

TIPP
DES
MONATS



Torsten Heinemann
POPULÄRE WISSENSCHAFT
Hirnforschung zwischen Labor und
Talkshow
[Wallstein, Göttingen 2012, 302 S., € 29,90]

DIE NEUE NEURO-POPKULTUR

*Kritik an einem medialen
Siegeszug*

Die Erfindung der Waschmaschine war keineswegs von Beginn an eine Erfolgsgeschichte. Die praktischen Geräte setzten sich erst dann wirklich durch, als sie mittels Glastür den Blick in ihr Inneres freigaben. Der promovierte Soziologe Torsten Heinemann erläutert mit einem Augenzwinkern, dass es sich mit der Hirnforschung wohl ähnlich verhalte: Dank bunter Hirnscans haben wir heute den Eindruck, dem Gehirn bei der Arbeit zusehen zu können.

Der Siegeszug der Neurowissenschaften lasse sich tatsächlich weniger mit ihren mehr oder minder bahnbrechenden Erkenntnissen erklären. Vielmehr erwachse der Erfolg der Disziplin daraus, dass sie die Anforderungen der Gesellschaft an Wissenschaft erfülle und medial omnipräsent sei, so die Hauptthese des Buchs. Kaum eine renommierte Tageszeitung komme ohne Artikel über Hirnforscher aus, die unser Verhalten erklären. Die Neurowissenschaft werde zum popkulturellen Spektakel.

Genau daran übt Heinemann Kritik. In den Medien zähle eine gute Story oft mehr als wissenschaftliche Genauigkeit, und an dieser fehle es folglich vielen Veröffentlichungen. Erfreulicherweise bleibt der Autor an dieser Stelle nicht stehen, sondern beleuchtet, warum Forscher in Sachen Präzision zuweilen ein Auge zudrücken: Schuld sei das Verhältnis zwischen Wirtschaft und Wissenschaft in unserer Gesellschaft. Denn ob Wissen etwas

taugt, definiert sich heute zum großen Teil über seine mediale Verwertbarkeit. An Universitäten und Forschungseinrichtungen tobt der Kampf um Fördermittel, die über die Zukunft von Forschung entscheiden. Dabei punktet eine Schlagzeile wie »Der Wille ist nicht frei« natürlich mehr als die Aussage, dass sich vor jeder bewussten Handlung im Gehirn ein Bereitschaftspotenzial aufbaut.

Die Hirnforschung hat sich auf dem Wissenschaftsmarkt gut aufgestellt, resümiert der Soziologe. Zudem sei die Disziplin auf ein breites Themenfeld anwendbar und halte für alle Fragen des Alltags Antworten bereit. Denken, Fühlen und Handeln lassen sich schließlich immer irgendwie auf das Gehirn zurückführen, weshalb Hirnforscher oft meinten, sie seien die Einzigen, die naturwissenschaftlich gesicherte Aussagen über die Psyche und das soziale Miteinander treffen können. Doch Soziologen, Physiker oder Mediziner liefern ebenso wichtige Beiträge zu der Frage, wie frei wir in unseren Entscheidungen sind oder welche gesellschaftlichen Konsequenzen etwa die Möglichkeiten des Neuroenhancements haben.

Hintergründe und Abgründe

Bei aller Kritik vergisst Heinemann nicht die Errungenschaften der Hirnforschung, gerade bei der Behandlung neurologischer Erkrankungen wie Parkinson oder Depressionen. Er mahnt jedoch einen reflektierten Umgang mit ihren Erkenntnissen an. Ob die Hirnforschung zu Recht als neue Leitwissenschaft gehandelt werde oder nicht, liege auch in der Verantwortung der Medien.

Für die kritische Bewertung neurowissenschaftlicher Befunde bildet Heinemanns Analyse eine gute Grundlage. Seinen wissenschaftlichen Schreibstil lockert der Autor mit vielen Beispielen und mit Experteninterviews auf. Gleichwohl eignet sich das Werk eher für fachlich vorgebildete Leser, die tiefer in die Hintergründe – und Abgründe – der Hirnforschung blicken wollen.

Elisabeth Stachura ist promovierte Soziologin und lebt in Bremen.



