

Aus der Wissenschaft

Das Hauptanliegen der Gesellschaft für Gehirntraining e.V. (GfG) besteht darin, die Leistungsfähigkeit des Gehirns zu erhalten und zu steigern. Dazu gehören Maßnahmen zur Förderung der sensorischen Koordination, der Aufmerksamkeits-, Intelligenz-, Gedächtnis-, Kreativitäts-, Konzentrations- und Durchhalteleistungen. Diese Maßnahmen sollen nicht ungeprüfte, wissenschaftlich wertlose Ideen sein. Deshalb durchforsten wir für unsere Leser die wissenschaftliche Literatur und geben in dieser Rubrik regelmäßig wichtige Befunde aus der Forschung wieder.



nem Arzt über das Für und Wider einer Diagnose diskutieren will. Sie erklärt auch, warum Autofahrer ihr Können normalerweise für überdurchschnittlich und nicht für "normal" halten. Zumindest trifft das nach einer beträchtlichen Zahl an wissenschaftlichen Studien für die Mehrheit von uns zu.

David Dunning und Justin Kruger hatten nachgewiesen, dass die Selbstüberschätzungen umso ausgeprägter sind, je weniger leistungsfähig eine Person ist. Das ist der Dunning-Kruger-Effekt. Inkompetente Menschen überschätzen sich und tun oft das Falsche. Folglich haben sie auch objektiv viele Misserfolge. Diese nehmen sie aber kaum wahr. Sie halten sich weiterhin für überlegen und bleiben inkompetent.

Ist, wer sich für klug hält, dumm?

In den letzten Jahren kümmern sich Wissenschaftler intensiver als früher um das Phänomen, das sie als "illusorische Überlegenheit" (illusory superiority) bezeichnen. Ein Ausdruck, der von den Autoren N. W. van Yperen und B. P. Buunk (1991) stammt.

Wir Menschen neigen zu Optimismus. Er betrifft auch die Einschätzung der Qualität unserer Leistungen im sozialen, kulturellen und geistigen Bereich. Wir halten uns für überdurchschnittlich sozial, beliebt, bekannt, ehrlich, vertrauenswürdig, ideenreich und intelligent, dementsprechend auch für kompetent in schulischen, beruflichen und alltäglichen Angelegenheiten.

Illusorische Überlegenheit - fast alle halten sich für überdurchschnittlich.

Die illusorische Überlegenheit führt dazu, die eigenen positiven Fähigkeiten im Vergleich zu der von anderen Menschen zu überschätzen und die negativen Eigenschaften vergleichsweise zu unterschätzen. Die Selbstüberschätzung bewirkt beispielsweise, dass jemand ohne jegliche medizinische Ausbildung ernsthaft mit sei-

Wer wenig kann, neigt zu hoher Selbstüberschätzung.

Aber auch sehr fähige und kompetente Personen schätzen sich als überdurchschnittlich ein. Wer sich für klug hält, kann demnach sehr dumm, aber auch hoch intelligent sein. Bei geistig sehr leistungsfähigen Menschen liegt die Selbstbewertung aber niedriger, als es ihrer "tatsächlichen" Leistungsfähigkeit entspricht. Sie stellen sich im Vergleich zu den Inkompetenten weniger günstig dar. Sie "verkaufen" sich schlecht.

Zusammengefasst besagt der Dunning-Kruger-Effekt für das Extrem der Unfähigkeit bzw. Inkompetenz also:

- Inkompetente Personen neigen dazu, ihre eigenen Fähigkeiten zu überschätzen.
- Unfähige Personen vermögen die "wahren" Fähigkeiten anderer nicht zu erkennen.
- Unfähige Personen können auch das Ausmaß ihrer eigenen Unzulänglichkeit nicht "richtig" einschätzen.

Die eigenen Fähigkeiten und die von Ande-

ren richtig einzuschätzen, erfordert eben eine geistige Kompetenz, über die mental wenig Leistungsfähige nicht ausreichend verfügen.

Dunning-Kruger-Effekt mehrfach wissenschaftlich bestätigt

Die US-amerikanische Forschungsgruppe um Dunning und Kruger hat unter Federführung von Dr. Joyce-Ehrlinger mehrere Studien zur weiteren Überprüfung des Dunning-Kruger-Effekts veröffentlicht: Fehlt bei den Inkompetenten wirklich die Selbsteinsicht?

