



PHOTOCASE / LEUPHANA UNIVERSITÄT

„Eine wichtige psychologische Funktion.“

### Frau Boecker, wann waren Sie das letzte Mal schadensfroh?

Ich konnte mir ein Lächeln nicht verkneifen, als ich im Supermarkt war und die EC-Karte des Kunden, der sich an der Kasse dreist vorgedrängelt hatte, nicht funktioniert hat. Er musste dann ohne den Einkauf nach Hause gehen.

### Warum weiden wir uns manchmal gern am Missgeschick der anderen?

Schadenfreude ist ja erstmal eine positive Emotion, auch wenn sie nicht gern zugegeben wird. Sie drückt sich – anders als von vielen erwartet – auch nicht mit einem fiesem Grinsen aus. Im Gegenteil: Ich habe in einer Studie festgestellt, dass sich die Gesichtsmuskeln im Moment offen geäußelter Schadenfreude nicht von einem freudigen Lachen unterscheiden. Und auch im Gehirn, das haben neurologische Studien gezeigt, ist sie eindeutig im Bereich der positiven Gefühle nachweisbar: Das Belohnungszentrum wird aktiviert.

### Schadenfreude macht also glücklich?

Sie ist etwas komplexer als pure Freude, außerdem hat sie ja einen schlechten Ruf, was dazu führen kann, dass dieses positive Gefühl durch schlechtes Gewissen und Scham getrübt wird.

### Befeuern Social-Media die Verbreitung von Schadenfreude?

Die psychologischen Mechanismen für das Gefühl bleiben die gleichen, aber natürlich bieten solche Kanäle einen guten Nährboden. Viele Leute teilen ihren Alltag mit, alles wird kommentiert, Neuigkeiten verbreiten sich schnell. Der ständige Vergleich mit Leuten, die ihr perfektes Leben posten, verleitet dazu, sich über deren Missgeschicke besonders zu freuen.

### Gibt es weitere Faktoren, die Schadenfreude begünstigen?

Die Person, der etwas Unangenehmes passiert, muss für mich in irgendeiner Weise bedeutsam sein. Das muss keine persönliche Beziehung sein. Manchmal reicht es, wenn sie einer anderen Gruppe angehört und ich sie nicht mag. Oder ich glaube, die Person hat den Schaden verdient, also die moralische Komponente.

### Spielt Konkurrenz auch eine Rolle?

Je ähnlicher man sich ist – gleiches Alter, gleicher Job, gleiches Betätigungsfeld –, desto eher kommt Schadenfreude auf. Soziale Vergleiche sind nun mal ein großes

menschliches Bedürfnis und gehen oft mit Neid einher. Je neidischer ich bin, desto mehr Schadenfreude empfinde ich, wenn die Person auf einem Gebiet, das mir wichtig ist, abrutscht. Wenn es dagegen einen Menschen trifft, den ich gern habe oder dem ich mich überlegen fühle, empfinde ich eher Mitleid, manchmal auch beides zusammen.

### Wovon hängt das ab?

Es kommt auf meine Bewertung der Person Situation und Person an, ob ich das eine oder das andere empfinde. Mag ich die Person? Ist sie überlegen? Hat sie das Missgeschick verdient? Die Wahrnehmung kann sich von Person zu Person unterscheiden. Deshalb empfinden manche bei dem gleichen Missgeschick Schadenfreude und andere wiederum Mitleid.

### Für viele ist Schadenfreude ein grausamer Zug. Ist sie wirklich so schlimm?

Als Psychologin bewerte ich Gefühle nicht. Fest steht, dass Schadenfreude eine wichtige psychologische Funktion hat: Wenn einer Person, der ich mich unterlegen fühle, etwas Negatives passiert, tut mir das gut, ich fühle mich besser. Mein Selbstwertgefühl steigt, soziale Hierar-



Lea Boecker forscht an der Leuphana-Universität Lüneburg zu sozialen Emotionen, insbesondere zu Schadenfreude und Neid. Sie ist Sozialpsychologin und hat mehrere Studien über dieses umstrittene Gefühl durchgeführt, unter anderem mit dem Psychologen Jens Lange von der Universität Hamburg.

