4,9	85,4	100,0
	Partner/in	17,5	5,2	77,3	100,0
	Familie	11,0	6,9	82,1	100,0
	Freunde	9,9	5,4	84,7	100,0
	Bekannte	8,3	8,3	83,3	100,0
	Kollegen	,0	,0	100,0	100,0
	Sonstiges	12,5	,0	87,5	100,0

**Tabelle 23: Zufriedenheitsniveau und Reisebeziehung**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Allein	5,0	5,0	90,0	100,0
	Partner/in	10,3	5,2	84,5	100,0
	Familie	10,3	5,5	84,1	100,0
	Freunde	6,4	5,5	88,1	100,0
	Bekannte	,0	16,7	83,3	100,0
	Kollegen	,0	,0	100,0	100,0
	Sonstiges	12,5	,0	87,5	100,0

**Tabelle 24: Wohlfühlglück und Reisebeziehung**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Reisebeziehung	Allein	4,9	9,8	85,4	100,0
	Partner/in	6,3	4,2	89,6	100,0
	Familie	7,6	5,6	86,8	100,0
	Freunde	5,4	4,5	90,1	100,0
	Bekannte	8,3	,0	91,7	100,0
	Kollegen	,0	,0	100,0	100,0
	Sonstiges	12,5	,0	87,5	100,0

**Tabelle 25: Glücksniveau und Unterkunft**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Hotel, Gasthof	12,8	6,4	80,9	100,0
	Hostel, Jugendherberge	3,7	,0	96,3	100,0
	Pension, Privatzimmer	10,0	5,0	85,0	100,0
	Ferienwohnung, Ferienhaus	11,8	7,8	80,4	100,0
	Verwandte, Bekannte	,0	10,0	90,0	100,0
	Zelt, Caravan, Wohnmobil	20,0	,0	80,0	100,0
	Anderes	10,3	3,4	86,2	100,0

**Tabelle 26: Zufriedenheitsniveau und Unterkunft**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits- niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsn- iveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Hotel, Gasthof	10,2	4,8	85,0	100,0
	Hostel, Jugendherberge	,0	,0	100,0	100,0
	Pension, Privatzimmer	5,0	10,0	85,0	100,0
	Ferienwohnung, Ferienhaus	8,0	6,0	86,0	100,0
	Verwandte, Bekannte	3,3	3,3	93,3	100,0
	Zelt, Caravan, Wohnmobil	7,1	7,1	85,7	100,0

Tabelle 27: Wohlfühlglück und Unterkunft

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Unterkunft	Hotel, Gasthof	8,0	3,7	88,3	100,0
	Hostel, Jugendherberge	,0	3,7	96,3	100,0
	Pension, Privatzimmer	,0	10,0	90,0	100,0
	Ferienwohnung, Ferienhaus	4,0	8,0	88,0	100,0
	Verwandte, Bekannte	3,3	6,7	90,0	100,0
	Zelt, Caravan, Wohnmobil	13,3	13,3	73,3	100,0
	Anderes	5,2	1,7	93,1	100,0

Tabelle 28: Glücksniveau und Hauptverkehrsmittel

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Auto	9,4	5,5	85,0	100,0
	Flugzeug	14,6	6,0	79,5	100,0
	Bus	5,1	12,8	82,1	100,0
	Bahn	3,0	,0	97,0	100,0
	Fahrrad	25,0	,0	75,0	100,0
	Wohnmobil	33,3	,0	66,7	100,0
	Sonstiges	7,1	3,6	89,3	100,0

**Tabelle 29: Zufriedenheitsniveau und Hauptverkehrsmittel**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Auto	7,1	4,8	88,1	100,0
	Flugzeug	12,6	3,3	84,1	100,0
	Bus	,0	10,5	89,5	100,0
	Bahn	3,1	3,1	93,8	100,0
	Fahrrad	,0	,0	100,0	100,0
	Wohnmobil	,0	16,7	83,3	100,0
	Sonstiges	3,6	3,6	92,9	100,0

