



Wohlbefinden statt Wohlstand

Der Bestsellerautor Stefan Klein hält Glück für den wichtigsten Wirtschaftsfaktor

Unsere Gesellschaft braucht neue Ziele. So bringt es Stefan Klein, international bekannter Wissenschaftsautor und ehemaliger Redakteur des »Spiegel«, auf den Punkt. Ungewöhnlich ist diese Forderung nicht. Ungewöhnlich ist aber das ökonomische Ziel, das sich die Gesellschaft laut Klein zukünftig setzen sollte: das Streben nach Glück – Wohlbefinden statt Wohlstand.

Glück und Wohlbefinden sind keine Begriffe, die man allgemein mit Ökonomie in Zusammenhang bringt. Dabei besteht hier kein Widerspruch, wie Klein überzeugend darlegt. Die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts war in Europa und insbesondere in Deutschland geprägt vom Wirtschaftswunder, das vielen Menschen Wohlstand brachte. In dieser Zeit entwickelte sich das Bruttoinlandsprodukt als Messgröße für die Stärke einer Wirtschaft zur »mächtigsten Zahl der Menschheitsgeschichte«, wie es der Politikwissenschaftler Philipp Lepenies nennt. Dass aber Wohlstand gleichbedeutend ist mit Wohlbefinden, bezeichnet Klein als eine der größten Illusionen des 20. Jahrhunderts.

Den Grund dafür sieht er in der menschlichen Natur. So unterscheidet er zuerst zwischen den Begriffen »Glück haben« und »glücklich sein«, die erstaunlich wenig miteinander gemeinsam haben. Auch zwischen »Zufriedenheit« und »Glück« muss

man differenzieren, denn während Ersteres als Konstrukt aus Erinnerung und Verstand bei den meisten Menschen sehr konstant bleibt, kann Letzteres nicht dauerhaft sein. Jeglicher Erfolg und Zugewinn, auch ein dauerhafter, wird das Glücksgefühl eines Menschen nur kurzfristig erhöhen. Dazu kommt, dass man sich an Glück gewöhnt wie an eine Droge; letztlich entsteht das positive Gefühl in beiden Fällen durch die Ausschüttung von Dopamin, die bestimmte Verhaltensweisen verstärkt. So kommt es dazu, dass ein Verhalten, das uns einst glücklich gemacht hat, es mit der Zeit nicht mehr tut – es sei denn, es wird durch immer neue Anreize gesteigert. Sozialpsychologen sprechen von einer hedonistischen Tretmühle, da man dem Glücksgewinn hinterherlaufen muss.

Wie kann aber nun die Politik von diesen Erkenntnissen profitieren? Welchen Unterschied macht es, wenn sie das Wohlbefinden der Bürger zur Maxime erhebt? Zuerst macht Klein deutlich, dass auch eine Ökonomie des Glücks wirtschaftliche Kenngrößen wie das Bruttoinlandsprodukt und den Unternehmensgewinn ernst nimmt. Doch das langfristige Ziel sei, das Wohlbefinden der Bürger zu steigern. Dazu benötigen Menschen nicht mehr Geld, sondern mehr Selbstbestimmung und Sinn in ihrem Leben und Tun. Wohlstand wird somit ein Mittel zum Zweck, um die Basis dafür zu schaffen, dass Menschen überhaupt glücklich

werden können. Denn – auch das hat die Forschung gezeigt – eine gewisse wirtschaftliche Grundlage, ein bestimmtes Einkommen, eine Absicherung braucht der Mensch, damit Existenzsorgen nicht das Denken bestimmen. Darüber hinaus macht mehr Geld allerdings nur kurzfristig glücklich (und das auch in abnehmendem Maß, je mehr schon vorhanden ist). Die Möglichkeit, eigene Entscheidungen zu treffen, etwa den Beruf zu wählen oder wo und wie viel man arbeitet, sowie das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun, erhöhen das Wohlbefinden dagegen dauerhaft. Zusammenarbeit und Fairness sind weitere Grundpfeiler des Glücks, und so führt das Streben nach Wohlbefinden die Menschen – wie Klein es formuliert – aus ihrer Vereinzelung hinaus.

Dadurch wird das Streben nach Glück schließlich wirtschaftlich profitabel. Einerseits sind glückliche Menschen leistungsbereiter, andererseits übernehmen sie bereitwilliger Aufgaben, die das Zusammenleben in einer Gesellschaft erleichtern und den Staat (finanziell) entlasten. Daher sollte dieser eine regelmäßige Bestandsaufnahme durchführen: Wie groß ist das Wohlbefinden seiner Bürger, und wodurch wird es beeinflusst? Während manche Länder wie Großbritannien, Frankreich, Australien und der Himalaya-Staat Bhutan hier bereits sehr weit sind, hängt Deutschland noch hinterher. Zu Recht fordert der Autor deshalb: »Es ist Zeit, dass sich Deutschland dem Wohlbefinden seiner Bürger mit Ernsthaftigkeit widmet.«

Kleins Essay ist Teil eines multidisziplinären Diskurses zum Thema »Ökonomien der Zukunft« und mit 76 reinen Textseiten schnell zu lesen. Die Kürze schadet dem Buch aber nicht. Es sollte Pflichtlektüre für alle Politiker und Entscheidungsträger werden, denen die Zukunft des Wirtschaftsstandorts Deutschland und das Wohlbefinden seiner Bürger gleichermaßen wichtig sind.

Larissa Tetsch ist promovierte Molekularbiologin und Wissenschaftsautorin bei München.

