

Forschungsorientiertes Lehren und Lernen (FoLL)

Hilft uns Meditation bessere wirtschaftliche Entscheidungen zu treffen?

Marlene Vahl, Jacob Rittich, Britta Schuenemann, Daniel Hauke, Henrik Rodewald

Theoretischer Hintergrund

Der *Sunk Cost-Effekt* (Arkes & Blumer, 1985) beschreibt die oft irrationale Tendenz, bereits investierte Ressourcen (bspw. Geld, Zeit) bei zukünftigen Entscheidungen zu berücksichtigen, obwohl diese für die aktuelle Entscheidung keine Bedeutung haben. Dies zeigt sich z.B., wenn ein Bauprojekt nur deswegen weitergeführt wird, weil bereits eine erhebliche Summe in dessen Planung geflossen ist. Als Intervention gegen den Sunk Cost-Effekt testeten Hafenbrack, Kinias und Barsade (2014) erfolgreich eine 15-minütige Meditationsübung (Mindfulness). Über eine Audioinstruktion wurden die Personen dazu geführt, sich auf den aktuellen Moment zu fokussieren und andere Gedanken auszublenden. Als Kontrollgruppe verwendeten Hafenbrack et al. eine Übung, bei der die Versuchspersonen statt der Meditation nur instruiert wurden, ihre Gedanken 15 Minuten lang zu beliebigen Themen schweifen zu lassen, was auch als Mindwandering bezeichnet wird. Dieses führt jedoch dazu, dass Personen unglücklicher werden (Killingsworth & Gilbert, 2010).

Es kann plausibel angenommen werden, dass die Reduktion des Sunk Cost-Effekts durch die negativen Auswirkungen des Mindwandering verursacht wurde und nicht durch die Meditation. Personen unterlagen dem Sunk Cost-Effekt möglicherweise stärker, weil sie ihre Gedanken schweifen ließen und dadurch unglücklicher wurden. Weiterhin wurde nicht überprüft, welche Auswirkungen die Intervention ohne in der Vergangenheit getätigte Investitionen hat. Ziel unseres Projekts war es, die Meditationsintervention mit einer Meditationskontrollgruppe und einer Sunk Cost-Kontrollgruppe einem kritischen Test zu unterziehen. Es stellten sich also zwei zentrale Fragen: (1) Kann der Befund von Hafenbrack et al. repliziert werden? (2) Zeigte sich die Reduktion des Sunk Cost-Effekts bei Hafenbrack et al. aufgrund der Wirkung der Meditation oder aufgrund der Wirkung von Mindwandering?

