

Humboldt-Universität zu Berlin
Institut für Informatik
Informatik in Bildung und Gesellschaft



Essay

Glücksforschung - der Weg zu einer besseren Welt oder nur ein kapitalistisches Konzept?

Januar 2012

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	Seite 1
2. Was ist Glück?	Seite 3
3. Formeln der Glücksforschung zum Erlangen des Glücks	Seite 4
4. Missbrauch der Erkenntnisse	Seite 8
5. Fazit	Seite 10
6. Literaturverzeichnis	Seite 11
7. Eigenständigkeitserklärung	Seite 12

Einleitung

Im Rahmen der wissenschaftlichen Arbeit werde ich mich mit der These **„Glücksforschung - der Weg zu einer besseren Welt oder eher nur ein kapitalistisch gerichtetes Konzept?“** auseinandersetzen, wobei ich annehme, dass ein gesteigertes Glück der Menschen eine bessere Welt ist als die momentane.

Um die These zu bearbeiten habe ich mir vorgenommen Internetquellen und Literatur über das „Glück“, sowohl von Philosophen des Altertums als auch von Wissenschaftlern der Moderne, zu studieren. Dabei werde ich eine eigene Definition von Glück herausarbeiten. Anschließend werde ich untersuchen was die moderne Glücksforschung den Menschen für Verhaltensweisen vorschreibt um das Glück zu erlangen. Hier werde ich vor allem „Formeln der Glücksforschung zum Erlangen des Glücks“ heranziehen, die im großen Stil durch die Medien in der Öffentlichkeit verbreitet werden. An dieser Stelle werde ich dann eigene Wertung vornehmen, ob die vorgeschriebenen Verhaltensweisen tatsächlich zum Erlangen des durch

vorherige Recherche vordefinierten Glücks führen. Gegebenenfalls werde ich hier versuchen Absichten der Glücksforschung herauszufiltern und vielleicht schon an dieser Stelle feststellen, dass dahinter ein kapitalistisch gerichtetes Konzept steckt. Anschließend soll die Frage geklärt werden, wozu die Erkenntnisse der Glücksforschung genutzt werden. Als die Gegenseite der „besseren Welt“ müssen auch negative Konsequenzen der Glücksforschung betrachtet werden, also die Fragen: Existiert womöglich ein Missbrauch dieser Erkenntnisse? Falls ja, in welchem Maße und welche Auswirkungen hat das?

Es ist bekannt, dass die Glücksforschung eine sehr ungenaue Wissenschaft ist, da die Messungen des Glücks durch einfaches Erfragen festgestellt werden und die Auffassung von Glück nach Zeit, Kultur und Mensch variiert. Jedoch werde ich diesen Faktor in meiner Arbeit nicht mit einbeziehen. Genauso wenig betrachte ich den Weg, den die Forschung geht um zu Erkenntnissen zu Erlangen. Ich möchte an dieser Stelle die genannte Abgrenzung vornehmen, da mich lediglich die Endergebnisse der Forschung interessieren, die ich bezüglich der durch vorherige Recherche vordefinierten eigenen Auffassung von Glück untersuchen und werten werde.

Das Hauptaugenmerk der wissenschaftlichen Arbeit liegt nun darauf anhand der herausgestellten Ergebnisse zu klären, ob die Glücksforschung den Menschen das Glück bringen und damit eine bessere Welt schaffen kann. Falls dies nicht der Fall ist, soll geklärt werden ob man die Glücksforschung dann als „nur ein kapitalistisch gerichtetes Konzept“ bezeichnen kann.

Was ist Glück?

Diese Frage beschäftigt Menschen schon seit vielen Jahrhunderten bis heute. Schon der griechische Philosoph Epikurus versuchte diese Frage zu Klären:

*Wer des folgenden Tages am wenigsten bedarf, begrüßt ihn am freudigsten.*¹

Das bedeutet, dass das Glück erreicht ist, wenn die Bedürfnisse gedeckt sind. Er formuliert es auch etwas spezieller:

*Der Reichtum, den die Natur verlangt, ist begrenzt und leicht zu beschaffen, der dagegen nach dem wir in törichtem Verlangen streben, geht ins Ungemessene.*²

