



Spenden und Glück

Prof. Dr. Dandan Pang

Berner Fachhochschule | Department Wirtschaft | Institut New Work

✉ dandan.pang@bfh.ch

► SwissFundraisingDay 2025 | Bern

Der Bund

Montag, 8. Juli 2024 — 175. Jahrgang, Nr. 157 — Fr. 4.90 (inkl. 2,6% MwSt)

Unabhängige liberale Tageszeitung — gegründet 1850

«Neue Zeit» in Europa

Grossbritannien Mit dem Wahlsieg der Labour Party in Grossbritannien ist «eine neue Zeit» im Verhältnis zu den europäischen Nachbarn angebrochen. So sieht es jedenfalls der neue Aussenminister David Lammy. Er möchte die Beziehungen zur EU wieder «normalisieren». Er setzte gleich zu einem Blitzbesuch in Deutschland, Polen und Schweden an. Am Brexit will die Labour-Regierung aber zumindest fürs Erste nicht rütteln. (red) **Seite 5**

Eine Abgabe für Zugewanderte?

Bundesrat prüft Der Bundesrat lässt abklären, ob mit einer Abgabe für Fachkräfte aus Drittstaaten die Volksinitiative «Keine 10-Millionen-Schweizer!» der SVP zu kontern wäre. Zu leisten hätten diese Unternehmen, welche solche Arbeitskräfte benötigen. Doch es gibt Widerstand – in der Wirtschaft, aber auch von den Parteien. Aus der SVP tönt es, die Schweiz müsse auch bei der Zuwanderung aus der EU selektiver werden. (red) **Seite 7**

Meinung & Analyse

«Sunak und Macron dürften Eigentore geschossen haben.»

Rahel Freiburghaus und **Adrian Vatter** beschreiben in ihrer Kolumne, wie Fussball und Politik zusammenspielen. **Seite 9**

Was ist Glück?



Sommerserie Wie gelingt ein glückliches Leben? Und wie wichtig ist Geld dafür? Glücksforscherin Dandan Pang sagt, was wirklich zählt. Mit dem Interview beginnt unsere Sommerserie zum Thema «Glück». (red) **Seite 15** Foto: Adrian Moser

Linksbündnis in Frankreich bremst Le Pen aus

Französische Parlamentswahlen Nach Prognosen vom Sonntagabend liegt das links-grüne Bündnis vorn.

Das Linksbündnis Neue Volkfront kommt auf 177 bis 192 von 577 Sitzen (Stand 22.30 Uhr). Die rechtspopulistische Partei Rassemblement National von Marine Le Pen, die auf eine absolute Mehrheit gehofft hatte, würde mit 138 bis 145 Sitzen auf den dritten Platz abrutschen – noch hinter dem Regierungslager von Präsident Emmanuel Macron mit 152 bis 158 Sitzen. Keiner der drei Blöcke käme gemäss diesen Hochrechnungen auf eine absolute Mehrheit. Das links-grüne Bündnis und das Mitte-Lager von Macron hatten in mehr als 200 Wahlbezirken in der Stichwahl

ihren Kandidaten jeweils zurückgezogen, um den Durchmarsch der Rechtspopulisten gemeinsam zu verhindern. Diese Strategie ging nun auf.

Frankreich muss sich nun aber auf eine Zeit der politischen Instabilität einstellen: Die drei grossen Blöcke in der Nationalversammlung könnten sich gegenseitig blockieren, die Regierung lähmen und das Land in eine politische Krise stürzen. Das links-grüne Bündnis ist auch intern alles andere als auf einer Linie und auch keineswegs mit Präsident Macron verbündet – im Gegenteil. (AFP/red) **Seite 3**

Kühne steigt bei FlixBus ein

Lufthansa-Aktionär Der grösste Aktionär der deutschen Fluggesellschaft und Logistikunternehmer Klaus-Michael Kühne beteiligt sich mit der schwedischen Beteiligungsgesellschaft EQT am Fernbusunternehmen FlixBus. Er gilt als bedeutender strategischer Investor im Logistik- und Verkehrsgewerbe. (red) **Seite 8**

Familie sucht Haus – das kann dauern

Immobilienmarkt Der Traum vom Eigenheim – er ist für viele in der Schweiz immer schwieriger zu verwirklichen. In Köniz etwa kostet ein Einfamilienhaus heute 60 Prozent mehr als noch vor zehn Jahren. Diese Redaktion hat eine fünfköpfige Familie auf ihrer harzigen Suche nach einem Haus begleitet. (red) **Seite 17**

Können Sie mir ein Erfolgsrezept verraten, wie ich garantiert glücklich werde?

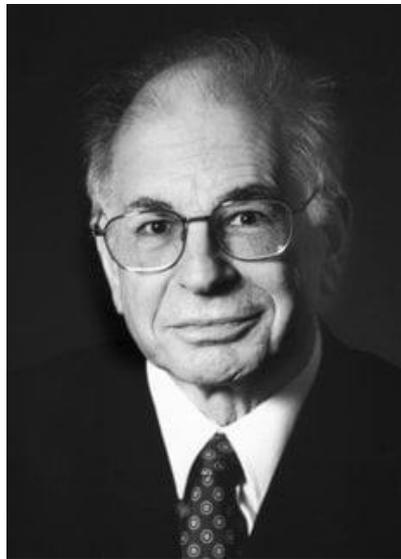
Spenden (Freiwillige Gabe von Geld/Ressourcen an andere) = Prosoziales Ausgeben

Kann man mit Geld Glück kaufen?

