

„Zuviel des Guten?
Zum Zusammenhang von Wohlstand und Glück“

Detlef Fetchenhauer
Universität zu Köln
Universität Groningen (Niederlande)

Guten Abend, meine Damen und Herren. Das Thema meines Vortrags lautet: „Zu viel des Guten? Zum Zusammenhang von Wohlstand und Glück“.

In der folgenden knappen Stunde möchte ich versuchen, Sie von den folgenden drei Thesen zu überzeugen:

1. These: Die materiellen Lebensbedingungen der Menschen in den westlichen Industrienationen haben sich in den letzten 50 Jahren dramatisch verbessert und sie verbessern sich auch weiterhin.

2. These: Diese Fortschritte haben die Menschen nicht glücklicher gemacht. Mit anderen Worten: Zumindest in den westlichen Industrienationen hat ein Mehr an Wohlstand nicht zu einem Mehr an Lebenszufriedenheit geführt.

3. These: Dieses scheinbare Paradox ist zu erklären aus grundlegenden Eigenschaften der menschlichen Psyche. Anders ausgedrückt: Der Mensch ist nicht dazu gemacht, um glücklich zu sein.

Das Ziel meines Vortrags ist durchaus unbescheiden und besteht darin, dass Sie nach meinem Vortrag die Welt mit anderen Augen sehen.

Dabei geht es mir nicht darum, Ihnen konkrete Tipps zu geben, wie Sie ihr ganz persönliches Lebensglück erhöhen können.

Aber vielleicht denken Sie nach meinem Vortrag etwas entspannter und gelassener über Ihr Leben und die Frage, warum es Ihnen nicht immer gelingt, glücklich und zufrieden zu sein.

Zur ersten These: Die materiellen Lebensbedingungen der Menschen in den westlichen Industrienationen haben sich in den letzten 50 Jahren dramatisch verbessert und sie verbessern sich auch weiterhin.

In heutigen Preisen ist das Bruttoinlandsprodukt von ca. 5.000€ pro Kopf im Jahr 1950 auf knapp 30.000€ im Jahr 2007 gestiegen. Die durchschnittliche

Wochenarbeitszeit (im produzierenden Gewerbe) ist von 48 auf etwas mehr als 38 Stunden gesunken. Die Zahl der Urlaubstage hat in diesem Zeitraum von 12 auf 31 Tage pro Jahr zugenommen.

Nun werden Einige von Ihnen denken, Wovon redet dieser Mann? Sind wir nicht in der schlimmsten Rezession in der Geschichte der Bundesrepublik?

Ich will diese Krise und die auch langfristigen Probleme, die sich aus ihr ergeben, in keiner Weise schönreden.

Aber es gibt keinen Grund zu der Annahme, dass durch diese Krise die langfristige Zunahme unseres Wohlstandes ein Ende haben könnte.

Um die globalen und langfristigen Tendenzen – auch in Deutschland – zu verstehen, ist es hilfreich, diese mit etwas mehr Abstand zu betrachten und sich die Entwicklung der Weltwirtschaft in den letzten 2.000 Jahren, anzuschauen.

Hier zeigt sich von Jahr Null bis zum Ende des 17ten Jahrhunderts keinerlei Zunahme des menschlichen Wohlstands. Bis zu diesem Zeitpunkt lebte weltweit die übergroße Mehrheit aller Menschen am Existenzminimum. In heutiger Kaufkraft ausgedrückt betrug weltweit das durchschnittliche Einkommen pro Jahr weniger als \$1.000. Dann setzte die industrielle Revolution ein und seitdem steigt der Wohlstand (im weltweiten Mittel) kontinuierlich und immer schneller an.

Einige wenige Beispiele mögen verdeutlichen, wie sich die Lebensverhältnisse der Menschen in Deutschland ganz konkret verändert haben.

Im Jahr 1968 stand für jeden Bundesbürger umgerechnet 23,8qm Wohnfläche zur Verfügung, heutzutage ist es fast doppelt so viel. Im Jahr 1968 verfügte nur ein Drittel aller Wohnungen in Deutschland über eine Zentralheizung, heute sind dies über 90 % und es ist abzusehen, dass in mittlerer Zukunft jeder Deutsche über eine Zentralheizung

verfügen wird. Vor rund 50 Jahren fuhren auf Deutschlands Straßen weniger als zwei Millionen Pkw, im Jahr 2006 waren es über 46 Millionen.

Nun werden Sie vielleicht sagen: Das ist ja das Problem und die Ursache dafür, dass ich jeden Morgen im Stau stehe.

Aber Tatsache bleibt: Während vor 50 Jahren nur eine kleine Minderheit der Deutschen über ein eigenes Auto verfügte, ist dies heute für die Mehrheit aller Deutschen Normalität.

Zudem verfügen Menschen heute nahezu selbstverständlich über technologische Innovationen, die erst seit wenigen Jahren oder Jahrzehnten zur Verfügung stehen. Beispiele hierfür sind (ohne Anspruch auf Vollständigkeit) Heimcomputer / Laptops, Digitalkameras, E-Mail, Internet, MP3 Spieler oder Mobiltelefone.

Mit nur geringer Übertreibung ließe sich behaupten: Der Durchschnittsdeutsche heute lebt besser als ein König vor 200 Jahren! Ein König hatte keine Zentralheizung, schlechteres Essen und schlechteren Wein. Es war mühsamer sich fortzubewegen (man vergleiche eine rumpelnde königliche Kutsche mit dem Komfort eines Volkswagen-Golf). Es gab kein Fernsehen und kein Telefon (d.h., der König konnte nicht mit anderen Königen telefonieren).

Besuche bei anderen Herrschern in fernen Kontinenten waren nahezu unmöglich und sehr beschwerlich, während die deutsche Bevölkerung im Jahr 2005 alleine 77,4 Millionen private Auslandsreisen unternommen hat, davon knapp 20 Millionen mit einem Ziel außerhalb der Europäischen Union.

Nun mag man gegen diese Zahlen einwenden, dass sie lediglich eine Zunahme des materiellen Wohlstands in Deutschland anzeigten, und dass andere Aspekte des Lebens sehr viel wichtiger seien als der "schnöde Mammon". Ein alternativer Indikator, an den hierbei zu denken wäre, ist die Lebenserwartung und der Gesundheitszustand der in

diesem Land lebenden Menschen. Aber auch hierzu gibt es nur Positives zu berichten. Die Lebenserwartung von Neugeborenen hat in den letzten 40 Jahren um ca. 8 Jahre zugenommen.

Dieser deutliche Zugewinn ergibt sich z.T. aus einer gesunkenen Kindersterblichkeit.

Hierbei gab es früher und gibt es übrigens auch heute immer noch einen Zusammenhang mit der Bildung und dem Wohlstand der Eltern. Die Kinder reicher und gebildeter Eltern sterben seltener als die Kinder armer und ungebildeter Eltern.

