



AVID\_CREATIVE / GETTY IMAGES / ISTOCK

**TIPP**  
DES MONATS

## Challenge – Warum wir gerne an unsere Grenzen gehen

**Montag, 16. Dezember**

Xenius, Wissenschaftsmagazin, arte, 16.50 Uhr

Ob Base-Jumping oder aberwitzige Selbstversuche: Wer hat am meisten Wäscheklammern im Gesicht? Traust du dich, vom Hotelbalkon in den Pool zu springen? Oft sind es nur harmlose Späße, manche »Challenges« aber enden tödlich. Auch die Moderato-

ren wollen ihre Grenzen austesten und nehmen dafür an einem Extrem-Hindernislauf teil: Sie robben durch Schlamm, klettern Wände hoch und balancieren über Seile. Warum wir die Herausforderung suchen, erklärt der Leipziger Sportpsychologe Oliver Stoll.

## TV

**Samstag, 7. Dezember**  
**Mann? Frau? Oder beides?**

*Mysterien des Weltalls, Wissenschaftsmagazin, ZDFinfo, 4.30 Uhr*  
Zumindest psychologisch gesehen scheint der Unterschied zwischen den Geschlechtern fließend zu sein, meinen immer mehr Forscher. So fand die Neurowissenschaftlerin Daphna Joel bei ihrer akribischen Analyse von mehr als

1400 Gehirnen stets ein Mosaik aus weiblichen und männlichen Anteilen.

**Montag, 9. Dezember**  
**Zeit des Erwachens**

*Filmdrama (1990), arte, 20.15 Uhr*  
Im Jahr 1969 entdeckt der New Yorker Neurologe Dr. Sayer, dass mehrere seiner vollkommen bewegungsunfähigen Patienten empfänglich für emotionale Reize sind. Sayer testet an ihnen das damals noch nicht zugelassene Mittel L-Dopa, worauf sie aus

ihrer Erstarrung »erwachen«. Der Film beruht auf den Erinnerungen des Neurologen Oliver Sacks (1933–2015).

**Freitag, 13. Dezember**  
**Was unser Schmecken beeinflusst**

*Xenius, Wissenschaftsmagazin, arte, 16.40 Uhr*  
Fünf Geschmacksrichtungen nimmt unsere Zunge wahr – süß, salzig, sauer, bitter und umami, ein Geschmack, der oft als »fleischig« oder »würzig« umschrieben wird. Köche, Wissenschaftler und

Sommeliers wollen das Geheimnis des Schmeckens lüften.

**Samstag, 14. Dezember**  
**Schlaganfall: Jede Minute zählt**

*Dokumentation, arte, 22 Uhr*  
Nach einem Schlaganfall leidet fast die Hälfte der Patienten an Folgeschäden wie halbseitigen Lähmungen. Bei der Rehabilitation kann es helfen, ihnen mit einem Spiegel vorzugaukeln, die betroffene Körperseite sei wieder funktionstüchtig.

### Sonntag, 15. Dezember Vollgas brutal – Was tun gegen Rüpel und Raser?

*Dokumentation, ZDFinfo,  
6.45 Uhr*

In fast allen europäischen Ländern gilt ein Tempolimit. Nicht so auf Deutschlands Autobahnen: Drängeln und riskante Manöver machen die Straßen lebensgefährlich. Zu Wort kommen Verkehrspsychologen, Polizisten, ertappte Raser und Hinterbliebene von Unfallopfern.

### Spenden: Licht und Schatten

*sonntags, Magazin, ZDF,  
9.03 Uhr*

Der Dezember ist mit Abstand der Monat, in dem am meisten gespendet wird – warum eigentlich? Über die psychologischen Motive des Geldgebens sowie die dunklen Seiten der Spendenindustrie.

### Dem Verbrechen auf der Spur – Das Profil des Täters

*Dokumentation, ZDFinfo,  
16 Uhr*

Psychologische Forensiker analysieren Verhaltensmuster und psychische Dispositionen der gesuchten Täter. Die Sendung illustriert die Arbeit von »Profilern« anhand abgeschlossener Fälle.

### Was künstliche Intelligenz wirklich kann

*MDR Wissen, Magazin,  
22.25 Uhr*

Entwickler Sven hat sich eine hübsche blonde

Hologramm-Frau erschaffen. Leider ist sie nicht besonders schlau, weshalb er seine KI-Schöpfung in die Welt schickt: zum Roboterbaby iCub nach Genua, zur Facebook-AI nach Paris und in das Zentrum für Cognitive Science nach Darmstadt.