Michael Pauen
OHNE ICH KEIN WIR
Warum wir Egoisten brauchen
[Ullstein, Berlin 2012, 224 S., € 16,99]

EMPATHISCHE EGOISTEN

*Wie das Glück des Einzelnen
zum Gemeinwohl beiträgt*

Egoistisch, nein, das wollen wir nicht sein! Schließlich gibt es doch genügend Egoisten und Geizhalse auf der Welt. Also achten wir immer schön auf die Gemeinschaft und stellen eigene Bedürfnisse hinten. Gut so? Überhaupt nicht, meint Michael Pauen in seinem neuen Buch. Mitleid und Verzicht seien die falschen Strategien und allenfalls eine Lösung für Notlagen. Egoismus dagegen sei – richtig eingesetzt – nicht schädlich. Wir bräuchten ihn sogar dringend, wenn wir mit anderen klarkommen wollen. Mehr noch: Egoismus, so wie der Autor ihn versteht, stellt eine der wichtigsten Säulen unseres Gemeinwohls dar.

Das mag zunächst überraschen, doch der Professor für Philosophie an der Berliner Humboldt-Universität huldigt weder dem Kapitalismus noch plädiert er für Gier und Selbstsucht. Pauen spricht von einem empathischen, einführenden Egoismus. Der Mensch sei schließlich ein durch und durch soziales Wesen: Er redet, lacht, streitet und arbeitet mit anderen, er führt Geschäfts- und Liebesbeziehungen. Insofern seien unsere Eigeninteressen in vielfältiger Weise mit denen von anderen verknüpft. Wenn sich jeder Einzelne wohl fühlt, profitiere auch die Gemeinschaft davon; bleiben aber individuelle Wünsche unbefriedigt, könne dies den Mitmenschen schaden.

Eigentlich geht es Pauen darum, wie wir am besten mit unserer sozialen Umwelt zurechtkommen. Ausführlich beschreibt der Autor, mit welcher ausgefeil-



exzellent



solide



durchwachsen



mangelhaft

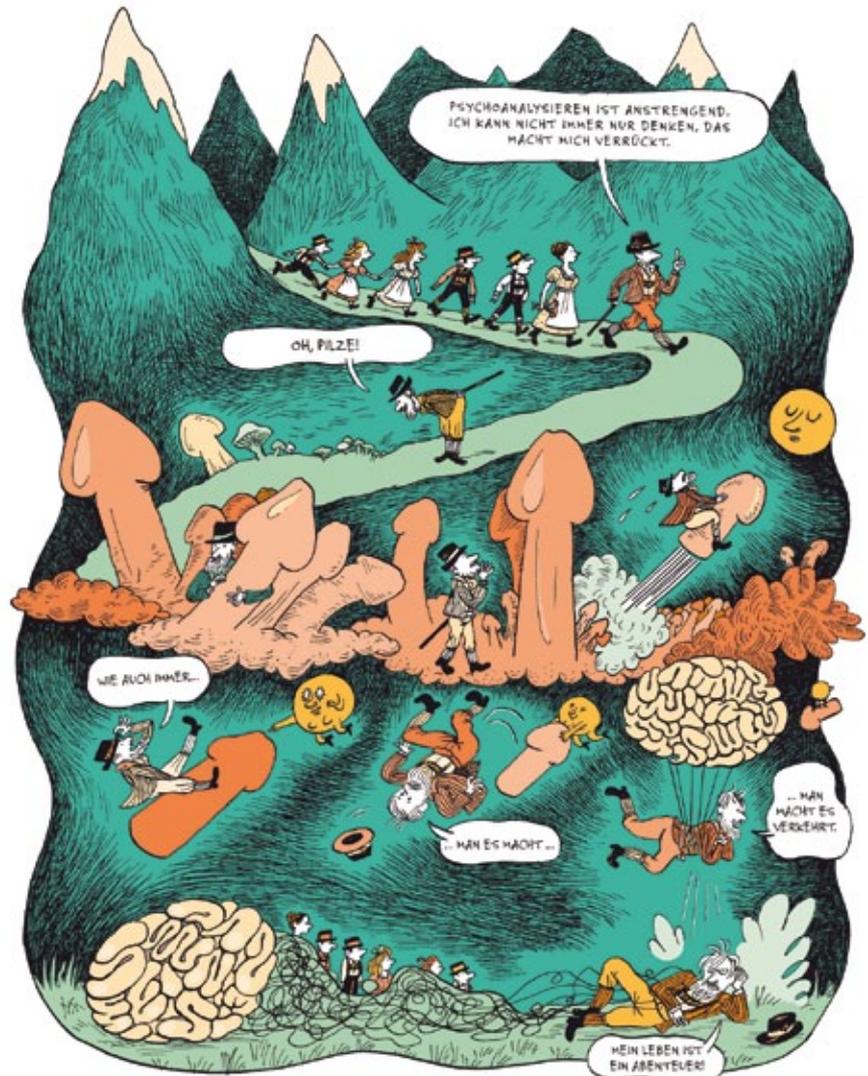
ten zwischenmenschlichen Fähigkeiten wir ausgestattet sind und warum sie in unserer Evolution eine zentrale Rolle spielten. Was das Verhalten in Gruppen betrifft, hat Pauen allerdings fast nur Negativbeispiele parat, darunter einige berühmte Experimente. Sie zeigen, was passiert, wenn wir uns zu sehr anpassen.