Ein konkretes Beispiel: In der englischen Grafschaft York starb vor 100 Jahren jedes vierte in der Unterschicht geborene Kind vor der Erreichung des ersten Lebensjahres. In der Oberschicht war die Kindersterblichkeit hingegen sehr viel geringer – dort starb während des ersten Lebensjahres nur jedes 10te Kind. Am Zusammenhang von Schichtzugehörigkeit und Kindersterblichkeit hat sich auch heute wenig geändert. In der englischen Unterschicht sterben nach wie vor dreimal so viele Kinder wie in der Oberschicht – nämlich 9 von 1.000 gegenüber 3 von 1.000.

Ich halte es für moralisch kaum legitimierbar, dass die Lebenschancen eines Menschen schon bei seiner Geburt vom Wohlstand seiner Eltern abhängen.

Trotzdem einmal provozierend gefragt: Als was würden Sie lieber Ihre Kinder (oder Enkel) bekommen – als Mitglied der Oberschicht vor hundert Jahren oder als Kassenpatient heute?

Wichtig ist festzuhalten: Wir werden nicht nur deshalb immer älter, weil die Kindersterblichkeit so stark gesunken ist. Auch die Lebenserwartung von 40jährigen ist seit 1965 um fünf Jahre gestiegen. Und selbst ein 70jähriger Mann, der 1965 noch ca. 10 Jahre zu leben hatte, darf sich heute im Durchschnitt auf weitere 13 Lebensjahre freuen.

Ein Grund hierfür ist, dass wir mittlerweile viele Krankheiten heilen oder ihre gesundheitlichen Folgen zumindest lindern können, die noch vor wenigen Jahren oftmals den sicheren Tod bedeuteten. Dazu gehören einige Krebsarten, viele Herz-Kreislaufkrankungen aber auch HIV-Infektionen.

Die genannten Zahlen sind sehr abstrakt und natürlich sollte niemand vergessen, dass sich hinter solchen Mittelwerten erhebliche individuelle Schwankungen verbergen. Einige Menschen werden bei bester Gesundheit über 90 Jahre alt, während andere bereits als Kinder oder Jugendliche sterben müssen.

Dennoch drücken diese Zahlen aus, dass die Zeit, die dem Einzelnen auf dieser Erde gegeben ist (im Schnitt!) zugenommen hat und auch weiterhin zunimmt.

Nun vermute ich, dass Einige von Ihnen einwenden werden, ein längeres Leben sei nicht gleichzusetzen mit mehr Lebensqualität. Länger zu leben bedeute vor allem länger krank zu sein, wie ein Blick in die traurige Realität deutscher Altersheime zeige.

Dieser Einwand aber erweist sich bei näherer Analyse als falsch – das Gegenteil ist wahr. Mit steigendem Wohlstand und steigender Lebenserwartung wird der Gesundheitszustand der Menschen keineswegs schlechter, sondern vielmehr deutlich besser. So ergab eine von der Weltgesundheitsorganisation in Auftrag gegebene Studie, dass in den entwickelten Industrienationen Menschen im Schnitt ca. 77 Jahre alt werden, von denen sie gut acht Jahre aus gesundheitlichen Gründen nicht arbeitsfähig sind (inklusive ihres Rentenalters). Im Schwarzafrika hingegen liegt die Lebenserwartung bei lediglich 50 Jahren, wovon die Menschen ca. 15 Jahre aus gesundheitlichen Gründen nicht arbeitsfähig sind.

Halten wir also fest: Die Menschen in Deutschland werden im langfristigen Trend immer wohlhabender, immer älter und immer gesünder. Wenn Ihnen dies bislang noch

niemand so deutlich gesagt hat, liegt dies daran, dass solche Tatsachen in den Medien nur selten berichtet werden. Warum dies so ist, darauf gehe ich später noch ein.

Die Medien und auch die Bundesbürger beklagen sich sehr gerne über die Politiker – und oft genug haben Sie durchaus Grund dazu. Dennoch sollte man darauf hinweisen, dass wir in Deutschland eine sehr stabile Demokratie haben. Selbst Parteien wie die CDU/CSU und die Grünen, die sich noch vor 10 Jahren aus weltanschaulichen Gründen erbittert bekämpft haben, denken mittlerweile über mögliche Regierungsbündnisse nach.

Die Zeiten der Roten Armee Fraktion, deren Terror dutzende Menschenleben zum Opfer fielen, sind jedenfalls lange vorbei.

Wer kann sich noch an den letzten, politisch motivierten Mord in Deutschland erinnern? (es war der Mord an Detlef Karsten Rohwedder, den Vorstandsvorsitzenden der Deutschen Bank, im Jahre 1991).

All' dies zeigt: Die innenpolitische Stabilität in Deutschland ist ausgesprochen hoch und es ist fraglich, ob Demokratie und Menschenrechte in Deutschland jemals so ungefährdet waren wie heute.

Daran ändert die Tatsache nichts, dass islamistische Extremisten auch in Deutschland Attentate planen. Selbst wenn einer dieser verwirrten Überzeugungstäter erfolgreich eine Bombe zünden sollte, den politischen Konsens in Deutschland würde er damit kaum erschüttern können.

Auch die äußere Sicherheit hat sich für die Menschen in Deutschland erheblich verbessert. Bis zum Jahr 1989 war Deutschland ein geteiltes Land und an der innerdeutschen Grenze standen sich Truppen der Nato und des Warschauer Paktes kampfbereit gegenüber.

Während meines Wehrdienstes im Jahr 1985 habe ich viele Stunden damit verbracht, Pershing I Raketen mit atomaren Sprengkörpern zu bewachen. Das Thema eines möglichen Atomkrieges war für mich somit ein sehr konkreter Teil meines Lebens.

Einmal habe ich während einer solchen Wache ein Buch des Physikers und Philosophen Carl Friedrich von Weizsäcker gelesen, das den Titel trug „Wege in der Gefahr“. In diesem Buch kam von Weizsäcker 1979 zu der Einschätzung, ein dritter Weltkrieg sei zwar wahrscheinlich, aber nicht unvermeidlich. Diese nüchterne und durchaus pessimistische Aussage hat mich damals tief berührt.

Auch heute ist die Welt kein friedlicher Ort und auch heute noch sterben weltweit Tausende von Menschen in bewaffneten Auseinandersetzungen. Dennoch bleibt festzuhalten, dass ein dritter Weltkrieg heute sehr viel unwahrscheinlicher ist als noch vor zwanzig Jahren. Stattdessen sind nach dem Zusammenbruch des Warschauer Paktes in Europa eine ganze Reihe vitaler und anscheinend stabiler Demokratien entstanden. Zwar haben sich die Überzeugungen von Francis Fukuyama, der schon von einem absehbaren „Ende der Geschichte“ sprach, in dem in allen Ländern liberale Demokratien verwirklicht seien, als verfrüht erwiesen, aber zumindest in Europa gab es noch nie so viel Demokratie und Freiheit wie heute.

Im Übrigen: Gegenüber der Welt unserer Vorfahren erscheint selbst das blutgetränkte zwanzigste Jahrhundert als vergleichsweise friedfertig. Weltweit sind vom Jahr 1900 bis zum Jahr 2000 ca. 2 % aller auf der Erde lebenden Menschen eines gewaltsamen Todes gestorben (inklusive zweier Weltkriege und Genoziden wie z.B. dem Holocaust). Das ist ein enormer Blutzoll – aber trotzdem sehr viel weniger als in Jäger und Sammler Gesellschaften, in denen die Menschheit den größten Teil ihrer

Geschichte gelebt hat. Dort fallen zwischen 10 % und 50 % der Gewalt ihrer Mitmenschen zum Opfer.