Ehrlinger et al. fanden die frühere Erkenntnis voll bestätigt, wonach Personen mit geringer Leistungsfähigkeit keine Einsicht in ihre Mängel haben. Sie halten sich sogar bei gewohnten geistigen und handwerklichen Tätigkeiten für gut, obwohl sie in Ausbildung, Beruf und Alltag ständig gegenteilige Erfahrungen machen. Es scheint, so schlussfolgern die Autoren, als fehlte diesen Personen die Fähigkeit, an Erfahrungen

zu lernen. Dies treffe selbst für "schlechte" Studenten zu, die im Gegensatz zu den "guten" bei einzelnen Misserfolgen nicht ihre Lernmethoden überdenken. Stattdessen nähmen sie immer wieder mit Optimismus auf ihre alte Weise weitere Prüfungen in Angriff und steigerten so die Rate ihrer Misserfolge.

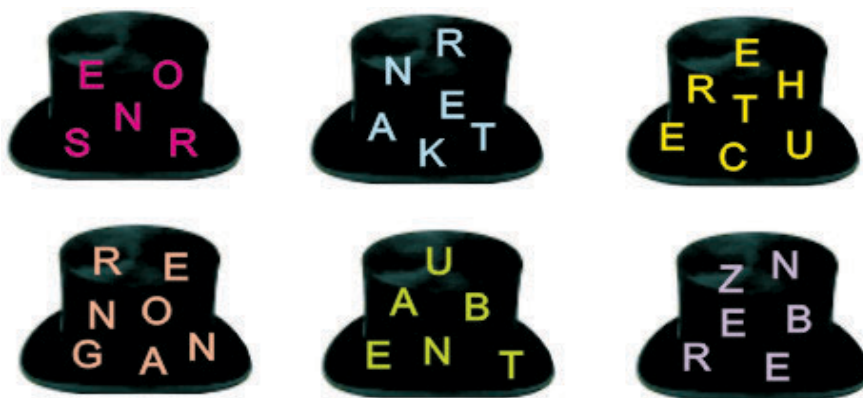
Auch das Angebot von Gehirntraining ist vom Dunning-Kruger-Effekt betroffen.

Die Verbreitung geistiger Fitness-Maßnahmen in der Bevölkerung ist ebenfalls von diesem Effekt betroffen. Jene Personen, die es am nötigsten hätten, nutzen die Angebote kaum. Die meisten Erklärungsversuche unterstellen, dass die geistig wenig fitten Personen bei den vorhandenen Trainingsangeboten vieles nicht verstehen, was wiederum als Misserfolg erlebt wird. Dies mag ihnen die Freude an allem nehmen, das mit geistiger Fitness verbunden ist. Derartige

Übungsschwerpunkt: Geistige Flexibilität

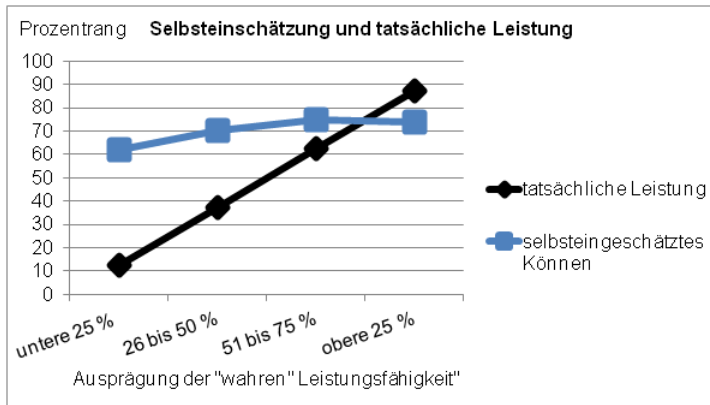
Aus dem Hut gezaubert

Es ist schon faszinierend, wenn Magier Gegenstände einfach so verschwinden lassen. Was steckt in diesen Zylindern?



Lösung  siehe Seite 15





Ergebnisse mehrerer Studien: Nichtkönnler überschätzen sich, Könnler unterschätzen sich (in Anlehnung an J. Ehrlinger et al., 2008)

Gründe treffen sicherlich nach wie vor zu, wenn sich mental wenig leistungsfähige Personen den geistigen Fitness-Maßnahmen überhaupt aussetzen. Bei vielen Betroffenen wird es aber gar nicht erst so weit kommen, weil sie kein Bedürfnis haben, derartige Angebote auszuprobieren.