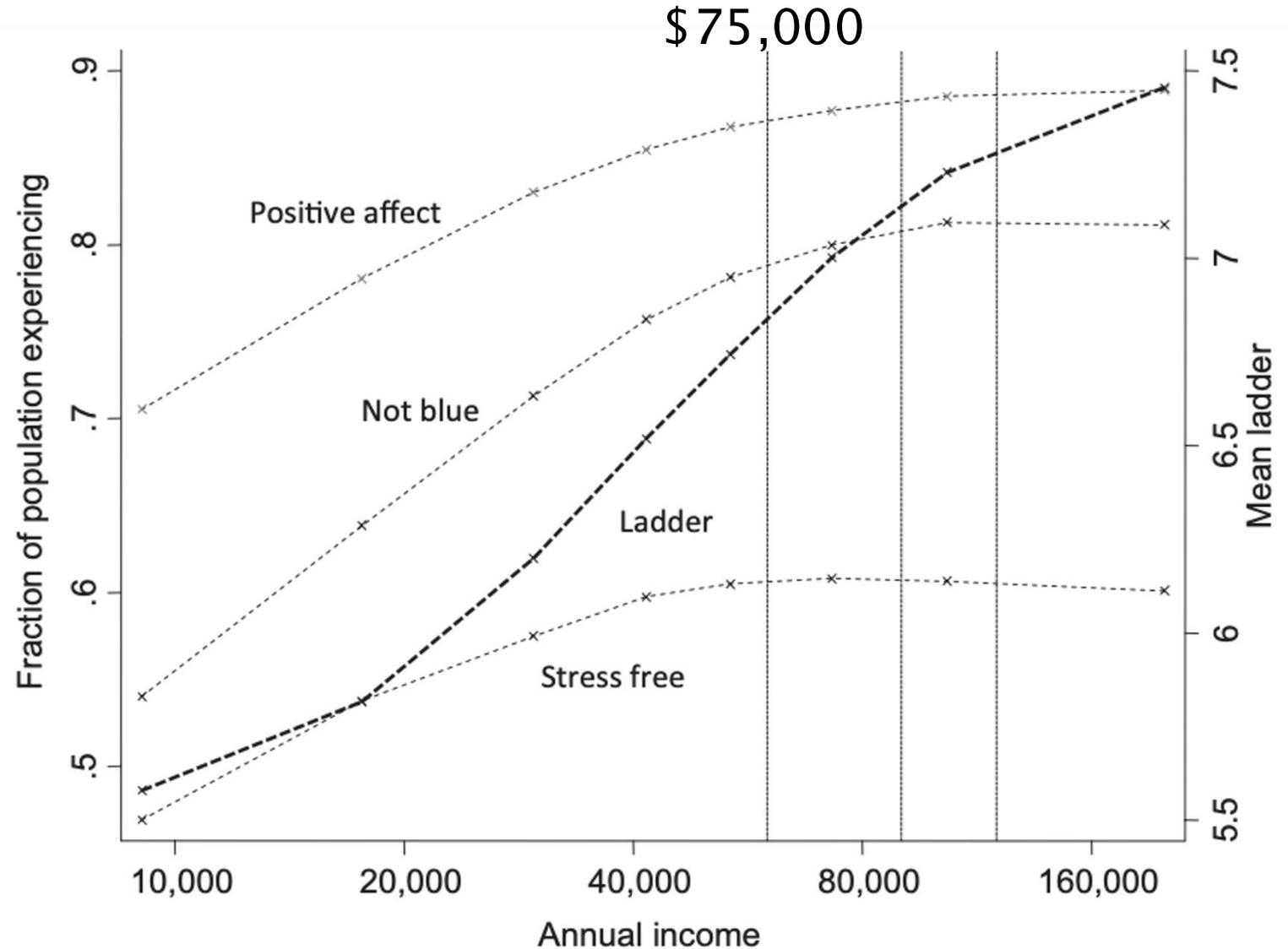


Kann man mit Geld Glück kaufen?