Ein Einwand, der oftmals gegen die These vorgebracht wird, die Lebensbedingungen in Deutschland hätten sich verbessert, bezieht sich auf den Zustand unserer natürlichen Umwelt. Nicht wenige Menschen glauben, dass wir uns unseren derzeitigen Wohlstand nur leisten können, weil wir auf Kosten unserer Umwelt leben – wofür wir irgendwann bitter werden bezahlen müssen.

Es ist mir aus Zeitgründen nicht möglich, im Detail zu diskutieren, ob sich die Bedrohung der Umwelt in den letzten Jahren verschärft hat oder milder geworden ist. Dennoch soll darauf hingewiesen werden, dass sich Fachleute keineswegs einig darüber sind, dass die Lage insgesamt schlechter geworden ist. Zwar sind mittlerweile nahezu alle Experten der Überzeugung, dass sich die Temperatur auf der Erde durch den vermehrten Ausstoß von Treibhausgasen tatsächlich erwärmt, wie negativ die Konsequenzen einer solchen Erwärmung zu bewerten sind, ist jedoch nach wie vor umstritten.

Dem steht gegenüber, dass sich auf vielen Gebieten die Umweltsituation in den letzten Jahrzehnten eher verbessert als verschlechtert hat.

Dies gilt zum einen für die Luftqualität. Man denke nur an den Dauersmog über dem Ruhrgebiet, der bis weit in die 70er Jahre die Lebensqualität massiv beeinträchtigte.

Deutlich verbessert hat sich auch die Qualität des Wassers in unseren Seen und Flüssen. Während beispielsweise Elbe und Rhein in den 70er Jahren weitgehend keinerlei Fischbestand mehr aufwiesen lebt dort jetzt wieder eine Vielzahl an Süßwasserfischen.

Auch das noch vor wenigen Jahren prognostizierte Waldsterben hat so nicht stattgefunden.

Insgesamt zeigt sich: die für die Menschen in Deutschland unmittelbar wahrnehmbare Situation unserer Umwelt ist in den letzten Jahrzehnten nicht schlechter, sondern besser geworden. Das soll nicht heißen, dass Umweltschutz nicht wichtig wäre. Ganz im Gegenteil. Aber durch entsprechende Maßnahmen ist es uns in den letzten Jahren in vielerlei Hinsicht gelungen, die Situation der Umwelt erheblich zu verbessern.

Nun werden einige von Ihnen darauf verweisen, eine positive Bilanz hinsichtlich unserer allgemeinen Lebensbedingungen lasse sich – wenn überhaupt – allenfalls für den Westen ziehen und dass wir unseren Wohlstand im Westen nur deshalb genießen können, weil die Menschen in der dritten Welt so arm seien.

Aber auch dieser Einwand steht im Gegensatz zu den objektiven Fakten. Richtig ist: Die Entwicklung des Wohlstands hat sich in unterschiedlichen Regionen dieser Erde äußerst unterschiedlich vollzogen. So ist aus Schwarzafrika nach wie vor nur wenig Positives zu berichten. Aber insgesamt hat sich in den letzten Jahrzehnten auch die Lage in den meisten Entwicklungsländern deutlich verbessert.

Während 1970 weltweit noch mehr als jeder dritte Mensch chronisch unterernährt war, war dies im Jahr 2002 nur noch jeder sechste. Diese Verbesserung ist umso bemerkenswerter als in der gleichen Zeit die Gesamtbevölkerung der Erde von ca. 3,7 auf ca. 6,5 Milliarden Menschen gestiegen ist. Mit anderen Worten: Obwohl auf der Erde immer mehr Menschen ernährt werden müssen, muss ein immer kleinerer Teil dieser Menschen an Hunger leiden.

Ähnlich erfreulich hat sich die Lebenserwartung in der dritten Welt entwickelt (wenn auch mit starken regionalen Schwankungen). Ein Beispiel: Während in China die Lebenserwartung bei der Geburt im Jahr 1950 bei ca. 41 Jahren lag, liegt sie heute bei

72 Jahren. Dies bedeutet eine Zunahme der Lebenserwartung von 31 Jahren innerhalb von knapp drei Generationen.

Auch hinsichtlich der dritten Welt ist die Entwicklung somit insgesamt durchaus positiv.

Zusammenfassend lässt sich somit festhalten: die Menschen in Deutschland sind sehr viel wohlhabender als ihre Vorfahren und sie verfügen über technische Errungenschaften, von denen frühere Generationen nur träumen konnten. Sie leben länger und gesünder. Die innenpolitische und außenpolitische Stabilität in unserem Land ist hoch. Die Situation der Umwelt hat sich zumindest in Deutschland eher verbessert als verschlechtert. Auch in der dritten Welt nehmen der Wohlstand und die Lebenserwartung der Menschen zu. Soweit meine Ausführungen zu meiner ersten These.

Kommen wir nun zu meiner 2. These: Diese Fortschritte haben die Menschen jedoch nicht glücklicher gemacht.

Mittlerweile liegt eine ganze Reihe von Untersuchungen vor, in denen weltweit in einer Vielzahl von Ländern die Menschen danach gefragt wurden, wie glücklich bzw. zufrieden mit ihrem Leben sie sind.

Die Ergebnisse dieser Studien sind ziemlich eindeutig. Wenn man sehr arme mit reichen Ländern vergleicht, dann zeigt sich, dass die Menschen in den reichen Ländern im Schnitt glücklicher sind als in den sehr armen Ländern.

Menschen, die in Entwicklungsländern Hunger und Durst leiden, kein Dach über den Kopf haben und keine ärztliche Versorgung, sind mit ihrem Leben ziemlich unglücklich.

Dieser Zusammenhang zwischen Wohlstand und Lebenszufriedenheit gilt jedoch nur beim Vergleich von sehr armen Ländern mit den westlichen Industrienationen.

Für meinen Vortrag heute relevanter ist eine andere Tatsache. Hat ein Land einmal ein bestimmtes Wohlstandsniveau erreicht, dann führt eine weitere Zunahme an materiellen Wohlstand in diesen Ländern nicht dazu, dass die Menschen dort glücklicher und zufriedener werden. Ein Beispiel: Menschen in Irland sind im Schnitt nur ca. halb so wohlhabend wie Menschen in den USA, aber sie sind genauso glücklich.

Diesen Befund bestätigt auch eine ganze Reihe von Längsschnittstudien, die z.B. in den USA und in Japan durchgeführt worden sind. Beispiel Japan: Dort hat sich das Realeinkommen zwischen 1960 und 1990 mehr als vervierfacht, aber die Lebenszufriedenheit der Japaner ist in diesem Zeitraum identisch geblieben.