Hier bringt er zum Ausdruck, dass nicht alles Verlangen zum Erlangen des Glücks gestillt werden soll und kann, sondern gewisse Grundbedürfnisse. So muss man nicht sofort Vorbereitungen für eine Weltraumfahrt treffen, wenn man beim Schauen von „Star Wars“ gerade die Lust darauf verspürt. Wikipedia zitiert den Soziologen Gerhardt Schulze und erweitert den Begriff Glück:

*das schöne Leben, baut darauf auf. Die erste Variante des Glücks ist also nur die Vorstufe, die Möglichkeit zum Erlangen des wahren Glücks, denn man könnte doch mit Schulze fragen: Wofür lebt man, wenn nicht für das schöne Leben?*³

Diesen Zusatz, auch wenn er in der heutigen Gesellschaft bei vielen Menschen Bestätigung hervorruft, finde ich jedoch widersprüchlich. Denn wenn man nun von der Definition des Glücks ohne den Zusatz von Schulze ausgeht, befindet man sich als „glücklicher Mensch“ schon in einem Zustand, in dem es einem an nichts mangelt. So strebt man auch nicht mehr nach dem „schönerem Leben“. Würde man das tun, wäre das, wie Epikurus schon meinte, ein unendliches Streben. Das ist logisch, da der Mensch sich zu jedem schönen Leben, möge es durch Luxus oder Ruhm gekennzeichnet sein, ein noch schöneres Leben vorstellen kann, obwohl das momentane Leben schon ein glückliches ist. So gäbe es nach Schulze für einen Menschen nur ein ewiges Streben, jedoch kein Erlangen des Glücks. Deshalb sollte sich ein Mensch, dem es momentan an nichts mangelt, schon aus Prinzip nicht vor Augen halten, dass es ein noch schöneres Leben für ihn gäbe, da er damit nur ein neues Verlangen weckt,

¹ Mewaldt, Epikur Philosophie der Freude, 1973, S. 74.

² Ders., S. 55.

³ Link 1, siehe Literaturverzeichnis.

welches er vielleicht nicht decken kann, und schon ist er ein Mensch, der das Gefühl hat, er hätte etwas im Leben versäumt.

Dass ein Mensch glücklich sein kann mit dem was er hat, auch ohne ein stetiges Erlangen eines „schöneren Lebens“ wie z.B. durch Steigerung des materiellen Wohlstandes, haben schon einige Menschen unserer Welt bewiesen. „Sie [die glücklichsten Menschen, wie Studien ergaben, O. G.] leben auf der vom Klimawandel bedrohten, ärmlichen Insel Vanuatu im Südpazifik.“⁴.

Nun könnte man behaupten diese Menschen befinden sich nicht in einem Zustand, in dem es ihnen an nichts mangelt, weil sie arm sind und es ihnen damit z.B. an Nahrung und sauberem Trinkwasser mangelt. Diese Menschen, jedoch, kennen ihr Leben nur so und schätzen das was sie bereits haben viel mehr als ein Mensch aus der Industriewelt es tun würde. Deswegen können sie auch von sich behaupten, sie hätten „genug“ und es „mangelt ihnen an nichts“, auch wenn ein Mensch mit einem höheren Lebensstandard einfach nicht begreifen kann, wie man schon damit zufrieden sein kann, dass z.B. alle aus der Familie gesund sind, wenn man dazu noch ein teures Auto haben könnte.

Um auf den Punkt zu kommen, möchte ich zum Ausdruck bringen, dass der Zustand in dem ein Mensch dauerhaft glücklich sein kann, der Zustand ist, in dem er meint, es mangelt ihm an nichts. Man sollte jedoch beachten, dass der Zustand an dem es einem an nichts mangelt für verschiedene Menschen unterschiedlich definiert sein kann. Nichtsdestotrotz finde ich diese Definition für einen beliebigen Menschen treffend.