### Montag, 16. Dezember Das Unbewusste

*Mysterien des Weltalls,  
Wissenschaftsmagazin,  
ZDFinfo, 23.15 Uhr*  
Forscher wollen das Unbewusste entschlüsseln – eine scheinbar unlösbare Herausforderung. Hilft dabei die Analyse von Träumen?

### Mittwoch, 18. Dezember Seltsame Verhaltensweisen

*Taboo (Teil 4/8), Doku-  
serie, National Geographic  
Channel, 1.15 Uhr (Nacht  
vom 17.12. auf den 18.12.)*  
Eine junge Frau, die sich immer wieder selbst verletzt; ein Mann, der als notorischer Faulpelz gilt, weil er ständig einschläft: Oft können die Betroffenen ihr Verhalten nicht kontrollieren, weil es sich um ernste Störungen handelt.

### Montag, 23. Dezember Von der Sehnsucht nach dem Licht

*Film, MDR, 22.05 Uhr*  
Im Winter beginnt für die Menschen im Erzgebirge die hellste Zeit des Jahres: Meterhohe Pyramiden erstrahlen auf Marktplätzen, und Lichtbogen leuchten in allen Fenstern. Die Tradition wurzelt in der Arbeit unter Tage und

der Freude der Bergleute, wenn sie nach der dunklen Arbeit endlich wieder das Tageslicht erblicken.

### Freitag, 27. Dezember Lichtverschmutzung: Der helle Wahnsinn

*Reportage, arte, 19.40 Uhr*  
Grelle Dauerbeleuchtung in Städten und Dörfern kostet nicht nur das Erlebnis echter Nächte, sondern kann auch den Schlafwach-Rhythmus und die Hirnfunktion stören.

## Radio

### Dienstag, 10. Dezember Dann heul doch! Über das Jammern

*SWR2 Leben, 15.05 Uhr*  
Wenn andere jammern, nervt das. Aber ist es nicht so, dass es jedem hin und wieder guttut? Ein Gespräch mit der Buchautorin und Philosophin Ute Lauterbach, der Journalistin Constanze Kleis und dem Sozialpsychologen Dieter Frey.

### Mittwoch, 11. Dezember Der Einfluss digitaler Medien auf die früh- kindliche Entwicklung

*Dimensionen, Ö1,  
19.05 Uhr*  
Kinderärzte schlagen Alarm: Bei vielen Kindern mit der Diagnose Autismus ist die soziale Entwicklung möglicherweise aus ganz anderen Gründen schwer gestört. Sie wurden bereits als Babys stundenlang mit den bewegten Bildern auf Handy oder Tablet »ruhiggestellt«.

### Samstag, 14. Dezember Gegen Mobbing an Schulen – Das Olweus-Programm

*SWR2 Wissen, 8.30 Uhr*  
Gewalt an Schulen ist ein akutes Problem. Einige Schulen in Baden-Württemberg testen nun ein Präventionsprogramm des norwegischen Psychologen Dan Olweus, das in Skandinavien die Mobbingfälle an Schulen um bis zu 70 Prozent reduzierte.

### Mittwoch, 18. Dezember Im Flow – Mit Selbstvergeessenheit zum Erfolg?

*SWR2 Wissen, 8.30 Uhr*  
In selbstvergeessenen Momenten – etwa beim Sport, Musizieren oder Malen – scheinen Körper und Geist in perfekter Balance zu sein. Kann man das zur »Selbstoptimierung« nutzen?

### Sonntag, 29. Dezember Da weiß man, was man hat: Deutsche Werbewelten

*Freistil, Feature, Deutsch-  
landfunk, 20.05 Uhr*  
Bilder und Melodien guter Werbung graben sich tief in die Erinnerungen ein. Warum können wir ihr uns so schlecht entziehen?

*Kurzfristige Programm-  
änderungen der Sender  
sind möglich. Zum Zeit-  
punkt der Drucklegung  
lagen uns keine späteren  
Sendetermine vor. Diese  
können Sie ab dem 10. 1.  
2020 kostenlos abrufen  
unter: [www.spektrum.de/  
magazin/gehirn-und-geist/](http://www.spektrum.de/magazin/gehirn-und-geist/)*