Wenn man das bislang gesagte zusammenfasst, dann ergibt sich folgender Befund. In vielerlei Hinsicht geht es den Menschen in den westlichen Industrienationen heute sehr viel besser als noch vor wenigen Jahrzehnten. Dennoch sind die Menschen in dieser Periode nicht glücklicher oder zufriedener mit ihrem Leben geworden. Dieser Befund ist über den Vergleich verschiedener Kulturen hinweg außerordentlich robust und kann somit nicht nur durch eine spezifisch deutsche Lust am Jammern erklärt werden.

Wie aber ist dieses Paradox zu erklären?

Diese Frage führt mich zu meiner dritten These, die lautet: Der Mensch ist nicht gemacht, um glücklich zu sein.

Diese These will ich in sechs verschiedene Teilargumente gliedern:

1. Argument: Menschen gewöhnen sich sehr schnell an neue Situationen.

Selbst wenn wir alles das hätten, wovon wir immer schon geträumt haben würde uns nach einer kurzen Zeit auffallen, was wir zusätzlich auch noch gerne hätten.

2. Argument: Es ist nicht so sehr der absolute Wohlstand, der über unsere Lebenszufriedenheit entscheidet, sondern vor allem unser relativer Wohlstand. Es geht uns nicht so sehr darum, ob wir viel oder wenig haben, sondern es geht uns vor allem darum, dass wir mehr haben als andere Menschen in unserer Umgebung.
3. Argument: Unser Leben ist dadurch gekennzeichnet, dass wir aus immer mehr Alternativen, die für uns passende auswählen können. Ein Mehr an Alternativen macht uns jedoch nicht notwendigerweise auch glücklicher.
4. Argument: Unsere modernen Umwelten beinhalten eine ganze Reihe von Verlockungen, mit denen wir uns langfristig schaden, denen wir aber kurzfristig nicht widerstehen können.
5. Argument: Die Massenmedien vermitteln uns ein verzerrtes Bild der Realität. „Bad news are good news“ – Schlechte Nachrichten sind gute Nachrichten heißt es unter Journalisten. Auch wenn vieles objektiv besser wird – die Medien berichten vorzugsweise über Katastrophen und negative Ereignisse.
6. Argument: Menschen neigen ganz allgemein dazu, die Vergangenheit nostalgisch zu erklären. „Früher war alles besser“ – so denken wir oft, auch wenn dies objektiv nicht so ist.

Beginnen wir mit meinem ersten Argument: Menschen gewöhnen sich sehr schnell an neue Situationen.

Dies führt dazu, dass wir uns über Erfolge immer nur kurz freuen, uns schnell an sie gewöhnen und schon bald mehr haben wollen: ein größeres Auto, eine schönere Wohnung, einen höheren beruflichen Status.

Die menschliche Fähigkeit, sich schnell an neue Situationen zu gewöhnen, führt auch dazu, dass Menschen eine enorme Fähigkeit haben, Schicksalsschläge zu verarbeiten und auch nach Niederlagen weiter zu kämpfen.

Man gewöhnt sich an alles im Leben. Wie Heinrich Heine formulierte: „Anfangs wollt’ ich fast verzagen, und ich dacht’, ich trag’ es nie. Und ich hab’ es doch ertragen, aber fragt mich nur nicht, wie.“

Nur leider gewöhnen wir uns eben auch schnell an das Gute. Wie Goethe einmal bemerkte: „Nichts ist schwerer zu ertragen als eine Reihe von guten Tagen“.

Amerikanische Psychologen haben die Hypothese, dass der Mensch sich an alles gewöhne, an zwei denkbar extremen Stichproben untersucht.

Die eine Stichprobe bestand aus Lottomillionären, das heißt aus Menschen, deren materieller Wohlstand sich plötzlich deutlich erhöht hatte. Am Tag des Lottogewinns ging es diesen Menschen ganz phantastisch – der plötzliche Reichtum schien alle Probleme zu lösen. Aber ein Jahr danach waren diese Menschen nicht glücklicher als eine Vergleichsgruppe von Menschen, die nicht im Lotto gewonnen hatte.

Die andere Stichprobe bestand aus einer Gruppe von Menschen, die nach einem schweren Unfall querschnittsgelähmt war. Unmittelbar nach ihrem Unfall waren diese Menschen trivialerweise sehr unglücklich und ihr ganzes Denken kreiste um den Verlust an Lebensqualität, der sich daraus ergab. Aber ein Jahr später waren diese Menschen kaum weniger zufrieden als der Rest der Bevölkerung.

Diese Befunde erklären auch die Tatsache, dass die Lebenszufriedenheit der Menschen in den westlichen Industrienationen in den letzten Jahrzehnten nicht zugenommen hat, obwohl ihr Wohlstand so deutlich gesteigert werden konnte.

Menschen gewöhnen sich sehr schnell an veränderte Lebensbedingungen – und somit auch an eine Steigerung ihres materiellen Wohlstands.

2. Argument: Es ist nicht so sehr der absolute Wohlstand, der über unsere Lebenszufriedenheit entscheidet, sondern vor allem unser relativer Wohlstand. Es geht uns nicht so sehr darum, ob wir viel oder wenig haben, sondern es geht uns vor allem darum, dass wir mehr haben als andere Menschen in unserer Umgebung. Dies führt dazu, dass reiche Menschen glücklicher sind als arme Menschen.

Um dies mit ein paar konkreten Zahlen zu verdeutlichen: In einer großen Repräsentativbefragung haben wir die Befragten in drei gleich große Gruppen unterteilt. In relativ arme Menschen, Menschen mit einem mittleren Wohlstand und relativ reiche Menschen.

Von den reichen Menschen gaben ca. 20% an, sehr glücklich zu sein, von den Armen waren dies nur 10%.

Ein umgekehrtes Bild zeigte sich, wenn man analysierte, wer von den Befragten angab, eher unglücklich zu sein. Dies waren von den reichen Menschen lediglich 6%, aber von den armen Menschen waren es 25%.

Mit anderen Worten: Relativ wohlhabende Menschen sind häufiger glücklich und deutlich seltener unglücklich als relativ arme Menschen.

Aus dem Einfluss von sozialen Vergleichsprozessen auf die Lebenszufriedenheit von Menschen kann im übrigen gefolgert werden, dass Menschen in Ländern mit niedriger ökonomischer Ungleichheit glücklicher sein sollten als Menschen mit hoher ökonomischer Ungleichheit und zwar aus folgenden Gründen: Zum einen wissen wir aus der Psychologie, dass Menschen Verluste stärker gewichten als Gewinne. Konkret: Es ist vielleicht ein ganz gutes Gefühl, zu den Wohlhabenden eines Landes zu gehören, aber es tut wirklich weh, ein „Habenichts“ zu sein. Zum anderen bedeutet ein hohes Maß an sozialer Ungleichheit, dass einige wenige Reiche sich ihres Wohlstands freuen

können, aber sehr viele weniger Wohlhabende die Erfahrung machen, relativ arm zu sein.

In Übereinstimmung mit dieser Argumentation zeigt sich tatsächlich, dass zumindest in den westlichen Industrienationen Lebenszufriedenheit negativ mit dem Ausmaß ökonomischer und sozialer Ungleichheit verbunden ist. Was immer man aus ökonomischer Perspektive gegen das skandinavische Wohlfahrtsstaatsmodell vorbringen mag: es bleibt eine Tatsache, dass die Menschen in Skandinavien zu den Glücklichen der Welt gehören.