Formeln der Glücksforschung zum Erlangen des Glücks

Nun was vermittelt uns die Glücksforschung bezüglich des Erlangens des Glücks? Der TV-Sender ProSieben strahlte zum Ende des Jahres 2011 die Sendung „ProSieben Glücksreport“ aus. Dabei wurde eine Gruppe von Menschen „bei der Glückssuche“ begleitet. Dieses Experiment ist an dieser Stelle aber eher unwichtig. Wichtiger ist, dass in der Sendung neueste Ergebnisse

⁴ Link 2, siehe Literaturverzeichnis.

der internationalen Glücksforschung an die Öffentlichkeit vermittelt wurden. Da ProSieben ohne Zweifel ein Sender mit guten Einschaltquoten ist und für diese Sendung auch ausreichend Werbung gemacht wurde, wurden diese Erkenntnisse im großen Stil in Deutschland verbreitet. Anschließend wurden Sie auf der Webseite von ProSieben unter „Facts zum Thema Glück“ zusammengefasst dargestellt.⁵ Aus diesen Fakten heraus habe ich formuliert, wie sich die Menschen, laut den Glücksforschern, verhalten sollen, um das Glück zu erlangen. Das von der Glücksforschung gerade beschriebene Thema steht immer als Teilüberschrift.

Geld

- sei nicht komplett ohne Geld, fixiere dich jedoch nicht auf das Geldvermehrten
- wenn du ein Einkommen von etwa 52.000 Euro im Jahr erlangt hast, versuche nicht mehr zu kriegen
- erfreue dich an kleinen Freuden im Leben wie das Lächeln von Kindern

Liebe

- verliebe dich und lebe das Gefühl aus

Bewegung

- treibe Sport, insbesondere Ausdauersport wie Joggen
- lebe aktiv
- bleibe gesund

Glauben, Spiritualität

- wenn Religion in deiner Kultur fest verankert ist, sei religiös
- pflege das familiäre Leben und Freundschaften
- werde religiös oder besser: werde spirituell
- insbesondere wenn du eine Frau bist und mit deinem Äußeren unzufrieden, werde spirituell
- meditiere

⁵ Link 3, siehe Literaturverzeichnis.

Freundschaft

- Habe möglichst viele Freunde, insbesondere enge Freunde

Lottogewinn

- spiele kein Lotto, der Gewinn macht eh nicht glücklich

Schönheit

- fixiere dich nicht auf dein Aussehen
- definiere deine Identität nicht über das Aussehen
- lass die Finger von Schönheits-OP's

Modeln

- werde nicht Model
- entfalte deine Kompetenzen
- gehe eine erfüllende Beziehung ein
- sei alleinbestimmend für dich selbst

Sex

- habe möglichst viel Sex, am besten mehrmals die Woche
- setze die Priorität für viel Sex mit deinem Partner höher als die für materiellen Wohlstand und Bildung
- lerne deine Sexualität und die deines Partners kennen
- „studiere“ Sex und setze deine Erkenntnisse um

Arbeit

- mache einen Job, bei dem du deine Fähigkeiten ausspielen kannst
- schaue kein Fernsehen

Schauen wir uns nun das Modell eines Menschen an, der sich an diese „Grundsätze des Glücklichen“ hält und diese konsequent auslebt. So bekommen wir einen Menschen, der nicht viel Geld hat, dem es jedoch ziemlich egal ist, weil er nie reich werden wollte. Er (bzw. sie, ich möchte an

dieser Stelle kein Geschlecht festlegen) hat einen Partner den er liebt. Nehmen wir nun an, dass auch dieser nach den genannten Prinzipien lebt. So führt unser „Mustermensch“ eine Beziehung, in der sich beide lieben. Zusätzlich hat er ein erfülltes Sexleben. Weiterhin treibt er viel Sport und hat ein gesundes, aktives Leben. Dieser Mensch ist spirituell und sein äußerliches Erscheinungsbild ist für ihn eher zweitrangig. Er hat ein gutes Verhältnis zu seiner Familie und viele gute Freunde. Er hat eine Arbeit bei der er sein Talent ausleben kann, bei der er deswegen erfolgreich ist. Da Erfolg offensichtlich motiviert, macht er diese Arbeit gern und hat so Spaß dran. Außerdem lässt sich dieser Mensch nicht von anderen einreden, wie er das Leben zu leben hat (außer diesen Grundsätzen) und ist keinem Gruppenzwang unterlegen. Er schaut sogar kein Fernsehen. Jedoch das wichtigste ist, er schätzt die „kleinen Freuden“ des Lebens und erfreut sich an ihnen, sowie das Treffen mit Freunden oder gutes Wetter.

Wenn wir nun auch davon ausgehen, dass er außerdem gewisse Selbstverständlichkeiten des Lebens macht, wie essen oder schlafen, dann schließe ich daraus, dass dieser Mensch ein erfülltes Leben führt. Ihm mangelt es an nichts, weil er so ziemlich alles hat, was der Mensch mit seinen Urinstinkten verlangt und mehr will er eigentlich auch nicht haben. So führt dieser Mensch ein glückliches Leben.

