

**TIPP**  
DES MONATS



ZDF / MICHA BOJANOWSKI

## Neustart fürs Gehirn: Wege aus der Depression

**Donnerstag, 13. Februar**

Dokumentation, 3sat, 20.15 Uhr

Rund ein Viertel der an Depression erkrankten Patienten sprechen weder ausreichend auf Psychopharmaka an noch auf eine Psychotherapie. Der Psychiater Irving Kirsch von der Harvard Medical School sieht in der lange verpönten Elektrokrampftherapie (EKT) eine Alternative. Während das Gehirn Stromstöße erhält, liegt der Patient in Narkose, wobei Relaxanzien das

Verkrampfen der Muskeln verhindern. Eine andere Möglichkeit ist die transkranielle Magnetstimulation, bei der gezielt bestimmte Hirnareale mit Hilfe starker Magnetfelder gereizt werden (siehe Bild). In den USA ist seit Anfang 2019 auch die »Partydroge« Ketamin als Therapeutikum zugelassen. Sie wirkt sehr schnell, was Schwerstdepressiven das Leben retten kann.

## TV

### **Dienstag, 11. Februar** **Diktator – ein Sozialexperiment**

*Dokumentation, ZDFneo, ab 2.55 Uhr (Nacht vom 10. 2. auf den 11. 2.)*

Acht junge Teilnehmer leben eine Woche lang in einer fiktiven Diktatur. Sie haben keinerlei demokratische Rechte, und Regelverstöße werden strengstens geahndet. Zwei Sozialpsychologen analysieren die Auswirkungen.

### **Glück**

*Planet Schule, Philosophische Gedanken, WDR, 7.20 Uhr*

Was hat Konsum mit Freiheit zu tun? Was ist Glück überhaupt? Richard David Precht nimmt die Zuschauer mit auf eine Gedankenreise ins Reich der Philosophie.

### **Mittwoch, 12. Februar** **Die wunderbaren Kräfte der Hypnose**

*Dokumentation, ORFIII, 21.55 Uhr*  
Medizinische Hypnose wird inzwischen zur

Therapie von Schmerzen, Nikotinabhängigkeit oder psychischen Belastungsstörungen eingesetzt. Wie funktioniert sie?

### **Humor heilt: Die Kraft der lachenden Medizin**

*Meryns Sprechzimmer, Gesprächsrunde, ORFIII, 22.45 Uhr*

Kann die Heilwirkung von Humor im Klinikalltag sinnvoll genutzt werden? Experten diskutieren mit dem Internisten Siegfried Meryn.

### **Donnerstag, 13. Februar** **Depression: Alte Mythen, neue Wahrheiten**

*Scobel, 3sat, 21 Uhr*  
Depressive Patienten müssen oft Monate auf eine Therapie warten. Ein Gespräch über mögliche Lösungen für dieses drängende Problem.

### **Samstag, 15. Februar** **Homöopathie: Sanfte Medizin oder Hokuspokus?**

*Dokumentation, arte, 21.50 Uhr*  
Die Sichtweisen der Kritiker und Anhänger

sind unvereinbar – oder vielleicht doch nicht?

**Dienstag, 18. Februar**  
**Michelle: Ein Leben auf der Achterbahn**

*Reportage, 3sat, 23.45 Uhr*  
Michelle hat keinen Schulabschluss, nimmt Drogen und leidet am Borderline-Syndrom. Als sie schwanger wird, muss sie zum ersten Mal Verantwortung für ihr Leben übernehmen. Ein Filmemacher begleitete Michelle 14 Jahre lang mit der Kamera.

**Freitag, 21. Februar**  
**Schmerz: Das können wir dagegen tun**

*Xenius, Wissensmagazin, arte, 16.55 Uhr*

Eine Psychotherapie kann helfen, die Schmerz Wahrnehmung zu verändern.

**Samstag, 22. Februar**  
**Die heilende Sprache der Pferde**

*Dokumentation, arte, 22.55 Uhr*  
Pferdegestützte Therapie gegen psychische Probleme? Manche schwören darauf, doch Krankenkassen bezweifeln die Wirksamkeit.

## Radio

**Dienstag, 25. Februar**  
**Pathologisches Grübeln**

*Sprechstunde, Deutschlandfunk, 10.10 Uhr*

Fragen zum Thema beantwortet Tobias Teismann, Leiter des Zentrums für Psychotherapie an der Ruhr-Universität Bochum.  
Telefon: 0800 44644464,  
E-Mail: sprechstunde@deutschlandfunk.de

**Schiefhals, Zählzwang, Blackout**

*Musikszene, Deutschlandfunk, 22.05 Uhr*

Was tun, wenn den Hornisten die Panik vor dem Solo packt? Der Psychiater und Counter-tenor Peer Abilgaard gründete 2009 an der Musikhochschule Köln das Peter-Ostwald-Institut für Musiker-gesundheit.

**Donnerstag, 27. Februar**  
**Die gekränkte Gesellschaft**

*Feature, Deutschlandfunk Kultur, 19.30 Uhr*  
Kränkungen sind die häufigste Ursache zwischenmenschlicher Probleme. Sind sie Ausdruck einer persönlichen Überempfindlichkeit oder realer Ungerechtigkeiten?

*Kurzfristige Programm-änderungen der Sender sind möglich. Zum Zeitpunkt der Drucklegung lagen uns keine späteren Sendetermine vor. Diese können Sie ab dem 6.3. 2020 kostenlos abrufen unter: [www.spektrum.de/magazin/gehirn-und-geist/](http://www.spektrum.de/magazin/gehirn-und-geist/)*

## Spektrum LIVE

Veranstaltungen des Verlags  
Spektrum der Wissenschaft

# Die Spektrum-Schreibwerkstatt

Möchten Sie mehr darüber erfahren, wie ein wissenschaftlicher Verlag arbeitet, und die Grundregeln fachjournalistischen Schreibens erlernen?

Dann profitieren Sie als Teilnehmer des **Spektrum-Workshops** »Wissenschaftsjournalismus« vom Praxiswissen unserer Redakteure.

Ort: Heidelberg  
Spektrum-Workshop »Wissenschaftsjournalismus«  
Preis: € 139,- pro Person  
Sonderpreis für Abonnenten: € 129,-

Infos und Anmeldung:

**Spektrum.de/schreibwerkstatt**