Eine weitere wichtige Schlussfolgerung aus der Tatsache, dass nicht unser absoluter, sondern unser relativer Wohlstand unsere Lebenszufriedenheit determiniert, besteht im Übrigen darin, dass es wenig hilft, Sozialhilfeempfänger darauf hinzuweisen, ihr Einkommen sei höher als das der meisten Menschen in der dritten Welt. Die Erfahrung, in einer weitgehend an demonstrativen Konsum orientierten Gesellschaft nicht mithalten zu können, führt zu echtem und keineswegs nur vorgeschobenem Leiden.

Ein Beispiel: Natürlich müssen zu einem Kindergeburtstag nicht alle Freunde ins Kino und anschließend zu McDonald's eingeladen werden, aber wenn alle anderen Klassenkameraden dies tun, fällt es schwer, in der eigenen Sozialwohnung einen Kindergeburtstag mit Topfchlagen und selbstgebackenem Marmorkuchen zu feiern.

Ein anderer Gedanke: In Deutschland wird von Besserverdienenden oftmals beklagt, Deutschland sei eine „Neidgesellschaft“, in der den Erfolgreichen ihre Erfolge nicht gegönnt würden. Das mag wohl sein, aber die Erfolgreichen können sich auch deshalb an ihrem Erfolg freuen, weil sie erfolgreicher sind als die meisten Anderen in ihrer Gesellschaft. Mit anderen Worten: Die Lebenszufriedenheit von Zahnärzten, Unternehmensvorständen oder Professoren speist sich auch aus der Tatsache, dass es so

viele gibt, die es nicht geschafft haben, Zahnarzt, Unternehmensvorstand oder Professor geworden zu sein.

Wenn es vor allem darum geht, mehr zu haben als unsere Nachbarn oder als unsere Klassenkameraden von früher, dann ergibt sich daraus, dass noch so viel Wohlstand uns nicht glücklicher machen wird, denn relativer sozialer Status ist ein klassisches Positionsgut. Unabhängig vom absoluten Wohlstandsniveau gilt: Zu den reichsten 10 % der Bevölkerung zählen immer nur 10 %. Da können wir insgesamt noch so wohlhabend werden.

Mein drittes Argument: Unser modernes Leben ist dadurch gekennzeichnet, dass wir aus immer mehr Alternativen, die für uns passende auswählen können. Ein Mehr an Alternativen macht uns jedoch nicht notwendigerweise auch glücklicher.

Menschen in modernen westlichen Gesellschaften haben immer mehr Alternativen, zwischen denen sie wählen können. Soziologen sprechen hier von Individualisierungstendenzen moderner Gesellschaften.

Immer weniger wird uns von außen vorgegeben, immer mehr können – und müssen – wir selbst entscheiden.

Nehmen Sie das Beispiel Partnerschaft und Familie: Früher waren die meisten Menschen ab einem bestimmten Alter verheiratet und blieben dies auch für den Rest ihres Lebens. „Verliebt, verlobt, verheiratet“, haben Kinder früher gesungen – bis dass der Tod uns scheidet.

Heutzutage gestaltet sich unser Intimleben sehr viel bunter und vielfältiger und wenn zwei Menschen sich ineinander verlieben, ist ihnen durch die Gesellschaft immer weniger vorgegeben, wie sie ihre Liebe im Alltag zu gestalten haben.

Sie können selber entscheiden, ob sie mit ihrem Partner zusammenleben wollen oder nicht. Sie können selber entscheiden, ob sie mit ihrem Partner schon in der ersten

Nacht Sex haben oder erst in der Hochzeitsnacht. Wenn sie mit ihrem Partner zusammenleben, können Sie entscheiden, ob sie dies mit Trauschein wollen oder nicht. Wenn Sie heiraten, können Sie entscheiden, ob sie nur standesamtlich oder auch kirchlich heiraten wollen. Sie können entscheiden, ob sie Kinder haben wollen und wenn ja, wie viele? Sie können selber entscheiden, welchen Stellenwert sexuelle Treue in ihrer Beziehung spielt. Ist ein Seitensprung ein Scheidungsgrund oder aber einigen Sie sich mit Ihrem Partner darauf, dass sexuelle Erfahrungen außerhalb ihrer Beziehung erfrischend und stimulierend wirken?

Und wenn Ihnen all' dies zu anstrengend ist, können Sie sich auch dafür entscheiden, lieber als Single ihr Dasein fristen.

Zusammengefasst können wir festhalten: In der Liebe ist immer weniger vorgegeben, immer mehr können die beiden Partner ganz individuell miteinander aushandeln.

Aber nicht nur in der Liebe nehmen unsere Wahlmöglichkeiten zu, auch in allen anderen Lebensbereichen ist ein ähnlicher Trend festzustellen, etwa im Bereich von Studium und Beruf.

Ein anderes Beispiel: Unser Konsumverhalten. Auch hier gilt immer mehr: Alles geht – mittlerweile darf man sogar Rotwein zum Fisch trinken.

Lassen Sie mich dieses Phänomen noch an einem anderen ganz simplen Beispiel erläutern: Wenn Sie sich vor zwanzig Jahren eine Flasche Coca Cola kaufen wollten, dann sind Sie in den Supermarkt gegangen und haben sich eine entsprechende 1 Liter Flasche gekauft. Wenn Sie heute in den Supermarkt gehen ist diese Entscheidung sehr viel weniger trivial: Nehmen Sie eine Dose oder eine Flasche? Falls Dose: Nehmen Sie eine 0,5 oder eine 0,33 Liter Dose? Falls Flasche: ein halber Liter, ein Liter, 1,5 Liter oder gar zwei Liter? Und beim Geschmack? Mit Koffein oder ohne? Mit Zucker oder

ohne? Falls ohne Zucker – welchen Süßstoff? Das heißt: Nehmen Sie eine Cola Light oder eine Cola Zero?

Halten wir also fest: In allen Lebensbereichen nehmen unsere Wahlmöglichkeiten permanent zu.

Hinzu kommt, dass viele unserer Entscheidungen zumindest potentiell reversibel sind, so dass der Entscheidungsprozess auch nach einer Entscheidung niemals wirklich abgeschlossen ist. Beispiel Partnerschaft: Falls Sie unverheiratet zusammenleben: Wollen Sie nicht vielleicht doch heiraten? Oder sollen Sie sich vielleicht von Ihrem Partner trennen? Sollen Sie nicht vielleicht doch Kinder bekommen? Und nach einer Scheidung: Sollen die Kinder nicht vielleicht doch beim Vater leben anstatt bei der Mutter oder bei der Mutter anstatt beim Vater?

In der Liebe gilt heutzutage, dass alle Entscheidungen schwer fallen und alle Entscheidungen immer auch rückgängig gemacht werden können. Im Übrigen gilt: In der Liebe gibt es keinen Kündigungsschutz. Ihr Partner kann sich jederzeit von Ihnen trennen, von heute auf morgen, er muss Ihnen vorher noch nicht einmal eine Abmahnung schicken und er muss die Kündigung noch nicht einmal begründen.

