



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 3 | 21.01.2020 07:50 Uhr | Hans Ulrich Nordhaus

## Aus der Glücksforschung

Guten Morgen!

Was ist eigentlich Glück? Ein Sechser im Lotto. Ein reiches Erbe? Ganz nach dem Motto: Je reicher umso glücklicher sind wir auch? Ist das die Glücks-Logik?

Glück ist doch mehr – oder?

In einer berühmten Untersuchung bat der Wirtschaftsnobelpreisträger Daniel Kahnemann Versuchspersonen, einen typischen Alltag durchzugehen, Situation für Situation und zu beurteilen, wie sie ihren Tag erleben. Dabei entdeckte er einen sonderbaren Widerspruch.[1]

Am Beispiel des Umgangs der Eltern mit Kindern wird er deutlich: Wenn man nämlich die glücklichen und anstrengenden Momente einzeln zählt, dann ist es eine hochgradig unangenehme Erfahrung, Kinder zu haben. Sie besteht hauptsächlich darin, Pampers zu wechseln, Geschirr zu spülen und mit Kindergeschrei fertig zu werden – alles Dinge, die kaum jemand gern macht. Aber trotzdem behaupten die meisten Eltern, ihre Kinder seien ihr größtes Glück – so Kahnemann.

Offenbar besteht Glück eben nicht darin, unterm Strich mehr glückliche als unglückliche Momente zu haben. Es kommt wohl auf etwas anderes an:

Bei der Befragung stellte sich heraus: Die Eltern denken zuerst und vor allem an die schönen Sachen, an Geschichten vorlesen, in den Zoo gehen. Dagegen wird der anstrengende Alltag mit denselben Kindern einfach ausgeblendet. Es geht dabei nicht um Selbstbetrug, sondern um eine grundsätzliche Haltung, das Leben als Ganzes zu erleben und als sinnvoll und lohnenswert zu bewerten.

Glücksforscher machen immer wieder deutlich: Klar, Geld macht glücklich. Und wer hätte nicht gern mehr davon. Aber Untersuchungen zeigen auch, immer mehr das bringt es auch nicht: der neue Sportwagen und das schicke Penthouse oder die Gourmetrestaurants, sie werden schnell zur Routine.

Das persönliche Wohlbefinden ist dagegen entscheidend. Mit dem zufrieden zu sein, was ich habe, ist wichtiger als mehr von dem zu bekommen, was ich mir wünsche.

Die Glücksforscher haben sogar einen Tipp für gelingendes Leben: Investiere in viele kleine Dinge des Lebens, die dich froh machen. Wer glücklich sein will, soll Zeit mit anderen Menschen verbringen – mit Familie und Freunden genauso wie mit Fremden. Der Mensch ist eben ein soziales Wesen. Wenn er teilt, schenkt, spendet oder Freunde einlädt, fühlt er sich mit seinen Mitmenschen verbunden.

Eigentliches Glück ist Lebenszufriedenheit. Das hat vor Jahrzehnten bereits der Humorist Loriot verdeutlicht. Er erzählt in einem Sketch vom Rentner Erwin Lindemann. Der hatte 500.000 DM im Lotto gewonnen und erzählt im Interview: Ich heiße Erwin Lindemann, bin Rentner und 66 Jahre. Mit meinem Lottogewinn von 500.000 Mark mache ich erstmal eine Reise nach Island, dann fahre ich mit meiner Tochter nach Rom und besuche eine

Papstaudienz. Und im Herbst eröffne ich dann in Wuppertal eine Herrenboutique.  
Was für bescheidene Wünsche! Erwin Lindemann setzt sich nicht zur Ruhe. Er will eine Herrenboutique eröffnen, keine Villa auf einer Insel beziehen, ihm reicht ein Urlaub in Island.

Und glücklich und zufrieden ist er auch weiterhin in Wuppertal.  
Für mich heißt das: Um glücklich zu sein, kommt es eben nicht auf sechs Richtige im Lotto an.

Aus Selm-Cappenberg grüßt Sie  
Hans Ulrich Nordhaus

[1] Zitiert nach: Harari, Y.N. (2013). Eine kurze Geschichte der Menschheit. München: Deutsche Verlags-Anstalt, Seite 476