

Kultur, Gesellschaft & Wissen

Warum Altruismus glücklich macht

Voller Einsatz für den Turnverein Das Ehepaar Renée und Andi Hadorn erlebt, was Studien bestätigen: Gutes tun steigert die Zufriedenheit. Bei gemeinnütziger Arbeit ist die Schweiz weltweit führend.

Susanne Stettler

In einer Zeit, in der der Egoismus auf dem Vormarsch zu sein scheint, sind sie wichtiger denn je: selbstlose Menschen, die sich für andere einsetzen. Doch sie tun es oft nicht umsonst. Anderen zu helfen, ihnen Gutes zu tun und für sie da zu sein, gibt vielen ehrenamtlich Tätigen einen Kick. Vermutlich sogar einen grösseren, als jede Beförderung, jeder Börsengewinn oder Abenteuerferien je generieren könnten.

«Menschen, die eine gute Tat tun, erleben Freude und sind glücklich, jemandem geholfen zu haben», bestätigt Udo Rauchfleisch (82), ehemals Dozent für Psychologie an der Universität Basel und heute Gastprofessor an in- und ausländischen Unis und Hochschulen. «Diese Freude ist völlig legitim, obwohl es bei guten Taten eigentlich um selbstloses Tun geht.»

Doch was ist eine gute Tat? Zum Beispiel einem erkrankten Freund eine Mahlzeit kochen, für die alte Nachbarin einkaufen gehen, für wohltätige Zwecke spenden, im Sportverein in der Club-Beiz helfen, den pensionierten Eltern finanziell unter die Arme greifen oder bei der Gartenarbeit helfen.

Bei manchen Menschen geht die Selbstlosigkeit äusserst weit: Wie bei jener Grossmutter in Gümligen BE, die 2010 ihren zweijährigen Enkel durchs Fenster ihres brennenden Hauses einem Nachbarn reichte – für sie selbst und ihren Mann kam allerdings jede Hilfe zu spät. Oder die Angehörigen einer tödlich Verunglückten, die 2016 im Bezirksgericht Zofingen AG den gebrochenen LKW-Chauffeur trösteten, der die Frau überfahren und 500 Meter weit mitgeschleift hatte, ohne den Unfall zu bemerken.

Ein Leben für den Verein

Weniger dramatisch ist die Geschichte von Andi (75) und Renée Hadorn (65) aus Riehen BS. Die beiden sind seit ihrer Jugend Mitglieder des örtlichen Turnvereins, waren zuerst sportlich aktiv und sind nun seit Jahrzehnten in diversen Funktionen tätig. «Seit 1972 bin ich vor allem Trainer und Materialverwalter, was mir grosse Freude bereitet», sagt der ehemalige Feinmechaniker. Und seine Frau, einst kaufmännische Angestellte, ergänzt: «Ich war 20 Jahre Trainerin, heute bin ich während Meetings im Rechnungsbüro im Einsatz, wo Startlisten erstellt und Resultate erfasst werden.»



Renée und Andi Hadorn engagieren sich schon viele Jahre ehrenamtlich im Turnverein. Foto: Pino Covino

Auch in Trainingslagern sind die Hadorns oft dabei. Sie haben sich sogar im Verein kennen gelernt. Die Gesellschaft, die sie im TV Riehen finden, ist für beide wichtig, ebenso wie der Gedanke, dass ihre Arbeit sinnvoll ist und dem Verein hilft. Andi Hadorn: «Ich liebe den Kontakt zu den Jungen – ich habe es wirklich gut mit ihnen.

Das würde mir echt fehlen, wenn ich nicht mehr hier tätig sein könnte.» Dafür, dass dieser Kontakt noch lange nicht abreist, sorgen Sohn Dominik (35) und Schwiegertochter Rebekka (33), die beide in der Vereinsleitung sitzen. Und mit deren zweieinhalbjährigen Zwillingen steht bereits die nächste Generation am Start.

