

Jörg B. Kühnapfel

# Die Vermessung des alltäglichen Lebens

Eine Hilfestellung für den besseren  
Umgang mit Zeit, Geld und  
Aufmerksamkeit

SACHBUCH

 Springer

# Die Vermessung des alltäglichen Lebens

Jörg B. Kühnapfel

# Die Vermessung des alltäglichen Lebens

Eine Hilfestellung für den besseren  
Umgang mit Zeit, Geld  
und Aufmerksamkeit



Springer

Jörg B. Kühnappel  
FB II – Marketing und  
Personalmanagement  
Hochschule für Wirtschaft und Gesellschaft  
Ludwigshafen, Deutschland

ISBN 978-3-658-42343-8      ISBN 978-3-658-42344-5 (eBook)  
<https://doi.org/10.1007/978-3-658-42344-5>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature 2023

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Planung/Lektorat: Irene Buttke

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Abraham-Lincoln-Str. 46, 65189 Wiesbaden, Germany

Das Papier dieses Produkts ist recyclebar.

# Kurzvorstellung

Wir entscheiden. Täglich hunderte Male. In der Regel sind uns diese Alltagsentscheidungen nicht bewusst. Das ist auch gut so: Wie mühsam wäre es, jede Kleinigkeit abzuwägen? Nur wenige Entscheidungen benötigen unsere Aufmerksamkeit. Und diese gehen fast alle mit einer „Vermessung“ einher: „Ist die Butter teurer geworden?“ „Welche Jeansgröße habe ich?“ „Wie lange brauche ich nach Ulm?“ „Kann ich mir die Urlaubsreise leisten?“ Aber auch: „Bin ich schick genug für das Theater angezogen?“ „War das Entrecôte den Preis wert?“ „Sieht der Typ gut aus?“ Oder: „Welche Gehaltserhöhung sollte ich fordern?“

Stets bewerten wir Dinge, Situationen, Eindrücke oder Erlebnisse, um sie (z. B. gegen Geld) tauschen zu können oder einzuschätzen, wie viel Zeit und Aufmerksamkeit sie uns wert sind. Ohne eine Bewertung geht das nicht.

Dafür stehen uns fünf Methoden zur Verfügung – nicht mehr, nicht weniger: Das Messen, Zählen und Wiegen sind dabei noch einfach. Die Skalen sind vertraut, die Maße bekannt. Hinzu kommen das Vergleichen und das Abhaken von Checklisten. Das ist schwieriger! Doch alle Methoden haben ihre Tücken.

## VI      Kurzvorstellung

In diesem Buch werden wir uns diese Methoden der „Vermessung von Allem“ anhand von Alltagssituationen anschauen. Wir machen einen Streifzug durch unser Leben und versuchen, uns die Bedeutung einer sachgerechten Messung klar zu machen. Wofür? Weil die wichtigsten Ressourcen, unsere Zeit, unsere Aufmerksamkeit und natürlich auch unser Geld, nur begrenzt zur Verfügung stehen. Wir sollten sorgsam damit umgehen und nachmessen, wie sie uns bestmöglich nutzen.

Dieses Buch sieht wie ein Fachbuch aus. Das ist es auch: 800 Studien habe ich dafür ausgewertet, über 300 davon zitiert. Und doch habe ich versucht, ein Lesebuch zu schreiben, an dem Sie Freude haben, das Sie überrascht und hier und da sogar in Erstaunen versetzt. Wissenschaftliche Exaktheit ja, aber nicht auf Kosten der Unterhaltung. Ob es mir gelungen ist, werden Sie in sieben bis acht Stunden wissen!

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Hinein in die Welt des Messens, Zählens und Wiegens!</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Über die Zwangsläufigkeit der Alltagsvermessung</b>	<b>9</b>
2.1	Durch Vermessung die Gesellschaft verstehen	9
2.2	Durch Vermessung das soziale Umfeld verstehen	15
2.3	Durch Vermessung sich selbst verstehen	18
2.4	Vermessung des Alltags: Ein zweischneidiges Schwert	21
2.4.1	Die aktuelle Diskussion über den unkritischen Umgang mit der Vermessung des Lebens	25
2.4.2	Aspekte der gesellschaftlichen Diskussion über die Quantifizierung des Alltags	42
2.4.3	Messungen als Entscheidungsgrundlage	60
2.5	Systemtheorie oder: „Alles hängt zusammen!“	67
2.6	Warum vermessen wir unseren Alltag?	70
<b>3</b>	<b>Mit welchen Methoden vermessen wir unseren Alltag?</b>	<b>75</b>
3.1	Messen	76
3.2	Zählen	85

## VIII Inhaltsverzeichnis

3.3	Wiegen	89
3.4	Rankings und Ratings	92
3.5	Checklisten	115
3.6	Intuitives Schätzen und Bewerten – Das „Gegenteil“ von Vermessen?	125
<b>4</b>	<b>„Wer misst, misst Mist!“ – Messproblemen auf der Spur</b>	<b>137</b>
4.1	„Gaming the System“ – Warum Messsysteme falsche Anreize setzen können	141
4.2	Selektion von Messkriterien	144
4.3	Tücken von Maßeinheiten und Messskalen	149
4.4	Wahl von Zeitpunkt und Zeitraum der Messung – eine Frage der Repräsentativität	163
4.5	Wiedergabe von Messwerten – Verzerrungen durch Selektion und Narrative	168
4.6	Referenzen und Rankings als Hilfen für das Verständnis von Messergebnissen – und deren steuernde Wirkung	174
<b>5</b>	<b>Unser Alltag und wie wir ihn vermessen</b>	<b>183</b>
5.1	Die Vermessung von „Ich“ und „Wir“	183
5.2	„Ich bin, also bin ich!“ – Selbstquantifizierung als Selbstzweck?	200
5.3	Die Vermessung der Partnerschaft	210
5.4	Der verplante Alltag	217
5.5	Die Lebensqualität	224
5.6	Die Gesundheit	250
5.7	Der Konsumalltag	280
5.8	Der Beruf	295
5.9	Die Finanzen	334
<b>6</b>	<b>Sieben Stunden Lesen – wieviel hat's gebracht?</b>	<b>353</b>
	<b>Literatur</b>	<b>355</b>
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>381</b>

