

Psychologie der Knappheit.

- das Hamsterrad im Kopf

Von Martin Schenk

Es sei wie ein "Hamsterrad im Kopf", sagt Maria, die mit ihren drei Kindern fast zwei Jahre am sozialen Limit leben musste. Den ganzen Tag quälen die Sorgen und das Getöse im Kopf: Miete, Heizkosten, Lebensmittel. Jetzt nur keinen Schulausflug, der was kostet! Und nichts was kaputt wird! Und ja nicht krank werden! Und bitte nicht noch ein Problem im Betrieb! „Ich lebte von einem Tag in den andern“, erzählt Maria. „Ich war ziemlich allein mit all den Gedanken, Sorgen und Befürchtungen“.

Eine „reduzierte Bandbreite“ nennen der Harvard-Ökonom Sendhil Mullainathan und der Psychologe Eldar Shafir von der Princetown University, dieses Phänomen. Die Bandbreite ist ein Maß für unsere Fähigkeit Aufmerksamkeit zu zeigen, gute Entscheidungen zu treffen, unserer Pläne einzuhalten und Ablenkungen zu widerstehen. Knappheit im Leben macht Knappheit im Kopf. Die Autoren vergleichen die Knappheitsfolgen mit dem Surfen im Internet. Stellen Sie sich vor, Sie haben einen guten Laptop. Nun sind aber im Hintergrund noch viele Programme geöffnet. Es spielt Musik, Files werden heruntergeladen und ein ganzer Haufen von Browser Fenstern ist geöffnet. Plötzlich kriechen Sie nur noch im Netz herum. Die Programme im Hintergrund zehren die Prozessorleistung auf.

Knappheit und Armut gebären Sorgen und Stress. Das ist wie wenn jemand vor einer knappen Projekt-Deadline steht, aber an einem Meeting teilnehmen muss, das damit nichts zu tun hat. Er wird dabei sitzen, versuchen sich zu konzentrieren, aber er kann sich noch so sehr anstrengen, seine Gedanken wandern zurück zu jener Deadline. Die Deadline zieht ihn in den Bann. Knappheit zwingt unsere Sinne, sich auf sie zu konzentrieren, fesselt unsere Aufmerksamkeit, erschwert unsere Fähigkeit uns auf andere Dinge einzulassen.

Der Psychologe und der Ökonom gingen in ein Einkaufszentrum. Sie legten Passanten eine Aufgabe vor: Ihr Auto hat ein Problem. Die Reparatur kostet 300 Dollar. Was tun Sie? Dann mussten die Versuchspersonen kognitive Aufgaben lösen. Die Probanden wurden in solche mit wenig und solche mit ausreichend Einkommen geteilt. Beide hatten kein großes Problem die Autoreparatur zu zahlen und erzielten beim Leistungstest gleich gute Ergebnisse. Aber Shafir und Mullainathan machten einen zweiten Durchgang. Die Aufgabe lautete nun: Die Reparatur kostet 3000 Dollar. Was tun Sie? Die Personen mit den geringen Einkommen hatten massive Probleme, das zu bezahlen. Beim Leistungstest schnitten sie plötzlich signifikant schlechter ab als die Gruppe mit ausreichenden Ressourcen. Allein das Denken an Geldsorgen verschlechtert die kognitive Leistung bei Aufmerksamkeit, beim Planen und bei Selbstkontrolle. Der Effekt ist so groß wie eine Nacht ohne Schlaf. Geldsorgen beeinträchtigen die Aufmerksamkeit im selben Maße wie schwerwiegender Schlafentzug. Ähnliches Ergebnis bei Zuckerrohrbauern in Indien: Wenn sie arm sind - vor der Ernte -

schnitten sie schlechter ab als wenn sie reich das Zuckerrohr eingefahren haben - nach der Ernte.

Für diesen Effekt sind nicht die persönlichen Fähigkeiten ausschlaggebend, betonen die Autoren. „Hätten wir den Bauern nur vor der Ernte, in der Zeit der Knappheit getestet, hätten wir seine begrenzte Kapazität als sein persönliches Merkmal fehlinterpretiert“. Knappheit reduziert auf direkte Weise die Bandbreite. Es sind dafür nicht mangelnde Fähigkeiten ausschlaggebend, sondern die geringere Bandbreite sie einzusetzen. Knappheit reduziert nicht die Fähigkeiten, die jemand hat, aber sie bestimmt, wie viele dieser Fähigkeiten im Moment zur Verfügung stehen. Wir sehen gerne die kognitive Kapazität als fixe Größe, während sie sich in Wirklichkeit entsprechend den Umständen ändern kann.

Die beiden Uni Professoren verbinden in ihrer Forschung Ansätze der kognitiven Psychologie mit wirtschaftswissenschaftlichen Theorien. Immer wieder hinterfragen sie scheinbare Gewissheiten im ökonomischen Mainstream und Annahmen zum Verhalten von Menschen. Die Erfahrung, dass Armut mit einem „Mangel an Möglichkeiten“ zu tun hat, und zwar „die eigenen Fähigkeiten auch auszuspielen“, erinnert jedenfalls an das Capability-Konzept des Wirtschaftsnobelpreisträgers Amartya Sen, der von Armutsbetroffenen als „agent“ spricht, als Handelnde, die nicht zu Objekten gemacht werden dürfen. Es geht nach Sen immer auch um die Erhöhung der Handlungsspielräume und Verwirklichungschancen Ärmere. „Prekär“ heißt ja wörtlich nicht nur „unsicher“, sondern lateinisch eigentlich „auf Widerruf gewährt“, „auf Bitten erlangt“. Da steckt der geringe Umfang an Kontrolle und Handlungsspielräumen bereits im Begriff. Auch in der Sozialpsychologie und in der Public Health Forschung finden sich Parallelen. Lebenssituationen, die hohe Anforderungen stellen und gleichzeitig mit einem niedrigen Kontrollspielraum ausgestattet sind, erzeugen schlechten Stress. Die niedrige Kontrolle kann in zwei Formen auftreten: zum einen nicht über die Gestaltung der Aufgaben entscheiden zu können, zum anderen nicht die Möglichkeit zu haben, die eigenen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu nutzen. Dauern diese Ohnmachtserfahrungen an, lernen wir Hilflosigkeit: Lass mich erleben, dass ich nichts bewirken kann.

Wenn Armut steigt, heißt das, dass die Knappheit steigt und die Bandbreite sinkt. Knappheit reduziert nicht die Fähigkeiten, die jemand hat, aber sie bestimmt, wie viele dieser Fähigkeiten im Moment zur Verfügung stehen. Die Fähigkeit Aufmerksamkeit zu zeigen, gute Entscheidungen zu treffen, unserer Pläne einzuhalten und Ablenkungen zu widerstehen ist eine Schlüsselressource. Im Hamsterrad aber können wir sie nicht ausspielen.