

## Lebensfragen

Die Psychologin Elsbeth Stern erforscht seit mehr als 20 Jahren, was Intelligenz ausmacht. Sie weiß, wie sich der IQ auf Gesundheit, Partnerschaft, Karriere auswirkt – und wo die Schlaunen einen Nachteil haben



Elsbeth Stern, 64, leitet an der ETH Zürich das Institut für Verhaltenswissenschaften. Dieses Bild entstand auf dem Balkon ihrer Wohnung in Zürich

## Sind intelligente Menschen glücklicher, Frau Stern?

**Elsbeth Stern:** Da gibt es zwei Befunde, die sich erst mal widersprechen. Zum einen können intelligente Menschen ihre Ziele besser verwirklichen. Das macht glücklich. Menschen sind einfach zufriedener, wenn sie das Gefühl haben, sie können selbst entscheiden. Und Intelligente suchen sich eher ein Umfeld, wo sie das tun können. Deshalb sind sie im Schnitt zufriedener mit ihrem Leben.  
**DIE ZEIT:** Und der andere Befund?  
**Stern:** Menschen, die Suizid begehen, sind leicht überdurchschnittlich intelligent. Aber daraus kann man nicht schließen, dass Intelligente unglücklicher sind.  
**ZEIT:** Warum nicht?  
**Stern:** Zum einen, weil glücklicherweise nur sehr wenige Menschen Suizid begehen. Deshalb sind sie nicht repräsentativ für alle Menschen mit einem bestimmten Merkmal, hier also überdurchschnittlicher Intelligenz. Zum anderen ist es eben so, wie ich sagte: Wenn intelligente Menschen ein Ziel haben, dann setzen sie das erfolgreicher um. Auch wenn sie beschlossen haben, sich das Leben zu nehmen. Aber man kann nicht sagen, dass mit zunehmender Intelligenz die Neigung zum Suizid steigt.  
**ZEIT:** In Ihrem Buch *Intelligenz* schreiben Sie, Intelligenz sei ein »protektiver Faktor gegen negative Lebensereignisse«. Was heißt das?  
**Stern:** Intelligente Menschen sind nicht so oft über lange Zeit arbeitslos oder rutschen in die Armut, sie werden seltener ungewollt schwanger, sie erleben weniger häufig Scheidungen, und sie landen seltener im Gefängnis. Das liegt auch daran, dass sie eher nicht denken: »Wird schon gut gehen!« Sondern sich auch Worst-Case-Szenarios ausmalen. Das macht vielleicht erst mal schlechte Laune. Aber wenn ich zum Beispiel in der Mitte meines Zyklus Sex haben will, dann ist es nicht schlau, zu denken: »Wird schon gut gehen!« und nicht zu verhüten. Menschen, die sich weniger Gedanken machen, mögen euphorischer sein, können aber auch geradewegs in ihr Unglück rennen.  
**ZEIT:** Sind Intelligente denn seltener kriminell?  
**Stern:** Ein Polizeipsychologe sagte mir einmal, er sei wirklich erstaunt, wie wenig intelligent Kleinkriminelle seien. Das heißt aber natürlich nicht, dass Kluge bessere Menschen sind. Daten zeigen, dass die Wahrscheinlichkeit, für eine Straftat verurteilt zu werden, für Menschen mit einem IQ von 75 etwa siebenmal so hoch ist wie für Menschen mit einem IQ von 125. Möglicherweise schätzen intelligente Menschen die Risiken realistischer ein oder sehen andere Wege, um ihre Ziele zu erreichen. Oder sie lassen sich einfach seltener erwischen.  
**ZEIT:** Der amerikanische Psychologe Daniel Goleman behauptet, Intelligenz sei gar nicht so wichtig für den Erfolg im Leben, auch nicht im Beruf. Wichtiger seien emotionale und soziale Fähigkeiten.  
**Stern:** Das ist Quatsch. Eine Metaanalyse hat ergeben, dass ist Quatsch. Eine Metaanalyse hat ergeben, dass emotionale Kompetenzen nur fünf bis sieben Prozent der Unterschiede im Berufserfolg