# Abbildungsverzeichnis

Abb. 2.1	Anzeige der Sauerstoffaufnahme-fähigkeit des Blutes und Laufzeitauswertung (Foto links mit Genehmigung von Garmin Deutschland, Foto rechts: eigene Aufnahme)	35
Abb. 2.2	Bedeutung von Betrachtungsausschnitt und Zeithorizont bei Prognosen. (Eigene Darstellung)	62
Abb. 3.1	Eisenacher Elle. (Eigene Aufnahme)	78
Abb. 3.2	Harrison-Schiffsuhr H5. (Eigene Aufnahme)	79
Abb. 3.3	Messung der Ebenheit eines Bauteils (mit Genehmigung des Steinbeis-Transferzentrums, Karlsruhe)	81
Abb. 3.4	Erbseglas. (Eigene Aufnahme)	86
Abb. 3.5	Smartphone-Anzeige des Körpergewichtstrends. (Eigene Aufnahme)	89
Abb. 3.6	Absoluter Fehler bei der Abschätzung des Patientengewichts durch Ärzte. (Eigene Darstellung)	91
Abb. 3.7	Kalibrierwaage und Sackwaage. (Eigene Aufnahmen)	92
Abb. 3.8	Bewertung eines Restaurants, links auf Google, rechts auf TripAdvisor	95
Abb. 3.9	Bewertungskriterien auf Jameda (Noten exemplarisch, eigene Darstellung)	98

## X      **Abbildungsverzeichnis**

Abb. 3.10	Möglicher Fragenkatalog zur Bestimmung der INCOM-Social Comparison Scale (entnommen aus Schneider & Schupp, 2011, S. 33)	107
Abb. 3.11	Ranking von Fahrern und diverse statistische Auswertungen von Proccyclingstats.com	115
Abb. 3.12	Beispiel einer Liste der App „To do“ zur Kontrolle von Aufgaben. (Eigene Aufnahme)	116
Abb. 3.13	Sicherheits-Checkliste für die Chirurgie, deutsche Übersetzung der WHO Surgical Safety Checklist	122
Abb. 3.14	Wie viel wiegt der Hund? (Eigene Aufnahme)	129
Abb. 3.15	Beispiel der Berechnung des Net Promoter Scores (Kühnapfel, Vertriebscontrolling. Methoden im praktischen Einsatz, 2022, S. 307 ff.)	135
Abb. 3.16	NPS als Kurzumfrage nach Nutzung des Postident-Verfahrens. (Eigene Aufnahme)	136
Abb. 4.1	5-Sterne-Bewertungsskalen auf Plakaten in der Londoner U-Bahn. (Eigene Aufnahmen)	152
Abb. 4.2	Launige Interpretation einer fünfstufigen Bewertungsskala. (Eigene Darstellung)	153
Abb. 4.3	Multikriterielle Bewertung (Auszug) bei Holidaycheck.de. (Eigene Aufnahme)	156
Abb. 4.4	Plakat mit Angabe der Baukosten für die Tower Bridge, London. (Eigene Aufnahme)	161
Abb. 4.5	Hinweis zum verbauten Material in den Pfeilertürmen der Tower Bridge, London. (Eigene Aufnahme)	162
Abb. 4.6	Geschwindigkeitsanzeige im „King Power“, Bangkok (Eigene Aufnahme)	163
Abb. 4.7	Entwicklung Körpergewicht. (Eigene Darstellung)	165
Abb. 4.8	Entwicklung Körpergewicht, gleitender Durchschnitt. (Eigene Darstellung)	165
Abb. 4.9	Ranking sportlicher Leistungen in der App Strava (die Namen wurden vom Autor anonymisiert und sind fiktiv)	179
Abb. 5.1	Ergebnis eines Dr. Satow-Big Five-Persönlichkeitstests. (Eigene Aufnahme)	188
Abb. 5.2	Reiss-Profil eines Probanden. (Eigene Aufnahme)	189
Abb. 5.3	VO <sub>2</sub> max-Entwicklung eines Radsportlers. (Eigene Aufnahme)	199

Abb. 5.4	Überwachung des Blutzuckerspiegels per Smartphone. (Eigene Aufnahme)	209
Abb. 5.5	Fragen zur Bewertung der Beziehungsqualität angelehnt an Granovetter. (Eigene Darstellung)	213
Abb. 5.6	Der Net Promoter Score zur Messung der Beziehungsqualität. (Eigene Darstellung)	214
Abb. 5.7	Anzahl Publikationen pro Jahr mit dem Begriff „Happiness“ im Titel, die über Google Scholar zu finden sind. (Eigene Darstellung)	225
Abb. 5.8	Vorkommen der Begriffe „Glück“ (oben) und „Wirtschaftswachstum“ (unten) in verschiedenen Sprachräumen (Helliwell et al., 2022)	226
Abb. 5.9	Monatlicher Zufriedenheits-Score einer Person. (Eigene Darstellung)	239
Abb. 5.10	Lebenszufriedenheit in Deutschland (Raffelhüschen, 2022, S. 21)	243
Abb. 5.11	„Ranking des World Happiness Reports“ 2022 (Auszug aus (Helliwell et al., World Happiness Report 2023, 2023)	245
Abb. 5.12	Cholera-Karte von Dr. J. Snow (Ausschnitt, Standort der Pumpe markiert, Snow, 1954)	251
Abb. 5.13	Ergebnis einer WHOQOL-5-Selbstvermessung der empfundenen gesundheitsbezogenen Lebensqualität mit zwei Triggerereignissen. (Eigene Darstellung)	263
Abb. 5.14	Die sechs Eckpfeiler der Gesundheit. (Eigene Darstellung)	266
Abb. 5.15	Labordaten einer medizinischen Untersuchung. (Eigene Aufnahme)	269
Abb. 5.16	Auswertung des Schlafs mittels der App „Pillow“. (Eigene Aufnahme)	272
Abb. 5.17	Smartphone-Anzeigen von Schrittzähler-Apps. (Eigene Aufnahmen)	276
Abb. 5.18	Diverse Auswertungen einer Gesundheitsvermessungs-App. (Eigene Aufnahmen)	278
Abb. 5.19	Filmplakat für „10 – Die Traumfrau“. (Eigene Aufnahme)	283
Abb. 5.20	Sky Study (Himmelsstudie) von Joseph Mallord William Turner (1775–1851). (Eigene Aufnahme)	292