Jeder, dem so etwas schon einmal passiert ist, der weiß, wie weh so etwas tut.

Nochmals: Wir modernen Menschen können uns unser Leben sehr individuell zusammenbasteln und während noch unsere Eltern und Großeltern erheblich durch gesellschaftliche Zwänge bedrängt wurden können wir immer mehr Entscheidungen ganz selbständig und frei treffen.

Aber machen mehr Alternativen uns auch glücklich?

Die meisten Menschen gehen davon aus. Die Logik dahinter: Je mehr Alternativen ich habe, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass genau die Alternative dabei ist, die am besten zu mir passt. Ein Beispiel: Ich persönlich trinke am liebsten Cola Zero

und bin überzeugt davon, dass mir diese Cola besser schmeckt als alle Anderen.

Untersuchungen aus dem Bereich der Konsumpsychologie zeigen allerdings, dass solche feinen Unterschiede zumeist nur das Produkt der menschlichen Einbildung sind. Wenn man Menschen verschiedene Arten von Cola trinken lässt, ohne ihnen zu sagen, welche Cola sie gerade trinken, schmecken alle Cola gleich.

Aus evolutionspsychologischer Perspektive ist es fraglich, ob uns mehr Alternativen immer glücklicher machen. Menschen sind angepasst an eine Umwelt, in der aus wenigen verfügbaren Alternativen schnell die richtige gewählt werden musste. Wenn wir aus einer Vielzahl an Möglichkeiten die richtige auswählen müssen, sind wir oftmals paralysiert, wägen endlos ab und vergessen, dass uns Entscheidungen buchstäblich Zeit kosten – obwohl Zeit doch unsere kostbarste Ressource ist. Es gibt ein sehr spannendes Experiment amerikanischer Psychologen, das diesen Gedanken sehr schön verdeutlicht: In einem Supermarkt hatten Kunden die Möglichkeit, an einem aufwändig gestalteten Verkaufsstand verschiedene Sorten exotischer Marmelade zu probieren. In der einen Versuchsbedingung hatten Sie sechs Alternativen zur Auswahl, in der anderen Versuchsbedingung waren es 24 Alternativen. Und tatsächlich: Wenn die Kunden aus 24 verschiedenen Sorten auswählen konnten blieben sie häufiger stehen und probierten auch häufiger eine der angebotenen Marmeladen als wenn dies nur sechs Sorten waren. An der Kasse drehte sich dieses Bild allerdings radikal um: Nur 3 % der Kunden, die aus 24 verschiedenen Sorten auswählen konnten, kauften auch tatsächlich mindestens eine davon. Hatten die Kunden nur die Wahl aus sechs verschiedenen Sorten waren dies 30 % und somit 10mal so viele.

Was war passiert? Wenn die Kunden nur sechs Sorten probieren konnten waren sie in der Lage, alle Sorten durchzuprobieren und haben die Marmelade gekauft, die ihnen am besten geschmeckt hat. Bei 24 verschiedenen Sorten hingegen war das kaum

möglich und zudem war die schiere Anzahl an Alternativen verwirrend: „Hm, nehme ich die mit dem Pfirsich Maracuja Geschmack oder doch die Kombination aus Heidelbeere und Kiwi?“

Am Ende haben viele Kunden gar keine Marmelade gekauft.

Fassen wir zusammen: In der Gestaltung unseres Lebens sind wir immer freier. Sowohl im Beruf, in der Liebe als auch im Konsum stehen uns immer mehr Alternativen zur Verfügung.

Aber dies macht uns nicht notwendigerweise glücklicher.

Sich ständig aufs Neue entscheiden zu müssen, empfinden viele von uns als Bürde. Auch hier gilt – wie so oft im Leben: Weniger wäre manchmal mehr.

4. These: Ein weiterer Grund dafür, dass mehr Wohlstand nicht unbedingt glücklicher macht liegt darin, dass in unseren modernen Wohlstandsgesellschaften Menschen oftmals Versuchungen ausgesetzt sind, denen sie nur schwer widerstehen können.

Oftmals stehen wir vor der Wahl, das zu tun, was langfristig das Beste für uns ist, oder aber etwas zu tun, was uns langfristig schadet, kurzfristig aber Genuss und Wohlbefinden verspricht. Menschen haben Probleme mit dem Konsum von Alkohol, Nikotin und anderen Drogen. Studierende haben Probleme, für ihr Examen zu lernen, obwohl sie wissen, wie wichtig eine gute Note für ihre berufliche Zukunft sein kann. Kriminelle haben Probleme, von Straftaten abzusehen, selbst wenn sie wissen, dass sie mit harten Sanktionen zu rechnen haben, falls ihre Straftaten entdeckt werden. Menschen verzichten oftmals auf den Gebrauch von Kondomen, obwohl sie wissen, dass dies der einzig sichere Schutz gegen HIV und andere sexuell übertragene Krankheiten ist. Selbst Segnungen der modernen Kommunikationstechnologie wie Internet oder E-mail implizieren oftmals ein Selbstkontrollproblem. Viele Menschen

wissen, dass das ständige Surfen im Internet oder das ständige Nachprüfen, ob man eine neue E-mail erhalten hat, der Konzentration auf die eigentliche Arbeit schädlich ist und man diese Aktivitäten deshalb auf bestimmte Zeiten beschränken sollte – und sind doch nicht in der Lage, sich an ihre diesbezüglichen Vorsätze zu halten. Ganz zu schweigen von den Millionen Männern, die sich jeden Tag die Bilder nackter Frauen im Internet anschauen. Der Mensch als „Sklave seiner Leidenschaften“. Wie Oscar Wilde einmal sagte: „Wenn die Götter uns strafen wollen erfüllen sie unsere Wünsche.“

Woher kommt aber diese Unfähigkeit des Menschen, kurzfristigen Verlockungen zu widerstehen? Warum ist – wie es in der Bibel heißt – unser Geist zwar willig, aber unser Fleisch oftmals so schwach?

Bei näherem Hinsehen fällt auf, dass wir vor allem mit solchen Verlockungen unsere Probleme haben, mit denen unsere Vorfahren nicht konfrontiert waren:

Ganz allgemein gilt: Menschen sind genetisch nicht an ihre gegenwärtige hochkomplexe moderne Umwelt angepasst, sondern an ein Leben als Jäger und Sammler, weil diese Existenzform die *conditio humana* über Hunderttausende von Jahren determiniert hat bis vor ca. 10.000 Jahren die ersten Menschen sesshaft wurden und begannen, Ackerbau und Viehzucht zu betreiben. Dies bedeutet, dass viele Verhaltensweisen des Menschen, die in der Steinzeit durchaus sinnvoll waren, unter heutigen Lebensbedingungen schädlich sind. Hierzu gehört z.B. die menschliche Präferenz für süße und fette Speisen. Unsere Vorfahren lebten in aller Regel unter der Bedingung ständiger Nahrungsknappheit. Unter diesen Bedingungen ist eine Präferenz für Süßes und Fett in hohem Maße sinnvoll, weil solche Speisen einen hohen Kaloriengehalt haben und deshalb ihre Aufnahme zum Überleben eines Individuums beiträgt. Unter heutigen Lebensbedingungen führt die menschliche Bevorzugung von

Speisen mit vielen Kalorien jedoch zu Übergewicht, orthopädischen Überbelastungen und Herz-Kreislaufkrankungen.