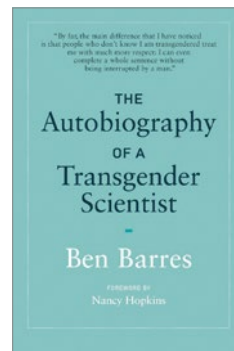


★★★★★

Stefan Klein

**DIE ÖKONOMIE
DES GLÜCKS**

*Nicolai Publishing & Intelligence,
2018, 88 S., € 20,-*



★★★★★

Ben Barres

**THE AUTOBIOGRAPHY
OF A TRANSGENDER
SCIENTIST**

MIT Press, 2018, 160 S., € 18,79

*Engelsprachige Original-
publikation*

Eine einzigartige Perspektive

*Einblicke in Leben und Werk des transsexuellen
Neurowissenschaftlers Ben Barres*

Ben Barres, geboren 1954 als Barbara Barres, lebte mehr als 40 Jahre in der ihm biologisch zugewiesenen Rolle: als Frau. Er fühlte sich nie wohl in seiner Haut und litt schon in der Jugend unter seiner Geschlechtsdysphorie. Dass auch andere Ähnliches empfinden, lernte er erst in den 1990er Jahren durch einen Zeitungsartikel über den Transgender-Aktivistin Jamison Green. Die Entscheidung, fortan als Ben durchs Leben zu gehen, fiel ihm nicht leicht – er hatte sich zu diesem Zeitpunkt als Barbara schon eine wissenschaftliche Karriere aufgebaut und fürchtete negative Konsequenzen. Doch er erfuhr Unterstützung von der Familie, Freunden und Kollegen.

Seine Erfahrung prägte zweifellos Bens Blick auf die Ungleichberechtigung von Frauen in der Wissenschaft. Als Barbara habe er sich nie benachteiligt gefühlt, schreibt er, doch als Ben sah er die vielen Ungerechtigkeiten, denen Forscherinnen ausgesetzt sind. Nancy Hopkins, Biologieprofessorin am MIT und eine langjährige Vertraute von Barres, schreibt im Vorwort ein wenig mehr über Bens Aktivismus, der im Buch insgesamt zu kurz kommt.

Ben widmet unterdessen seiner Forschung ein eigenes Kapitel. Darin beschreibt er detailliert, welche Erkenntnisse sein Team und er im Bereich der Gliaforschung gewonnen haben. Lange hielt man diese Zellen, die einen Großteil der Hirnmasse ausmachen, lediglich für »Nervenkitt«. Bens Labor lieferte jedoch Belege, dass die Zellen in vielen physiologischen und pathologischen Prozessen eine Rolle spielen. Leider verläuft Ben sich bei seinen Ausführungen im Fachjargon. Der Abschnitt setzt zudem einiges an Wissen über neurobiologische Vorgänge voraus. Deshalb wird er nur Experten ohne Fragezeichen zurücklassen. Schade, denn Bens Arbeit hat die Forschung zu Gliazellen angekurbelt.

Insgesamt wirkt das Buch wie eine Kollage aus Kapiteln, die nicht richtig zusammenpassen wollen. Es

beginnt als sehr persönliche Reise, die in eine wissenschaftliche Abhandlung mündet, um dann noch einen Sprung zum Aktivismus zu wagen. Vielleicht ist das auch den Umständen geschuldet, unter denen Ben seine Autobiografie schrieb: Er verfasste sie in den Monaten, nachdem im März 2016 bei ihm Bauchspeicheldrüsenkrebs diagnostiziert wurde. In vielen Passagen wirkt der Text roh – wie hastig abgetippt und später kaum überarbeitet. Auch ein roter Faden fehlt.

Bens Stärke und seine Überzeugungen scheinen dennoch immer wieder durch. Er wird nicht müde, seine Wertschätzung für die jungen Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen, die er im Lauf seiner Karriere betreut hat, zu betonen. Ben hatte keine Kinder; über seine Arbeitsgruppe spricht er wie über eine Familie. Mehr als alles andere wollte er seinen Schützlingen zum Erfolg verhelfen und dazu beitragen, den Forschungsbetrieb zu einem besseren Ort zu machen. In vielerlei Hinsicht hat er das auch getan.

Ben Barres starb 2017 im Alter von 63 Jahren.

Michaela Maya-Mrschik ist promovierte Molekularbiologin und Redakteurin bei »Gehirn & Geist«.



Asmus Finzen

NORMALITÄT

Die ungezähmte Kategorie in Psychiatrie und Gesellschaft

Psychiatrie, 2018, 144 S., € 20,-

Ganz normal verrückt

Ein Psychiater rät zu Gelassenheit und Toleranz gegenüber psychischen Störungen

Philippe Pinel, ein französischer Arzt und Psychiater, stellte Ende des 18. Jahrhunderts als junger Hochschullehrer ein weit verzweigtes System mit 700 Krankheitsdiagnosen auf. Sein Vorbild war der schwedische Botaniker Carl Linné, der die Pflanzenwelt akribisch geordnet hatte. Als Pinel jedoch 1794 die Leitung des Pariser Nervenkrankenhauses

Spektrum LIVE

Reisetermine des Verlags
Spektrum der Wissenschaft

EVENTS

REISE ZU ISLANDS FASZINIERENDER GEOLOGIE FÜR SPEKTRUM-LESER

Island ist eine absolute Ausnahmeerscheinung unter den Ländern der Welt: atemberaubende Schönheit, große und beeindruckende Wasserfälle, dampfende Geysire, Eis und Feuer auf engem Raum, unendliche Weite. Farben, die man nur auf fremden Planeten vermuten würde. Island ist aber auch geologisch so gut wie einzigartig. Für Sie als Spektrum-Leser haben wir gemeinsam mit dem Veranstalter **Mol Reisen** **zwei besondere Geologie-Reiseerlebnisse ausgewählt**, die Sie zu Vorzugskonditionen buchen können.