## XII      **Abbildungsverzeichnis**

Abb. 5.21	David von Michelangelo Buonarroti, 1504 fertiggestellt, ausgestellt in der Accademia di Belle Arti, Florenz. (Eigene Aufnahme)	293
Abb. 5.22	Mandelbrotmenge: Ausschnitt vom Apfelmännchen (mit Genehmigung von mathegrafix.de)	294
Abb. 5.23	Auto mit großem Kühlergrill (Ausschnitt aus einer Anzeige für das BMW-Modell i7, veröffentlicht in der Online-Version der FAZ am 19.12.2022)	295
Abb. 5.24	Hogan-Assessment – Risikoprofil. (Eigene Aufnahme)	314
Abb. 5.25	Ergebnis eines MPPI-Tests. (Eigene Aufnahme)	315
Abb. 5.26	Ergebnis einer Umfrage über Mitarbeiterzufriedenheit in den Jahren 2018 bis 2022 (Fritschi & Hänggeli, 2022, S. 4)	323
Abb. 5.27	Variablen mit signifikantem Einfluss auf die Arbeitszufriedenheit (Fritschi & Hänggeli, 2022, S. 7)	324
Abb. 5.28	Bewertung von BioNTech, Mainz, auf kununu.de, Stand 12/2022	328
Abb. 5.29	Bewertung eines Chefs im BASF-Konzern auf meinchef.de, Name geändert	329
Abb. 5.30	Individuelles Ausgabenprofil (Beispiel) im Kontext von Notwendigkeiten und Präferenzen. (Eigene Darstellung)	338
Abb. 5.31	Laufzeit-Risiko-Matrix. (Eigene Darstellung)	342

# Tabellenverzeichnis

Tab. 2.1	Motive der Alltagsvermessung. (Eigene Darstellung)	71
Tab. 3.1	Ergebnis eines INCOM-Tests in Deutschland (Schneider & Schupp, 2011, S. 17, gekürzt und übersetzt)	108
Tab. 3.2	APGAR-Score. (Eigene Darstellung)	125
Tab. 4.1	Allgemeine Beurteilungskriterien für die Ausführungsqualität im Turnen (o. V., Bewertungskriterien und Bewertungshilfen Geräteturnen für das Fach Sport in den vier Halbjahren der Qualifikationsphase und in der Abiturprüfung 2023, 2020)	155
Tab. 4.2	Beispiele für Referenz- und Initiativwerte. (Eigene Darstellung)	175
Tab. 4.3	Ranking des Arbeitseinsatzes von Vereinsmitgliedern (fiktives Beispiel, eigene Darstellung)	178
Tab. 4.4	Hochschulranking 2023 (o. V., World University Rankings 2023. Am Rande: Die besten deutschen Universitäten sind nach diesem Ranking die TU München (Platz 30), die LMU München (33) und die Universität Heidelberg (43))	180

## XIV Tabellenverzeichnis

Tab. 5.1	Bewertung der individuellen Lebenszufriedenheit basierend auf dem Modell von B. Frey. (Eigene Darstellung)	237
Tab. 5.2	Messkriterien des World Happiness Reports. (Eigene Darstellung)	244
Tab. 5.3	Themen des WHOQOL-BREF (WHO, WHOQOL User Manual, 1998 und Angermeyer et al., 2000)	259
Tab. 5.4	Scoring-Modell für WHOQOL-Fragebogen (fiktives Beispiel, eigene Darstellung)	260
Tab. 5.5	WHOQOL-5-Fragebogen zur Selbstvermessung der empfundenen gesundheitsbezogenen Lebensqualität (fiktives Beispiel, eigene Darstellung)	262
Tab. 5.6	Fragebogen zur Schlafqualität (Ausschnitt) von Dr. D. Hasse, Pöcking ( <a href="https://www.schlaf-information.de/fileadmin/INTERNET/1-DOWNLOADS/Kurzfragebogen-mit-Logo-02_2017.pdf">https://www.schlaf-information.de/fileadmin/INTERNET/1-DOWNLOADS/Kurzfragebogen-mit-Logo-02_2017.pdf</a> ). Siehe <a href="http://www.einschlafen.info">www.einschlafen.info</a> . Hasse, o. J.)	275
Tab. 5.7	Weinbewertungssystem. (Quelle: <a href="http://bonvino.de">bonvino.de</a> )	286
Tab. 5.8	Scoring-Modell (Nutzwertanalyse) zum Erwerb eines Smartphones als Konsumententscheidungshilfe. (Eigene Darstellung)	289
Tab. 5.9	Bewertungsbogen für Vertriebler (hier bewertet durch die Fachvorgesetzte, Namen fiktiv, eigene Darstellung)	305
Tab. 5.10	Ausprägungen der Persönlichkeitsmerkmale bei erfolgreichen Managern. (Eigene Darstellung)	311
Tab. 5.11	Mitarbeiterzufriedenheitsmessung nach dem Vitamin-Modell von Ward. (Eigene Darstellung)	326
Tab. 5.12	Kennwerte und deren Gewichtung im Wuppertaler Gesundheitsindex (modifiziert übernommen aus Hammes et al., 2009)	332
Tab. 5.13	Schufa-Scoring für den Online-Versandhandel (Kühnapfel, Scoring und Nutzwertanalysen, 2021, S. 225)	347



# 1

## Hinein in die Welt des Messens, Zählens und Wiegens!

Dieses Buch beschreibt, wie wir unser Lebensumfeld vermessen, um im Alltag Situationen zu beurteilen und Entscheidungen zu treffen.

Wenn Sie es von vorne bis hinten durchlesen, werden Sie ungefähr sieben Stunden Ihres Lebens investieren, denn die durchschnittliche Lesegeschwindigkeit beträgt 220 bis 240 Wörter pro Minute<sup>1</sup>. Diese Angabe basiert auf einer Messung, und sie ist wichtig, um eine Entscheidung treffen zu können. Denn: Warum sollten Sie diese sieben Stunden investieren? Hier drei Gründe:

- Sie werden verstehen, wie unsere **Gesellschaft** funktioniert, denn „moderne Gesellschaften evaluieren und kontrollieren sich über den **Gebrauch von Zahlen**“<sup>2</sup>. Sie werden die Chancen, die Ihnen

---

<sup>1</sup>Brysaert (2019).

<sup>2</sup>Wiedemann (2019, S. 42).

geboten werden, besser nutzen und sich nicht an gesetzten und unveränderbaren grenzen aufreißern.

- Sie werden sich selbst besser in ihrem **sozialen Bezugssystem**, ihrer „Herde“, einsortieren und zurechtfinden, was Ihnen das Miteinander mit all den anderen um Sie herum erleichtert.
- Sie werden verstehen, worauf es ankommt, wenn Sie Ihre **persönlichen Ziele** erreichen wollen und darum bessere Entscheidungen treffen, weil Sie sich auf die wirklich wichtigen Stellgrößen konzentrieren.

