Corona: Wie schlimm ist es, zu Hause zu bleiben?

Description

Von Prof. Dr. Martin SchrÃ¶der

(ZweitverÃ¶ffentlichung, ursprÃ¼ngliche VerÃ¶ffentlichung unter https://www.martin-schroeder.de/2020/03/21/zu-hause-bleiben/)

Was passiert, wenn Menschen aufgrund der Corona-Krise erzwungenermaÃ?en zu Hause bleiben mÃ¼ssen? Ich sehe vor allem drei Effekte, zwei davon negativ, einer positiv. Negativ ist, dass Menschen weniger soziale Kontakte haben und weniger das GefÃ¼hl, ihr eigenes Leben zu kontrollieren. Doch positiv kÃ¶nnte sein, dass wir alle das GefÃ¼hl haben, zusammen eine gemeinsame Aufgabe zu bewÃ¤ltigen, was zu einer StÃ¤rkung des GemeinschaftsgefÃ¼hls fÃ¼hrt. Wie negativ beeinflussen die ersten beiden Aspekte uns und wie positiv kÃ¶nnte der letzte Effekt sein?

Keine Freunde treffen

Um diese Fragen zu beantworten, nutze ich die Daten des sozio-Ã¶konomischen Panels und untersuche, was mit der Zufriedenheit von Menschen passiert, wenn sie seltener Freunde treffen, meinen weniger Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu haben und sich stÃ¤rker einer Gemeinschaft zugehÃ¶rig fÃ¼hlen. Fangen wir also an. Wie negativ ist der Effekt, seine Freunde seltener treffen zu kÃ¶nnen? Die gesamte Skala, auf der die Lebenszufriedenheit abgefragt wird, geht von 0 bis 100. Hier sehen Sie, wie viel Lebenszufriedenheit dieselbe Person verliert, wenn sie ihre Freunde seltener trifft.

Wer seine Freunde nicht mehr tÃ¤glich, sondern nur noch wÃ¶chentlich sieht, dessen Zufriedenheit sinkt erst einmal nur um 0,5 von 100 mÃ¶glichen Punkten, das ist nicht besonders viel. Zum Vergleich: Wer verheiratet ist, ist etwa drei Punkte zufriedener als er als Single war; wer 2000 Euro monatlich hat, ist etwa 5 Punkte zufriedener als er mit 400 Euro monatlich war und wer arbeitslos wird, verliert etwa 5 bis 10 Zufriedenheitspunkte. Wenn Sie damit vergleichen, wie schlimm es ist, seine Freunde nur monatlich statt tÃ¤glich zu sehen, so merken Sie, dass auch das noch nicht besonders schlimm ist. Denn

selbst bei nur noch monatlichen Treffen liegt die Zufriedenheit derselben Person nur 0,8 von 100 Punkten niedriger. Erst wenn man seine Freunde seltener als monatlich sieht, sinkt die Zufriedenheit um immerhin zwei Punkte. Das legt nahe, dass weniger soziale Kontakte bis zu einem Monat nicht so dramatisch ist.

Weniger Kontrolle Ã¼ber das eigene Leben haben

Doch was ist mit dem zweiten Faktor, der damit einhergeht, zu Hause eingesperrt zu sein? Was passiert, wenn man das GefÃ¼hl hat, weniger Kontrolle Ã¼ber sein Leben hat? Um das herauszufinden, hat das sozio-Ã¶konomische Panel Menschen gebeten, der Aussage â??Ich habe wenig Kontrolle Ã¼ber die Dinge, die in meinem Leben passierenâ?? auf einer Skala von 1-7 zuzustimmen, wobei eine 1 bedeutet, dass man Ã¼berhaupt nicht zustimmt und eine 7 bedeutet, dass man vollkommen zustimmt, keine Kontrolle zu haben. Sehen Sie selber, wie viel unzufriedener dieselbe Person wird, wenn Sie stÃ¤rker zustimmt, keine Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu haben.

In Jahren, in denen dieselbe Person voll und ganz zustimmt, keine Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu haben, ist sie auch extreme 9 von 100 mÃ¶glichen Punkten unzufriedener, als in Jahren, in denen sie der Aussage, keine Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu haben, Ã¼berhaupt nicht zustimmt. Das spricht dafÃ¼r, dass Menschen tatsÃ¤chlich sehr viel unzufriedener werden, wenn sie meinen, weniger Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu haben, was derzeit mit den Ausgangssperren der Fall ist. Noch mal zum Vergleich: Der Verlust von Kontrolle Ã¼ber sein Leben macht in etwa so stark unzufrieden, wie arbeitslos zu werden, einer der bekanntesten und am stÃ¤rksten negativen Effekte auf Lebenszufriedenheit. Wie stark eine Ausgangssperre dazu fÃ¼hrt, dass Menschen tatsÃ¤chlich unzufriedener sind, hÃ¤ngt also auch davon ab, wie stark sie meinen, dadurch die Kontrolle Ã¼ber ihr Leben zu verlieren, wobei Menschen sich schnell miserabel fÃ¼hlen, wenn sie meinen, keine Kontrolle mehr Ã¼ber ihr Leben zu haben.