Mit dem Code »Spektrum« bei Buchung einer der Reisen erhalten Sie für sich und maximal eine mitreisende Person einen Rabatt von fünf Prozent auf den Reisepreis (Zusatzleistungen ausgeschlossen):

<https://mol-reisen.de/lernen-und-verstehen-island/>

Infos und Buchung:

Spektrum.de/live

Salpêtrièrè übrènahm, rèduzièrte èr sèin System auf sèiben Diagnosen.

Diese Anekdote erzàhlt Asmus Finzen in seinem Buch »Normalitât«, in dem er sehr eloquent die »Kolonisierung des Normalen durch Diagnostik und Klassifikation« anprangert. Denn leider ist es bei den sieben Diagnosen von Pinel nicht geblieben. Eines der wichtigsten aktuellen psychiatrischen Klassifikationssysteme, das DSM-5 der Amerikanischen Psychiatrischen Gesellschaft, verzeichnet 374 Krankheiten und Störungen.

Kein Wunder also, dass kaum noch ein Patient die psychiatrische Klinik mit weniger als drei Diagnosen verlässt. Häufigkeitsangaben in den Medien sind sogar so übertrieben, dass Finzens Kollege Klaus Dörner bei einer Auswertung von Medienberichten zu dem Ergebnis kam, jeder Deutsche müsse unter zwei bis drei psychischen Störungen leiden. Ja, sind wir denn alle verrückt geworden?

Finzen bemängelt, die »wundersame Vermehrung an Diagnosen« habe nicht zu einem besseren Verständnis psychischer Störungen beigetragen, sondern

vielmehr zu einer »Zersplitterung der psychiatrischen Diagnostik« und einer »Vermehrung der Unübersichtlichkeit« geführt. Er vertritt daher die Ansicht, dass Patienten mit einer kleineren Zahl von Diagnosen besser gedient wäre.

Darüber hinaus rät der Mediziner in seinem Buch zu mehr Gelassenheit: Selbst schwere psychische Störungen wie zum Beispiel die Schizophrenie sind in gewisser Weise »normal« – so wie andere schwere Krankheiten, etwa Krebs oder Schlaganfall, auch. Wenn jemand körperlich krank sei, so Finzen, »würde niemand auf die Idee kommen, zu behaupten, der sei nicht normal«. Anders bei psychisch erkrankten Menschen, die schnell als unberechenbar und gefährlich gelten, gefördert durch Schlagzeilen wie »Mord im Wald: Irrer ersticht Joggerin«.

Asmus Finzen ist es ein Anliegen, gegen die Stigmatisierung von psychischen Störungen anzukämpfen und falscher Panik Aufklärung entgegenzusetzen. Der erfahrene Psychiater, Professor für Sozialpsychiatrie und ehemalige Klinikleiter hat ein gut lesbares Werk – eine Mischung aus Streitschrift und Ratgeber –

Spektrum LIVE

Reisetermine des Verlags
Spektrum der Wissenschaft

EVENTS

DREI BESONDERE REISEZIELE FÜR SPEKTRUM-LESER

Für unsere Leser haben wir gemeinsam mit dem Veranstalter **travel-to-nature** drei besondere Reiseerlebnisse ausgewählt, die Sie zu Vorzugskonditionen buchen können. Erleben Sie die **Schönheit Namibias**, die bunte **Kultur Perus** oder lassen Sie sich bei einer Fotoreise durch **Costa Rica** die Vielfalt des grünen Landes zeigen.

Mit dem Code »Spektrum« bei Buchung einer der Reisen erhalten Sie für sich und maximal eine mitreisende Person einen Rabatt von fünf Prozent auf den Reisepreis (Zusatzleistungen ausgeschlossen):

www.travel-to-nature.de/spektrum-leserreisen/

Infos und Buchung:

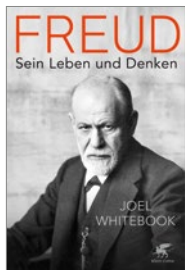
Spektrum.de/live

verfasst, das man psychisch erkrankten Menschen und ihren Angehörigen nur empfehlen kann. Denn man erfährt genau, welche Krankheitsbilder es gibt, wie psychiatrische Untersuchungen ablaufen und dass ohne Vertrauen zwischen Patient und Arzt leicht Fehler passieren.

Ein Minuspunkt ist, dass man sich bei der Lektüre manchmal in die 1970er Jahre zurückversetzt fühlt, in denen der inzwischen 79-jährige Psychiater seine wichtigsten wissenschaftlichen Impulse erhielt. Zwar berücksichtigt er neue Daten, aber kaum neuere Theorien.

Und anders als der Titel erwarten lässt, betrachtet er die Kategorie »Normalität« nicht tiefer gehend analytisch. Vielleicht liegt das an einer Tatsache, die der Autor selbst eingesteht: »Psychiater sind allenfalls Experten für das Unnormale, das Pathologische, das Kranke. Vom Normalen haben sie von ihrer Profession her keine Ahnung.«

Judith Rauch ist Diplombiologin und Wissenschaftsjournalistin. Auch zu ihrer Familie gehören ganz normale Verrückte.