Das sind vollmundige Versprechen. Ob sie eingehalten werden, können Sie leider erst beurteilen, **nachdem** Sie das Buch gelesen haben. Das ist ein Problem für Sie, macht es mir aber leichter, die Versprechen abzugeben. Sie kennen das von Wahlversprechen, von Versprechungen der Reisebürokauffrau<sup>3</sup> (die uns eine Reise verkaufen möchte) und von Ihrem Priester, der Ihnen im Jenseits Seelenheil verspricht, wenn Sie sich im Diesseits an Regeln halten. In allen diesen Fällen haben Sie nur sehr begrenzte Möglichkeiten, den Versprechenden in Regress zu nehmen. Schuld daran ist das Messproblem, denn **keines dieser Versprechen ist messbar**. So auch hier: Zwar werden Sie die **Kosten** des Lesens (Buchpreis, Kaufaufwand und Zeiteinsatz) messen können, aber nicht den **Nutzen**. Bringt das Buch wirklich etwas? Wieviel? Und wann? Schon morgen? In drei Jahren? Sie sehen: Den Nutzen zu bestimmen, ist viel schwerer, als die Kosten zu messen.

Ist unter diesen Umständen eine gute Entscheidung (hier: lesen oder nicht) möglich? Nun, wenn Sie eine Idee davon haben, was Sie sonst mit diesen sieben Stunden Ihres Lebens anfangen könnten, vielleicht. In einer Bar Cocktails mixen. Dann können Sie für diese Alternative ebenfalls Nutzen (Stundenlohn und Trinkgeld) und Kosten (wiederum der

---

<sup>3</sup>An dieser Stelle eine grundsätzliche Anmerkung zum Thema „Gendern“: Die deutsche Grammatik hat drei Geschlechter. Mindestens zwei davon sollten stets genannt werden. Das ist schwierig, vor allem für den Lesefluss. Auch sieht die Rechtschreibung keine Konstrukte wie das Binnen-I oder einen Binnendoppelpunkt vor. Also mache ich es in diesem Buch wie folgt: Durcheinander! Ich nutze mal beide Geschlechter, mal traditionell das männliche, mal das weibliche. Nur beim Plural bin ich unflexibel und verwende ausschließlich das weibliche Geschlecht.

Zeiteinsatz, die Anstrengung und die Verpflichtung) bestimmen und vergleichen, ob die Differenz, also der Nettonutzen, größer oder kleiner ist als jener des Buchlesens. Zu theoretisch? Keineswegs, denn genau das machen wir ständig! Schon wenn Sie überlegen, ob Sie den James Bond-Film auf RTL oder Germany's Next Topmodel auf Pro7 schauen, wägen Sie den jeweiligen Nutzen gegeneinander ab, während die Kosten die gleichen sind: Von welcher Sendung werden Sie besser unterhalten? Und weiter: Selbst kochen oder bei Lieferando bestellen? Krankmelden oder doch ins Büro gehen? Den Partner betrügen oder auf den One-Night-Stand mit dem heißen Typen verzichten?

Stets bewerten wir Nutzen und Kosten und vergleichen das Ergebnis mit dem alternativer Handlungsoptionen. Bewusst eher seltener, unbewusst aber immer.

Dieser Mechanismus ist uns so in Fleisch und Blut übergegangen, dass er wie ein Automatismus funktioniert. Das ist meistens auch gut so: Schnell, effizient und ohne unser kognitives System zu belasten, treffen wir Entscheidungen. Erfahrung ist nützlich dabei, denn je mehr wir davon besitzen, desto mehr entscheiden wir aus dem Bauch heraus und umso „besser“ sind – oder zumindest: erscheinen uns – unsere Entscheidungen.

Erst, wenn es um etwas geht, wenn wir Entscheidungen treffen, die unser Leben, unseren Geldbeutel, unser Zeitbudget oder auch unser Umfeld signifikant beeinflussen, müssen wir diesen Automatismus ausschalten. Dann müssen wir ihn bewusst stoppen und uns die Arbeit machen, Nutzen und Kosten zu bewerten. Dazu müssen wir unser Lebensumfeld, die Situation, die Zeit oder Dinge vermessen und, noch anstrengender, wir müssen einen Blick in die Zukunft werfen, also **prognostizieren**, was die anstehende Entscheidung mit unserer Zukunft anstellen wird.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup>Aber das ist ein anderes Buch: Kühnapfel, Die Macht der Vorhersage. Smarter leben durch bessere Prognosen (2019).

Hier, in diesen sieben Stunden Ihres Lebens, geht es um grundsätzliche Zutaten, die Sie für eine gute Entscheidung brauchen. Dabei setze ich erstens voraus, dass bei Ihnen die drei zentralen Ressourcen

1. Geld,
2. Zeit und
3. Aufmerksamkeit

ebenso begrenzt sind wie bei mir. Ich setze zweitens voraus, dass wir das Optimum aus diesen Ressourcen herausholen wollen. Was das Optimale ist? Ein glückliches Leben! Das ist unser Ziel. Es ist dabei vollkommen egal, auf welche Weise Sie glücklich werden möchten; eine Wertung gibt es nicht! Jeder nach seinem Gusto. Aber dass wir ein glückliches, erfülltes Leben haben möchten, ist Bedingung. Wenn Sie das nicht anstreben ... legen Sie dieses Buch weg! Es lohnt sich nicht für Sie.

Für alle anderen: Zeit, Geld und Aufmerksamkeit sind die Ressourcen, die wir einsetzen können und die der Preis einer jeden Entscheidung sind. Wenn wir das geschickt machen, haben wir eine gute Chance, glücklich zu leben. Für jede (wichtige) Entscheidung müssen wir messen, welche Menge der jeweiligen Ressource benötigt wird und was dabei herauskommt. Wissen wir das nicht, tappen wir im Dunkeln.

Also brauchen wir Orientierung. Eine solche Orientierung bieten uns Zahlen, Daten und Fakten. Sie ersetzen Schätzungen, Vermutungen und ... Hoffnungen!

Haben wir Zahlen, Daten und Fakten zur Verfügung, können wir die Folgen unserer Entscheidungen besser abschätzen. Zumindest navigieren wir realistischer in unserem soziokulturellen Universum und können unseren sozialen Interaktionskompass kalibrieren. Es wird konkret! Das betrifft alle Lebensbereiche, aber vor allem jene, bei denen es Ziele zu erreichen gilt und mit der Zielerreichung eine Belohnung bzw. mit der Nichterreichung eine Strafe verbunden ist. Denn:

Erst die Quantifizierung macht Anreiz- und Kontrollsysteme möglich.