# Pures Glück

## Wer sich am Pech anderer weidet, muss kein schlechter Mensch sein

Interview: Regine Seipel

chien werden reguliert, besonders wenn jemand sehr dominant ist und ich mich bisher nicht getraut habe, ihm entgegenzutreten. Wird diese Person von anderen ausgelacht, kann ich ihr gegenüber auch mutiger sein.

### Gibt es besonders gute Menschen, die den Impuls, sich am Unglück anderer zu weiden, gar nicht kennen?

Schadenfreude ist ein alltagspsychologisches Phänomen, das heißt, sie ist in jedem Menschen angelegt, weil sie Bedürfnisse befriedigt, die wir alle haben: nach Kontrolle, nach Stärkung des Selbstwertgefühls, nach Gerechtigkeit. Sie wird selbst in Kulturen beobachtet, die dafür kein Wort haben.

### Selbst Mutter Teresa dürfte also mal jemanden ausgelacht haben?

Das nehme ich an (lacht). Aber das Phänomen ist sicher nicht bei jedem Menschen und in allen Kulturen gleich ausgeprägt. Eine Gesellschaft mit großer Ungleichheit und schlechten Aufstiegschancen begünstigt Schadenfreude und Neid eher als eine Kultur, die weniger individualistisch und nicht so stark von Konkurrenzdenken geprägt ist. Aber dazu gibt es noch keine systematischen Forschungen.

### Empfinden Männer, denen eher mehr Rivalität nachgesagt wird, öfter Schadenfreude?

Ich weiß von einer Forschungsarbeit, die gezeigt hat, dass Männer stärkere Schadenfreude zeigten als Frauen. Es kann aber sein, dass Frauen Schadenfreude gleich stark empfinden und nur weniger offener zum Ausdruck bringen, weil sie stärker zu sozial erwünschtem Verhalten erzogen werden. Ihnen wird eher beigebracht, emphatisch zu reagieren.

### Sollten sich alle bemühen, möglichst selbst schadensfroh zu sein?

Grundsätzlich ist prosoziales kooperatives Verhalten natürlich erstrebenswert, aber es gibt nun einmal Situationen, in denen Schadenfreude aus psychologischer Sicht wirklich Sinn macht. Warum sollte sie also abgewöhnt oder gar wegerzogen werden?

### Ist Schadenfreude angeboren?

Im Unterschied zu reiner Freude ist diese Emotion sehr komplex, ähnlich wie Scham, Schuld oder Neid. Sie erfordert daher einen bestimmten Entwicklungsstand des Gehirns: die Fähigkeit, Perspektiven zu wechseln. Das heißt, dass ein Kind die Bedeutung eines Missgeschicks für sein Gegenüber ermessen können muss. Diese Fähigkeit beginnt sich ab einem Alter von etwa drei Jahren zu entwickeln. Vorher ist auch keine Schadenfreude möglich.

### Welche Persönlichkeiten ziehen besonders viel Schadenfreude auf sich?

Sie haben oft einen hohen Status, den sie aber nicht durch Knowhow und Wertschätzung, sondern durch Dominanz und Einschüchterung erreicht haben. Dazu kommt häufig ein hybristischer, also ein narzisstischer Stolz: Sie feiern sich ausgeprägt für ihre Erfolge.

### Prahlerie zieht Schadenfreude auf sich?

Ja, umso stärker, wenn sich eine Person bei einem Thema sehr moralisierend verhält und sich dann genau in dieser Domäne einen Fehltritt leistet.

### Und wie geht es den Menschen, die verspottet werden?

Das ist bisher tatsächlich kaum erforscht. Naheliegender dürfte sein, dass es zu einer Distanzierung von den schadensfroh Personen führt. Ob dieses Gefühl vielleicht auch eine erzieherische Komponente hat und das Opfer dazu bringt, sein Verhalten zu überdenken, ist noch nicht erforscht. Da gibt es noch viel zu tun.