★★★★★

Joel Whitebook

**FREUD: SEIN LEBEN
UND DENKEN**

*Aus dem Englischen von Elisabeth
Vorspohl
Klett-Cotta, 2018, 559 S., € 32,-*

Die verlorene Mutter und die verlorene Vernunft

*Eine philosophische Sicht auf das Leben
Sigmund Freuds*

Wie schreibt man eine Biografie über eine Person, über die bereits alles gesagt zu sein scheint? Dieser Mammutaufgabe stellt sich der Psychoanalytiker und Philosoph Joel Whitebook, der bereits mit seinen früheren Werken von sich reden machte, die unter anderem die kritische Theorie und die Psychoanalyse vereinten.

In seinem Buch hat Whitebook einen neuen Ansatz verfolgt. Statt chronologisch die Lebensdaten Freuds aneinanderzureihen, steht zunächst eine Leerstelle im Vordergrund: Freuds Mutter. Wer Freuds Theorie kennt, wird sich wundern, dass die Beziehung zu seiner eigenen Mutter eine scheinbar untergeordnete Rolle spielt. Die verschiedenen Gründe für diese Lücke,

die durchaus mit Freuds Verständnis der menschlichen Psyche und den von ihm entwickelten Konzepten zusammenhängen, erörtert der Autor ausführlich.

Die zweite Frage, die im Fokus steht, ist die nach dem Verhältnis der Psychoanalyse zur Rationalität. Whitebook betrachtet den Vorwurf der Unwissenschaftlichkeit näher, mit dem die Psychoanalyse immer wieder zu kämpfen hat. Dabei stellt er die freudsche Wahrheitssuche in den Tiefen der irrationalen menschlichen Seele in eine Reihe mit der dialektischen Arbeit Georg Wilhelm Friedrich Hegels 100 Jahre zuvor. In diesem Zusammenhang bezeichnet er Freud als Vertreter der »dunklen Aufklärung«. Diese Variante der Aufklärung, die zunächst parallel zu der bekannten geistigen Strömung des 18. Jahrhunderts wuchs, antwortete auf die Vorwürfe der Gegenaufklärung, die der irrationalen Seite des Lebens zu ihrem theoretischen Recht verhelfen wollte, indem sie Irrationales akzeptierte und in ihre Theorie integrierte. Wie sich diese Prämisse auf Sigmund Freud übertragen lässt, scheint augenfällig, denn seine Theorie fasst das Unbewusste, das nicht nach rationalen Gesichtspunkten strukturiert ist, als einen der zentralen Treiber menschlichen Verhaltens auf.

Die größte Stärke der Biografie ist, dass sie Freuds Leben anhand zweier neuer, interessanter Thesen über die Psychoanalyse aufarbeitet. Dabei verwendet der Autor eine verständliche Sprache und verzichtet weitestgehend auf undurchsichtige Fachbegriffe. Vorkenntnisse sind zwar von Vorteil, aber nicht unbedingt nötig.

Einziger Wermutstropfen sind die seltenen, polemisierenden Ausführungen zur Philosophie der Postmoderne, die undifferenziert als »hypomanische Feier des ›Endes der Vernunft‹ und des ›Endes des Subjekts‹ verunglimpft wird. Solch eine Verallgemeinerung, die in Ausnahmefällen durchaus zutreffen mag, kann allerdings die Lektüre des großartigen Werks kaum trüben. Es ist jedem zu empfehlen, der sich dafür interessiert, wie ein Mann vor gar nicht allzu langer Zeit eine ganze Wissenschaft begründet und im Zuge dessen einen paradigmatischen Wandel der gesamten Geisteswissenschaft angestoßen hat.

Maxime Pasker ist Philosoph und Literaturwissenschaftler. Er lebt in Obersulm.

Spektrum der Wissenschaft und Springer Science+Business Media gehören beide zur Verlagsgruppe Springer Nature. Dies hat jedoch keinen Einfluss auf die Auswahl der besprochenen Bücher oder die Inhalte der Rezensionen. Wir behandeln Titel aus dem Springer-Verlag mit demselben Anspruch und nach denselben Kriterien wie Titel aus anderen Verlagen.



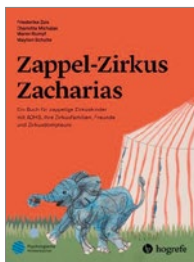
★★★★★

Joan Schaaf, Wiebke Andersen,
Meera Roth, Marie-Luise Salzmann

IN GEDANKEN EIN FUCHS

Ein Buch für sozial ängstliche Kinder, die selbst kleine Füchse sind

Hogrefe, 2018, 80 S., € 24,95



★★★★★

Frederike Zais, Charlotte Michalak,
Maren Rumpf, Maylien Schulte

ZAPPEL-ZIRKUS ZACHARIAS

Ein Buch für zappelige Zirkuskinder mit ADHS, ihre Zirkusfamilien, Freunde und Zirkusdompteure

Hogrefe, 2018, 72 S., € 24,95

Wenn Lea zum Fuchs wird

Hilfe für Kinder mit sozialen Ängsten und ADHS – sofern Erwachsene mitziehen

Ob Ängste, trübe Gedanken oder Konzentrationsschwierigkeiten – nicht nur Erwachsene haben Sorgen: Manchmal liegt schon den Kleinsten etwas schwer auf dem Herzen. Kindern den Umgang mit manchen solcher Probleme zu erleichtern, ist das Anliegen der psychologischen Kinderbücher »In Gedanken ein Fuchs« und »Zappel-Zirkus Zacharias«.

In »In Gedanken ein Fuchs« begleiten die Leser Lea, die mit einem mulmigen Gefühl in ihren ersten Schultag startet. Als die anderen Kinder sie zum Spielen auffordern, wird sie von ihrer Angst, bei anderen anzuecken, übermannt und verwandelt sich in einen Fuchs, der einfach davonläuft. Im Wald trifft sie auf ihren imaginären Freund, den Kängubär Pocci, der sich mit ihr auf die Reise zu ihrem Gedankenfluss macht. Dort schwimmen ihre »Angstfische«, die es in gute Gedanken umzuwandeln gilt.