Nur, wenn wir ein Ziel messen können, können wir es sinnvoll verfolgen. Einer der in der Betriebswirtschaftslehre am häufigsten zitierten Leitsätze (von Peter Drucker, aber auch andere reklamieren die Urhebererschaft für sich) lautet:

„Du kannst nur managen, was Du messen kannst!“

Und das gilt auch für unser Privatleben. Ein Beispiel: „Ich möchte abnehmen“ ist kein Ziel. Es ist eine Absichtserklärung, nicht mehr! Erst die Quantifizierung macht es möglich zu überprüfen, ob wir auf dem richtigen Weg sind: „Ich möchte bis zum Sommerurlaub fünf Kilo abnehmen.“ Jetzt kann überprüft werden, ob das Wunschgewicht erreicht wird oder eine weitere Woche Schmalhans Küchenmeister ist. Das Wiegen macht den Unterschied zwischen einer Absicht und einer Tat.

Doch ermöglicht die Vermessung des Lebensumfelds noch mehr, etwa die **Einordnung in einen Bezugsrahmen**. Bleiben wir beim Beispiel: Wenn meine Freunde alle schlank sind und durchschnittlich geschätzte 75 kg wiegen, ich selbst aber 105, kann ich mich hinsichtlich des Gewichts in meine Gruppe einordnen und die Entscheidung, abzunehmen, drängt sich auf. Anders verhielte es sich, wenn meine Freunde auch alle die 100 Kilo-Marke rissen. In diesem Fall wäre ich gruppenkompatibel und der Entscheidungsdruck wäre gering. Ergo: Die Bewertung des eigenen Körpergewichts sowie die Entscheidung, eine Diät zu machen, sind von der **Vermessung des relevanten Lebensumfelds** abhängig. Wir wiegen uns selbst, wir wiegen unsere Freunde (der Bezugsrahmen) und eine Entscheidung wird getroffen, aber je nach Ergebnis unserer Messung wird sie anders ausfallen. Die Herde ist die Referenz.

*Wie ist dieses Buch entstanden?*

Gary Becker. So hieß der 2014 verstorbene Wirtschaftsnobelpreisträger, der die Welt der Ökonomen so maßgeblich beeinflusste und mein ganz persönlicher Held ist: Er hat die Leitidee der Ökonomie (alles ist Nutzen und Kosten) auf vermeintlich nicht-ökonomische Aspekte übertragen. Diskriminierung, Verbrechen, Paarbeziehungen:

Wie keinem anderen ist es ihm gelungen, zu zeigen, dass sich jeder von uns jeden Tag, immer, ausnahmslos ökonomisch und quantitativ beschreibbaren Regeln beugt, wenn Entscheidungen zu treffen sind.

So können wir „berechnen“, ob sich eine Heirat, das Falschparken oder die Diskriminierung einer behinderten Frau am Arbeitsplatz lohnen. Und wir können es nicht nur, wir tun es auch; schlecht zumeist, aber immer besser, je mehr wir uns mit Nutzen und Kosten, dem Einsatz unserer Ressourcen Zeit, Geld und Aufmerksamkeit und deren Vermessung befassen.<sup>5</sup>

Dieser Gedanke passt uns oft nicht. Becker wurde anfänglich als „**ökonomischer Imperialist**“ beschimpft. Er wolle auch den letzten Winkel der Menschlichkeit in Formeln packen und uns zu algorithmenbasierten Entscheidungs- und Handlungsmaschinen degradieren, so die Kritik. Aber genau das Gegenteil ist der Fall: Becker hat sich intensiv mit Emotionen, Irrationalität, Spontaneität und zwischenmenschlichen Beziehungen jedweder Art beschäftigt – und kommt doch immer wieder zu dem Schluss, dass sich alles auf den Einsatz von Zeit, Geld und Aufmerksamkeit – die Kosten – mit dem Ziel der Nutzenerzielung reduzieren lässt.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Becker G. (1993).

<sup>6</sup> Wer sich damit näher beschäftigen möchte, dem seien die Nachrufe von Wolfers (2014) und Tsaooussi (2016) empfohlen. Interessanterweise kommt auch die Bestsellerautorin und weltbekannte Soziologin Eva Illouz zu ganz ähnlichen Schlüssen. Vgl. Illouz (2016).

Becker ist mein Vorbild. In mehreren Büchern habe ich bereits versucht, seine Lehren und Erkenntnisse zu nutzen. Ich habe mich bspw. in einem Autorediskurs mit der Frage beschäftigt, ob und welche Entscheidungen mit dem Verstand oder aus dem Bauch heraus getroffen werden sollten<sup>7</sup>, wie Alltagsprognosen funktionieren<sup>8</sup> oder einen gewöhnlichen Wochentag einer 35-jährigen Frau beschrieben und all ihre Erlebnisse ökonomisch „übersetzt“<sup>9</sup>.

Dieses Buch ist populärwissenschaftlich geschrieben. Das bedeutet, dass die Sprache und das vorauszusetzende Fachwissen angemessen sein sollten, aber die wiedergegebenen Erkenntnisse ausnahmslos wissenschaftlichen Ansprüchen genügen müssen. Empirisch begründete Erkenntnisse sind eben doch etwas anderes als munter herbeierzählte Geschichtchen. Beispielsweise habe ich dutzende sozialwissenschaftliche Schriften gelesen und weggeworfen, weil deren Inhalte letztlich nur auf Narrativen basieren. Da denken sich Autorinnen und Autoren etwas aus und investieren viel Zeit, es in eine verschnörkelte, Ehrfurcht gebietende Sprache zu verpacken. Aber ist es deswegen wahr?

Nun, ich verlasse mich lieber auf das, was messbar und überprüfbar ist. Der Nachteil dieser Arbeitsweise sind viele, viele Monate Recherchearbeit. Über 800 Studien habe ich ausgewertet, einige Hundert hier verwendet und zitiert. Und wenn ein Sachverhalt unklar blieb oder eine Argumentation doch auf meinen Vermutungen basiert, habe ich das kenntlich gemacht.

Die erste Viertelstunde Ihrer Lektüre ist vorbei. Bleiben Sie dran!

---

<sup>7</sup> Küll & Kühnapfel, Kopf zerbrechen oder dem Herzen folgen? Wie Sie gute Entscheidungen treffen – am Beispiel von 10 wichtigen Lebenssituationen (2020).

<sup>8</sup> Kühnapfel, Die Macht der Vorhersage. Smarter leben durch bessere Prognosen (2019).

<sup>9</sup> Kühnapfel J. B., Leben ist Ökonomie! Wie wirtschaftliche Prinzipien den Alltag bestimmen (2021).