erklären können. Die klassische kognitive Intelligenz dagegen erklärte 30 Prozent der Unterschiede, mehr als viermal so viel!  
**ZEIT:** Verdienen Intelligente auch besser? Geld macht ja ebenfalls glücklich, wie Studien zeigen.  
**Stern:** Die Intelligenz hängt von allen Persönlichkeitseigenschaften am stärksten mit dem Einkommen zusammen. Der Effekt ist aber nicht riesig, es gibt ja sehr viele Wege, an Geld zu kommen. Reich zu werden ist nicht unbedingt das Ziel intelligenter Menschen. Sie kennen sich allerdings besser mit der Wirtschaft aus und können finanzielle Risiken gut einschätzen, was sie vor Desastern bewahren kann.  
**ZEIT:** Und wie sieht es mit der Gesundheit aus?  
**Stern:** Intelligente sind tatsächlich auch gesünder, und sie leben sogar länger, alles gut belegt.  
**ZEIT:** Liegt das nicht einfach daran, dass sie sich gesünder verhalten?  
**Stern:** Klar, intelligente Menschen wissen eher, was gesundheitsschädlich ist. Sie halten sich zwar nicht immer daran, aber sie reden sich das seltener schön und versuchen eher, es auszugleichen: Wenn ich gern esse und Übergewicht habe, dann rauche ich nicht auch noch. Aber Rauchen, Übergewicht, Alkohol wurden sogar aus der Statistik herausgerechnet, Hautkrebs ebenfalls, in der Sonne zu braten ist ja auch nicht so schlau. Und trotzdem leben Intelligente etwas länger. Es kann also nicht nur am Verhalten liegen.  
**ZEIT:** Woran dann?  
**Stern:** Das weiß man noch nicht. Vielleicht ist Intelligenz so etwas wie eine allgemeine Robustheit. Aber das ist nur eine Hypothese.  
**ZEIT:** Wir sprechen schon die ganze Zeit von Intelligenz – was ist das überhaupt?  
**Stern:** Die Fähigkeit, Informationen schnell zu verarbeiten und aus bestehendem Wissen Neues zu erschließen. Dafür ist es natürlich wichtig, Informationen effizient abzuspeichern. Fast noch wichtiger ist es aber, Informationen auszublenken, die gerade nicht gebraucht werden. Nur dann kann man seine Denkreisourcen gut nutzen. Im Endeffekt geht es darum, wie gut man die Welt sortieren kann.  
**ZEIT:** Ab wann gilt man als intelligent, über wen reden wir hier eigentlich?  
**Stern:** Intelligenztests sind ja auf den Mittelwert 100 genormt. Ab einem IQ von um die 115 spricht man von klar überdurchschnittlicher Intelligenz, das betrifft etwa 15 Prozent der Bevölkerung. Intelligente sind etwas offener für neue Erfahrungen als weniger Intelligente. Sie fühlen sich offenbar nicht so schnell durch Neues bedroht. Das mag daran liegen, dass sie sich eher zutrauen, damit klarzukommen.  
**ZEIT:** Wie gut kann man eigentlich seine eigene Intelligenz einschätzen?  
**Stern:** Nicht besonders gut. Die meisten Menschen überschätzen ihre IQ, das zeigen Studien. Und noch stärker überschätzen sie den IQ ihres Partners.

**ZEIT:** Entspringt das Klischee von den sozial sperrigen Schlaunen also bloß der Missgunst?  
**Stern:** Vielleicht spielt auch eine Rolle, dass überdurchschnittlich intelligente Menschen nicht unbedingt auf jeden Sozialkontakt angewiesen sind. Wir sind alle soziale Wesen mit dem Bedürfnis, uns auszutauschen, aber die Frage ist: mit wem? Wir suchen uns Freunde und Partner, die ähnlich intelligent sind wie wir selbst, das ist nachgewiesen. Intelligente Leute haben oft nicht so viel Lust auf Sozialkontakte mit weniger Intelligenzen, vor allem wenn die sehr selbstbewusst sind und alles besser wissen. Dann sagen die Intelligenzen eher mal, lieber bin ich allein.  
**ZEIT:** Geht Ihnen das auch so?  
**Stern:** Na ja, manchmal. Was Intelligente wirklich unglücklich macht, ist, wenn sie ihre Intelligenz nicht ausleben können. Sie lassen sich nicht gern etwas von jemandem sagen, der weniger draufhat.  
**ZEIT:** Und wenn der Chef weniger intelligent ist?  
**Stern:** Schwierig. Es ist jedenfalls keine gute Konstellation, wenn der Chef weniger intelligent ist