»Zappel-Zirkus Zacharias« handelt von dem zappeligen Zirkuselefanten Enno, dessen schwierigstes Kunststück es ist, die Flamingodame Rosella behutsam durch die Manege zu tragen. Im Lauf der Geschichte erfährt Enno auch, warum das so ist: Offenbar wohnt der Zappelfloh Zacharias in seinem Ohr, der es ihm so schwer macht, sich still zu verhalten. Gut, dass Dompteur Daniel weiß, wie man den Floh zähmt!

Die beiden Bücher richten sich an Grundschulkin- der im Alter von sechs bis zwölf Jahren, die an einer sozialen Phobie beziehungsweise unter ADHS leiden, sowie an deren Eltern, Angehörige und Therapeuten. Sie entstammen zwei Seminarveranstaltungen an der Philipps-Universität Marburg, in deren Rahmen zunächst Studierende des Instituts für Bildende Kunst die Entwürfe für die Kinderbücher erarbeiteten. Anschließend bearbeiteten und ergänzten Psycholo- giestudenten die Texte.

Während die Leser im ersten Teil Leas beziehungs- weise Ennos Geschichte erfahren, folgen im zweiten Teil Mitmachübungen, die den betroffenen Kindern helfen sollen, ihre Symptome besser zu verstehen und zu bewältigen. Dabei spinnen die Autoren die zuvor benutzten Metaphern weiter, indem sie ihre kleinen Leser zum Beispiel dazu auffordern, ihre eigenen Angstfische zu benennen, oder auf die Jagd nach Erdnüssen für die Zirkustiere schicken. Am Schluss folgen weiterführende Informationen für Erwachsene, die unter anderem die Kontaktdaten von Beratungs- stellen enthalten und den Angehörigen die Suche nach professioneller Hilfe für ihr Kind erleichtern sollen.

Leider passt in beiden Werken die anspruchsvolle zweite Buchhälfte nicht wirklich zur ersten. Das fällt vor allem bei »In Gedanken ein Fuchs« auf: Während Leas Geschichte mit wenigen Worten und vielen Bildern aufwartet, sollen die Kinder im zweiten Teil plötzlich ein eigenes Angsttagebuch führen und das abstrakte Konzept einer Angst- kurve verstehen. »Zappel-Zirkus Zacharias« ist insgesamt etwas komplexer und in sich stimmiger aufgebaut, doch auch hier zieht das Niveau in der zweiten Hälfte deutlich an, wenn plötzlich von Begriffen wie »vorwiegend hyperaktiv-impulsiver Subtyp« die Rede ist – nicht gerade eine kindgerechte Sprache.

Während sich ältere Kinder von den simplen Geschichten und dem Bilderbuchcharakter der beiden Werke womöglich schnell gelangweilt fühlen, steigen jüngere bei den Übungen unter Umständen aus. Um die Bücher richtig zu nutzen, braucht es deshalb in jedem Fall einen Erwachsenen, der die Kinder behutsam beim Lesen begleitet oder ihnen vorliest und bei den Übungen hilft. Vor allem »Zappel-Zirkus Zacharias« enthält viele Vorschläge, die es Eltern, Lehrern und Therapeuten erleichtern, auf Grundlage der Bücher mit betroffenen Kindern zu arbeiten – sei es durch »Signalkarten« mit Tier- motiven oder durch ausformulierte »Zirkusregeln«, an die sich alle halten sollen.

Daniela Zeibig ist Redakteurin bei »Gehirn&Geist« und »Spektrum.de«.

Bestseller

Die aktuellen Spitzentitel aus den Bereichen
Psychologie, Hirnforschung und Gesellschaft

- 1 ANDREAS MICHALSEN
Mit Ernährung heilen
Insel, 2019, 368 S., € 24,95
- 2 ANNE FLECK
Ran an das Fett
Wunderlich, 2019, 432 S., € 24,99
- 3 JOHANNES KRAUSE, THOMAS TRAPPE
Die Reise unserer Gene. Eine Geschichte über
uns und unsere Vorfahren
Propyläen, 2019, 283 S., € 22,-
- 4 JOE NAVARRO
Menschen lesen. Ein FBI-Agent erklärt,
wie man Körpersprache entschlüsselt
MVG, 2010, 272 S., € 16,95
- 5 Yael ADLER
Darüber spricht man nicht: Dr. med. Yael Adler
erklärt fast alles, was uns peinlich ist
Droemer, 2018, 368 S., € 16,99
- 6 DOMINIK NISCHWITZ
In aller Munde: Unsere Zähne und ihre
Bedeutung für die Gesundheit des gesamten
Körpers
Mosaik, 2019, 288 S., € 16,-
- 7 ESTHER PEREL
Die Macht der Affäre. Warum wir betrügen und
was wir daraus lernen können
HarperCollins, 2019, 384 S., € 22,-
- 8 NOVA MEIERHENRICH
Wenn Liebe nicht reicht: Wie die Depression
mir den Vater stahl
Edel, 2018, 240 S., € 17,95
- 9 URSULA OTT
Das Haus meiner Eltern hat viele Räume:
Vom Loslassen, Ausräumen und Bewahren
btb, 2019, 192 S., € 18,-
- 10 MARSHALL B. ROSENBERG
Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des
Lebens
Junfermann, 2016, 222 S., € 24,-

Nach Verkaufszahlen von media control
gelistet (Zeitraum: 7.3.-3.4. 2019)



★★★★★

William Davies

NERVÖSE ZEITEN

Wie Emotionen Argumente
ablösen

Aus dem Englischen von
Enrico Heinemann und Ursel Schäfer
Piper, 2019, 384 S., € 24,-

Das Potenzial des Populismus

Über den Siegeszug der Gefühle in politischen
Debatten

Die AfD in Deutschland, der Rassemblement National in Frankreich und ein US-amerikanischer Präsident, der es mit der Wahrheit nicht genau nimmt. Wir leben in »nervösen Zeiten«, bescheinigt uns der Wirtschaftswissenschaftler von der University of London. In seinem Buch erklärt er, wie es zum Wandel von einer vernunftbasierten zu einer gefühlsgeladenen Politik kommen konnte – und warum das nicht unbedingt schlecht sein muss.