**Tabelle 30: Wohlfühlglück und Hauptverkehrsmittel**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	Auto	6,3	3,9	89,8	100,0
	Flugzeug	8,7	5,3	86,0	100,0
	Bus	2,6	10,3	87,2	100,0
	Bahn	,0	3,0	97,0	100,0
	Fahrrad	,0	,0	100,0	100,0
	Wohnmobil	,0	16,7	83,3	100,0
	Sonstiges	3,6	,0	96,4	100,0

**Tabelle 31: Glücksniveau und Ausgaben**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Ausgaben	weniger als 250 Euro	16,1	8,1	75,8	100,0
	250 - 500 Euro	8,3	5,2	86,5	100,0
	501 - 1000 Euro	15,0	6,5	78,5	100,0
	1001 - 2000 Euro	5,7	4,3	90,0	100,0
	2001 - 3000 Euro	6,9	3,4	89,7	100,0
	mehr als 3000 Euro	8,0	4,0	88,0	100,0

**Tabelle 32: Zufriedenheitsniveau und Ausgaben**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Ausgaben	weniger als 250 Euro	14,8	8,2	77,0	100,0
	250 - 500 Euro	3,2	6,3	90,5	100,0
	501 - 1000 Euro	11,2	4,7	84,1	100,0
	1001 - 2000 Euro	5,7	1,4	92,9	100,0
	2001 - 3000 Euro	3,4	3,4	93,1	100,0
	mehr als 3000 Euro	4,2	,0	95,8	100,0

**Tabelle 33: Wohlfühlglück und Ausgaben**

		Wohlfühlglück			
		unteres	mittleres	oberes	Gesamt
		Wohlfühlglück	Wohlfühlglück	Wohlfühlglück	
		%	%	%	%
	weniger als 250 Euro	16,1	9,7	74,2	100,0
	250 - 500 Euro	3,1	7,2	89,7	100,0
	501 - 1000 Euro	6,6	3,8	89,6	100,0
	1001 - 2000 Euro	1,4	2,9	95,7	100,0
	2001 - 3000 Euro	3,6	,0	96,4	100,0
	mehr als 3000 Euro	4,0	,0	96,0	100,0

**Tabelle 34: Glücksniveau und Zweckerfüllung**

		Glücksniveau			
		unteres	mittleres	oberes	Gesamt
		Glücksniveau	Glücksniveau	Glücksniveau	
		%	%	%	%
Zweckerfüllung	ja	9,9	4,4	85,7	100,0
	teilweise	19,2	23,1	57,7	100,0
	nein	,0	,0	,0	,0

**Tabelle 35: Zufriedenheitsniveau und Zweckerfüllung**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres	mittleres	oberes	Gesamt
		Zufriedenheitsniveau	Zufriedenheitsniveau	Zufriedenheitsniveau	
		%	%	%	%
	ja	6,4	3,6	90,1	100,0
	teilweise	24,0	20,0	56,0	100,0
	nein	,0	,0	,0	,0

**Tabelle 36: Wohlfühlglück und Zweckerfüllung**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	ja	4,7	3,9	91,5	100,0
	teilweise	19,2	19,2	61,5	100,0
	nein	,0	,0	,0	,0

**Tabelle 37: Glücksniveau und Lebenseinstellung**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	als Pessimist	14,6	14,6	70,7	100,0
	als Optimist	10,2	4,2	85,6	100,0
	weder noch	10,6	4,4	85,0	100,0

**Tabelle 38: Erwartungshaltung und Erwartungserfüllung**

		Erwartungserfüllung				
		ja, übertroffen	ja, wie erwartet	nur teilweise	nein, gar nicht	Ich hatte keine Erwartungen
		%	%	%	%	%
Erwartung	sehr hoch	19,0	19,2	13,5	33,3	,0
	hoch	36,6	57,6	56,8	,0	,0
	mittel	34,0	19,8	24,3	33,3	,0
	nicht so hoch	5,9	2,3	5,4	33,3	,0
	niedrig	1,3	,6	,0	,0	,0
	Ich hatte keine Erwartungen	3,3	,6	,0	,0	100,0
	Gesamt	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

