



YODA: GETTY IMAGES / CLEMENS BILAN; MR. SPOCK: GETTY IMAGES / CBS PHOTO ARCHIVES

Zwei Weltraumhelden,
zwei Arten von Weisheit:
Yoda (links) und Mr. Spock.

Emotionen

Weisheit braucht Gefühl

Der altehrwürdige Jedi-Meister Yoda aus »Star Wars« und Mr. Spock von »Raumschiff Enterprise« haben etwas gemeinsam: Beide Charaktere gelten als sehr weise. Allerdings unterscheiden sie sich darin, wie sehr sie sich von Emotionen leiten lassen – Yoda vertraut auf seine Gefühle, Spock denkt ausschließlich rational.

Was davon führt zu weiseren Entscheidungen? Das wollten die kanadischen Psychologen Igor Grossmann und Harrison Oakes von der University of Waterloo (Provinz Ontario) in zwei Onlinestudien mit insgesamt mehr als 1500 Teilnehmern herausfinden. Die Probanden sollten sich jeweils eine Gelegenheit aus ihrem Alltag in Erinnerung rufen, bei der es kürzlich zu zwischenmenschlichen Konflikten oder Irritationen gekommen war. Dann sollten sie versuchen, ihre Gedanken, ihre Gefühle und ihr Verhalten in diesem Moment zu verstehen.

Zum einen interessierte die Wissenschaftler, ob es in solchen Situationen hilfreich ist, sich selbst gedanklich von außen zu betrachten. Dazu sollten die Teilnehmer entweder in der Ich-Form oder in der dritten Person über sich nachdenken und ihre Überlegungen anschließend aufschreiben. Zudem sollten sie angeben, welche Gefühle sie dabei erlebt hatten.

Als Nächstes wollten die Forscher von den Versuchspersonen wissen, welche gedanklichen Strategien sie beim Sinnieren über den Konflikt angewendet hatten.

Hierzu nutzten sie einen etablierten Fragebogen, der »praktische Weisheit« misst, definiert als eine Denkweise, die durch vier Merkmale bestimmt ist: Man weiß um die Beschränktheit des eigenen Wissens, um die Komplexität sozialer Situationen, kann die Sichtweise anderer einnehmen und sucht nach Lösungen.

Probanden, die sich beim Nachdenken aus der Vogelperspektive betrachten sollten, bewiesen tatsächlich eine größere praktische Weisheit. Eine noch größere Rolle spielten jedoch ihre Emotionen. Erlebten die Teilnehmer stärkere Gefühle – sowohl positive als auch negative –, führte das zu weiseren Schlussfolgerungen. In der zweiten Studie fanden die Forscher dieselben Resultate. Dies spreche dafür, dass der empfindsamere Meister Yoda in puncto Lebensklugheit wohl die Nase vorn habe, schlussfolgern Grossmann und Oakes nicht ohne ein Augenzwinkern. Sowohl ein Perspektivenwechsel als auch Gefühle zuzulassen, sind häufig genutzte Mittel in der Psychotherapie.

Die Autoren publizierten ihren Aufsatz bislang nur im offen zugänglichen Wissenschaftsarchiv »PsyArXiv«. Dort hatten sie auch zuvor die zweite der Studien präregisteriert, also das genaue Vorgehen, die Hypothesen und den Plan für die statistische Auswertung vorab öffentlich hinterlegt. Das sorgt laut Befürwortern dieser Vorgehensweise für größere Transparenz und erhöht die Belastbarkeit von Befunden.

PsyArXiv Preprints 10.17605/OSF.IO/JY5EM, 2018