In unserer neuen Gesprächsreihe beantworten Forscherinnen und Forscher in loser Folge Fragen, die Menschen bewegen

und das nicht merkt. Wenn ein Chef geschickt ist, gibt er dem Mitarbeiter die Möglichkeit, seine Intelligenz auszuspielen. Das ist dann für alle gut. Auch, weil der Intelligente nicht Chef sein muss.  
**ZEIT:** Wieso ist das gut?  
**Stern:** Als Chef muss ich auf unvorhersehbare Dinge reagieren und kann meine Ziele häufig gerade nicht verfolgen. Wenn also ein sehr intelligenter Mensch sich etwas Anspruchsvolles vorgenommen hat und dabei nicht gestört werden will, dann sollte er nicht Chef werden. Als Chef kann ich mich nicht in meinem Büro verschansen, wenn irgendwas aus dem Ruder läuft.  
**ZEIT:** Sie sagten eben, es gebe intro- und extravertierte Intelligente. Gibt es gar keine Unterschiede in der Persönlichkeit?  
**Stern:** Tatsächlich hat man nur bei einem einzigen Persönlichkeitsmerkmal einen kleinen Unterschied gefunden: Intelligente sind etwas offener für neue Erfahrungen als weniger Intelligente. Sie fühlen sich offenbar nicht so schnell durch Neues bedroht. Das mag daran liegen, dass sie sich eher zutrauen, damit klarzukommen.  
**ZEIT:** Wie gut kann man eigentlich seine eigene Intelligenz einschätzen?  
**Stern:** Nicht besonders gut. Die meisten Menschen überschätzen ihre IQ, das zeigen Studien. Und noch stärker überschätzen sie den IQ ihres Partners.

**ZEIT:** Und wie zuverlässig sind Intelligenztests?  
**Stern:** Man kann Intelligenz nicht so gut messen wie die Körpergröße oder das Gewicht, aber besser als alle anderen psychischen Eigenschaften, viel genauer etwa als die Persönlichkeit. Doch es ist ein relatives Merkmal, wir vergleichen ja immer mit dem Rest der Bevölkerung. Wenn es nur einen Menschen auf der Welt gäbe, könnte der sein Gewicht und seine Körpergröße feststellen, aber eben nicht seine Intelligenz. Weil er sich an niemandem messen könnte.  
**ZEIT:** Haben Sie selbst mal einen Intelligenztest gemacht?  
**Stern:** Natürlich. Gleich als ich anfing, Psychologie zu studieren.  
**ZEIT:** Und?  
**Stern:** Ziemlich gut! Danach dachte ich, jetzt werde ich Intelligenzforscherin!  
**ZEIT:** Wie viele Punkte hatten Sie?  
**Stern:** Das sag ich nicht!  
**ZEIT:** Warum nicht?  
**Stern:** Ich möchte diesen Wert nicht mit mir rumtragen wie meine Körpergröße. Und es wäre nicht seriös: In einer anderen Testsituation wäre höchstwahrscheinlich ein etwas anderer Wert rausgekommen – wenn auch kein völlig anderer.  
**ZEIT:** Und wem haben Sie die Zahl verraten?  
**Stern:** Niemandem ... doch: meinem damaligen Freund. Fand der nicht so toll.  
**ZEIT:** Sie sagten, Intelligenz sei reine Glückssache. Kann man also gar nichts daran ändern?  
**Stern:** Es kommt tatsächlich vor allem darauf an, ob man Glück in der Genlotterie bei der Zeugung hatte. Das ist wirklich nicht fair, auch weil heute im Leben mehr Intelligenz nötig ist. Früher war in vielen Berufen ja Körperkraft wichtiger.  
**ZEIT:** Kann man nicht etwas wettmachen, durch Fleiß oder Motivation?  
**Stern:** Das geht, allerdings in begrenztem Maße. Vor ein paar Jahren sorgte eine Studie für Aufregung, die angeblich gezeigt hatte, dass für den Erfolg in der Schule Selbstdisziplin wichtiger sei als der IQ. Das Problem war aber: Die getesteten Kinder waren alle ähnlich intelligent, und zwar überdurchschnittlich. Deshalb fielen Unterschiede in der Selbstkontrolle stärker ins Gewicht. Außerdem wurden sie in einem nicht sehr anspruchsvollen Gebiet der Mathematik getestet, da können auch weniger Intelligente mit Fleiß etwas ausgleichen. Sie haben mich übrigens noch gar nicht nach Unterschieden zwischen den Geschlechtern gefragt!  
**ZEIT:** Ich dachte, die gibt es kaum, außer beim räumlichen Denken, da liegen die Männer vorn.  
**Stern:** Das stimmt. Und unter den Minder- und Hochbegabten ist der Anteil der Frauen etwas geringer. Aber wenn sich Intelligenz immer direkt in Karrierewege umsetzen würde, müsste ein Drittel der Mathematikprofessoren weiblich sein! Die Intelligenz von Frauen wird nicht so ausgeschöpft wie die von Männern, das ist der größte Unter-