**Tabelle 39: Glücksniveau und Erwartungshaltung**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Erwartung	sehr hoch	7,2	4,3	88,4	100,0
	hoch	11,7	5,0	83,2	100,0
	mittel	8,3	6,3	85,4	100,0
	nicht so hoch	12,5	6,3	81,3	100,0
	niedrig	33,3	,0	66,7	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	15,4	11,5	73,1	100,0

**Tabelle 40: Zufriedenheitsniveau und Erwartungshaltung**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
		%	%	%	%
	sehr hoch	7,4	2,9	89,7	100,0
	hoch	9,0	3,4	87,6	100,0
	mittel	5,2	6,2	88,7	100,0
	nicht so hoch	6,7	13,3	80,0	100,0
	niedrig	,0	33,3	66,7	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	8,0	4,0	88,0	100,0

**Tabelle 41: Wohlfühlglück und Erwartungshaltung**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	sehr hoch	5,9	1,5	92,6	100,0
	hoch	5,6	3,9	90,5	100,0
	mittel	4,1	7,2	88,7	100,0
	nicht so hoch	6,3	12,5	81,3	100,0
	niedrig	,0	33,3	66,7	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	12,0	4,0	84,0	100,0

**Tabelle 42: Glücksniveau und Erwartungserfüllung**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	ja, übertroffen	7,8	,0	92,2	100,0
	ja, wie erwartet	11,8	3,4	84,8	100,0
	nur teilweise	13,5	32,4	54,1	100,0
	nein, gar nicht	33,3	33,3	33,3	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	15,0	15,0	70,0	100,0

**Tabelle 43: Zufriedenheitsniveau und Erwartungserfüllung**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
		%	%	%	%
	ja, übertroffen	3,9	,7	95,4	100,0
	ja, wie erwartet	9,0	3,4	87,6	100,0
	nur teilweise	13,5	27,0	59,5	100,0
	nein, gar nicht	100,0	,0	,0	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	5,3	5,3	89,5	100,0

**Tabelle 44: Wohlfühlglück und Erwartungserfüllung**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	ja, übertroffen	3,9	,7	95,4	100,0
	ja, wie erwartet	5,6	4,5	89,9	100,0
	nur teilweise	8,1	24,3	67,6	100,0
	nein, gar nicht	66,7	,0	33,3	100,0
	Ich hatte keine Erwartungen	10,0	5,0	85,0	100,0

**Tabelle 45: Glücksniveau und unglückliche Momente**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Unglücke Momente?	ja	11,5	9,5	79,1	100,0
	nein	8,8	3,1	88,1	100,0
	weiß nicht	15,9	4,5	79,5	100,0

**Tabelle 46: Zufriedenheitsniveau und unglückliche Momente**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheits niveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
		%	%	%	%
Unglückliche Momente?	ja	8,1	8,7	83,2	100,0
	nein	6,8	1,0	92,1	100,0
	weiß nicht	11,6	4,7	83,7	100,0

**Tabelle 47: Wohlfühlglück und unglückliche Momente**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Unglückliche Momente?	ja	7,4	9,4	83,2	100,0
	nein	4,7	1,6	93,8	100,0
	weiß nicht	6,8	2,3	90,9	100,0

**Tabelle 48: Glücksniveau und Stresslevel**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	immer	,0	100,0	,0	100,0
	oft	,0	30,8	69,2	100,0
	manchmal	6,3	10,4	83,3	100,0
	fast nie	12,3	2,9	84,8	100,0
	nie	14,3	1,3	84,4	100,0