# 2

## Über die Zwangsläufigkeit der Alltagsvermessung

Eben habe ich Ihnen drei Versprechen gegeben und behauptet, dass sich für Sie dieses Buch zu lesen lohnt: Sich besser mit der (1) Vermessung der **Gesellschaft**, des (2) **sozialen Bezugssystems** und der (3) **eigenen Person** auszukennen, ermöglicht ein glücklicheres Leben! Tauchen wir etwas tiefer in diese drei Dimensionen ein und ergründen wir Unvermeidlichkeit und Sinnhaftigkeit der Alltagsvermessung.

### 2.1 Durch Vermessung die Gesellschaft verstehen

Die Welt, in der wir leben, braucht die Quantifizierung. Ohne diese und damit ohne die Vermessung von Allem wäre die soziale Interaktion, so, wie wir sie kennen, erheblich erschwert. Natürlich ist das nur eine Behauptung, eine Hypothese, aber es fällt schwer, sie zu falsifizieren. Mühsam versuchen wir, Gegenbeispiele zu finden, also Lebensbereiche, die ohne Quantifizierung auskommen. Dabei vergessen wir oft, was das Wort bedeutet:

„Quantifizierung der Gesellschaft“ bedeutet, dass alle Aspekte der sozialen Interaktion in einem numerischen Rahmen abgebildet werden können. Dieser Rahmen umfasst Zahlen und Relationen. Neben statischen, isolierten Bewertungen lassen sich damit Zeitreihen, Vergleiche, Rangfolgen und Kategorien (Cluster) bilden.

Einer der führenden deutschsprachigen Soziologen, Steffen Mau, schreibt dazu: „Quantifizierung bringt eine unübersichtliche und komplexe Welt in die standardisierte Sprache der Zahlen, in welcher eindeutige Ordnungsverhältnisse von größer oder kleiner (oder von mehr oder weniger) herrschen.“ Und weiter: „Zahlen vermitteln also Präzision, Eineindeutigkeit, Vereinfachung, Nachprüfbarkeit und Neutralität.“<sup>1</sup> Erst, wenn wir Aspekte der Gesellschaft vermessen können, können wir im wertenden Sinne über sie sprechen. „Dieses Bild ist schöner als jenes“ wird immer eine Frage des Geschmacks bleiben, aber „diese Heizung verbraucht im Jahr 2000 Kilowattstunden weniger als jene Heizung“ erlaubt eine sinnvolle, entscheidungsrelevante Wertung.

Somit ist die Quantifizierung die Voraussetzung für Objektivierung.

Warum aber ist die Quantifizierung und damit die Objektivierung für das Verstehen der Funktionsprinzipien unserer Gesellschaft so wichtig? Weil jeder durch sie die Folgen ihres bzw. seines jetzigen und geplanten zukünftigen Handelns bewerten kann. Die Quantifizierung von Lebensbereichen der Gesellschaft setzt Maßstäbe für jeden, was das Zusammenleben erleichtert. Hier einige Gründe für diese Behauptung, ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

---

<sup>1</sup> Mau (2018, S. 27).

- **Grenzen bei komplexen Aspekten:** Maximal 10 mg/kg Schwefel in Diesel. Spezifische Absorptionsrate pro Kilogramm Körpergewebe: 2 W bei Mobilfunkgeräten. Und bei Feinstaub der Klasse PM<sub>10</sub> beträgt der zulässige Jahresmittelwert 40 µg/m<sup>3</sup>. Das ist Expertenwissen, aber es regelt unser Zusammenleben. Myriaden von Grenz-, Richt- und Sollwerten reguliert Lebensbereiche, ohne dass uns dies bewusst wäre oder wir den Nutzen beurteilen könnten. Selten rücken solche Quantifizierungen derart prominent ins Blickfeld wie z. B. die Inzidenzzahlen während der Corona-Pandemie, denn diese hatten Auswirkungen auf unsere Lebensgestaltung (Veranstaltungen, Reisen, Ausgangsbeschränkungen usw.). Ähnlich akut präsent war das Tempolimit von 80 km/h, neulich auf der A3 in Richtung Köln. Warum das? Unnötig? Es wäre vermutlich töricht, es als Laie besser wissen zu wollen als die Straßenmeisterei, die die Schilder aufgestellt hat, denn wir können nicht wissen, was die Experten wissen und dass uns bspw. die nicht erkennbare Fahrbahnabsenkung bei einer Überschreitung der erlaubten Geschwindigkeit ins Schlingern bringen würde. Quantifizierte Grenzen, auch wenn wir sie **nicht verstehen**, helfen und schützen uns.<sup>2</sup>
- **Nachvollziehbarkeit und Gerechtigkeit:** Etwas nicht quantitativ zu erfassen, also zu messen, hieße, es der individuellen Interpretation auszuliefern. Bei „Deutschland sucht den Superstar“ ist es noch zu verkraften. Bohlen & Co. sprechen ein paar nichtssagende Sätze und fällen ein Urteil, dessen Zustandekommen nicht nachvollzogen werden kann. Es gibt keinen Kriterienkatalog und keine Messskalen. Das ist für die abgewiesenen Teilnehmer vermutlich ärgerlich, aber sie spielen eh keine Rolle: Die Show ist eine Show, soll das Publikum unterhalten und Werbeplätze verkaufen. Die **Nachvollziehbarkeit der Bewertung** ist für das Publikum weniger relevant. Erst, wenn man selbst von einer solchen „Bewertung nach Gutsherrenart“

---

<sup>2</sup>Mir ist bewusst, dass ein Regime auch Grenzen setzen kann, um eigene Privilegien gegen die Interessen der Bevölkerung durchzusetzen. Meine Argumentation ist also nur bei „funktionierenden“, demokratisch legitimierten Staatsformen sinnvoll; und vermutlich auch da nicht immer.

betroffen ist, wird das zu einem Problem, z. B. bei der Mitarbeiterperformancemessung: Es wird die individuelle Leistung durch den Vorgesetzten subjektiv bewertet und diese Bewertung führt zu einer Gehaltsanpassung. Eine solche Beurteilung ist nicht nachvollziehbar. Sie wird als „ungerecht“ empfunden. Erst die Objektivierung durch Quantifizierung, und dazu gehören Kriterien, Zielvorgaben bzw. Richtwerte und Messungen, macht eine Bewertung nachvollziehbar und „gerecht“.