▶ 450,000 Amerikanern



Daniel Kahneman
Nobelpreisträger



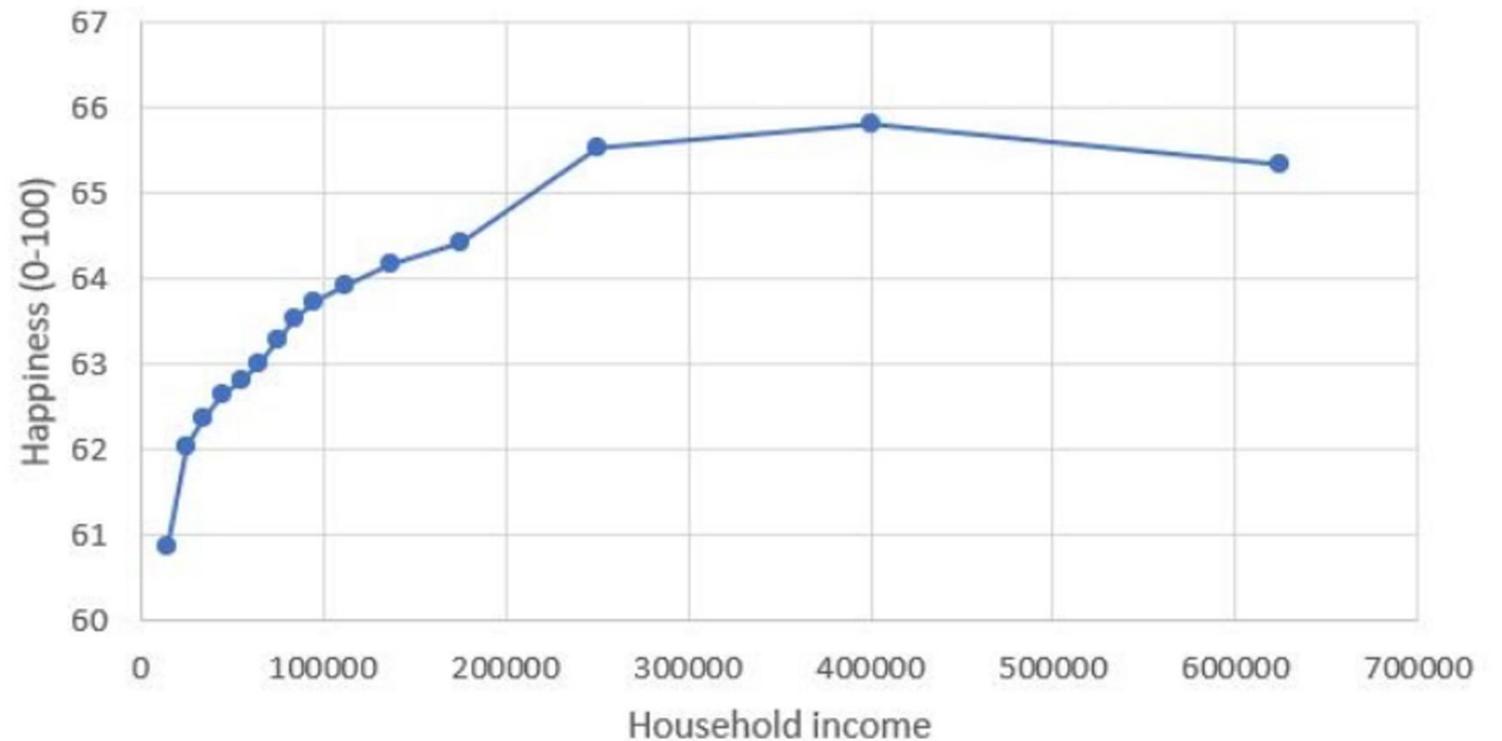
Kann man mit Geld Glück kaufen?

- ▶ 33,391 erwerbstätige Erwachsene (18 bis 65 Jahre) in USA
- ▶ Smartphone App

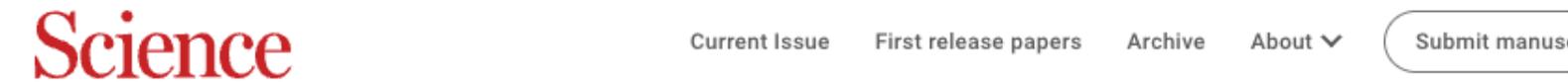


Matthew Killingsworth

Mean happiness for income bands (data from Killingsworth 2020)



Kann man mit Geld Glück kaufen?



HOME > SCIENCE > VOL. 319, NO. 5870 > SPENDING MONEY ON OTHERS PROMOTES HAPPINESS

REPORTS



Spending Money on Others Promotes Happiness

n = 46 Studierende

ELIZABETH W. DUNN, LARA B. AKNIN, AND MICHAEL I. NORTON [Authors Info & Affiliations](#)

SCIENCE • 21 Mar 2008 • Vol 319, Issue 5870 • pp. 1687-1688 • DOI: 10.1126/science.1150952



APA PsycArticles: Journal Article

Does spending money on others promote happiness?: A registered replication report.

