

WEBTIPPS AUS DER REDAKTION



Erfrischend ehrlich: der Blog einer jungen Wissenschaftlerin über ihren Alltag mit Borderline.

Das Leben nach dem Kuckucksnest

Liesja Klotzbücher über
<https://thebigcuckoosnestdiary.wordpress.com>

Nina hat Borderline. Und sie bloggt unter einem Pseudonym darüber: »Life's a nuthouse« (»Das Leben ist ein Irrenhaus«) erzählt über ihren Alltag nach einem Psychiatrieaufenthalt, über Kartoffelsalat, Mutterliebe und Tabasco. Ihr Blog liest sich wunderbar – nachdenklich, selbstironisch, erfrischend ehrlich.

»So eine Persönlichkeitsstruktur ist anstrengend, aber niemals langweilig. Weder für mich. Noch für mein Umfeld«, sagt sie. Und langweilig wird es auch beim Lesen nicht. Weil Nina Dinge auf den Punkt bringt – und Talent fürs Schreiben hat: Sätze wie »Ich mag Menschen. Ich mag Menschen sogar sehr. Ich kann sie nur nicht um mich haben. Zumindest nicht immer. Und nur in homöopathischen Dosen« beschreiben die Störung treffender als so manches Lehrbuch. Ihren Kollegen hat die junge Wissenschaftlerin übrigens erzählt, sie hätte Burnout gehabt: »Das schien mir salonfähig.« Vielleicht hilft ihr Blog, über die Borderline-Persönlichkeitsstörung aufzuklären und die Stigmatisierung der Betroffenen zu überwinden.

Psychologie in 30 Lektionen

Steve Ayan über
youtube.com/user/crashcourse

Die Warnung vorneweg: Um an den Crashkursen der US-Video-blogger Hank und John Green Spaß zu haben, braucht man schon eine ziemlich große Portion Englischkenntnisse. Die Brüder reden schnell und witzig – und dabei kommt auch noch eine erstaunliche Menge Wissen rüber. Auf ihrem Youtube-Kanal (auch über Tumblr, Instagram, Facebook und anderswo abrufbar) veröffentlichen sie wöchentlich neue Episoden mit dem Wichtigsten aus vielen Wissensgebieten von Anatomie bis Weltgeschichte.

Darunter findet sich auch eine 30-teilige Serie zur Psychologie, die von Hank, dem jüngeren der beiden Greens, moderiert wird. Der jeweils 10- bis 15-minütige Mix aus Vortrag, Animationen und Take-Home-Botschaften vermittelt auf unterhaltsame Weise vieles, was man als interessierter (Noch-)Laie wissen muss – von den Anfängen der Psychologie als Wissenschaft bis hin zu Intelligenz, Persönlichkeit und psychischen Störungen.



Rasanter Crashkurs: John und Hank Green erklären auf Youtube die Welt der Wissenschaft.



Für einen ruhigen Abend daheim: ein Vortrag über Vorzüge von Menschen, die gern auf Trubel verzichten.

Vom Wert der Stille in einer lauten Welt

Christiane Gelitz über
ted.com/talks/susan_cain_the_power_of_introverts

Ausgerechnet einer Wall-Street-Anwältin ist es zu verdanken, dass ein unterschätztes Persönlichkeitsmerkmal rehabilitiert wurde: die Introversion. Wie in ihrem Buch-Bestseller »Quiet« (»Still«) spricht Susan Cain in diesem Vortrag aus der Reihe »TED-Talks« über jenes Drittel der Menschheit, das lieber einen ruhigen Abend zu Hause verbringt, als durch laute, überfüllte Bars zu ziehen. Sie selbst habe sich als Bücherwurm im Sommercamp fehl am Platz gefühlt, berichtet Cain. Ihre Erfahrungen stehen für die vieler Menschen: Den Leisen wird häufig das Gefühl gegeben, mit ihnen sei etwas nicht in Ordnung. Viele versuchen sich deshalb zu verbiegen. Doch das sei ein Verlust für alle, glaubt Cain. Wer sich am besten verkaufe, habe keineswegs immer die besten Ideen!

Ihrem ruhigen Naturell entsprechend brennt Cain kein rhetorisches Feuerwerk ab. Genug Zuhörer findet sie trotzdem – oder deswegen. Fast zwölf Millionen Menschen hat sie schon erreicht mit ihrer Botschaft: den Wert der Stille(n) in einer lauten Welt schätzen zu lernen.