- **Fokussierung:** Zu wissen, auf was es ankommt, erleichtert die Fokussierung des Ressourceneinsatzes. Zeit, Geld und Aufmerksamkeit können dort investiert werden, wohin die Mitglieder einer Gesellschaft blicken. Die Quantifizierung dieser Aspekte erlaubt dann, den Erfolg (Nutzen) in Relation zum Einsatz (Kosten) zu überprüfen und sich auf die Aspekte zu konzentrieren, die wichtig sind, bzw. bei denen der Ressourceneinsatz den größten Nutzen einbringt. So funktioniert bspw. Wahlkampf. Würden Kandidaten die Themen auf ihren Veranstaltungen proportional am vermuteten späteren Zeiteinsatz der jeweiligen Position ausrichten, würden sie das Wahlvolk langweilen. Wer möchte schon Vorträge über Verwaltungsreformen, Diskussionen über Gesetzesvorlagen oder Gespräche mit Lobbyisten hören? Somit gilt es nachzumessen, welche Themen die Wähler interessieren oder besser, bei welcher Themenwahl die Wahrscheinlichkeit am größten ist, eine möglichst große Anzahl Stimmen zu bekommen. Folglich sprechen Kandidaten davon, wie sie die Renten bezahlen werden, den Klimawandel aufhalten, den Weltfrieden bewahren und die Steuern senken. Fokussierung bündelt zuverlässig Kräfte auf das, was bewegt.
- **Kalibrierung und Synchronisation:** Ed Sheeran und Ihr sechsjähriger Enkel singen. Der eine auf einem Konzert im Wembley-Stadion, der andere unter dem Weihnachtsbaum im Kreise der Familie. Und in beiden Fällen sagen die Gäste: „Der singt aber schön!“ Aber meinen sie das gleiche? Natürlich nicht. Ihre Urteile sind wortgleich, aber drücken etwas anderes aus. Die Urteile sind nicht synchronisiert, haben also eine unterschiedliche Bezugsbasis:

Der Enkel beherrscht den Text und die Melodie ist erkennbar, Ed Sheeran muss sich an den Weltstars seines Genres messen lassen. Es ist somit auch eine Frage der Erwartungen. Damit Enkel und Ed wissen, was erwartet wird, wissen, was sie investieren müssen und wissen, wann sie gut sind, benötigen sie im Idealfall einen mit dem Publikum abgestimmten Bewertungsmaßstab. Dieser ist zu kalibrieren bzw. zu synchronisieren. Dann weiß jeder, was er zu liefern hat, um sein Ziel zu erreichen, und – Seitenwechsel! – jeder weiß, was er erwarten darf.

- **Konsensbildung:** Die Quantifizierung nutzt in Situationen, in denen grundsätzliche gesellschaftliche Weichen gestellt werden müssen. So haben erst die PISA-Studien durch die Quantifizierung der Leistungen deutscher Schülerinnen und Schüler gezeigt, dass mehr in das Schulsystem zu investieren ist, und erst die Quantifizierung der Einsparziele bei Treibhausgasen haben – oder hätten – Klimapolitik möglich gemacht. Erst die Vermessung des Schulsystems bzw. der Treibhausgasquellen macht möglich, über interessengetriebene Forderungen und Vermutungen hinaus die knappen Ressourcen gezielt auf jene Aspekte zu fokussieren, deren Änderung den größten Nutzen bringen. Dies sollte einen gesellschaftlichen Konsens ermöglichen, wenn nicht sofort, so doch zumindest schrittweise. Geben wir nicht auf!

Schnüren wir diese Argumente zusammen, ergibt das ein Paket von guten Argumenten für die Vermessung unserer Lebenswelt im gesamtgesellschaftlichen Kontext. Wir leben in einer Meritokratie, in der Menschen aufgrund ihrer Fähigkeiten und Leistungen zu Anführern werden (und nicht etwa z. B. aufgrund von Geburtsrecht). Damit dies funktioniert, bedarf es einer Einigung auf Parameter, die das Recht auf Aufstieg determinieren. Bildung? Physische Potenz? Herkunft? Beziehungen? Handicap beim Golf? Mitgliedschaft bei den Rotariern? Vorsicht ist geboten: Wenn Parameter überzogen werden, wird aus der

Meritokratie eine Art Sozialdarwinismus.<sup>3</sup> Also müssen wir diese Parameter sorgfältig wählen und gewichten und je einfacher sie vermessen werden können, desto breiter ist der Konsens, dass eben diese Kriterien sozialen Aufstieg rechtfertigen. Schon der einfache Blick auf die Ministerinnen- und Ministerriegen Deutschlands, der USA, des Irans, Katar oder Chinas zeigen, ohne es hier ausformulieren zu können, die länderspezifische, gesellschaftliche Gültigkeit jeweiliger karriereförderlicher Parameter: Integration in Parteien (Deutschland), Beziehungen (USA), Religionstreue (Iran), Familienzugehörigkeit (Katar) oder Kadavergehorsam gegenüber der politischen Elite (China). Noch komplexer wird es, wenn nicht nur einzelne Parameter, sondern mehrere und dann noch deren **Wechselwirkungen** berücksichtigt werden, etwa der Gesundheitszustand in Verbindung mit dem sozialen Status.<sup>4</sup>

Das offensichtliche Fazit ist, dass durch das Vermessen unseres Alltags ehemals qualitative Phänomene nun vergleichbar, „kommensurabel“, werden. Sie werden handhabbar und bekommen eine Funktion.

Auf gesellschaftlicher Ebene führt Quantifizierung und damit die Ermittlung von und der Umgang mit Daten zu Berechenbarkeit. Zudem vermindert sie Willkür.

Wir können sie für Grenzziehungen nutzen, für Richtwerte, Trends und Muster, wir können Zusammenhänge ermitteln und wir können über sie reden. Oder kurz, mit dem Statistiker W. Edward Deming gesprochen:

Ohne Daten bist Du nur ein weiterer Mensch mit einer Meinung.

---

<sup>3</sup> Kümme (2014).

<sup>4</sup> RKI (2012, 2018, 2019) und Lampert und Kroll (2010).

## 2.2 Durch Vermessung das soziale Umfeld verstehen

Leon Festinger, ein US-amerikanischer Soziologe, hat einige wichtige Theorien zur Erklärung menschlicher Verhaltensweisen hinterlassen. Eine davon ist die **Theorie des sozialen Vergleichs**.<sup>5</sup> Danach bemühen sich Menschen, sich selbst in der eigenen wahrgenommenen Realität durch Vergleiche mit anderen zu verorten. Wo stehe ich, bin ich gut oder schlecht, geht es mir eher gut oder eher schlecht, wer ist mir ebenbürtig, wer ist mir überlegen, wer muss sich mir unterordnen? All diese Fragen lassen sich nicht anhand absoluter Daten beantworten, denn es fehlt ein objektiver Maßstab. Also **vergleichen** sich Menschen mit anderen in ihrer sozialen Bezugsgruppe („Herde“) und leiten aus dem Ergebnis Antworten ab.