Vergleichsweise harmlos wirken da Versuche des Sozialpsychologen Solomon Asch aus den 1950er Jahren: Probanden beurteilten zwei offensichtlich unterschiedlich lange Linien fälschlich als gleich lang, nachdem andere Probanden dies behauptet hatten. Spektakulärer ging es beim berühmten Stanford-Prison-Experiment von Philip Zimbardo zu. Unbescholtene Versuchspersonen wurden zu sadistischen Gefängniswärtern, nachdem sie in einem Rollenspiel zufällig diese Aufgabe zugeteilt bekommen hatten. Die menschliche Neigung, sich kollektivem Druck zu beugen, kann katastrophale Folgen haben – bis hin zu Gewalttaten oder Börsencrashes.

Pauens Argumentation leuchtet ein, auch wenn er sein Lieblingskonzept, den »empathischen Egoismus«, vielleicht treffender als »umsichtigen Individualismus« hätte bezeichnen sollen. Dass es so etwas wie Altruismus, also Hilfeleistungen abseits von Eigeninteressen gibt, bestreitet der Autor zwar nicht. Er gesteht der uneigennütigen Sorge um andere jedoch nur eine untergeordnete Rolle zu.

Eine Stärke des stellenweise etwas trocken formulierten Textes ist, dass der Philosoph nicht moralisch, sondern pragmatisch argumentiert. Wir seien nun mal so, wie wir sind, und »eine Gesellschaft aus lauter Menschenfreunden wäre sterbenslangweilig«. Doch der Autor beschreibt die Psyche als äußerst dynamisch und weist immer wieder auf die vielfältigen Zusammenhänge zwischen Lernerfahrungen und angeborenen Dispositionen hin. Pauen begreift den Menschen eben nicht als rein egoistisch, sondern als grundsätzlich kooperationsfähig und dank seiner sozialen Intelligenz für alle Eventualitäten gerüstet – sofern er dem Druck der Gruppe widerstehen kann.

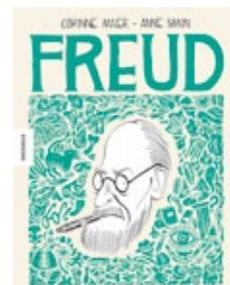
Reinhard Meyer ist Diplompsychologe und freier Journalist in Erkrath bei Düsseldorf.



Corinne Maier, Anne Simon

FREUD

[Knesebeck, München 2012, 56 S., € 19,95]



Sigmund Freuds Leben und Werk gehört heute zur Allgemeinbildung. Um neues Interesse am Vater der Psychoanalyse zu wecken, muss man sich daher schon etwas einfallen lassen – zum Beispiel sein Leben als Comic nacherzählen. Das tut die französische Psychologin Corinne Maier auf amüsante Weise, doch erst die zahlreichen witzigen Bildideen der Illustratorin Anne Simon verleihen diesem Band seinen besonderen Charme. Da kämpft Freud ganz Siegfried-like mit einem Schwert gegen die Monster des Unbewussten, torkelt auf der Pilzsuche durch einen Wald aus Penissen (siehe Bild) oder schreibt mit einem Füllfederhalter von enormen phallicischen Ausmaßen an seinem umfangreichen Œuvre. Bei so vielen skurrilen Szenen macht es auch kaum etwas, dass dem Streifzug durch Freuds Biografie und seine berühmtesten Fälle ein wenig der Spannungsbogen fehlt.

KOPFNUSS DAS G&G-GEWINNSPIEL

HÄTTEN SIE'S GEWUSST?

Die Antworten auf die folgenden Fragen finden Sie in der aktuellen Ausgabe von **Gehirn&Geist**. Wenn Sie an unserem Gewinnspiel teilnehmen möchten, schicken Sie das Lösungswort bitte mit dem Betreff »September« per E-Mail an: kopfnuss@gehirn-und-geist.de.

