

Ist Glück ansteckend?

a -- Fowler JH, Christakis NA. Dynamic spread of happiness in a large social network: longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart Study. BMJ 2009 (3. Januar); 337: 23-7

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Peter Ritzmann

Kommentar: Peter Ritzmann

Glück, Zufriedenheit und Freude sind schlecht messbar, auch wenn es darum geht, ihre Verteilung in einem gesellschaftlichen Kontext zu untersuchen. Für die aktuelle Studie wurden die umfassenden Daten der «Framingham Heart Study» verwendet. In der amerikanischen Stadt Framingham wurden seit 1948 erwachsene Leute in Kohorten in diese Studie aufgenommen. Bei den Befragungen der zweiten grossen Kohorte, der sogenannten «Offspring Cohort», wurden von 1983 bis 2003 mehrfach auch deren Glück oder Zufriedenheit mittels einer Skala erfasst. Es wurde nach Mustern im «sozialen Netzwerk» der Untersuchten gesucht, wie sich Glück/Zufriedenheit verteilen und sich im Verlaufe der Zeit verändern.

Es liessen sich dabei Anhäufungen von glücklichen und unglücklichen Leuten aufzeigen, die sich bis über drei Trennungsgrade verfolgen lassen (also z.B. bis zu den Freunden der Freunde eines Freundes). Menschen, die von vielen glücklichen Leuten umgeben sind und solche im Zentrum des Netzwerkes tendieren dazu, im Laufe der Zeit glücklicher zu werden. Auch die geographische Nähe von glücklichen Freunden, Verwandten oder Nachbarn führt zu mehr Glück/Zufriedenheit. Kontakte am Arbeitsplatz schienen dabei weniger bedeutungsvoll. Gemäss den Modellrechnungen ist die Verteilung eher die Folge einer Ausbreitung von Glück/Zufriedenheit als dass sich Menschen einfach eine Umgebung suchten, die ihnen entspricht.

So gross die Fragen sind, die eine solche Studie aufwirft (was wird überhaupt erfasst?), so spannend sind doch deren Aussagen. Das Glück des einzelnen Menschen ist abhängig vom Glück der Menschen, mit denen er verbunden ist. Wie die Studienverantwortlichen sagen, rechtfertigt dies, Glück (wie auch Gesundheit) als ein kollektives Phänomen anzusehen. Das deckt sich sicher teilweise mit unseren Erfahrungen aus der Hausarztpraxis, wo wir (mit fortschreitender Praxiserfahrung) Patientinnen und Patienten vermehrt auch als Familienangehörige oder Bekannte anderer Patienten und Patientinnen wahrnehmen.

Zusammengefasst von Peter Ritzmann