Diese Vermutung legt der Dunning-Kruger-Effekt nahe. Demnach ist bei vielen Personen mit geringer geistiger Fitness die Überschätzung der eigenen mentalen Kompetenz sehr ausgeprägt. Sie werden deshalb annehmen, dass sie geistige Fitness-Maßnahmen nicht nötig haben. Ihnen fehlt daher die Motivation, sich für ihre mentale Leistungsfähigkeit zu engagieren.

Ehrlinger et al. fragen sich, wie man die Selbsteinsicht der Betroffenen verbessern kann, wenn sie schon im Rahmen ihrer normalen Lebenserfahrung keine Lehren annehmen? Dies sei eine schwierige Aufgabe. Die psychologische Literatur enthalte jedoch schon Vorschläge für Strategien zur Förderung von Selbst-Einsicht. Ein wirksames Mittel bestehe darin, die Leistungsfähigkeit zu steigern. So hätten Logiktrainings bei Studenten dazu geführt, dass sich deren Fähigkeit zum logischen Denken verbessert habe. Durch einen Vergleich mit ihren früheren Leistungen hätten sie erkannt, wie niedrig ihr vorheriges Leistungsniveau gewesen sei, obwohl sie es damals für relativ hoch hielten. Diese Einsicht hätte dazu geführt, bei sich nun Lern-

mängel zu konstatieren und eifriger als zuvor zu lernen und dadurch tatsächlich besser zu werden und sich obendrein realistischer einzuschätzen.

Aber ein grundsätzliches Problem setzt oft schon früher an: wie kann ich die Betroffenen überhaupt erst motivieren, einmal anzufangen? Auch dazu fanden die Autoren bei ihren Literaturrecherchen eine Methode, die sich in Studien über Intelligenzsteigerungen bewährt hatte: In ihr wurde die Veränderlichkeit

der Intelligenz hervorgehoben, was guten Gewissens vertreten werden kann, weil es inzwischen wissenschaftlich vielfach gesichert ist.

In einer Studie wurde Schülern beigebracht, dass ihr Intelligenzniveau auch von ihrem Einsatz abhängt. Daraufhin erhöhte sich das Interesse der Schüler für das Lernen, sie nahmen am Unterricht stärker teil und erhielten bessere Noten. Parallel wurde Ihre Selbsteinschätzung realistischer. Sie wurden offener für Rückmeldungen über die Qualität ihrer Leistungen.

Aus anderen Studien geht demgegenüber hervor, dass Personen, die an die Unveränderlichkeit ihres Intelligenzniveaus glauben, eine stark übertriebene Selbsteinschätzung ihrer Kompetenz entwickeln. Derartige Fehleinschätzungen hätten, nach Angabe der Autoren, in einigen Fällen dramatische Folgen gehabt.

Fazit: Personen mit einer geringen geistigen Fitness lesen diesen Beitrag nicht. Denn sie verfügen weder über die mentale Durchhaltefähigkeit noch über die Offenheit für neue Informationen. Mehrheitlich leiden sie auch nicht darunter, weil sie sich für überdurchschnittlich fit halten.

In dieser Selbstbewertung unterscheiden

sie sich nicht stark von den Lesern dieses Beitrags. So manche Leserinnen und Leser werden sich deshalb fragen, warum sie sich überhaupt die Mühe machen, etwas für ihre geistige Fitness zu tun, wenn sich schließlich doch alle für fit halten? Hier zwei wichtige Argumente: Mentale Aktivitäten haben einen akuten und einen langfristigen Nutzen. Akut wecken geistige Betätigungen angenehme Gefühle. Sie treten beispielsweise beim Lesen auf, wenn neue Erkenntnisse gewonnen werden. Derartige Erfahrungen bewerten viele Personen in Bezug auf ihr Leben als sinnvoll und nachhaltig. Auf lange Dauer schützt die geistige Betätigung zudem die mentale und körperliche Gesundheit. Sich nicht nur für geistig fit zu halten, sondern es auch zu sein, ist demnach eine gute Investition in die Gegenwart und in die Zukunft.

Der Artikel von J. Ehrlinger, K.L. Johnson, M. Banner, D. Dunning und J. Kruger trägt den Titel: Why the unskilled are unaware? Further explorations of (lack of) self-insight among the incompetent. Der Beitrag erschien im Jahr 2008 in der Zeitschrift „Organizational Behavior and Organizational Decision Processes“ (105: S. 98-121).



Im Rahmen unseres Mitglieder-Service können GfG-Mitglieder den englischen Originalbeitrag als pdf-Datei anfordern unter info@gfg-online.de. Bitte dazu das Kennwort „Schlau 2012-1“ angeben.