

Ehrenamt führt nicht zu höherem Wohlbefinden

Bericht: Universität Vechta

Wenn Personen ein Ehrenamt übernehmen oder ihr ehrenamtliches Engagement intensivieren, hat das kaum Auswirkungen auf ihr Wohlbefinden. Das ist das zentrale Ergebnis zweier aktueller Studien aus Deutschland und Großbritannien, die von einem Forscher und zwei Forscherinnen der Universitäten Vechta und Bochum durchgeführt wurden. Erschienen sind die Studien im Journal of Happiness Studies und in Social Indicators Research. Die Annahme, dass die Übernahme ehrenamtlichen Engagements zu einer Verbesserung des Wohlbefindens beiträgt, wird durch diese Befunde entkräftet.

Ob bei der freiwilligen Feuerwehr, der Tafel, der Obdachlosenhilfe oder in Bürgerinitiativen. Die Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren, sind vielfältig. Die ehrenamtliche Tätigkeit verleiht dem Leben der engagierten Person Struktur und Sinn und macht diese somit zu einem glücklicheren und zufriedeneren Menschen. Das ist zumindest eine weit verbreitete Vorstellung, in der Wissenschaft und in der Bevölkerung. Insbesondere im Alter soll das ehrenamtliche Engagement für das Fehlen einer Erwerbstätigkeit oder familiärer Aufgaben gut kompensieren können. Die Annahme, dass ehrenamtliches Engagement das Wohlbefinden spürbar fördert, können Matthias Lühr, wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Universität Vechta, Maria K. Pavlova, Professorin in Vechta, und Maike Luhmann, Professorin an der Universität Bochum, allerdings nicht bestätigen.

Die Forschenden analysierten bereits bestehende Datensätze (SOEP und BHPS mitsamt dessen Fortsetzung, „Understanding Society“ – siehe Infokasten). Lühr, Pavlova und Luhmann untersuchten 17.720 (SOEP) bzw. 18.550 (BHPS) Personen, die Angaben zur Häufigkeit politischer ehrenamtlicher Tätigkeit (z.B. in Parteien, Bürgerinitiativen) und ehrenamtlicher Tätigkeit, die sich nicht dem politischen Bereich zuordnen lässt (z.B. in Kirchen), machten. Ihr Wohlbefinden wurde durch verschiedenste Indikatoren gemessen (z.B. Lebenszufriedenheit, emotionales Wohlbefinden, geringe Einsamkeit, Kontrollüberzeugungen). Die Forschenden versuchten herauszufinden, ob Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Studien ein höheres Wohlbefinden in den Jahren berichteten, in welchen sie sich vergleichsweise mehr (oder überhaupt) ehrenamtlich engagierten – im Vergleich zu den Jahren mit geringerem oder keinem Engagement.

Die Antwort war „nein“, mit wenigen Ausnahmen. So fanden sie zwar, dass ältere Erwachsene sowohl in Deutschland als auch in Großbritannien von einem nichtpolitischen Engagement scheinbar profitierten, da ihre Lebenszufriedenheit in den Jahren mit mehr Engagement erhöht war. Dieser Unterschied war aber geringfügig und erstreckte sich nicht auf andere Maße des

Wohlbefindens. Andere Freizeitaktivitäten wie z.B. Geselligkeit mit Freunden und Bekannten zeigten teilweise größere Zusammenhänge mit dem Wohlbefinden, auch im Alter.

Es ist gut möglich, betonen die Forschenden, dass Ehrenamt in bestimmten Kontexten – abhängig von Bedürfnissen der ehrenamtlich tätigen Person, dem Umfeld, in dem die Tätigkeit stattfindet, der Tätigkeit selbst und schließlich der Gesellschaft und Kultur – tatsächlich positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden zeigt. Pauschal scheint das aber nicht zu gelten. Personen, die sich ehrenamtlich engagieren, sollten also nicht erwarten, dass die ehrenamtliche Tätigkeit sie glücklicher macht. Außerdem sollten die vermeintlichen Vorteile des Engagements für Engagierte nicht als zentrale Anreize bei der Rekrutierung Ehrenamtlicher dargestellt werden. Der eigentliche Sinn des Ehrenamtes ist jedoch nach wie vor gegeben: Ehrenamtliche Tätigkeiten sind freiwillige Beiträge zum Gemeinwohl und zu demokratischen Prozessen in der Gesellschaft und haben nur wenig mit Eigennutz zu tun.

SOEP und BHPS/Understanding Society

Das „Deutsche Sozio-ökonomische Panel“ (SOEP) und das „British Household Panel Survey“ (BHPS) sind repräsentative Bevölkerungsbefragungen, die seit 1984 (SOEP) bzw. 1991 (BHPS) durchgeführt werden. Es handelt sich um Wiederholungsbefragungen: dieselben Personen werden über mehrere Jahre jährlich befragt.

Originalpublikation:

Lühr, M., Pavlova, M. K. & Luhmann, M. They are doing well, but is it by doing good? Pathways from nonpolitical and political volunteering to subjective well-being in age comparison. *Journal of Happiness Studies* 2021, DOI: 10.1007/s10902-021-00480-4

Lühr, M., Pavlova, M. K. & Luhmann, M. Nonpolitical versus political participation: Longitudinal associations with mental health and social well-being in different age groups. *Social Indicators Research* 2021, DOI: 10.1007/s11205-021-02777-6

29.12.2021

Ehrenamt führt nicht zu höherem Wohlbefinden

Friedrich Schmidt

Pressestelle

Universität Vechta

www.uni-vechta.de