Die Wissenschaft beschäftigt sich ebenfalls mit guten Taten. Dabei tauchen zwei Begriffe auf: «Altruismus» gründet auf dem lateinischen Wort «alter» (der andere) und steht für selbstloses Handeln, während sich «Philanthropie» aus den altgriechischen Worten «philos» (Freund) und «anthropos» (Mensch) zusammensetzt. Bei

Philanthropen handelt es sich also um Menschenfreunde. «Wir verstehen unter Philanthropie jede freiwillige, private Handlung für einen gemeinnützigen Zweck», erklärt Georg von Schnurbein (47), Direktor des Center for Philanthropy Studies der Universität Basel (CEPS). «Das bedeutet, dass Philanthropie nicht abhängig ist von Reichtum oder gesellschaftlicher Stellung.»

Doch ist Philanthropie dasselbe wie ehrenamtliche Tätigkeit und selbstloses Handeln? «Das ist schwierig zu differenzieren, weil die Begriffe überlappen», so Georg von Schnurbein. «Ehrenamt ist eine Funktion, in die man gewählt wird und die man ohne Bezahlung erfüllt. Es ist also Freiwilligenarbeit und somit Teil der Philanthropie. Selbstloses Handeln geht darüber hinaus, denn gerade im persönlichen Umfeld gibt es viel selbstloses Handeln, ohne dass es auch gleichzeitig als gemeinnützig anzusehen ist.»

Eine gute Tat besteht darin, anderen zu helfen, ohne eine Gegenleistung zu erwarten. Das geschieht erstaunlich oft, denn laut dem Bundesamt für Statistik wurden 2020 insgesamt 621 Millionen Stunden Freiwilligenarbeit im Gegenwert von 33 Milliarden Franken geleistet. Georg von Schnurbein schätzt überdies, dass jährlich etwa 4 Milliarden Franken von privater Hand an gemeinnützige Zwecke fliessen. «Im internationalen Vergleich belegt die Schweiz regelmässig einen Spitzenplatz, was das gemeinnützige Engagement betrifft.»

Federer, der Philanthrop

Der wohl bekannteste Schweizer Wohltäter ist Tennislegende Roger Federer (43), der mit seiner Stiftung Bildungsprojekte im südlichen Afrika unterstützt. Die Unternehmer Hansjörg Wyss (89), Stephan (77) und Thomas Schmidheiny (79), Carolina Müller-Möhl (56) sowie die Roche-Besitzerfamilien Hoffmann und Oeri haben sich ebenfalls der Philanthropie verschrieben. Dasselbe taten Rotkreuz-Gründer Henri Dunant (1828–1910) sowie Christoph (1800–1858) und Margarete Merian (1808–1886), die ihr gesamtes Vermögen der Stadt Basel vermachten, damit es für wohltätige Zwecke eingesetzt werde. Oder Luc Hoffmann (1923–2016), ein Spross der Roche-Gründerfamilie, der Mitgründer des World Wildlife Funds (WWF) war und weitere Naturschutzstiftungen schuf.

International eines der berühmtesten Beispiele ist die Bill-

und-Melinda-Gates-Stiftung, die allein im Jahr 2024 8,3 Milliarden US-Dollar ausgab, was gut 7 Milliarden Franken entspricht. Zudem hat Microsoft-Gründer Bill Gates (69) angekündigt, bis zu seinem Lebensende 95 Prozent seines Vermögens an die Stiftung abgeben zu wollen.

«Ich finde es zu einseitig, wenn man sich nur auf das grosse Geld konzentriert», sagt Georg von Schnurbein. «Philanthropie ist für die Gesellschaft dann wertvoll, wenn sie breit abgestützt ist und in vielen Gelegenheiten und Situationen etwas zur Verbesserung der Lebensumstände beiträgt.» Will heissen: Alle können Wohltäter sein – unabhängig von Vermögen, Herkunft, Bildung, Beruf, sozialer Stellung oder Alter.

