



HILKE BROCKMANN, SOZIOLOGIN UND GLÜCKSFORSCHERIN

VOM GLÜCK DES STIFTENS

IM GESPRÄCH MIT ERICH STEINSDÖRFER, STIFTUNG&SPONSORING



S&S: Frau Brockmann, Sie beschäftigen sich als Sozialwissenschaftlerin seit vielen Jahren beruflich mit dem Thema Glück. Wie wird man „Glücksforscherin“?

Brockmann: Ehrlich gesagt, es war reines Glück. Ein chinesischer Doktorand wollte bei mir zu dem Thema promovieren und ich fand seine Forschungsidee so spannend, dass ich zugesagt habe. Die Freiheit von Wissenschaft und Lehre ist ein wirklich hohes Gut und gut für jede Menge Innovationen.

S&S: Wie sieht denn die Wissenschaft den Begriff „Glück“?

Brockmann: Der Begriff ist nicht unproblematisch. Es gibt da eine jahrtausendealte Tradition in der Philosophie und Geistesgeschichte, von der sich die empirische Forschung, die heute oft den Begriff auch verwendet, sehr unterscheidet. Zudem hat der Begriff Glück im Deutschen eine doppelte Bedeutung. Wir sprechen von Glück und meinen damit entweder „Glück haben“ oder „glücklich sein“. Letzteres ist aber nur Gegenstand der empirischen Forschung. Dabei kann sich das „Glücklichsein“ sowohl auf das kleine Sekundenglück als auch auf das ganz große Glück beziehen. Diese begriffliche

Ungenauigkeit ist für die wissenschaftliche Arbeit nicht gerade förderlich. Im Englischen ist es hingegen durchaus üblich, dass man von sich sagt, man sei „happy“ oder sich „happy holidays“ wünscht. Und da die heutige Forschung sehr stark von der anglo-amerikanischen Wissenschaft geprägt ist und gerade auch die empirische Forschung sich auf Umfragen bezieht, in denen alltägliche Redewendungen üblicherweise verwendet werden, ist der Begriff des Glücks oder der Happiness in die Wissenschaft gelangt. Seriöser klingt es da schon, wenn man vom subjektiven Wohlbefinden spricht oder von Lebenszufriedenheit. Oft werden diese Konzepte mit dem des Glücks gleichgesetzt.

S&S: Inwiefern hat sich die wissenschaftliche Glücksforschung in den letzten Jahren durch neue Erkenntnisse verändert?

Brockmann: Die empirische Forschung zum subjektiven Wohlbefinden wurde lange Zeit vorrangig von Psychologen betrieben. Die Erkenntnisse waren damit auf das einzelne Individuum zugeschnitten. Erst in den vergangenen zwei Jahrzehnten ist die Forschungsidee dann von Wissenschaftlern aus den Sozialwissenschaften – Ökonomie, Soziologie, Politikwissenschaften, Pädagogik – und den Neurowissenschaften sowie der Biologie aufgegriffen worden. Durch diese neue, vielfältige Fächerkombination, verbunden mit zahlreichen technischen Weiterentwicklungen, zeigt die Glücksforschung heute auf, wie unser Körper auf soziale Bedingungen reagiert und unser Verhalten steuert. Wir haben ein viel komplexeres Bild vom Glück als wir es jemals hatten. Wir wissen jetzt, wie wichtig interdisziplinäre Forschung ist.

S&S: Wie weit wird das Verständnis von „Glück“ vom gesellschaftlichen Wandel geprägt, Stichwort Selbstverwirklichung, Work-Life Balance etc.?

Brockmann: Die empirische Glücksforschung hat im Gegensatz zu den jahrtausendelangen Überlegungen in der Philosophie und Geistesgeschichte eine inhaltliche Definition vom Glück aufgegeben. Untersucht wird, was Menschen als glücklich erleben und bezeichnen. Aber nicht, was „das Glück“ ist. Wir verlassen uns also ganz auf die subjektive Beurteilung der Menschen und schauen dann, unter welchen äußeren Bedingungen sie glücklich sind oder sich als glücklich