Sein Buch gliedert sich in zwei Teile: »Der Niedergang der Vernunft« und »Der Siegeszug der Gefühle«. Zunächst skizziert der Autor den unruhigen politischen Zustand, der sich in populistischen Strömungen, Troll-Fabriken (die gegen alles und jeden hetzen) und Terroranschlägen offenbart – und dadurch wiederum befeuert wird. Um die Ursachen ausfindig zu machen, vergleicht er die aktuelle Lage mit der westlichen Welt des 17. Jahrhunderts. Berühmte Philosophen wie Thomas Hobbes und René Descartes legten damals die Grundlage für das Vernunftideal und unseren heutigen Staat. Davies scheut sich dabei nicht, die Schattenseiten der wissenschaftlichen Revolution aufzuzeigen, die beispielsweise auch die Überwachung der Bevölkerung durch technische Errungenschaften vorantrieb.

Das zunehmende Misstrauen gegenüber der Wissenschaft erklärt sich Davies dadurch, dass Statistiken oftmals nicht die »gelebte Realität« widerspiegeln. Ein Beispiel: Wenn sich das Bruttoinlandsprodukt pro Kopf in den letzten 30 Jahren bei 40 Prozent der Bevölkerung verdoppelt hat, man aber nicht zu diesen Gewinnern gehört, spürt man nichts vom Wirtschaftswachstum. Dadurch verlieren Zahlen und Fakten für einen an Glaubwürdigkeit, meint Davies. Der Argwohn gegenüber der Wirtschafts-, Wissenschafts- und Politikelite wird weiter genährt durch das Gefühl, nicht vom Fortschritt zu profitieren – oder gar von ihm bedroht zu sein. Mitunter macht der schlechte Gesundheitszustand der Benachteiligten sie für die Botschaft der Populisten empfänglich, die ihnen bessere Zeiten versprechen, glaubt der Autor. Darauf

weist etwa eine Analyse des »Economist« hin: »Hätten in Pennsylvania acht Prozent mehr regelmäßig Sport getrieben und in Wisconsin fünf Prozent weniger große Mengen Alkohol getrunken, hätte es Hillary Clinton ins Weiße Haus geschafft«, schrieb das Magazin nach der Präsidentschaftswahl 2016. Doch Davies sieht den Populismus nicht nur als Bedrohung, sondern als Symptom übergangener Gefühle, die nun aus dem Verborgenen in die Öffentlichkeit gelangen. Diese ernst zu nehmen und deren Ursachen zu verstehen, birgt für ihn auch das Potenzial, Missverhältnisse in Politik, Wirtschaft und Wissenschaft aufzudecken und ein neues Vertrauen herzustellen.

Viele prägnante Zitate und anschauliche Beispiele zeichnen das Buch aus. Über 200 Einzelnachweise untermauern die wohldurchdachte Argumentation und sorgen für eine hohe Informationsdichte. William Davies gelingt es, ein vielschichtiges Bild der aktuellen politischen Entwicklung zu zeichnen, indem er zudem Erkenntnisse aus Geschichte, Ökonomie, Philosophie und Psychologie berücksichtigt. Manchmal verliert er sich dabei allerdings in seiner Argumentation. Ungeöhnlich und bereichernd an seinem Werk ist vor allem die positive Sicht auf den Populismus, in dem er auch eine Chance für die Demokratie sieht. Wer also über die aktuelle gesellschaftliche Entwicklung besorgt ist, wird nach der Lektüre weniger ratloser und ruhiger sein – versprochen!

Jonas M. Lange ist Neurowissenschaftler und lebt in Heidelberg.



★★★★★

Eva Illouz

WARUM LIEBE ENDET

Suhrkamp, 2018, 447 S., € 25,-

Die Liebe auf dem Seziertisch

Soziologin Eva Illouz ergründet schonungslos, was echter Liebe im Weg steht

Die israelische Kultursoziologin Eva Illouz sezziert unsere Gesellschaft unter dem Mikroskop und liefert so eine beschämende Sicht auf unser Zusammenleben. Ihre Thesen treffen das moderne Selbstverständnis eines autonomen und freien Menschen. Schonungslos zeigt sie die Konsequenzen dieser Freiheit auf: Die sexuelle Revolution

Gehirn&Geist

Chefredakteur: Prof. Dr. phil. Dipl.-Phys. Carsten Könneker M. A. (verantwortlich)

Artdirector: Karsten Kramarczik

Redaktionsleitung: Dr. Hartwig Hanser

Redaktion: Dipl.-Psych. Steve Ayan (stv. Redaktionsleitung, Ressortleitung Psychologie), Dipl.-Psych. Liesa Bauer, Dr. Katja Gaschler (Koordination Sonderhefte), Dr. Anna von Hopffgarten (Ressortleitung Hirnforschung), Dr. Michaela Maya-Mrschik (Ressortleitung Medizin), B. A. Wiss.-Journ. Daniela Zeibig