Bei allen diesen Schlüssen bin ich jedoch eher davon ausgegangen, dass dieser „Mustermensch“ fast in so etwas wie einer Kapsel lebt, da ich die Einflüsse der Außenwelt nicht wirklich berücksichtigt habe. Jedoch muss man auch diesen Faktor berücksichtigen. Es ist logisch, dass Einflüsse der Außenwelt auf seinen „Glückspegel“ einwirken können. Man kann sich nun unzählige Dinge vorstellen, die das Leben des glücklichen „Mustermenschen“ zerstören oder zumindest weniger glücklich machen können. Er könnte seinen Job verlieren oder jemand aus seiner Familie könnte erkranken. Also müssen wir an dieser Stelle erwähnen, dass die Außenwelt gewissermaßen „mitspielen“ muss, damit ein Mensch glücklich werden und bleiben kann. Nichtsdestotrotz glaube ich, dass ein Mensch, der sich an seinem Leben erfreuen kann, Schicksalsschläge besser überwinden kann. Unser „Mustermensch“ hätte da zum Beispiel seine Familie, seinen Partner oder seine Freunde, die ihm zu schweren Zeiten zur Seite stehen könnten. Er würde auch nicht in Depressionen versinken, da er so ziemlich jeden Tag etwas zu tun hätte was ihn ablenkt und zum Leben motiviert. So

brauchen wir auch nicht die Idealvorstellung annehmen, dass alle Menschen aus der Welt von unserem Modell-Menschen so denken wie er und keine unerwarteten Tragödien vorkommen können, den er besteht auch in unserer realen Welt besser als der größte Teil von uns.

Zusammenfassend möchte ich sagen, dass die Ergebnisse der Glücksforschung, zumindest die eben untersuchten, einen Menschen schon zu einem glücklicheren Leben führen können, wenn er sich damit anfreunden kann, diese „Grundsätze des Glücklichseins“ als Vorschriften oder zumindest Richtlinien für sein Leben zu betrachten.

Weiterführend möchte ich erwähnen, dass diese Grundsätze einem Menschen ein eher bescheidenes Leben vorschreiben. Ein Mensch „holt sich sein Glück“, nach der Vorstellung der Glücksforscher, größtenteils nicht aus viel Konsum sondern eher aus Dingen für die man kein Geld ausgibt. So können wir schon an dieser Stelle den Schluss ziehen, dass die Glücksforschung auf keinen Fall als „nur ein kapitalistisches Konzept“ bezeichnet werden kann. Angekommen an diesem Punkt wird auch die Absicht der Glücksforschung deutlich. Ich bin der Meinung, die Glücksforschung hat einen „humanistischen Anspruch. Sie möchte zur Maximierung des menschlichen Glücks beitragen“³.

Missbrauch der Erkenntnisse

Nun müssen wir noch klären, ob die Erkenntnisse der Glücksforschung missbraucht werden und wenn ja, wozu und wie schlimm ist das. Es ist tatsächlich der Fall. Es geht hierbei jedoch nicht um die Erkenntnisse „Wie schafft ein Mensch ein glückliches Leben zu führen“ sondern eher Erkenntnisse der Psychologie, die mit der Glücksforschung Hand in Hand geht. Die Erforschung des menschlichen Wertesystems. Es ist schon allein die Erkenntnis, dass unser gesamtes Handeln darauf beruht, uns selbst glücklich zu machen. Und es ist auch die Erkenntnis, dass wir bereit sind sehr viel auf uns zu nehmen um Glück zu erlangen. „Marktstrategen“ wissen das und setzen ihr Wissen entsprechend um.

Das einfachste Beispiel stellt der Glücksforscher Alfred Bellebaum in seinem Buch „Glücksangebote der Alltagswelt“ im Kapitel „Werbung: Glück ist käuflich“ vor. In der Werbung sieht man lauter lächelnde, glückliche Menschen. Alle diese Menschen sind so glücklich, weil sie irgendetwas besitzen bzw. konsumieren. Da wir auch alle glücklich sein wollen assoziieren wir den in der Werbung vorgestellten Gegenstand mit dem Glück. Wir ziehen, wenn auch im Unterbewusstsein, die Konsequenz: wir werden auch glücklich wenn wir dieses Produkt kaufen.