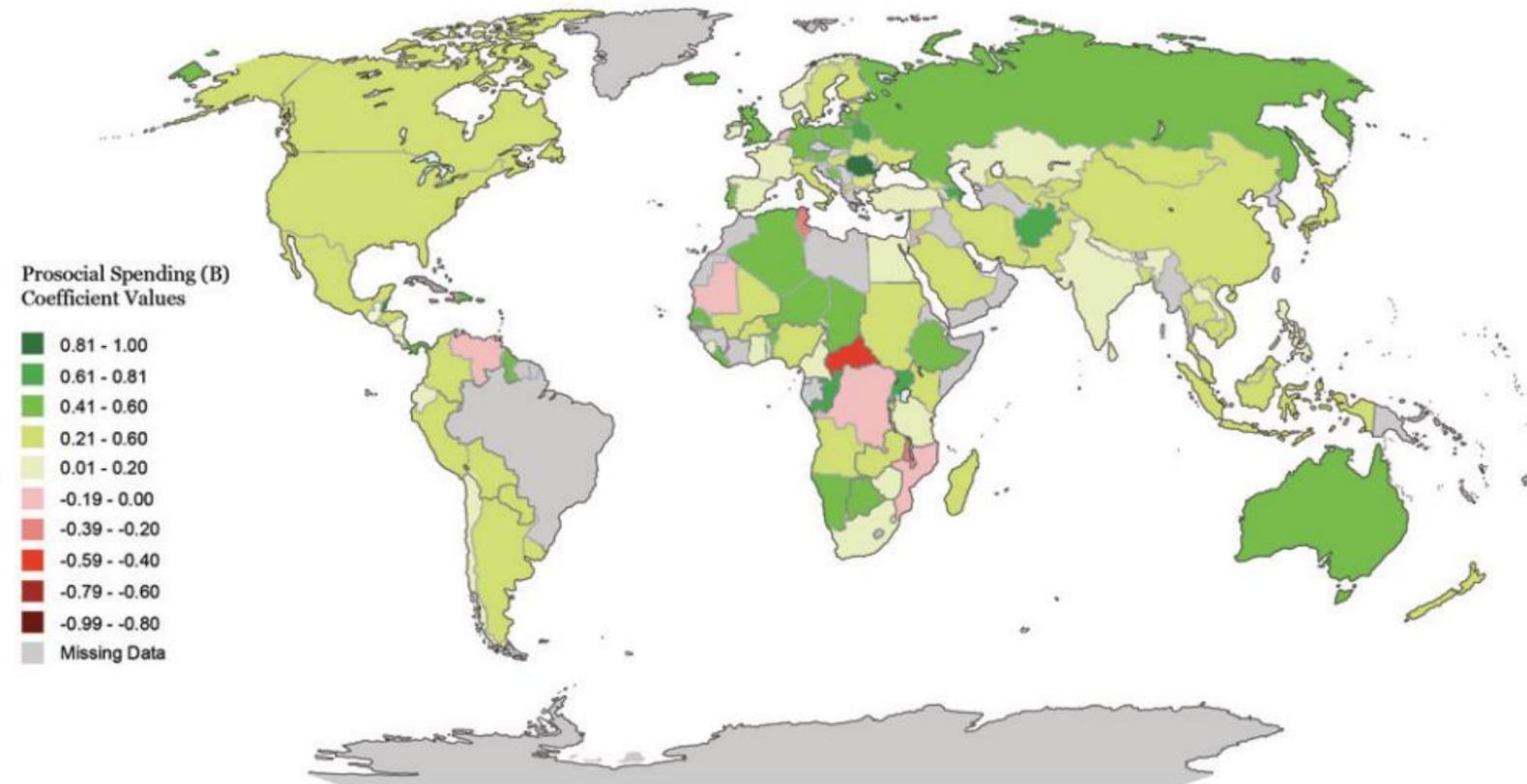
© Request Permissions

Aknin, L. B., Dunn, E. W., Proulx, J., Lok, I., & Norton, M. I. (2020). Does spending money on others promote happiness?: A registered replication report. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(2), e15–e26. <https://doi.org/10.1037/pspa0000191>

*n = Fast 8000
Teilnehmende*

Kann man mit Geld Glück kaufen?

Prosoziales Ausgeben fördert das Glück weltweit



Spenden & Herzgesundheit

- ▶ Studie 1
 - ▶ 1 86 ältere Erwachsene mit diagnostiziertem Bluthochdruck
 - ▶ Je **mehr** Geld die Teilnehmer:innen für andere ausgegeben hatten, desto **niedriger** war ihr Blutdruck zwei Jahre später.
- ▶ Studie 2
 - ▶ 73 ältere Erwachsene mit diagnostiziertem Bluthochdruck
 - ▶ Die Gruppe, die prosozial ausgegeben hatte, zeigte am Ende **signifikant geringeren** systolischen und diastolischen Blutdruck im Vergleich zu denen, die für sich selbst ausgegeben hatten.

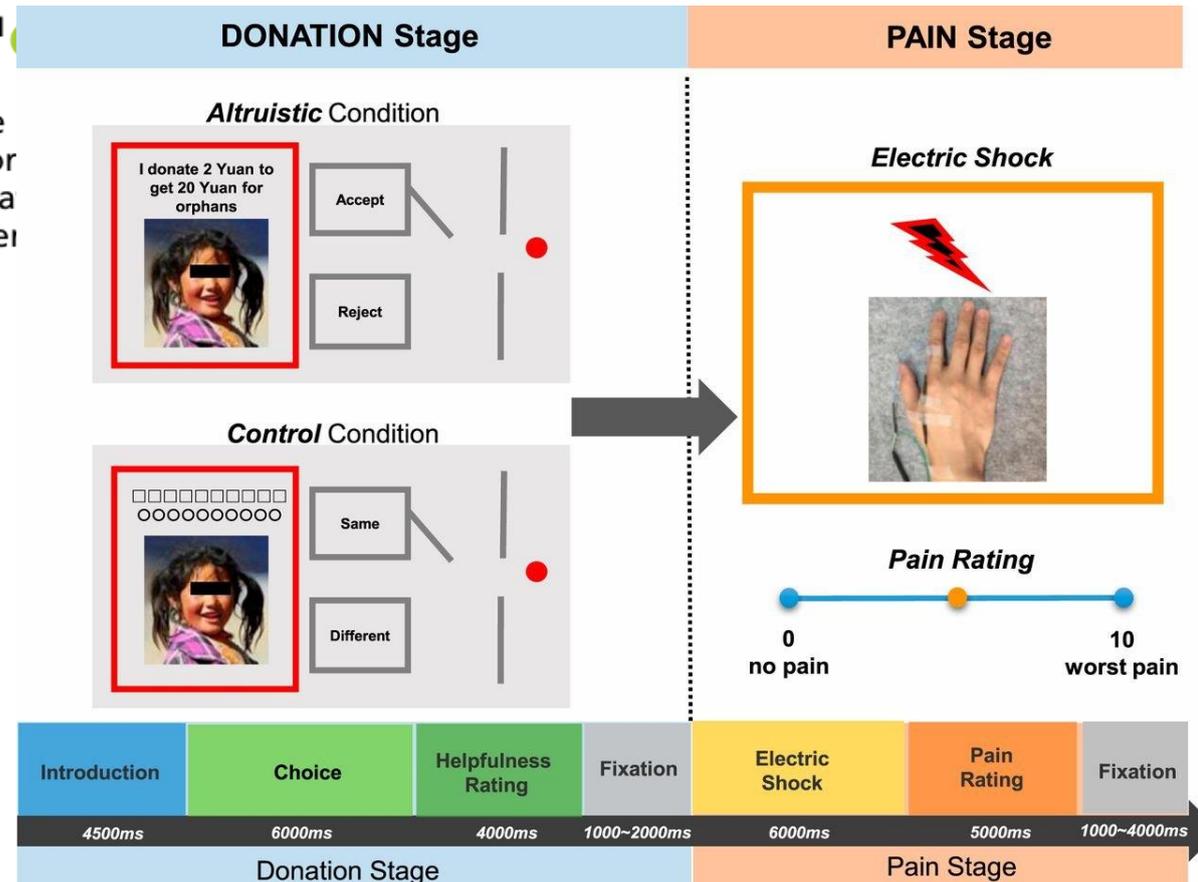


Spenden & physische Schmerzen

Altruistic behaviors relieve physical pain

Yilu Wang^{a,1} , Jianqiao Ge^{b,1}

^aSchool of Psychological and Cognitive
^bCenter for MRI Research, Academy for Management, Key Laboratory for Behavior and ^dManagement School, Jinan University, 100871 Beijing, China;
^cSchool of Economics and Management, Guangzhou University, 510275 Guangzhou, China;