Freie Mitarbeit: Dr. Joachim Retzbach

Assistentin des Chefredakteurs, Redaktionsassistent: Lena Baunacke

Schlussredaktion: Christina Meyberg (Lt.), Sigrid Spies, Katharina Werle

Bildredaktion: Alice Krüßmann (Lt.), Anke Lingg, Gabriela Rabe

Layout: Karsten Kramarczik, Oliver Gabriel, Anke Heinzelmann,

Claus Schäfer, Natalie Schäfer

Wissenschaftlicher Beirat: Prof. Dr. Angela D. Friederici, Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften, Leipzig; Prof. Dr. Jürgen Margraf, Arbeitseinheit für klinische Psychologie und Psychotherapie, Ruhr-Universität Bochum; Prof. Dr. Michael Pauen, Institut für Philosophie der Humboldt-Universität zu Berlin; Prof. Dr. Frank Rösler, Institut für Psychologie, Universität Hamburg; Prof. Dr. Gerhard Roth, Institut für Hirnforschung, Universität Bremen; Prof. Dr. Henning Scheich, Leibniz-Institut für Neurobiologie, Magdeburg; Prof. Dr. Wolf Singer, Max-Planck-Institut für Hirnforschung, Frankfurt am Main; Prof. Dr. Elsbeth Stern, Institut für Lehr- und Lernforschung, ETH Zürich

Übersetzung: Maxime Pasker

Herstellung: Natalie Schäfer

Marketing: Annette Baumbusch (Lt.), Tel.: 06221 9126-741,

E-Mail: service@spektrum.de

Einzelverkauf: Anke Walter (Lt.), Tel.: 06221 9126-744

Verlag: Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH,

Postfach 10 48 40, 69038 Heidelberg, Tel.: 06221 9126-712,

E-Mail: gehirn-und-geist@spektrum.de; Hausanschrift: Tiergartenstraße

15-17, 69121 Heidelberg, Tel.: 06221 9126-600, Fax: 06221 9126-751,

Amtsgericht Mannheim, HRB 338114

Geschäftsleitung: Markus Bossle

Leser- und Bestellservice: Helga Emmerich, Sabine Häusser, Ilona Keith, Tel.: 06221 9126-743, E-Mail: service@spektrum.de

Vertrieb und Abonnementsverwaltung: Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH, c/o ZENIT Pressevertrieb GmbH,

Postfach 81 06 80, 70523 Stuttgart, Tel.: 0711 7252-192, Fax: 0711 7252-366,

E-Mail: spektrum@zenit-presse.de, Vertretungsberechtigter: Uwe Bronn

Bezugspreise: Einzelheft: € 7,90, sFr. 15,40, Jahresabonnement

Inland (12 Ausgaben): € 85,20, Jahresabonnement Ausland: € 93,60,

Jahresabonnement Studenten Inland (gegen Nachweis): € 68,40,

Jahresabonnement Studenten Ausland (gegen Nachweis): € 76,80.

Zahlung sofort nach Rechnungserhalt. Postbank Stuttgart,

IBAN: DE52 6001 0070 0022 7067 08, BIC: PBNKDEFF

Die Mitglieder der DGPPN, des VBio, der GNP, der DGNC, der GfG, der DGPs, der DPG, des DPTV, des BDP, der GkeV, der DGPT, der DGSL, der DGKJP, der Turm der Sinne gGmbH, der NOS (Neurofeedback Organisation Schweiz) sowie von Mensa in Deutschland erhalten die Zeitschrift »Gehirn&Geist« zum gesonderten Mitgliedsbezugspreis.

Anzeigen: Karin Schmidt, Markus Bossle, E-Mail: anzeigen@spektrum.de, Tel.: 06221 9126-741

Druckunterlagen an: Natalie Schäfer, E-Mail: schaefer@spektrum.de

Anzeigenpreise: Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 18 vom 2. 11. 2018.

Gesamtherstellung: Vogel Druck und Medienservice GmbH, Höchberg

Sämtliche Nutzungsrechte an dem vorliegenden Werk liegen bei der Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH. Jegliche Nutzung des Werks, insbesondere die Vervielfältigung, Verbreitung, öffentliche Wiedergabe oder öffentliche Zugänglichmachung, ist ohne die vorherige schriftliche Einwilligung der Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH unzulässig. Jegliche unautorisierte Nutzung des Werks ohne die Quellenangabe in der nachstehenden Form berechtigt den Verlag zum Schadensersatz gegen den oder die jeweiligen Nutzer. Bei jeder autorisierten (oder gesetzlich gestatteten) Nutzung des Werks ist die folgende Quellenangabe an branchenüblicher Stelle vorzunehmen: © 2019 (Autor), Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH, Heidelberg. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte und Bücher übernimmt die Redaktion keine Haftung; sie behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.

ISSN 1618-8519

der 1970er Jahre habe die Liebe zwar von ihren alten Fesseln befreit, erklärt Illouz, der Kapitalismus lege sie jedoch in neue. Liebe verkomme immer mehr zu einer austauschbaren Ware, diagnostiziert die Autorin. Im heute vorherrschenden »skopischen Kapitalismus«, der aus dem Spektakel und der Zurschaustellung von Körpern einen Mehrwert erzielt, sei die Außendarstellung die zentrale Bewertungskategorie – der »Look« eine Form von Eigeninvestition, schreibt sie. Der Körper (insbesondere der weibliche) gelte als Produkt der Selbstdarstellung – als »sexuelles Kapital« –, das es auszuschöpfen gilt, sofern man erfolgreich sein will. Dabei vergisst Illouz nicht die Rolle der Frau, die dieses Spiel größtenteils mitspielt oder den Prozess gar ankurbelt, etwa auf Social-Media-Plattformen.