**Tabelle 49: Zufriedenheitsniveau und Stresslevel**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	immer	,0	100,0	,0	100,0
	oft	7,7	30,8	61,5	100,0
	manchmal	6,3	8,3	85,4	100,0
	fast nie	8,9	1,5	89,7	100,0
	nie	6,7	2,7	90,7	100,0

**Tabelle 50: Wohlfühlglück und Stresslevel**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	immer	,0	100,0	,0	100,0
	oft	15,4	23,1	61,5	100,0
	manchmal	4,2	10,4	85,4	100,0
	fast nie	6,4	2,0	91,7	100,0
	nie	5,3	1,3	93,4	100,0

**Tabelle 51: Glücksniveau und Alter**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Alter	16 - 25 Jahre	10,2	6,0	83,8	100,0
	26 - 35 Jahre	10,3	5,6	84,1	100,0
	36 - 45 Jahre	13,7	3,9	82,4	100,0
	46 - 55 Jahre	7,7	7,7	84,6	100,0
	56 - 65 Jahre	20,0	5,0	75,0	100,0
	älter als 65 Jahre	,0	,0	100,0	100,0

**Tabelle 52: Zufriedenheitsniveau und Alter**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	16 - 25 Jahre	7,2	6,0	86,7	100,0
	26 - 35 Jahre	6,6	6,6	86,8	100,0
	36 - 45 Jahre	13,7	,0	86,3	100,0
	46 - 55 Jahre	5,3	2,6	92,1	100,0
	56 - 65 Jahre	10,0	,0	90,0	100,0
	älter als 65 Jahre	,0	,0	100,0	100,0

**Tabelle 53: Wohlfühlglück und Alter**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	16 - 25 Jahre	6,5	6,5	86,9	100,0
	26 - 35 Jahre	6,6	5,7	87,7	100,0
	36 - 45 Jahre	3,9	2,0	94,1	100,0
	46 - 55 Jahre	2,6	2,6	94,7	100,0
	56 - 65 Jahre	10,0	,0	90,0	100,0
	älter als 65 Jahre	,0	,0	100,0	100,0

**Tabelle 54: Glücksniveau und Geschlecht**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Geschlecht	männlich	9,8	4,9	85,4	100,0
	weiblich	11,1	5,9	83,0	100,0

**Tabelle 55: Zufriedenheitsniveau und Geschlecht**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	männlich	6,2	2,5	91,4	100,0
	weiblich	8,3	5,3	86,5	100,0

**Tabelle 56: Wohlfühlglück und Geschlecht**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Geschlecht	männlich	3,7	6,1	90,2	100,0
	weiblich	6,6	4,6	88,8	100,0

**Tabelle 57: Glücksniveau und Wohnort**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Wohnort	Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner)	10,2	5,1	84,7	100,0
	Großstadt (ab 100.000 Einwohner)	10,5	4,9	84,6	100,0
	Mittelstadt (20.000 - 100.000 Einwohner)	12,4	7,6	80,0	100,0

**Tabelle 58: Zufriedenheitsniveau und Wohnort**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner)	8,8	2,9	88,2	100,0
	Großstadt (ab 100.000 Einwohner)	7,7	4,2	88,1	100,0
	Mittelstadt (20.000 - 100.000 Einwohner)	6,8	7,8	85,4	100,0

**Tabelle 59: Wohlfühlglück und Wohnort**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
Wohnort	Kleinstadt (bis 20.000 Einwohner)	5,1	4,4	90,4	100,0
	Großstadt (ab 100.000 Einwohner)	7,0	4,9	88,1	100,0
	Mittelstadt (20.000 - 100.000 Einwohner)	5,7	5,7	88,6	100,0

**Tabelle 60: Glücksniveau und Berufsstand**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	SchülerIn/StudentIn	8,6	4,3	87,1	100,0
	Erwerbstätige/r	12,3	7,0	80,7	100,0
	nicht Erwerbstätige/r	10,5	,0	89,5	100,0