University, 100871 Beijing, China;
^cSchool of Economics and Management, Guangzhou University, 510275 Guangzhou, China;

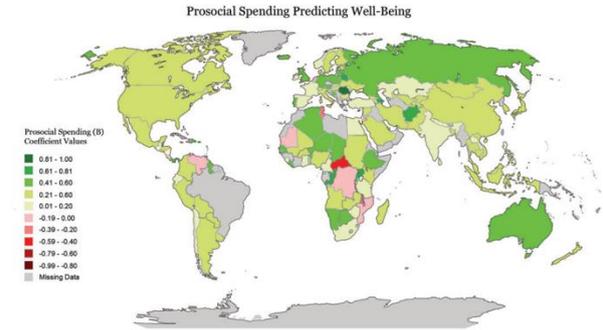
Prosoziale Boni: Mehr Zufriedenheit & Leistung am Arbeitsplatz



- ▶ Studie 1 (Australianische Bank): Spenden-Gutschein im Wert von ca. \$25 oder \$50, den sie an eine Wohltätigkeitsorganisation ihrer Wahl weitergeben konnten → Zufriedenheit und Arbeitsfreude
- ▶ Studie 2 (Kanadische Sportteams) und 3 (Belgische Pharmamarketing-Teams): erhielten ein Bonus-Budget, das sie für andere Teammitglieder verwenden konnte → Team Leistung

Zwischen-Fazit

- ▶  **Spenden macht glücklich – weltweit.**
Der Zusammenhang zwischen Spenden und Glück ist über viele Kulturen hinweg belegt.
- ▶  **Spenden wirkt körperlich.**
Wer für andere gibt, senkt nachweislich seinen Blutdruck; auch körperliche Schmerzen können gelindert werden.
- ▶  **Spenden stärkt Teams.**
Wer seinen Bonus für Kolleg:innen einsetzt, steigert Zufriedenheit und Teamleistung.



Nicht so vorschnell



Geld und Glück

- ▶ 49,179 Erwachsene aus USA
- ▶ Gallup Well-being Index



Johannes Eichstaedt

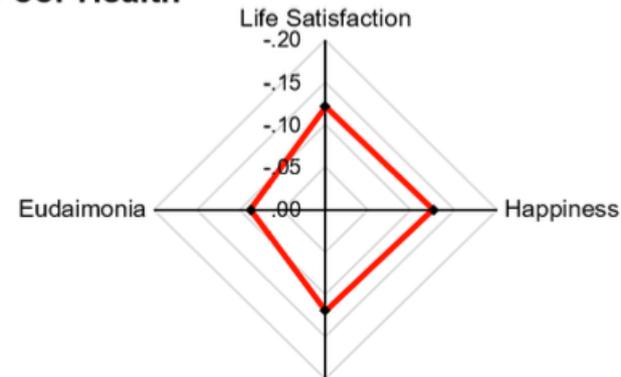
Low Income



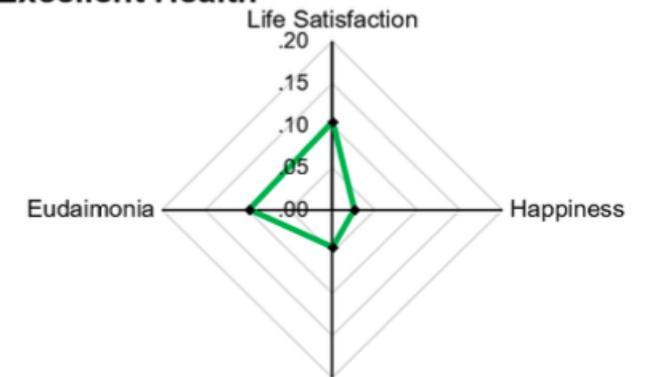
High Income



Poor Health



Excellent Health



Depression



Alone



Geld und Glück

Science

Current Issue

First release papers

Archive

About

Submit manuscript

HOME > SCIENCE > VOL. 319, NO. 5870 > SPENDING MONEY ON OTHERS PROMOTES HAPPINESS

REPORTS



Spending Money on Others Promotes Happiness

n = 46 Studierende

ELIZABETH W. DUNN, LARA B. AKNIN, AND MICHAEL I. NORTON [Authors Info & Affiliations](#)

SCIENCE • 21 Mar 2008 • Vol 319, Issue 5870 • pp. 1687-1688 • DOI: 10.1126/science.1150952



APA PsycArticles: Journal Article

Does spending money on others promote happiness?: A registered replication report.