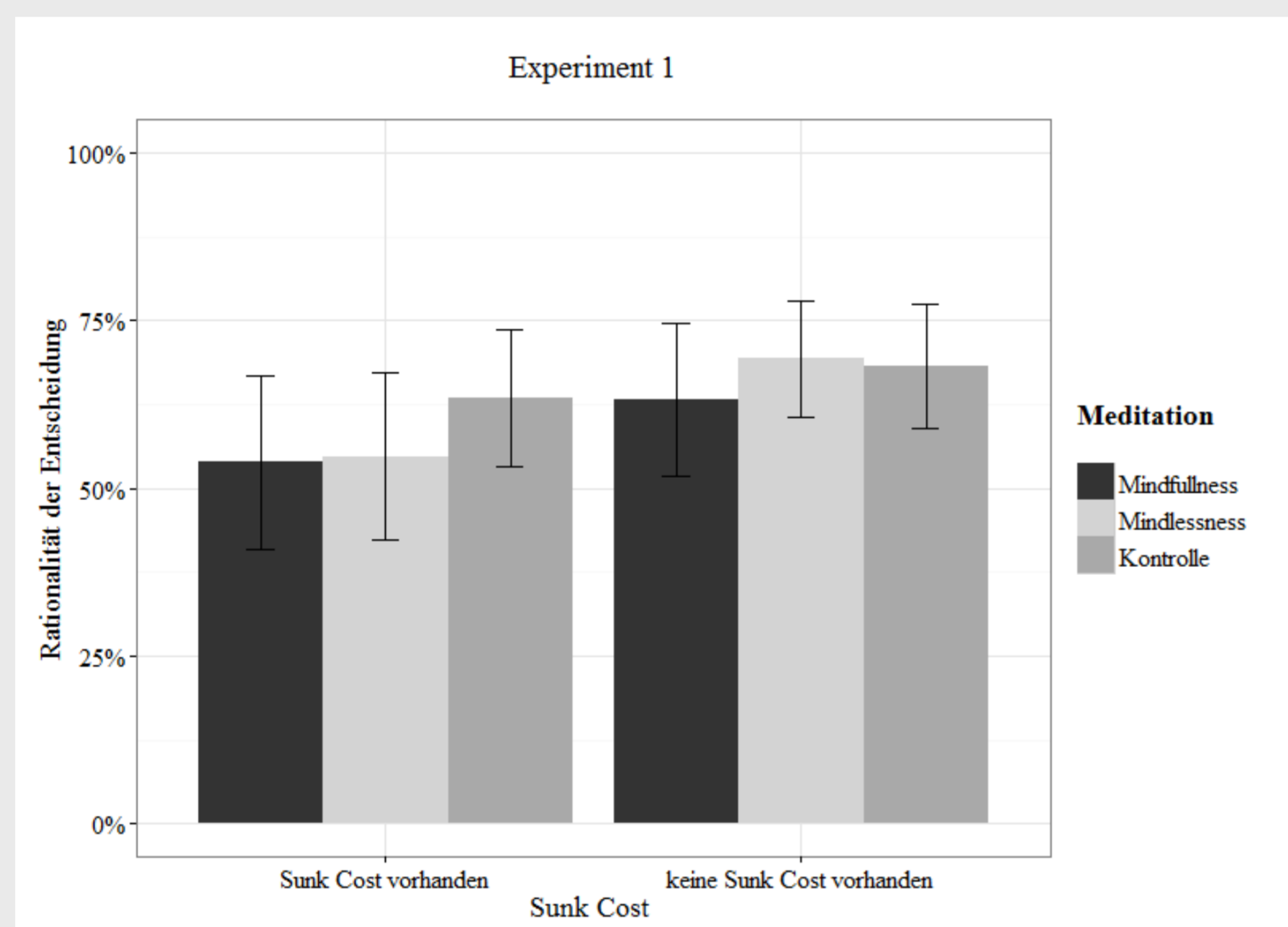
Experiment 1

Stichprobe: $N = 192$

Design: 2 (Sunk Cost: Ja vs. Nein) x 3 (Audioinstruktion: Mindfulness vs. Mindwandering vs. Keine)

Abhängige Variable: Tendenz zu rationaler Investitionsentscheidung

Ergebnisse: Meditation hat keinen Einfluss auf die Investitionsbereitschaft.