Was braucht es stattdessen für echte, tiefe Liebe, die Menschen glücklich macht? Für Illouz, Professorin für Soziologie und Anthropologie an der Hebräischen Universität in Jerusalem, sind es Anerkennung und Vertrauen. Hinderlich sei dagegen, wenn Menschen Konflikte und unangenehme Gefühle vermeiden, um ihren Selbstwert und ihre Autonomie zu wahren.

Zudem seien die Regeln für ein sexuelles Verhältnis heute einfach, während die für eine emotionale Beziehung immer undurchsichtiger würden. Die Entscheidung für oder gegen eine Person auf einer Dating-Plattform erfolgt binär nach überwiegend visuellen Kriterien. Komplexer wird es, wenn daraus eine Beziehung erwachsen soll. Hier stehen sich konträre Ziele (Autonomie und Bindung) gegenüber – die Folge sieht Illouz in fragmentarischen Beziehungen ohne Vertrauen und Verantwortung.

Wiederholt berichtet die Soziologin Episoden aus den unzähligen Interviews, die sie zum Thema Liebe geführt hat. Seit 20 Jahren forscht sie daran und hat schon mehrere Bücher über den neuen Umgang mit Liebe und Sexualität veröffentlicht. Menschen trennen sich heute häufig wegen Nebensächlichkeiten oder ohne Erklärung, wie es beim »Ghosting« der Fall ist: Man verschwindet einfach wortlos von der Bildfläche – was das Selbstwertgefühl des anderen oft nachhaltig schädigt und es ihm schwer macht, sich vertrauensvoll auf eine neue Beziehung einzulassen.

Ein umfangreiches Quellenverzeichnis ermöglicht es dem Leser, die Lektüre zu vertiefen. Indem die Autorin ihre zentralen Fragen immer wieder klar formuliert, ist es leicht, am Ball zu bleiben. Ihre Thesen ordnet sie mühelos in die Ansätze großer Denker wie Theodor W. Adorno, Pierre Bourdieu und Sigmund Freud ein. Das Werk eignet sich für alle, die sich nicht scheuen, durch Reflexion mehr über sich, die Liebe und unseren gesellschaftlichen Umgang mit ihr zu erfahren – auch wenn es mitunter schmerzt.

Elisabeth Stachura ist promovierte Soziologin und lebt seit Langem in einer vertrauensvollen Beziehung.



Kostenfreie App der Neurowissenschaftlichen Gesellschaft e. V. und der Gemeinnützigen Hertie Stiftung

LERN:NEURO

Lerne mit Paul alles übers Gehirn und trainiere für deine Klassenarbeit

<https://www.lernapp.info>

Nervensystem to go

Eine neue App macht Schüler fit für die nächste Bioarbeit

Intuitives, spannendes und motivierendes Lernen« – das verspricht die kostenfreie App »lern:neuro«. Pädagogen und Hirnforscher haben dieses digitale Lernangebot mitentwickelt und sich dabei an den Bildungsplänen der Bundesländer orientiert. Herausgekommen ist ein spielerisches Online-Tool für Schüler der Sekundarstufe I und II.

Ein lässiger Avatar namens Paul nimmt den User in Empfang: »Nächste Bioarbeit? Wir pauken dich durch!« Je nach Bedarf können die Schüler aus den Bereichen Nervensystem, Gehirn, Sinnesorgane und Sucht einen individuellen »Lerntrack« erstellen. Die Themen werden so lange wiederholt, bis alle Fragen dazu richtig beantwortet sind. Wer sich fit genug fühlt, kann sein Wissen in einer Abschlussprüfung testen.

Tatsächlich schafft es die App, die zum Teil komplexen Inhalte auf das Wesentliche zu reduzieren und mit einfachen Worten verständlich zu vermitteln. Zusätzlich lockern Abbildungen und Zusammenfassungen die Texte auf. Hilfreich sind auch die hochwertigen Filmsequenzen sowie ein ausführliches Glossar von »dasGehirn.info«.

Doch leider sind Ablauf und Navigation wenig intuitiv. Wichtige Infos zu den Spielregeln finden sich erst in den FAQs, was gerade zu Beginn frustrierend sein kann. Einige Funktionen, wie das Quiz, lassen sich zudem nicht zuverlässig öffnen. Inhaltliche Schwächen gibt es beim Thema neuronale Erregungsleitung. Dort finden sich Unstimmigkeiten zwischen Abbildung und Text und begriffliche Unschärfen bei der Erklärung des Aktionspotenzials. Schade ist auch, dass sich die Versionen für Sekundarstufe I und II trotz gegenteiliger Ankündigung nicht voneinander unterscheiden.

Bleibt zu hoffen, dass es sich hierbei um Kinderkrankheiten handelt und die App noch optimiert wird. Dann hat sie das Potenzial, wirklich »intuitiv, spannend und motivierend« zu sein.

Anna Lorenzen ist promovierte Neurowissenschaftlerin und arbeitet in der Redaktion von »Gehirn&Geist«.

Jetzt kennen lernen!



SPEKTRUM PSYCHOLOGIE –

Das Magazin
für den modernen,
selbstbestimmten
Menschen

Spektrum PSYCHOLOGIE bringt Ihnen ab sofort alle zwei Monate tiefere Einsicht in das menschliche Miteinander, mehr Orientierung in aktuellen gesellschaftlichen Fragen sowie positive Impulse für Ihr eigenes Leben:
Kompakt und informativ.

service@spektrum.de | Tel.: 06221 9126-743
www.spektrum-psychologie.de