Meist ist das Ergebnis des Vergleichs die Motivation für bestimmte Verhaltensweisen, etwa die Antriebsfeder für Maßnahmen. Bin ich in meiner Gruppe rennfahrender Mittelfünziger **vergleichsweise** schlecht, trainiere ich mehr. Ich kann mir auch eine langsamere Gruppe suchen, um vergleichsweise besser abzuschneiden, die Sportart wechseln oder meinen Status akzeptieren, aber in jedem Fall hat das Ergebnis des Vergleichs Maßnahmen zur Folge. Festinger hatte bei seiner Theorie des sozialen Vergleichs allerdings komplexere Vergleichsszenarien im Sinn, nämlich „soziale Vergleiche“ – die Beliebtheit in der Clique ist ungleich schwerer zu messen als sportliche Leistungen.

Hier zeigt sich der Nutzen von Quantifizierbarkeit: die Chance zur Vermessung. Der Vergleich ist dann kostengünstiger, objektiver und nachvollziehbarer. Meinungen sind nicht mehr erforderlich („Du bist doch total beliebt“ ... „Nein, Du bist doch viel beliebter“ usw.). Jetzt können **Daten** sprechen und Streitigkeiten über z. B. ein soziales Ranking werden reduziert.

---

<sup>5</sup>Festinger (1954).

Daten bilden eine kostengünstige Basis für (soziale) Vergleiche.

Existiert ein solches objektives Messsystem, ist fairer Wettbewerb möglich, oder besser, es ist **effizienter** Wettbewerb möglich! Konkurrieren die vier Großeltern bspw. um die Beliebtheit bei ihrem fünfjährigen Enkelkind, werden sie sich vielleicht mit Geschenken überbieten. Immer ausgefallener, immer teurer werden die Mitbringsel. Der objektive Vergleichsmaßstab ist der Preis der Geschenke. Aber so läuft das nicht! In der Realität ist die Beliebtheit auch von nicht-quantifizierbaren Faktoren abhängig. Das aber macht das Beliebtheitswettrennen ineffizient, den Ausgang unberechenbar und das Ergebnis ist zudem zeitlich instabil. Einfacher wäre es, gäbe es ausschließlich ein objektives Bewertungssystem, das sich messen und quantifizieren ließe.<sup>6</sup>

Gehen wir einen Schritt weiter: Die Theorie des sozialen Vergleichs wird oft mit der **Referenzgruppentheorie** verknüpft:

Der eigene empfundene Status wird mit dem Urteil verknüpft, „was andere innerhalb der relevanten Referenzgruppe haben, können oder darstellen“<sup>7</sup>.

Wertung und Bewerten sind wichtig, um eine individuelle Orientierung im sozialen Handeln zu haben.<sup>8</sup> Das Abschneiden bei diesem Vergleich bestimmt das Selbstwertgefühl und zweifellos ist dies für die persönliche Lebenszufriedenheit mitentscheidend: Wer sich minderwertig fühlt,

---

<sup>6</sup>Gibt es das? Ich bin auf diesem Gebiet nicht kompetent genug für eine Antwort, aber die Beliebtheit der Großeltern hat vielleicht etwas mit der Zeit, die man sich ganz und gar dem Enkelkind widmet, zu tun. Zeit – oder besser: die Zeit der ungeteilten Aufmerksamkeit – ist wiederum messbar! Möglicherweise kann ein noch so großes Stofftier nicht gegen den Spielemittag konkurrieren. Vergessen wir auch nicht, dass große Geschenke für Enkel immer auch eine Botschaft der Schenkenden an das soziale Umfeld sind: Seht her, wie lieb ich das Enkelkind habe! Davon hat das Enkelkind freilich nichts.

<sup>7</sup>Mau (2018, S. 54).

<sup>8</sup>Lamont (2012).

kann nicht glücklich sein. Auch aus diesem Grunde ist die Wahl einer adäquaten Herde so wichtig, aber das ist ein anderes Thema.

Bei der Argumentation, dass die Quantifizierung bzw. die Vermessung wichtig ist, um das soziale Umfeld zu verstehen, impliziert die Referenzgruppentheorie auch, dass Vergleiche **unweigerlich** vorgenommen werden. Wer nun – aus welchem Grunde auch immer – in seinem Urteil nicht sicher ist, weil die Vergleichsbasis nicht-quantitativ (also subjektiv) ist und der Vergleich durch z. B. Ängste oder negative Erfahrungen verzerrt sein könnte, tut gut daran, **objektive** Vergleichsmaßstäbe zu suchen. Mau stellt hierzu fest, dass die Vergleichsneigung umso ausgeprägter ist, je unsicherer eine Person ist: „Das ‚Wer bin ich?‘ konvergiert mit dem ‚Wo stehe ich?‘“.<sup>9</sup>

Bisher stand die Rolle des Ichs in der Herde im Mittelpunkt der Betrachtungen. Doch wenn wir einen Blick auf die Herde als Konglomerat richten, entdecken wir Hierarchien, Machtkämpfe und ständige Veränderungen im individuellen Status der Mitglieder. Rangordnungen sind dynamisch und umkämpft. Doch je besser die Statuskriterien vermessen werden können, desto geringer sind die Kosten, die mit der Etablierung dieser Rangordnungen und der sozialen Interaktion verbunden sind. In einem Panzerbataillon ist so etwas gegeben: Die Abzeichen auf den Schulterklappen sind normierte Symbole für eine Rangordnung, die dazu berechtigt, zu befehlen und dazu verpflichtet, Befehlen zu folgen. Es gibt keine Verluste durch Diskussionen über Handlungsrechte und in dieser Hinsicht ist das Miteinander der Soldaten effizient.

Auch in der sozialen Gemeinschaft der Wissenschaftler gibt es solche statusrelevanten Kriterien. Je nach Fachrichtung sind die Praxiserfahrung im Maschinenbau (Ingenieure), Publikationen (Sozialwissenschaften), aber auch Noten und Ausbildungsweg (Rechtswissenschaften) messbare Primärkriterien.<sup>10</sup> Diese Vermessung mit dem Ergebnis einer Rangordnung der Mitglieder der „Herde Akademiker“ ist wichtig! Seine Position zu kennen spart Abstimmungs- und Positionierungskosten

---

<sup>9</sup>Mau (2018, S. 65–67).

<sup>10</sup>Gross et al. (2008).