



fit4change  
mit Corina Armonet  
Untere Rainstrasse 16  
CH-5042 Hirschthal  
kontakt@fit4change.net  
+41 (79) 240 64 27

AUGUST / 2023  
AUSGABE 14

## Gedanken-Nugget zu: Diderot-Effekt

Anregungen zu Themen aus dem und für den (Coaching-)Alltag



## Oder: Vom Wunsch nach Stimmigkeit

Der Diderot-Effekt, benannt nach dem französischen Philosophen Denis Diderot, umschreibt folgendes: Der Kauf eines neuen Gegenstands hat bisweilen den Erwerb weiterer Gegenstände zur Folge, um ein passendes Gesamtbild zu erschaffen. Das kann zu einem Kaufrausch führen. Es kann aber auch ein zurückhaltendes Kaufverhalten resultieren: Es wird nur das gekauft, was sich gut in Bestehendes integrieren lässt.

Aus psychologischer Sicht könnten als Erklärungsversuche die Gestaltpsychologie oder das Kohärenzgefühl dienen:

- a) Gestaltpsychologie beschreibt unsere Fähigkeit, Strukturen und Ordnungsprinzipien in Sinneseindrücken auszumachen. Gestaltgesetze sind z.B. das Gesetz der Nähe, der Ähnlichkeit, der Einfachheit bzw. Prägnanz, der Fortsetzung oder der Geschlossenheit;
- b) Das Kohärenzgefühl nach Antonovsky beschreibt die Resilienzfähigkeit von Menschen. Es meint die stimmige Verbundenheit mit sich selbst bzw. dem eigenen sozialen Gefüge. Es ist bestimmt durch Sinnhaftigkeit, Handhabbarkeit und Verstehbarkeit.

Was meint ihr? Könnte die Gestaltpsychologie und das Kohärenzgefühl den Diderot-Effekt triggern? Und: Inwiefern könnten wir uns die entstehende Energie in zielführender Art und Weise zunutze machen, wenn unserem Wunsch nach Stimmigkeit und einem positiven Selbstbild nicht mehr entsprochen wird? Vielleicht, indem wir – analog des Diderot-Effekts – etwas grundlegend oder minimal verändern?

Viel Spass beim darüber Nachdenken – Eure Corina.