STEINALTE GLÜCKSLEHREN

- ☞ Platon (428-347 v. Chr.) behauptet, ein Mensch sei nur dann glücklich, wenn alle drei Seelenteile (Vernunft, Willen, Begehren) sich in einem Gleichgewicht befänden, d.h., sich nicht widersprechen.
- ☞ Aristoteles (384-322 v. Chr.) definiert Glück nicht primär als ein Wohlergehen, die vollständige Befriedigung aller Bedürfnisse und Neigungen, sondern als Folge einer Vernunfttätigkeit. Glück und Tugend bilden nach Aristoteles eine Einheit (Eudämonia). Als sittlich gute Tätigkeit und abhängig von den äußeren Gütern ist das Glück an die menschliche Gemeinschaft (Polis) gebunden.
- ☞ Epikur (341-270 v. Chr.) beschreibt Glück als ein Freisein von Unlust und nicht als eine bedingungslose Hingabe an die Lust.

lich bezeichnen. Und natürlich verändert sich diese Beurteilung über die Zeit. Menschen erfahren ja neue Dinge und stellen andere Vergleiche an. Deshalb kann man das Glück auch nicht festhalten und deshalb unterliegt es auch dem gesellschaftlichen Wandel.

S&S: Gibt es eine gewisse Zeit in unserem Leben, in der wir besonders glücklich oder unglücklich sind? Könnte man eine Art allgemeine „Glückskurve“ im Leben zeichnen?

Brockmann: In der Tat zeigt sich das Lebensglück kurvenreich. Die vielbeschriebene Mid-Life Crisis scheint es demnach wirklich zu geben. Menschen in ihren Mittvierzigern erreichen ein emotionales Tal. Das ist mit Daten aus verschiedenen Ländern belegt worden. Und selbst Menschenaffen ereilt offenbar ein solcher Glückseinbruch um die Lebensmitte – zumindest nach Auskunft ihrer Pfleger. Für uns Menschen gibt es für diese Krise auch etliche plausible Erklärungen. Unsere Gesellschaft stellt ja hohe Erwartungen und Anforderungen an Menschen mittleren Alters: Sie sind die Leistungsträger unseres Wohlfahrtsstaates und unserer Wirtschaft – und das ist stressig. Gleichzeitig können sich viele Lebensentscheidungen, die wir bereits in jungen Jahren fällen, als nicht mehr so befriedigend entpuppen. Der berufliche Aufstieg kann ins Stocken geraten, die Partnerschaft wird nach all den Jahren ein bisschen fade, die Kinder kommen in die Pubertät... Nach der Mid-Life Crisis geht es aber wieder aufwärts – bis wir in das hohe Alter kommen. Am Lebensende sinkt leider die Lebenszufriedenheit erneut.

S&S: „Geld allein macht nicht glücklich“ – oder doch?

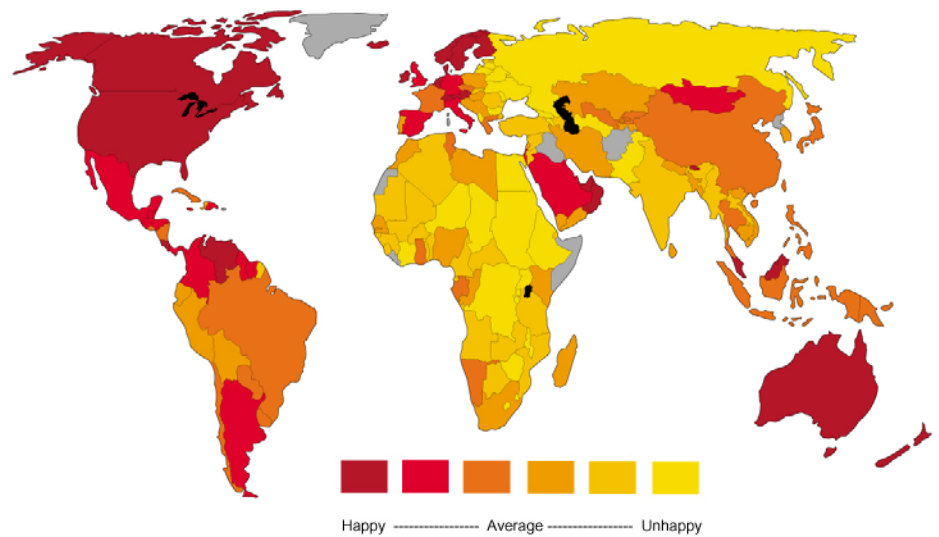
Brockmann: Doch, die Aussage stimmt, wenn die Betonung auf „allein“ liegt. Als allgemeines Tauschmittel ist Geld natürlich oft Mittel zum Zweck, weshalb reichere Menschen im Durchschnitt – hier liegt die Betonung auf Durchschnitt – glücklicher sind. Sie können einfach leichter Dinge erreichen und erwerben als diejenigen, deren Mittel eingeschränkter sind. Aber – und auch das hat die Forschung gezeigt – wir brauchen nicht sehr viel Geld, um glücklich zu sein, und wir brauchen mehr zum Glück als Geld allein.