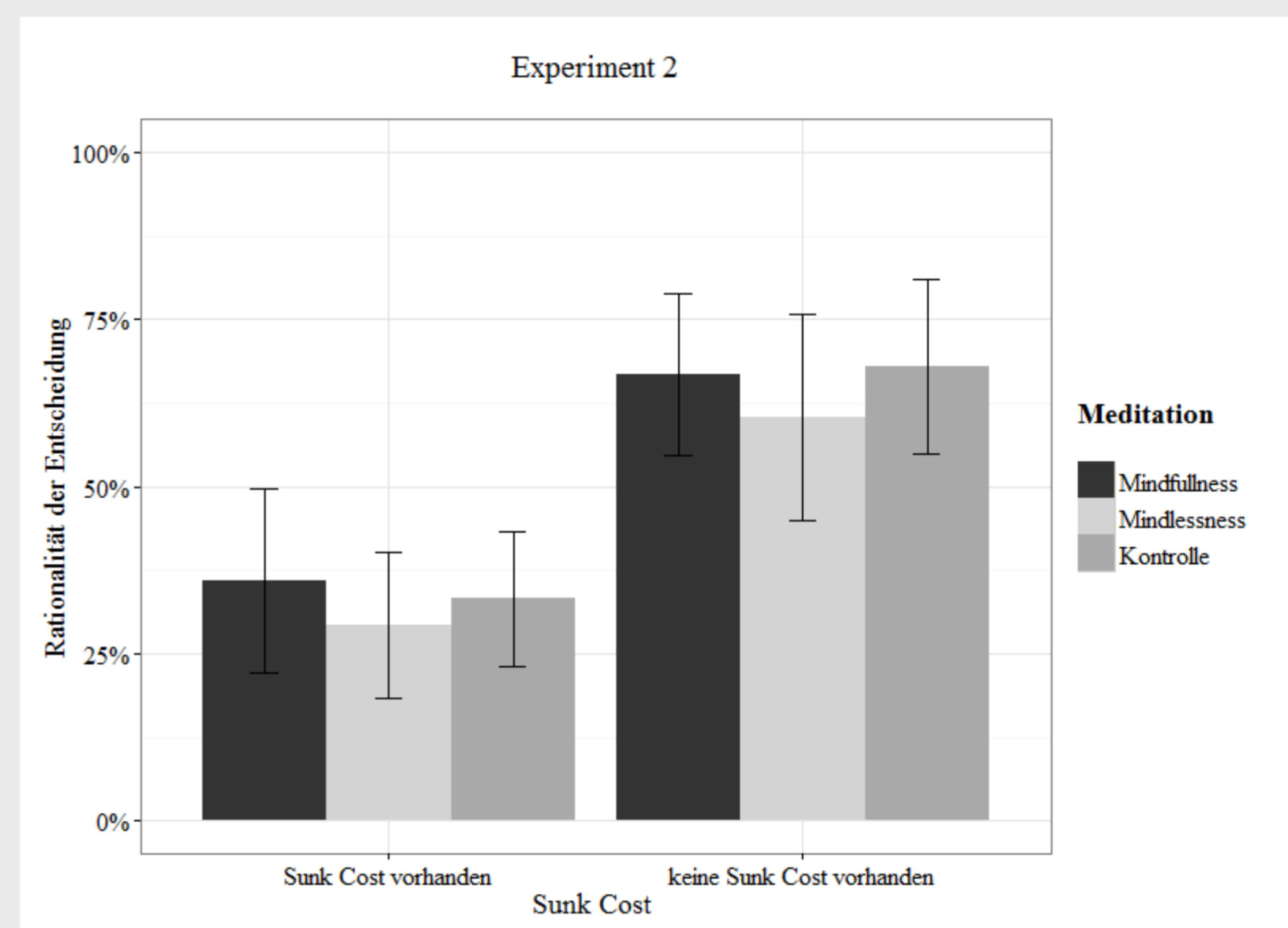
Experiment 2

Stichprobe: $N = 146$

Design: 2 (Sunk Cost: Ja vs. Nein) x 3 (Audioinstruktion: Mindfulness vs. Mindwandering vs. Keine)

Abhängige Variable: Tendenz zu rationaler Investitionsentscheidung

Ergebnisse: Meditation hat keinen Einfluss auf die Investitionsbereitschaft.



Diskussion

In beiden Szenarien zeigten sich keine signifikanten Effekte für die Mindfulness-Meditation im Vergleich mit der Mindwandering-Bedingung oder der neuen Kontrollgruppe. Die Ergebnisse von Hafenbrack et al. (2014) konnten damit nicht repliziert werden. Jedoch zeigte sich, dass die Personen, welche die Achtsamkeitsübung durchgeführt hatten, sich sowohl stärker auf den aktuellen Moment fokussierten als auch eine höhere Aufmerksamkeit für körperliche Empfindungen und ihre Atmung aufwiesen, sodass davon ausgegangen werden kann, dass unsere Meditations-Manipulation erfolgreich war.

Weiterhin trafen die Versuchspersonen häufiger eine rationale Entscheidung, wenn in der Vergangenheit kein Geld (keine versunkenen Kosten) investiert wurde.

Unsere Untersuchung zeigt zusammengefasst, dass Mindfulness keine geeignete Intervention gegen den Sunk Cost Effekt darstellt.

Literatur: Arkes, H. R., & Blumer, C. (1985). The psychology of sunk cost. *Organizational behavior and human decision processes*, 35(1), 124-140.

Hafenbrack, A. C., Kinias, Z., & Barsade, S. G. (2014). Debiasing the Mind Through Meditation Mindfulness and the Sunk-Cost Bias. *Psychological science*, 25(2), 369-376.

Killingsworth, M. A., & Gilbert, D. T. (2010). A wandering mind is an unhappy mind. *Science*, 330(6006), 932-932.