© Request Permissions

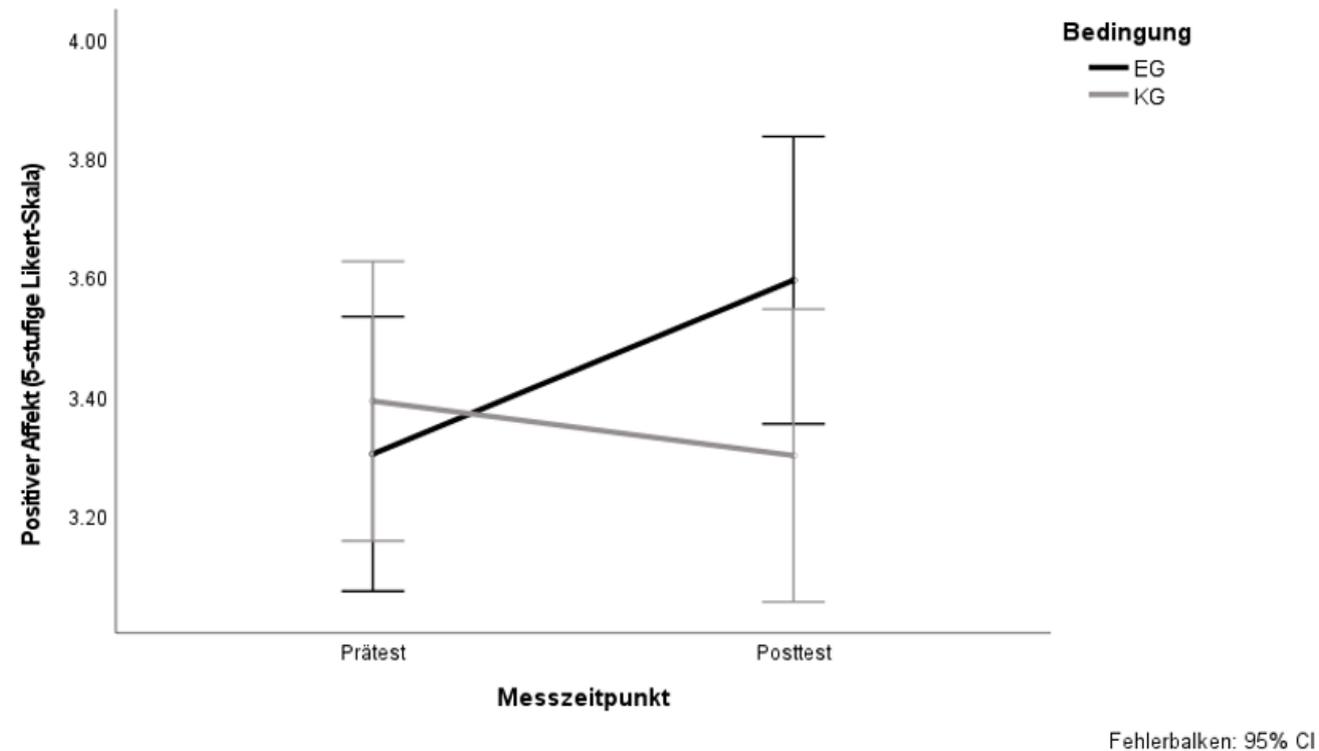
Aknin, L. B., Dunn, E. W., Proulx, J., Lok, I., & Norton, M. I. (2020). Does spending money on others promote happiness?: A registered replication report. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(2), e15–e26. <https://doi.org/10.1037/pspa0000191>