GELD & GLÜCK

Mehr Geld macht nicht oder kaum glücklich – das ist wissenschaftlich erwiesen. Warum streben wir immerzu danach?

- ☞ Suchtpotenzial („hedonistische Treitmühle“)
- ☞ Sozialer Vergleich („frustrierte Überflieger“)
- ☞ Schlechte Vorhersagen („unterschätzte Gewöhnungseffekte“)

A Global Projection of Subjective Well-being:
The First Published Map of World Happiness



Map created by Adrian White, Analytic Social Psychologist, University of Leicester (2006)

Abb.: World Map of Happiness [Karte, die die empfundene Wahrnehmung von Glück weltweit zeigt]

S&S: Wie messen Sie ein solch subjektiv empfundenes Gefühl?

Brockmann: Die Messung kann auf verschiedene Arten und Weisen erfolgen. Da Menschen wissen, wenn sie glücklich sind, kann man sie einfach danach fragen. Ferner zeigen Menschen, wann sie glücklich sind, indem sie z.B. lachen. Und schließlich reagiert der Körper auf glücklich empfundene Umstände und das messen wir anhand physiologischer Parameter wie z.B. der Aktivität des Belohnungszentrums.

S&S: Gibt es Dinge, die alle Menschen weltweit glücklich machen – oder inwiefern ist das, was glücklich macht, von unserer Kultur geprägt?

Brockmann: Ja, es gibt Dinge, die alle Menschen schätzen – Freunde, Lebenspartner, Gesundheit und sinnvolle Dinge tun, das gehört zu einer universellen Glücksrezeptur. Kulturell spezifisch ist aber, wie wir diese Dinge gewichten. In der sehr individuellen Kultur des Westens sind Freunde wichtiger als sozialer Status. In der fernöstlichen kollektiven Kultur ist der Status aber ein wichtiges Signal an die Gemeinschaft. Unsere kulturelle Umgebung gibt uns Beurteilungskriterien an die Hand – auch für unser Glückserleben.

S&S: Ist die Fähigkeit zum sozialen Handeln etwas, das dem Menschen angeboren ist?

Brockmann: Natürlich, alle sexuell sich fortpflanzenden Wesen brauchen einen Partner. Und Nesthocker wie wir Menschen brauchen soziale Unterstützung von Anfang an. Menschen, die die Fähigkeit zum sozialen Handeln nicht in ihren Genen haben, hätte die Evolution recht schnell ausgesiebt.



S&S: Albert Schweitzer hat gesagt: „Das Glück ist das einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt.“ Was sagen Sie als Wissenschaftlerin dazu?

Brockmann: Die Wissenschaft unterstützt Schweitzers Aussage insofern, als wir wissen, dass glückliche Erfahrungen gerne mitgeteilt werden und auch ansteckend sind. Wir lachen, wenn wir glücklich sind, wir machen uns sichtbarer, größer und gehen unter Leute. Eine aufwendige amerikanische Netzwerkstudie hat Menschen über Jahrzehnte verfolgt und aufgezeigt, dass glückliche Menschen am Ende von anderen umringt sind, was diese selbst dann auch glücklicher macht.

S&S: Kann soziales Engagement wie Stiften glücklich machen?

Brockmann: Unbedingt! Hier kommen ja zwei Glücksbringer zusammen – das soziale Teilen und das sinnvolle Tun.