Mehr GemeinschaftsgefÃ¼hl?

Das GefÃ¼hl, keine Kontrolle mehr Ã¼ber ihr Leben zu haben, dÃ¼rfte Menschen also sehr stark treffen. Doch gibt es an dieser Krise auch etwas, das positiv auf unser GefÃ¼hlsleben wirken kann? Ja, nÃ¤mlich die Welle an SolidaritÃ¤t, die gerade durch unser Land schwappt. Menschen wollen sich als Teil einer Gemeinschaft fÃ¼hlen und umso stÃ¤rker sie das tun, desto besser geht es ihnen. So zeigt eine der klassischen Studien in der Soziologie, dass die Selbstmordrate in einem Land sinkt, wenn es mit einem anderen Land Krieg fÃ¼hrt (Durkheim 1897: 218f.). Klingt verrÃ¼ckt, oder? Doch wie kann es dazu kommen? Der Grund ist: FÃ¼hrt ein Land einen Krieg, ist das nationale GemeinschaftsgefÃ¼hl hÃ¶her. Gerade fÃ¼hren wir zwar zum GlÃ¼ck keinen Krieg gegen ein anderes Land, doch einen gemeinsamen Gegner haben wir trotzdem: den Virus. Und ein gemeinsamer Gegner kann zu einem erhÃ¶hten GemeinschaftsgefÃ¼hl fÃ¼hren. Welchen Effekt hat dieses erhÃ¶hte GemeinschaftsgefÃ¼hl? Hier sehen Sie, was in Jahren passiert, in denen sich derselbe Mensch stÃ¤rker als Teil unseres Landes fÃ¼hlt:

Man sieht, wie eine Steigerung des GemeinschaftsgefÃ¼hls dazu fÃ¼hrt, dass es derselben Person besser geht als in Jahren, in denen sie sich keiner Gemeinschaft zugehÃ¶rig fÃ¼hlt. Wenn wir nun also das GefÃ¼hl haben, zusammen an einem Strang zu ziehen, so kann das also auch einen positiven Effekt auf unsere Zufriedenheit haben.

Was zu tun ist, wenn man in der Krise nicht will, dass Menschen unzufrieden werden

Was wÃ¤re nach diesen Daten zu tun? Alles spricht dafÃ¼r, dass Menschen recht gut damit klarkommen, ihre Sozialkontakte etwa einen Monat oder etwas lÃ¤nger einzuschrÃ¤nken. Das in der Corona-Krise geforderte Reduzieren sozialer Kontakte ist also per se fÃ¼r Menschen nicht schlimm, solange es eher Wochen statt Monate dauert. Wichtig ist jedoch, das Menschen weiterhin das GefÃ¼hl haben, Kontrolle Ã¼ber ihr eigenes Leben zu haben. Insofern sind Appelle, wie 2 Meter Abstand zu halten, sinnvoller als pauschale Verbote, welche Menschen stark einschrÃ¤nken. Wobei ich auch klarstellen muss: das bezieht sich rein auf die Zufriedenheitsdaten, ich kann das natÃ¼rlich nicht aus virologischer Sicht beurteilen. Die Daten zeigen jedoch: WÃ¤hrend man durch

EinschrÃ¤nkungen die Verbreitung des Virus verhindert, verringeren diese EinschrÃ¤nkung wohl auch die Lebenszufriedenheit.

Doch man kann die derzeitige Krise sogar nutzen, um zu einer ErhÃ¶hung der Lebenszufriedenheit zu fÃ¼hren. In dem MaÃ?e, wie Menschen das GefÃ¼hl haben, Teil einer Gemeinschaft zu sein, fÃ¼hlen Sie sich besser. Dieses GemeinschaftsgefÃ¼hl kann gestÃ¤rkt werden, wenn man daran appelliert und klarmacht, dass wir diese Herausforderung nur gemeinsam bewÃ¤ltigen kÃ¶nnen.

All diese Informationen und noch mehr kommt Ã¼brigens aus meinem neuen Buch:

Durkheim, Ã?mile, 1897: *Le Suicide: Ã?tude de sociologie.* Paris: FÃ©lix Alcan.

Wie immer habe ich das do-file hinter all meinen Ergebnissen hier hochgeladen, damit man nachvollziehen kann, wie ich zu den Ergebnissen gekommen bin: do file fÃ¼r blogeintrag 21.03.2020

Date Created
April 21, 2020
Author

hiwi