Dies bedeutet: Glauben Sie kein Wort, wenn Ihnen irgendwelche Diätexperten helfen wollen, ihre Ernährungsgewohnheiten in ein natürliches Gleichgewicht zu bringen. Es gibt in Ihrer Ernährung kein natürliches Gleichgewicht. Ganz im Gegenteil: es ist durchaus natürlich, dass Sie Probleme haben, nicht ständig Schokolade und Hamburger in sich hinein zu stopfen.

Die Folgen sind wohlbekannt und in jeder Fußgängerzone zu beobachten. In Deutschland ist mittlerweile mehr als die Hälfte der Bevölkerung übergewichtig, jeder fünfte ist im medizinischen Sinne als fettleibig zu bezeichnen.

Auf diese Weise zeigt sich, dass uns der Wohlstand, in dem wir leben, mit neuen Problemen konfrontiert, die unseren Urahnen noch weitgehend fremd waren. Eben habe ich diskutiert, dass Menschen heute aus sehr viel mehr Alternativen auswählen können als dies früher der Fall war und warum dies ihre Lebenszufriedenheit oftmals eher senkt als steigert. Dieses Problem wird noch verstärkt dadurch, dass uns der Wohlstand mit Alternativen konfrontiert, die langfristig schädlich für uns sind – und denen wir trotzdem kaum widerstehen können. Warum sollte steigender Wohlstand uns glücklicher machen, wenn er dafür sorgt, dass wir immer mehr Zeit vor der Glotze verbringen, uns im Internet nackte Frauen anschauen, uns immer weniger bewegen und immer fatter werden?

Mein 5. Argument lautet:

Die Massenmedien vermitteln uns ein verzerrtes Bild der Realität. „Bad news are good news“ – Schlechte Nachrichten sind gute Nachrichten heißt es unter Journalisten. Auch wenn vieles objektiv besser wird – die Medien berichten vorzugsweise über Katastrophen und negative Ereignisse.

Wenn Sie sich einmal eine typische Nachrichtensendung im Fernsehen anschauen, dann werden sie feststellen, dass die meisten Nachrichten negative Ereignisse betreffen.

Warum ist das so?

Journalisten behandeln bevorzugt solche Themen, die geeignet sind, die Aufmerksamkeit der Zuschauer zu steigern.

Etwas salopp formuliert könnte man sagen: Die Medien verbreiten nur deshalb so viele negative Nachrichten, weil die Menschen diese schlechten Nachrichten hören wollen.

Hinzu kommt ein weiteres: Über objektiv negative Nachrichten wird in möglichst negativer Form berichtet. Bei vielen Themen unterscheiden sich Experten in ihren Einschätzungen der Situation. Zu jedem Thema wird bevorzugt der Experte mit der negativsten Einschätzung des Problems zitiert bzw. eingeladen, weil dessen Statement die Einschaltquote steigert. Stellen Sie sich zwei Experten zum Thema „Schweinegrippe“ vor: Der eine sagt: „Die Schweinegrippe ist zu vergleichen mit einer ganz normalen Grippe und von einer Gefahr für die Menschen in Deutschland kann keine Rede sein“. Der andere sagt: „Durch die zunehmende Globalisierung verbreiten sich Viren und Krankheitserreger immer schneller um den Erdball. Irgendwann muss dies zu einer weltweiten Katastrophe führen“.

Was glauben Sie: Welcher von Beiden wird zu einer weiteren Talkshow eingeladen?

Dies führt dazu, dass die Medien permanent von irgendwelchen Gefahren berichten, die uns Deutsche massenhaft dahinraffen werden.

Beispiele für solche Panikmeldungen der letzten Jahre:

- HIV und Aids
- Amalgam

- Rinderwahn
- SARS (und andere Viren)
- Elektrosmog
- Vogelgrippe
- Feinstaub

Vielleicht können Sie sich noch an das Thema „BSE“ erinnern. Diese gemeinhin als Rinderwahnsinn bezeichnete Krankheit sollte durch den Verzehr von Rindfleisch auf den Menschen überspringen und nach einer Anzahl an Jahren zu einer tödlich verlaufenden Krankheit führen, die als Creutzfeld-Jakob-Krankheit bezeichnet wird.

In Deutschland sind in den letzten 10 Jahren nur ganz vereinzelte Fälle davon aufgetreten und in keinem einzigen Fall konnte eine Verbindung mit der Tierkrankheit BSE bzw. dem Verzehr von Rindfleischprodukten nachgewiesen werden.

Das Interessante daran ist: Die Medien verbreiten zwar ständig neue Schreckensmeldungen, aber sie klären nur höchst selten darüber auf, dass ein bestimmtes Horrorszenario nicht eingetreten ist.

Oder können Sie sich an eine Bildschlagzeile erinnern mit den Worten: „BSE doch nicht gefährlich für den Menschen.“

Noch einmal: Die Medien versetzen uns nicht deshalb ständig in Angst und Schrecken, weil Journalisten böse Menschen sind, sondern weil es vor allem negative Nachrichten sind, die uns faszinieren.

Warum aber präferieren Menschen negative Nachrichten, warum gieren wir nach den Bildern von Busunglücken, Überschwemmungskatastrophen oder den Opfern von Selbstmordattentaten?

Ein Zyniker könnte meinen, wir weiden uns am Leid der Anderen.

Aber dies ist zumindest nicht die ganze Erklärung, denn Menschen reagieren mit Empathie und Mitleid auf das Leid anderer.

Menschen reagieren mit Besorgnis und Unruhe auf Nachrichten über (vermeintliche) Gefahren und Risiken.

Mit anderen Worten: Negative Nachrichten führen bei den Zuschauern zu negativen Emotionen – und nicht zu klammheimlicher Schadenfreude.

Warum vermeiden wir diese negativen Emotionen nicht?

Weil negative Nachrichten die Funktion haben, uns über mögliche Gefahren und Risiken in unserer Umwelt zu informieren. Und wir reagieren auf diese Nachrichten dadurch, dass wir uns erschrecken, dass wir Mitleid mit den Opfern haben, kurzum, dass wir uns Sorgen machen. Sich Sorgen machen ist nicht schön. Angst ist eine negative Emotion, die wir gerne vermeiden wollen. Aber Angst gibt uns die Energie, Gefahren in der Zukunft zu vermeiden. Angst ist somit für unser Überleben essentiell notwendig.

Im vormedialen Zeitalter kamen alle Nachrichten aus unserer sozialen Nah-Umwelt und hatten deshalb eine unmittelbare Bedeutung.

Wenn vor 30.000 Jahren Jupp erzählte, dass Heinz von einem Tiger gefressen worden war, dann war das eine wichtige Information, denn sie besagte, dass sich ein Tiger in der Nähe aufhält.

Heutzutage kommt eine Vielzahl solcher Schreckensmeldungen vom anderen Ende der Welt, aber unsere Reaktion ist genau die gleiche. Wir reagieren beunruhigt, wir wollen mehr Informationen, wir gucken hin. Dies vor allem dann, wenn solche Meldungen nicht nur abstrakt berichtet, sondern mit beeindruckendem Bildmaterial hinterlegt werden z.B. bei der Tsunami-Katastrophe vor einigen Jahren.