schied. Und das ist ein Problem in unserer Gesellschaft: wenn intelligente Menschen ihr Potenzial nicht entfalten können, wegen ihres Geschlechts oder auch wegen ihrer sozialen Herkunft.  
**ZEIT:** Wie war das bei Ihnen?  
**Stern:** Ich komme aus einer nordhessischen Bauernfamilie, da hat immer der älteste Sohn den Hof übernommen, während der jüngere studieren durfte. Ich war die Älteste, hatte aber das Glück, ein Mädchen zu sein, deshalb stellte sich die Frage nach dem Hoferbe nicht. Mein Vater war sehr intelligent, das zeigte auch ein Test, den ich mit ihm gemacht habe. Aber für ihn als ältesten Sohn war eben ein anderer Berufsweg vorgezeichnet. Wo ich das gerade sage: Es ärgert mich, dass ich das noch nicht erforscht habe – was können Menschen später im Leben noch nachholen, die ihr Potenzial erst einmal nicht ausschöpfen konnten?  
**ZEIT:** Kann man eigentlich im Laufe des Lebens intelligenter oder weniger intelligent werden?  
**Stern:** Die Intelligenz ist sehr stabil. Außer natürlich, wenn das Gehirn geschädigt wird, durch einen Unfall oder Demenz. Und wenn jemand sich über lange Zeit geistig gar nicht anstrengt, dann sinkt sicher die Leistung im IQ-Test um ein paar Punkte. Da gibt es noch Forschungsbedarf. Man kann aber davon ausgehen, dass intelligente Menschen einen gewissen Drang haben, dieses Potenzial irgendwie zu nutzen. Mein Vater zum Beispiel hat abends viel gelesen.  
**ZEIT:** Vor einiger Zeit erregten Studien Aufsehen, nach denen der IQ in mehreren Ländern gesunken ist, nachdem er lange gestiegen war. Was ist da dran?  
**Stern:** Die Untersuchungen basierten vor allem auf IQ-Tests von Rekruten in Skandinavien. Da hat man festgestellt, dass der Mittelwert ein bisschen runtergegangen ist. Der Effekt ist sehr klein, trotzdem muss man sich das anschauen. Dass es nicht weiter bergauf geht, ist aber nicht sehr verwunderlich, weil wir die Möglichkeiten, die Intelligenz zu entwickeln, schon ziemlich ausgeschöpft haben: bessere Ernährung und medizinische Versorgung, dazu längere Schulbildung. Ganz anders ist das, wie gesagt, bei der Umsetzung von Intelligenz in Bildungswege. Das ist unser Problem, nicht ein paar IQ-Punkte.  
**ZEIT:** Intelligente Menschen sind im Mittel erfolgreicher, gesünder, zufriedener – gibt es denn gar nichts, wofür Intelligenz von Nachteil ist?  
**Stern:** Einen einzigen Minuspunkt hat man entdeckt: Intelligente sind häufiger kurzsichtig. Möglicherweise wird das Wachstum von Gehirn und Auge von denselben Genen gesteuert. Wer ein größeres Hirn hat, hätte dann auch größere Augenlider, und das wiederum begünstigt Kurzsichtigkeit. Aber der Zusammenhang ist gering, und Kurzsichtigkeit ist ja auch kein Drama. Intelligenz schadet nicht.