

# Glück und Konsum – ein verrücktes Paar

## Materieller Konsum und das Streben nach Glück

© Harald Hutterer

Der Zusammenhang zwischen materiellem Konsum und dem Wohlergehen, Glück und der Zufriedenheit sowohl des Einzelnen als auch einer Gesellschaft wird in jüngster Zeit immer öfter hinterfragt – und zwar sowohl in wissenschaftlichen, wie auch in gesellschaftspolitischen Debatten und Abhandlungen.

In unserer modernen Gesellschaft wird das "gute Leben" größtenteils mittels materieller Begriffe definiert. Moderne Lifestyles führen zu einem Konsum, der weit über das hinaus geht, was für Überleben, Gesundheit und Glück gebraucht wird. Das "Bedürfnis" nach ewig währendem wirtschaftlichem Wachstum, nach Wettbewerb in den Märkten und der Wettbewerb der einzelnen Menschen um sozialen Status treiben den Ressourcenverbrauch nach oben. Alle diese Kräfte müssen berücksichtigt werden, wenn eine weniger konsumorientierte Vision des menschlichen Gedeihens entwickelt werden soll.

In vielen Untersuchungen (z.B. Richard Layard, Die glückliche Gesellschaft) wurde übereinstimmend festgestellt, dass das Glück mit dem Einkommen nur über eine beschränkte Strecke ansteigt. Sobald die Grundbedürfnisse befriedigt sind, entsteht durch mehr Wohlstand nur mehr wenig bis gar kein Zuwachs an Glück. In den USA hat man festgestellt, dass innerhalb von 30 Jahren, in denen sich das durchschnittliche Einkommen mehr als verdoppelt hat, die Zahl der Menschen, die sich als sehr glücklich bezeichnen zurückgegangen ist (35 % -> 30 %). Es ist sogar der Anteil jener gesunken, die mit ihrer finanziellen Lage „ganz zufrieden“ sind (42 % -> 30 %).

Die Sehnsucht nach Glück ist nach Überzeugung einiger philosophischer Richtungen der wichtigste Faktor, der den menschlichen Unternehmungsgeist antreibt. Die Werbung nützt dieses Streben, in dem sie Glück mit immer neuen Produkten verspricht, immer mehr davon.

Das Streben nach immer mehr Wohlstand und vor allem nach dem damit verbundenen Status (im Vergleich zu anderen) führt für viele in ein echtes Suchtverhalten. Damit entsteht ein dauerhafter Zustand der Unzufriedenheit, in dem kein nachhaltiges Glück entstehen kann.

Neben dem Streben nach Wohlstand und Status gibt es ein anderes grundlegendes Motiv für Süchte. Dieses besteht darin, dass man unterbewusst Angst hat, mit sich allein zu sein, in der Stille zum Nachdenken zu kommen, sein eigenes Inneres zu betrachten. In der Psychologie spricht man in diesem Zusammenhang vom Schatten. Der Schatten ist unsere „andere Seite“ – die Kehrseite der Medaille, und enthält jene verdrängten Anteile, von denen wir glauben, dass sie nicht akzeptabel sind oder – „so wie wir auf keinen Fall sein wollen“.



C.G. Jung war einer der ersten Therapeuten, der den dunklen Bereich in uns entdeckte: „Der Schatten ist alles das, was du auch bist, aber auf keinen Fall sein willst“.

Auf der Suche nach dem Glück verbunden mit dem erfolglosen Versuch, die eigenen Schatten nicht zu sehen, kann eine breite Palette an Süchten „zum Einsatz kommen“: Esssucht, Sexsucht, Trinksucht, Spielsucht, Vergnügungssucht, Informationssucht, Fernsehsucht, Kommunikationssucht, Berieselungssucht, Sammelsucht, Putzsucht, Kaufsucht. Alles erfolglose Versuche, über Konsumakte Glück zu finden und sich möglichst wirkungsvoll von einem in Summe unbefriedigenden Leben abzulenken.

Im Kurzbericht zur dritten österreichischen Kaufsuchtstudie 2006 wird festgestellt: „6,1 % der Befragten sind stark kaufsuchtgefährdet und 25,6 % gelten als deutlich kaufsuchtgefährdet, insgesamt beträgt die Kaufsuchtgefährdung somit 2006 rund 32 %.“

Untersuchungen haben gezeigt, dass das Anstreben nicht materialistischer Ziele das Glück wesentlich stärker beeinflusst als das von materialistischen Zielen, und zwar in beide Richtungen. Eine weitere durch Forschungen belegte Erkenntnis ist, dass nachhaltiger Lebensstil und damit nachhaltiges Konsumverhalten und Glück bzw. Lebenszufriedenheit direkt zusammenhängen.

Es gibt eine wachsende Anzahl an Menschen, die einen weniger konsumorientierten Lebensstil pflegen und bewusst ihren Verbrauch an Ressourcen bzw. Energie so niedrig wie möglich halten. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass dieses Verhalten die Lebenszufriedenheit bzw. das Glück steigert. Gesteigerte Lebenszufriedenheit kann also offensichtlich sowohl als Effekt als auch als Motiv eines nachhaltigen Lebensstils gesehen werden. Gesteigerte Lebenszufriedenheit hängt schließlich nicht nur (und mit steigendem Einkommen immer weniger) vom materiellen Konsum, sondern zunehmend auch von Sicherheit, Gesundheit, sozialen Netzwerken und Entscheidungsfreiheit ab.

So hängt also unser Konsumverhalten innig mit unserer Lebenszufriedenheit, mit unserem Glücklichen zusammen. Wer an seinem Glück zielführend arbeiten will, sollte in seinem Lebensstil alle Arten von Suchtverhalten aufspüren, deren glücksbringendes Potenzial untersuchen und nach Alternativen suchen, die einfach glücklicher machen. Das zusätzlich Schöne daran ist, dass das nicht nur dem Einzelnen gut tut, sondern auch der ganzen Erde.