**Tabelle 61: Zufriedenheitsniveau und Berufsstand**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheits niveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheits niveau	Gesamt
		%	%	%	%
	SchülerIn/StudentIn	6,5	4,3	89,2	100,0
	Erwerbstätige/r	8,4	5,3	86,3	100,0
	nicht Erwerbstätige/r	10,5	,0	89,5	100,0

**Tabelle 62: Wohlfühlglück und Berufsstand**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	SchülerIn/StudentIn	5,0	4,3	90,8	100,0
	Erwerbstätige/r	6,2	5,8	88,1	100,0
	nicht Erwerbstätige/r	10,5	,0	89,5	100,0

**Tabelle 63: Glücksniveau und Einkommen**

		Glücksniveau			
		unteres Glücksniveau	mittleres Glücksniveau	oberes Glücksniveau	Gesamt
		%	%	%	%
Einkommen	unter 1000 Euro	9,8	4,5	85,7	100,0
	1000 - 2000 Euro	11,4	8,6	80,0	100,0
	2000 - 3000 Euro	10,3	1,7	87,9	100,0
	mehr als 3000 Euro	11,5	7,7	80,8	100,0
	keine Angabe	12,0	4,0	84,0	100,0

**Tabelle 64: Zufriedenheitsniveau und Einkommen**

		Zufriedenheitsniveau			
		unteres Zufriedenheitsniveau	mittleres Zufriedenheitsniveau	oberes Zufriedenheitsniveau	Gesamt
		%	%	%	%
	unter 1000 Euro	8,0	5,4	86,6	100,0
	1000 - 2000 Euro	6,8	5,8	87,4	100,0
	2000 - 3000 Euro	7,0	5,3	87,7	100,0
	mehr als 3000 Euro	11,5	3,8	84,6	100,0
	keine Angabe	4,0	,0	96,0	100,0

**Tabelle 65: Wohlfühlglück und Einkommen**

		Wohlfühlglück			
		unteres Wohlfühlglück	mittleres Wohlfühlglück	oberes Wohlfühlglück	Gesamt
		%	%	%	%
	unter 1000 Euro	8,0	2,7	89,4	100,0
	1000 - 2000 Euro	5,7	7,6	86,7	100,0
	2000 - 3000 Euro	5,2	5,2	89,7	100,0
	mehr als 3000 Euro	6,6	6,6	86,8	100,0
	keine Angabe	,0	,0	100,0	100,0

## Tabellenverzeichnis

1. Einfache Häufigkeiten .....	XVIII
Frage 1: Wie lange liegt Ihre letzte Reise bereits zurück?.....	XVIII
Frage 2: Wohin ging Ihre letzte Reise?.....	XVIII
Frage 3: In welches Land/Bundesland ging Ihre letzte Reise konkret?.....	XIX
Frage 4: In welchem Monat fand Ihre letzte Reise statt?.....	XX
Frage 5: Wie lange dauerte Ihre letzte Reise? .....	XX
Frage 6: Um was für eine Reiseart handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?.....	XXI
Frage 7: Worum handelte es sich bei Ihrer letzten Reise?.....	XXII
Frage 8: Mit wie vielen Personen sind Sie verreist?.....	XXII
Frage 9: In welcher Beziehung standen Sie zu Ihrer Reisebegleitung? .....	XXII
Frage 10: In welcher Unterkunft waren Sie untergebracht? .....	XXIII
Frage 11: Welches Verkehrsmittel haben Sie als Hauptverkehrsmittel genutzt? .....	XXIII
Frage 12: Wie viel haben Sie für Ihre Reise inkl. Aktivitäten vor Ort insgesamt pro Person ausgegeben?.....	XXIV
Frage 13: Was war der Hauptzweck Ihrer Reise?.....	XXIV
Frage 14: Wurde dieser Zweck erfüllt? .....	XXV
Frage 15: Wie würden Sie sich eher einschätzen?.....	XXV
Frage 16: Wie hoch waren Ihre Erwartungen an den gesamten Urlaub vor der Reise? .....	XXVI
Frage 17: Wurden diese Erwartungen erfüllt? .....	XXVI
Frage 18: Wie glücklich hat Sie die Reise während Ihres Aufenthaltes insgesamt gemacht? .....	XXVI
Frage 19: Auf einer Reise fühlt man sich mal mehr, mal weniger glücklich. Wie häufig schätzen Sie prozentual ein, während der gesamten Reise glücklich gewesen zu sein? ..	XXVII
Frage 20: Wie zufrieden waren Sie mit Ihrer letzten Reise insgesamt? .....	XXVIII
Frage 21: Wie wohl haben Sie sich während der Reise überwiegend gefühlt? .....	XXVIII
Frage 22: Was waren rückblickend Ihrer glücklichsten Momente auf Ihre letzten Reise? ..	XXIX
Frage 23: Gab es auch unglückliche Momente während Ihrer Reise?.....	XXX
Frage 24: Wie oft waren Sie während der Reise gestresst? .....	XXX