Meine These lautet somit, dass Menschen nur unzureichend in der Lage sind, zwischen für sie relevanten und irrelevanten Nachrichten zu unterscheiden.

Dies führt zum Teil zu merkwürdigen Reaktionen. Ein Beispiel: Nach den Anschlägen vom 11. September 2001 stiegen in den USA der Verkauf von Handfeuerwaffen um 60% und der Verkauf von Munition um 110%. Mit anderen Worten: Auch der Farmer in Missouri hat sich nach den Anschlägen auf das World Trade Center und das Pentagon mit neuen Waffen und neuer Munition gegen die Gefahr weiterer terroristischer Anschläge gewappnet.

Fassen wir das Gesagte noch einmal zusammen:

Die Massenmedien berichten bevorzugt über negative Ereignisse. Über potentielle Gefahren wird eher zu skeptisch als zu optimistisch berichtet. Menschen sind nur unzureichend in der Lage, zwischen relevanten und irrelevanten Gefahren zu unterscheiden. Zudem berichten Massenmedien weniger über statistische Trends als über spektakuläre Einzelfälle. Ein Beispiel: Ein Busunglück mit 30 toten Schulkindern führt zu Sondersendungen und der Frage danach, wie solche Unglücke in Zukunft vermieden werden können. Aber der langfristige Trend in Deutschland, dass jedes Jahr weniger Menschen im Straßenverkehr sterben, ist kaum eine Meldung wert.

Die Massenmedien vermitteln beständig ein Bild von Gefahr und Risiko – unabhängig vom tatsächlichen Zustand der Welt.

Schließlich mein 6. Argument: Menschen neigen ganz allgemein dazu, die Vergangenheit nostalgisch zu verklären. „Früher war alles besser“ – so denken wir oft, auch wenn dies objektiv nicht so ist.

In einem sind sich die Menschen in Deutschland weitgehend einig. Moralisch geht es mit diesem Land bergab. In einer repräsentativen Umfrage unseres Instituts gab eine

große Mehrheit aller Befragten an, dass die Menschen vor 10 Jahren „hilfsbereiter und ehrlicher“ waren als heute.

Diese Skepsis hinsichtlich der Entwicklung des sozialen Zusammenhalts in unserer Gesellschaft wird sogar in die Zukunft projiziert. Die meisten Befragten vermuteten, dass die Menschen in 10 Jahren noch weniger „hilfsbereit und ehrlich“ sein werden als sie dies heute sind.

Diese Befunde sind nicht auf die Gegenwart und nicht auf Deutschland beschränkt. Bereits 1754 schrieb David Hume: „Die Gegenwart zu verurteilen und die Vergangenheit zu bewundern liegt tief in der menschlichen Natur und macht sich sogar bei Menschen bemerkbar, die über das gründlichste Urteil und die breiteste Bildung verfügen.“

Woran aber liegt es, dass Menschen fortwährend davon überzeugt sind, ihre Mitmenschen seien früher moralischer gewesen als heute? Interessanterweise ist diese Frage von Sozialwissenschaftlern bislang kaum gestellt oder systematisch untersucht worden. Grundsätzlich lässt sich folgendes feststellen: wenn ein Betrachter seine Umwelt über die Zeit als verändert erlebt, kann dies zwei Ursachen haben. Entweder, die Umwelt hat sich verändert oder aber der Betrachter.

Menschen sind im Allgemeinen „naive Realisten“ – sie glauben, die Welt sei so, wie sie von ihnen wahrgenommen wird. Aus diesem Grund sind Menschen oftmals unfähig zu erkennen, dass sich die Welt für sie verändert hat, weil sie selbst sich verändert haben – und nicht unbedingt die Welt. Amerikanische Kollegen überprüften diese Hypothese an einer Stichprobe von Amerikanern im mittleren Erwachsenenalter, die danach gefragt wurden, ob ihrer Meinung nach in den letzten Jahren die Gefahren für junge Kinder eher zu- oder abgenommen hätten. Es zeigte sich, dass vor allem solche Befragte eine Zunahme der Gefahren für Kinder wahrnehmen, die in den letzten Jahren

selber Eltern geworden waren. Eine solche Wahrnehmungsverzerrung ist durchaus funktional, denn sie hilft jungen Eltern, die nötige Wachsamkeit und Vorsicht für ihre Kinder aufzubringen.

Wenn sich diese Ergebnisse verallgemeinern lassen, lässt sich daraus die Schlussfolgerung ziehen, dass Menschen ganz allgemein dazu neigen werden, ihrer Umwelt und ihren Mitmenschen umso weniger zu vertrauen, über je weniger Ressourcen sie verfügen. Dabei nehmen sie nicht wahr, dass nicht die objektiven Gefahren zugenommen haben, sondern vor allem ihr subjektives Bedürfnis, sich gegen Gefahren der Umwelt zu wappnen. Tatsächlich aber lässt sich zeigen, dass die Tendenz, Risiken zu vermeiden und sich gegen potentielle Gefahren zu schützen, mit dem Alter zunimmt – ein Befund, der interkulturell außerordentlich stabil ist. Aber auch wenn uns mit zunehmendem Alter die Begrenztheit unserer persönlichen Mittel und Kräfte stets bewusster wird, bedeutet dies nicht, dass der Menschheit als Ganzes die Mittel und Kräfte schwinden. Jeder Erwachsene ist aus dem (vermeintlichen) Paradies seiner Kindheit vertrieben worden, aber das heißt nicht, dass die Welt zu Zeiten unserer Kindheit ein Paradies war.

Nun bin ich fast am Ende meiner Vorlesung angekommen und habe Ihnen viel darüber erzählt, warum auch wir modernen Menschen oftmals so unglücklich und unzufrieden mit unserem Leben sind, obwohl es uns objektiv so viel besser geht als es den meisten Menschen je gegangen ist.

Was können wir tun, um glücklicher und zufriedener zu sein?

Nun, das wäre reichlich Stoff für eine weitere Vorlesung.

Aber eines möchte ich Ihnen doch mit auf dem Weg geben. Amerikanische Forschungen haben gezeigt, dass Menschen tatsächlich glücklicher und ausgeglichener

werden, wenn sie einmal am Tag in ihr Tagebuch schreiben, wofür sie an diesem Tag dankbar sein konnten.

Versuchen Sie es einmal.

Vielleicht hilft Ihnen dieser Vortrag ja auch dabei, ein wenig besser zu verstehen, warum es Ihnen oftmals so schwer fällt, Ihrem Leben mit einer solchen Dankbarkeit zu begegnen.

Etwas überspitzt ausgedrückt könnte man sagen: Wir sind nicht auf der Welt, um glücklich zu sein, sondern wir sind auf der Welt, um uns Sorgen zu machen und niemals mit dem Erreichten zufrieden zu sein. Und wer weiß, vielleicht hilft Ihnen diese Erkenntnis, in Zukunft ein wenig zufriedener zu sein und sich etwas weniger Sorgen zu machen.