S&S: Sowohl die Motivation, eine Stiftung zu errichten, als auch die spätere Fördertätigkeit der Stiftung stehen oftmals in engem Zusammenhang mit der persönlichen Lebensgeschichte von Stiftern. Welche Rolle spielt der Aspekt der Individualität für das Glückserleben?

Brockmann: Seit dem bürgerlichen Zeitalter denken Menschen in biografischen Zusammenhängen. Scheinbar natürlich liefert uns heute die eigene Lebensgeschichte gute Gründe und maßgebende Anhaltspunkte, warum und wofür wir uns engagieren. Der unbestrittene Einfluss der eigenen Biografie für das soziale Engagement ist eine Kulturleistung.

S&S: Was suchen Stifter neben der konkreten Wirkung in der Stiftungsarbeit? Ist es auch das persönliche „Glück“ oder gesellschaftliche Anerkennung – oder ist beides letztendlich dasselbe?

Brockmann: Ja, in der Tat hängt das persönliche Glück ganz eng mit dem sozialen Glück zusammen. Die Forschung zeigt

sehr eindringlich, dass Menschen viel weniger egoistisch sind, als uns das viele klassische und neo-klassische Modelle in der Ökonomie haben glauben lassen. Etwas für andere zu tun, ist eine höchstbefriedigende Erfahrung – selbst dann, wenn es in der Gesellschaft keine Anerkennung findet.

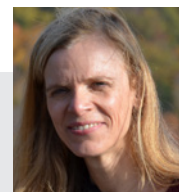
S&S: Wenn sich jemand entschließt, eine Stiftung zu gründen, ist dies eine weitreichende Entscheidung, die über die eigene Lebenszeit hinausgeht. Welche Rolle spielt dieser Ewigkeitsgedanke für das „Glück des Stiftens“?

Brockmann: Wir wissen aus der Glücksforschung, dass religiöse Menschen glücklicher sind als Menschen ohne Glauben. Durch den Glauben erhalten Menschen eine Idee über die Zeit nach dem eigenen Leben. Zudem ist die ökonomische Forschung über den Tatbestand gestolpert, dass Menschen offenbar etwas vererben wollen. Denn eigentlich sollte ein rationaler Egoist alles Geld am Ende seines Lebens ausgeben. Das tun die älteren Menschen aber nicht. Im Gegenteil, oft sparen sie weiter. Es gibt also so etwas wie ein Vererbungsmotiv, ein Motiv, über das eigene Leben hinaus noch wirksam zu sein und in guter Erinnerung zu bleiben. Dieses Motiv verfolgen ja auch Stifter – und deshalb sind sie glücklicher.

S&S: Soziales Engagement scheint in unserer Gesellschaft eine immer größere Bedeutung einzunehmen – so ist die Ausübung eines Ehrenamtes heute überhaupt nichts Ungewöhnliches mehr. Worin sehen Sie die Ursachen dieses Trends und wie wird er sich in Zukunft entwickeln?

Brockmann: Das wachsende soziale Engagement resultiert aus einem steigenden Bildungsniveau und der Alterung der Gesellschaft. Wir wissen heute viel mehr über die Nöte in der Welt und sind selbstbewusster, sie auch anzugehen. Gleichzeitig hat die Alterung unserer Gesellschaft uns nicht nur ein längeres Leben, sondern auch weniger familiäre Verpflichtungen und steigenden finanziellen und zeitlichen Wohlstand beschert. Das ist ein guter Nährboden für soziales Engagement.

S&S: Vielen Dank für das Gespräch! ■



ZUR PERSON

Prof. Dr. Hilke Brockmann, verheiratet, zwei Kinder, ist Professorin für Soziologie an der Jacobs University, Bremen. Sie interessiert sich und arbeitet zu den Ursachen und Folgen der demografischen Alterung und zum subjektiven Wohlbefinden, oft auch als Glücksforschung bezeichnet. In ihrem neuesten Artikel fragt sie nach dem Glück der Ausländer in Deutschland; in ihrem neuesten Buch „Human Happiness and the Pursuit of Maximization. Is more always better?“ untersucht sie zusammen mit Autoren aus der Psychologie, Philosophie, Neurowissenschaft, Soziologie und Ökonomie das wachstumskritische Potenzial der Glücksforschung.