Frage 25: Was macht Sie während einer Reise allgemein glücklich? .....	XXX
Frage 26: Reiseart.....	XXXI
Frage 27: Reisedauer .....	XXXI
Frage 28: Zielort .....	XXXII
Frage 29: Mit wem würden Sie am liebsten verreisen? .....	XXXIV
Frage 30: Reisebegleitung .....	XXXV
Frage 31: Unterkunft .....	XXXV
Frage 32: Hauptverkehrsmittel .....	XXXVI
Frage 33: Was schätzen Sie was Ihre Glückreise kosten würde?.....	XXXVI
Frage 34: Alter .....	XXXVII
Frage 35: Geschlecht.....	XXXVII
Frage 36: Wohnort .....	XXXVII
Frage 37: Berufsstatus .....	XXXVII
Frage 38: Haushaltsnettoeinkommen .....	XXXVIII
2. Kreuztabellen Glücksniveau/ Zufriedenheitsniveau/ Wohlfühlglück .....	XXXVIII
Tabelle 1: Glücksniveau .....	XXXVIII
Tabelle 2: Zufriedenheitsniveau .....	XXXVIII
Tabelle 3: Wohlfühlglück .....	XXXVIII
Tabelle 4: Glücksniveau und Reiseziel .....	XXXIX
Tabelle 5: Zufriedenheitsniveau und Reiseziel .....	XXXIX
Tabelle 6: Wohlfühlglück und Reiseziel .....	XXXIX
Tabelle 7: Glücksniveau und Reisemonat.....	XL
Tabelle 8: Zufriedenheitsniveau und Reisemonat.....	XL
Tabelle 9: Wohlfühlglück und Reisemonat.....	XL
Tabelle 10: Glücksniveau und Reisedauer.....	XL
Tabelle 11: Zufriedenheitsniveau und Reisedauer.....	XLII
Tabelle 12: Wohlfühlglück und Reisedauer.....	XLII
Tabelle 13: Glücksniveau und Reiseart .....	XLIII