*n = Fast 8000
Teilnehmende*

Effektgrößen
d = 0.11–0.16

Freundlichkeitsintervention

Ergebnisse der zweifaktoriellen Varianzanalyse für die Variable Positiver Affekt

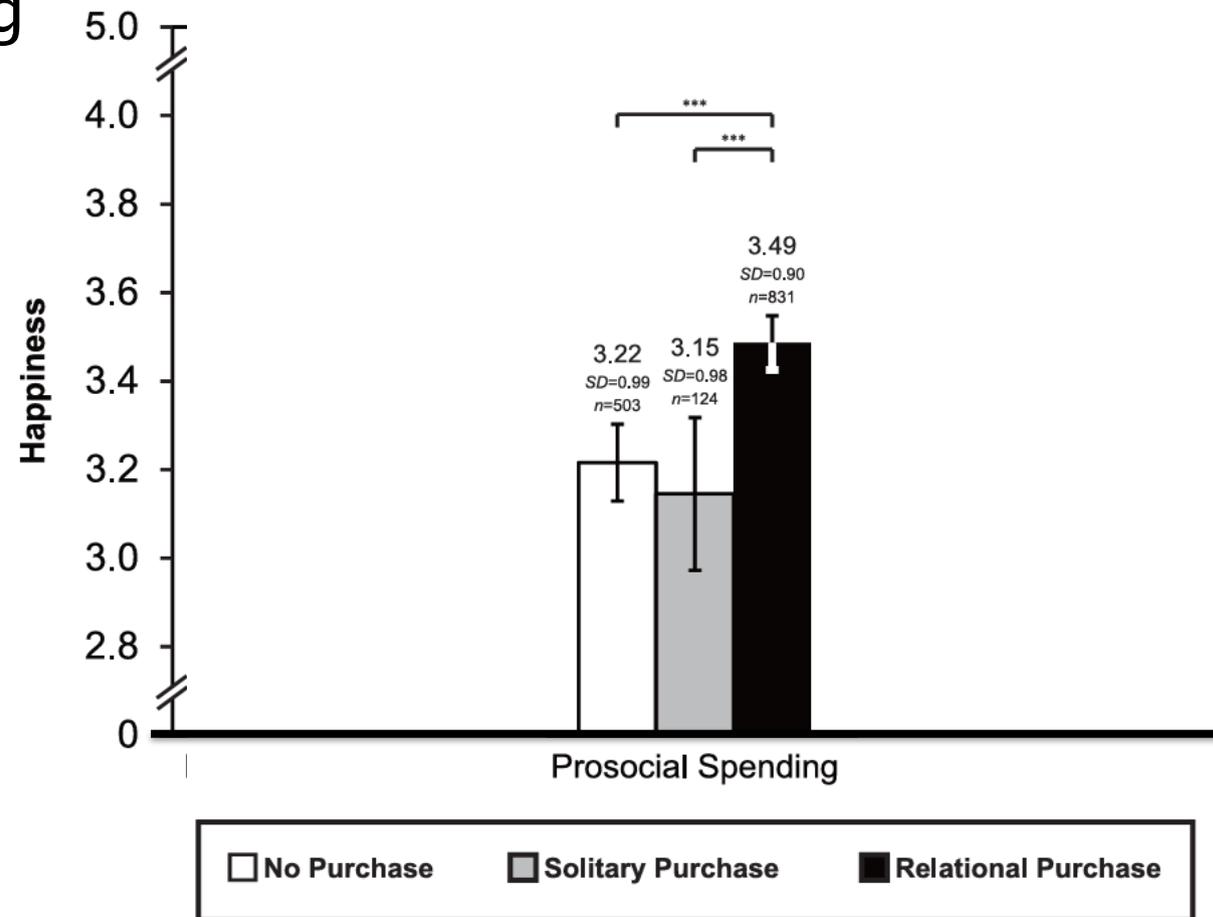


Anmerkung. EG = Experimentalgruppe. KG = Kontrollgruppe.

Wie können wir die Wirkung (trotz kleiner Effektgrössen) gezielt verstärken?

Nicht nur was wir geben – sondern wie wir es tun

Soziale Einbettung
stärken



Nicht nur was wir geben – sondern wie wir es tun



Wirkung zählt



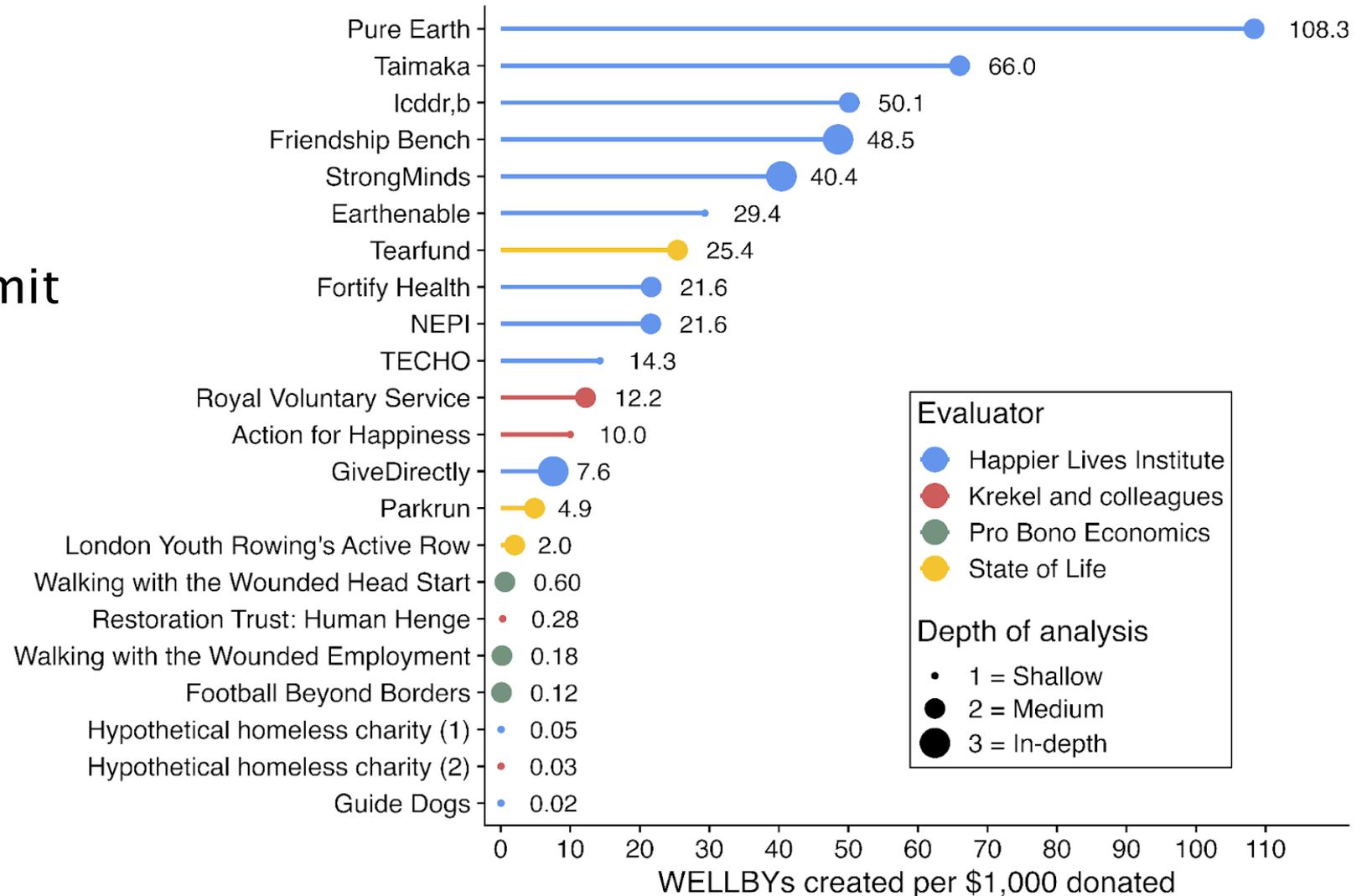
Was bedeutet 1 WELLBY in der Praxis?