Es geht noch schlimmer. Der Mensch fängt an sich als ein „Human Design Projekt“⁶ anzusehen. Wer die neueste „angesagteste“ und teuerste Kleidung trägt ist „in“. Wer sich diesem Prinzip nicht beugt, läuft Gefahr als „out“ angesehen zu werden. Ist man zu dick, kann man Abnehm-Kurse machen. Ist man sich nicht schön genug, gibt es Schönheits-OP's. Man wird alltäglichen von Signalen „umschweift“, die es einem beinahe befehlen sich selbst zu gestalten.

Die Tatsache, dass Menschen durch Konsum glücklich werden wollen, ist eine Erscheinung unserer modernen Zeit. „In der Wertewelt des 19. Jahrhunderts galten noch Bescheidenheit, Mäßigung und Sparsamkeit als Tugenden. In der postmodernen Hochleistungsgesellschaft müssen diese Werte in ihr Gegenteil verkehrt werden – man hat ‚Anrecht‘ auf Genuss; man will nicht verklemmt, sondern spontan sein; man darf sich wohl als Kompensation anderweitigen Leidens etwas ‚gönnen‘; man darf sich über ‚edlen‘ Luxus freuen“⁷

Jedoch macht das Prinzip „Glück durch Konsum“ eher unglücklich. Denn diese Sucht nach immer mehr Erlebnissen und Gütern kann einfach nicht befriedigt werden und man kann gar nicht alles erleben, was geboten wird. So lebt man mit einem ständigen Gefühl etwas versäumt zu haben.⁸

Das Prinzip „Glück durch Konsum“ hat sich in unserer Gesellschaft eingebürgert. Ich würde die Forschung, die die hierzu erforderlichen Erkenntnisse, also wie man einen Menschen manipuliert und zum Konsum verführt, erbracht hat, trotzdem nicht als schlecht bezeichnen. Denn die Erforschung des menschlichen Wesens hatte keine negativen Absichten und

⁶ Bellebaum, Glücksangebote in der Alltagswelt, 2006, S. 137.

⁷ Ders., S. 139.

⁸ vgl. Ders., S. 147.

verantwortlich für das Schlechte ist immer der, der es zum schlechten Zweck einsetzt.

Fazit

Um zu einer abschließenden Wertung zu kommen, setze ich mich noch einmal kurz mit der These „Glücksforschung - der Weg zu einer besseren Welt oder eher nur ein kapitalistisch gerichtetes Konzept?“ auseinander.

Zum Ende meiner Arbeit, habe ich festgestellt, dass die Erkenntnisse der Glücksforschung, genauer gesagt die „Formeln zum glücklich werden“, tatsächlich den Menschen, so ziemlich unabhängig von ihrer momentanen Lebenssituation, mehr Glück im Leben bringen können. Somit kann die Glücksforschung der Weg zu einer besseren Welt sein. Dass die Glücksforschung als „nur ein kapitalistisch gerichtetes Konzept“ bezeichnet werden kann ist auszuschließen.

Nun wirft sich aber einem die Frage auf: Sie kann zwar, aber *wird* die Glücksforschung für Weltverbesserung sorgen? Wollen die Menschen überhaupt ihr Leben nach den „Formeln zum glücklich werden“ gestalten?

Literaturverzeichnis

Bücher:

- A. Bellebaum, D. Herbers: Glücksangebote in der Alltagswelt, Aschendorff Verlag, Münster 2006
- J. Mewaldt: Epikur Philosophie der Freude, Alfred Kröner Verlag in Stuttgart, 1973

Internetquellen:

- Link 1:
<http://de.wikipedia.org/wiki/Gluecksforschung>
Methoden der empirischen Glücksforschung,
06.01.2012 20:48
- Link 2:
http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/gesundepsyche/gluecksforschung/gluecksforschung-aepfel-mit-birnen-vergleichen_aid_26697.html
Äpfel mit Birnen vergleichen
03.01.2012 19:14
- Link 3:
<http://www.prosieben.de/tv/gluecksreport/gluecklicher-1.2838588/>
Facts zum Thema Glück
06.01.2012 16:23

Eigenständigkeitserklärung

Hiermit versichere ich, dass ich die vorliegende Hausarbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe.

Berlin, 06 Januar 2012

Mister X