Stütze der Gesellschaft

Natürlich wird die Gutmütigkeit der Menschen manchmal ausgenutzt. Doch auch die Wohltäterinnen und Wohltäter sind nicht immer ganz selbstlos: Manche wollen bewundert werden oder erhoffen sich gesellschaftliche oder berufliche Vorteile. «Es ist ein Widerspruch, wenn jemand selbstlos und zugleich aus reinem Eigennutz handelt», sagt Udo Rauchfleisch. «Ist der Eigennutz das eigentliche Motiv, handelt es sich um keine gute Tat im Sinne des selbstlosen Handelns mehr.» Georg von Schnurbein hält dagegen: «Es liegt in unserer Natur, Altruismus und Egoismus zu verbinden.» Den Empfängerinnen und den Empfängern der guten Tat kann dies einerlei sein – die Unterstützung hilft ihnen so oder so. Tenzin Gyatso alias Dalai Lama (89), der oberste buddhistische Mönch, ist da schon ein wenig strenger. Er sagte einmal: «Wer etwas für einen anderen tut, darf sich nichts darauf einbilden oder selbstgefällig werden. Nicht um Belohnung soll es ihm gehen, nur um eins: das Glück des anderen.»

Einig sind sich immerhin alle in der Bedeutung des Dienstes an den anderen. «Eine philanthropische Einstellung, ehrenamtliche Tätigkeiten und gute Taten sind sehr wichtig für die Gesellschaft», resümiert Udo Rauchfleisch. Damit geht Georg von Schnurbein einig: «Die verschiedenen Formen der Philanthropie sind ein bedeutender Baustein für den Zusammenhalt einer Gesellschaft. Wenn wir nicht bereit sind, uns für andere einzusetzen, dann funktioniert unsere Gesellschaft nicht.» Das sehen Andi und Renée Hadorn ganz genauso.

Beeindruckende 13'000 Kilometer zurückgelegt, mindestens

Tiere Ein Buckelwal hat eine der längsten und ungewöhnlichsten Wanderungen unternommen.

Ein Buckelwal hat eine aussergewöhnliche Wanderung von mindestens 13'000 Kilometern unternommen, die ihn von Kolumbien im Pazifik bis nach Sansibar im Indischen Ozean führte. Diese Reise könnte durch den Klimawandel beeinflusst worden sein, entweder aufgrund von erschöpften Nahrungsressourcen oder auf der Suche nach einer Partnerin.



Der Buckelwal, fotografiert 2022 vor Sansibar. Foto: E. Kalashnikova

Der Wal wurde 2013 an der kolumbianischen Pazifikküste fotografiert und 2017 wieder in der Nähe desselben Gebiets identifiziert. Später wurde er vor Sansibar gesichtet. Diese Reisen wurden mithilfe einer grossen Sammlung von Walfotos und der Technologie der künstlichen Intelligenz dokumentiert.

Experten, darunter Ekaterina Kalashnikova vom Tanzania Ce-

taceans Program, sind von der Reise des Wals beeindruckt. Sie beschreiben sie als ungewöhnlich, selbst für diese wandernde Art. 2022 wurde das gleiche Tier vor der Küste Sansibars fotografiert. Die Forschungsergebnisse wurden in der Zeitschrift «Royal Society Open Science» veröffentlicht.

Buckelwale sind für ihre langen Wanderungen bekannt, da

sie von tropischen Brutgebieten zu kühleren Nahrungsgründen schwimmen. Die Reise dieses Wals war jedoch besonders bemerkenswert, da er zwei weit entfernte Brutgebiete aufsuchte, was eine noch grössere Distanz bedeutet. Buckelwale leben normalerweise in einem einzigen Ozeanbecken, und die kolumbianische Population wandert normalerweise nur zwischen ihren

Brutgebieten in Südamerika und ihren Nahrungsgründen vor der Antarktis.

Eine Theorie besagt, dass der Klimawandel die Krillpopulation beeinflusst, von dem sich die Wale ernähren, und sie dadurch zu längeren Reisen gezwungen werden. Eine andere ist, dass sich Wale aufgrund globaler Artenschutzmassnahmen neue Brutgebiete erschliessen. (red)