(= +1 Punkt auf einer Skala von 0-10 für eine Person über 1 Jahr)

- ▶ Zum Vergleich nach einem Jahr:
 - ▶ 😞 Arbeitslosigkeit senkt die Lebenszufriedenheit um ca. -0.5 Punkte
 - ▶ 💍 Heirat erhöht die Lebenszufriedenheit um ca. +0.3 Punkte

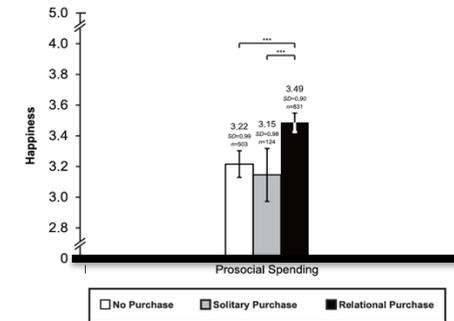
Wirkung zählt

- ▶ Reduktion von Blei- und Quecksilbervergiftungen
- ▶ Behandlung von Kindern mit akuter Mangelernährung
- ▶ nachhaltige, gemeinschaftsbasierte psychologische Interventionen



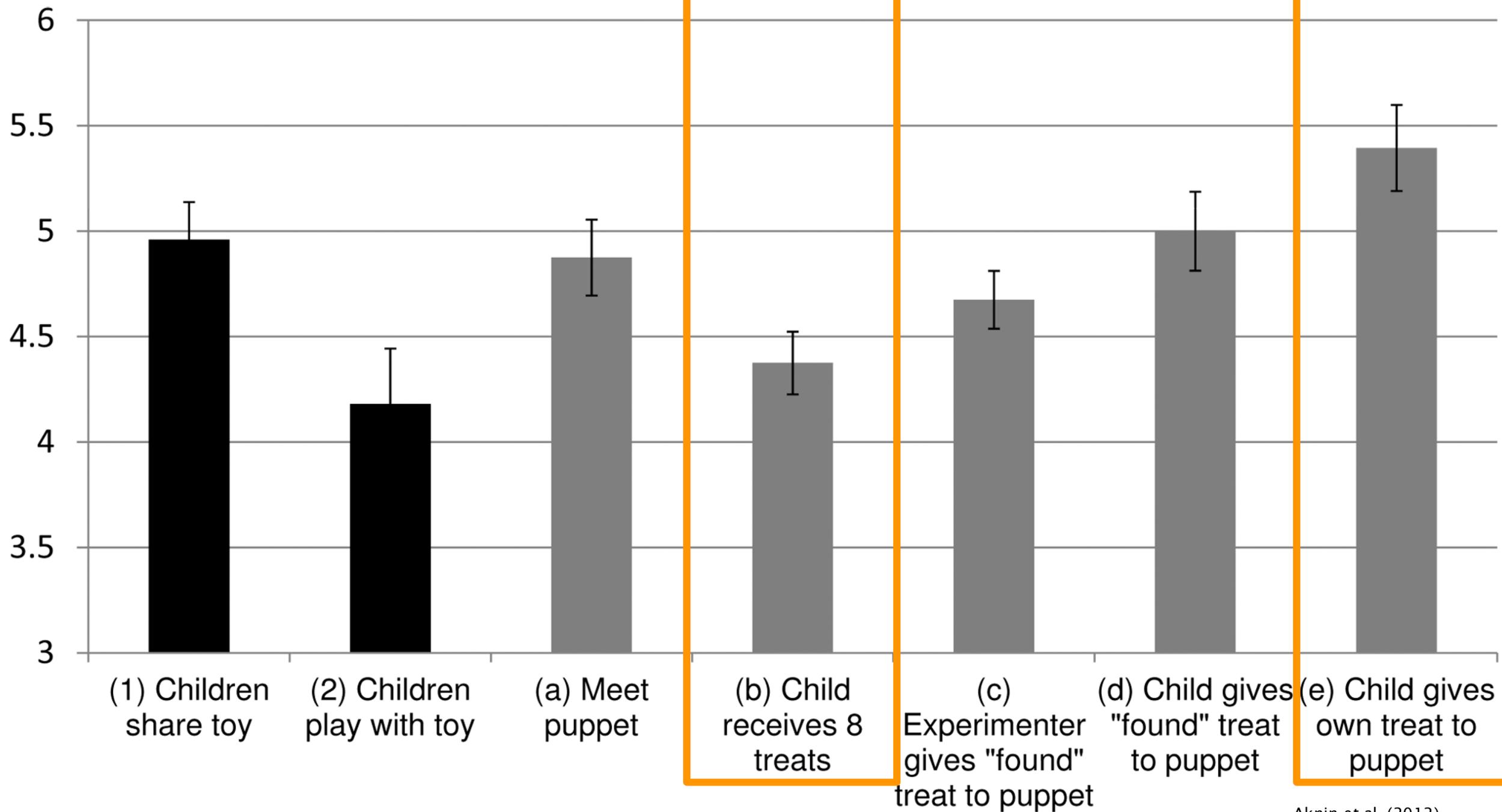
Zwischen-Fazit

- ▶  Der Effekt ist messbar, aber die Effektgrößen sind eher **klein**.
- ▶  **Soziale Einbettung:** Spenden im sozialen Kontext – etwa im Team oder mit Freund:innen – wirkt stärker.
- ▶  **Freiwilligkeit:** Spenden wirkt stärker, wenn es nicht aus Pflicht, sondern aus eigener Überzeugung geschieht.
- ▶  **Wirkung:** Wenn Spender:innen sehen, was sie bewirken, steigt die Wirkung deutlich.





Happiness as rated by coders



Prosoziales Verhalten wie Spenden ist tief in uns verankert – evolutionär wie emotional