Tabelle 14: Zufriedenheitsniveau und Reiseart .....	XLIV
Tabelle 15: Wohlfühlglück und Reiseart .....	XLV
Tabelle 16: Glücksniveau und Reiseorganisation .....	XLV
Tabelle 17: Zufriedenheitsniveau und Reiseorganisation .....	XLVI
Tabelle 18: Wohlfühlglück und Reiseorganisation .....	XLVI
Tabelle 19: Glücksniveau und Reisegruppe .....	XLVI
Tabelle 20: Zufriedenheitsniveau und Reisegruppe .....	XLVII
Tabelle 21: Wohlfühlglück und Reisegruppe.....	XLVII
Tabelle 22: Glücksniveau und Reisebeziehung.....	XLVIII
Tabelle 23: Zufriedenheitsniveau und Reisebeziehung .....	XLVIII
Tabelle 24: Wohlfühlglück und Reisebeziehung.....	XLVIII
Tabelle 25: Glücksniveau und Unterkunft.....	XLIX
Tabelle 26: Zufriedenheitsniveau und Unterkunft.....	XLIX
Tabelle 27: Wohlfühlglück und Unterkunft.....	L
Tabelle 28: Glücksniveau und Hauptverkehrsmittel.....	L
Tabelle 29: Zufriedenheitsniveau und Hauptverkehrsmittel.....	LI
Tabelle 30: Wohlfühlglück und Hauptverkehrsmittel.....	LI
Tabelle 31: Glücksniveau und Ausgaben .....	LII
Tabelle 32: Zufriedenheitsniveau und Ausgaben .....	LII
Tabelle 33: Wohlfühlglück und Ausgaben .....	LIII
Tabelle 34: Glücksniveau und Zweckerfüllung .....	LIII
Tabelle 35: Zufriedenheitsniveau und Zweckerfüllung .....	LIII
Tabelle 36: Wohlfühlglück und Zweckerfüllung .....	LIV
Tabelle 37: Glücksniveau und Lebenseinstellung .....	LIV
Tabelle 38: Erwartungshaltung und Erwartungserfüllung .....	LIV
Tabelle 39: Glücksniveau und Erwartungshaltung.....	LV
Tabelle 40: Zufriedenheitsniveau und Erwartungshaltung.....	LV
Tabelle 41: Wohlfühlglück und Erwartungshaltung.....	LVI

Tabelle 42: Glücksniveau und Erwartungserfüllung.....	LVI
Tabelle 43: Zufriedenheitsniveau und Erwartungserfüllung.....	LVII
Tabelle 44: Wohlfühlglück und Erwartungserfüllung.....	LVII
Tabelle 45: Glücksniveau und unglückliche Momente .....	LVII
Tabelle 46: Zufriedenheitsniveau und unglückliche Momente .....	LVIII
Tabelle 47: Wohlfühlglück und unglückliche Momente.....	LVIII
Tabelle 48: Glücksniveau und Stresslevel.....	LVIII
Tabelle 49: Zufriedenheitsniveau und Stresslevel.....	LIX
Tabelle 50: Wohlfühlglück und Stresslevel.....	LIX
Tabelle 51: Glücksniveau und Alter .....	LIX
Tabelle 52: Zufriedenheitsniveau und Alter.....	LX
Tabelle 53: Wohlfühlglück und Alter .....	LX
Tabelle 54: Glücksniveau und Geschlecht .....	LX
Tabelle 55: Zufriedenheitsniveau und Geschlecht.....	LXI
Tabelle 56: Wohlfühlglück und Geschlecht .....	LXI
Tabelle 57: Glücksniveau und Wohnort.....	LXI
Tabelle 58: Zufriedenheitsniveau und Wohnort.....	LXII
Tabelle 59: Wohlfühlglück und Wohnort .....	LXII
Tabelle 60: Glücksniveau und Berufsstand.....	LXII
Tabelle 61: Zufriedenheitsniveau und Berufsstand.....	LXIII
Tabelle 62: Wohlfühlglück und Berufsstand.....	LXIII
Tabelle 63: Glücksniveau und Einkommen.....	LXIII
Tabelle 64: Zufriedenheitsniveau und Einkommen.....	LXIV
Tabelle 65: Wohlfühlglück und Einkommen .....	LXIV

**Eidesstattliche Erklärung**

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig ohne fremde Hilfe verfasst habe und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel von mir verwendet wurden.

Alle wörtlichen oder sinngemäßen Übernahmen aus anderen Werken wurden von mir als solche kenntlich gemacht.

**Bremen, den 30.04.2014**

X

---

Tina Brünjes