Unter allen korrekten Zuschriften verlosen wir drei Exemplare von:



Torsten Heinemann
POPULÄRE WISSENSCHAFT
Hirnforschung zwischen Labor
und Talkshow
[Wallstein, Göttingen 2012, 302 S., € 29,90]

Einsendeschluss ist der 15. September 2012. Die Auflösung finden Sie in **G&G** 11/2012.

Ihre persönlichen Daten werden allein zur Gewinnbenachrichtigung verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Name und Wohnort der Gewinner werden an dieser Stelle veröffentlicht. Eine Barauszahlung der Preise ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Auflösung der Kopfnuss 6/2012: 1a, 2b, 3a, 4c, 5b

Ein Exemplar von Cordelia Fine: »Die Geschlechterlüge« geht an:
Katharina Kasper (Hamburg), Markus Pönitz (Berlin), Corinna Warnhoff (Hohenbrunn)

1. Wie nennt man Personen, deren expliziter Selbstwert höher ist als ihr impliziter?

- a) Selbstwert-Narzissen
- b) Selbstwert-Egomane
- c) Selbstwert-Extravertierte

2. Wie hoch liegt neuen Untersuchungen zufolge der Anteil genetischer Faktoren bei der Entstehung des Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndroms?

- a) zirka 30 Prozent
- b) zirka 50 Prozent
- c) zirka 70 Prozent

3. Menschen, die sich selbst verletzen, empfinden Schmerzen im Vergleich zu gesunden Personen ...

- a) stärker
- b) schwächer
- c) ebenso stark

4. Was erfasst der so genannte Eimer-test?

- a) Hyperaktivität bei Kindern
- b) Multitasking-Kapazität
- c) Störungen des Gleichgewichtssinns

5. Für welche Erkrankung sind Konfabulationen typisch?

- a) Korsakoff-Syndrom
- b) schizotypische Persönlichkeitsstörung
- c) idiopathisches Parkinsonsyndrom



Brandy Dunn
DIE MÄNNER AUF MEINER COUCH
Wahre Fälle einer New Yorker
Sextherapeutin
[Piper, München 2012, 320 S., € 19,99]

BRANDYS BETTGESCHICHTEN

Die tiefere Bedeutung der sexuellen Probleme von Männern

Als frischgebackene Psychologin eröffnet Brandy Dunn, eine hübsche, junge Frau mit verdächtig vollen Lippen, in Manhattan eine Praxis für Sexualtherapie. Erstaunt stellt sie fest, dass sich fast ausschließlich Männer auf ihrer Couch niederlassen. Und diese leiden nicht nur unter sexuellen Funktionsstörungen, sondern ebenso häufig unter neurotischen Verstrickungen ihres Liebeslebens, wie sie für eine Woody-Allen-Figur typisch wären.

Vergebens wartet der Leser auf die klassische Sexualtherapie, die man hier zu Lande zum Beispiel bei Erektionsstörungen praktiziert. Stattdessen ergründet Dunn mitfühlend die tiefere Bedeutung der Symptome ihrer Patienten. Schwierigkeiten rund ums Bett spiegeln der Autorin zufolge nämlich stets Probleme in Beziehungen wider, sei es zu den Eltern, zu einer bestimmten Frau oder zum weiblichen Geschlecht im Allgemeinen.

Für Dunn ist Sex nie einfach nur Sex. Vielmehr verbergen sich dahinter immer irgendwelche Bedürfnisse, Unsicherheiten oder eine tiefe Sehnsucht nach Liebe. Und egal wie sehr sich die Männer zunächst dagegen sträuben, gelingt es ihr anscheinend ein ums andere Mal, ihnen derlei Motive zu entlocken.

Da verkündet ein Patient in der ersten Sitzung ohne Umschweife: »Ich will unverbindlichen Sex«, und ein anderer stellt sich jede Frau, der er begegnet, nackt vor. Doch schon ein paar Zeilen weiter gibt er zu, dass er sich ja eigentlich nur einsam und traurig fühlt. »Weil Sie

Ihren Gefühlen aus dem Weg gehen, kommt Ihre Sehnsucht nach einer Beziehung zu einer Frau als sexuelle Phantasie zum Ausdruck« – solche Analysen finden sich zuhauf, und das wird irgendwann langweilig.

Man kann der Psychologin nicht vorwerfen, dass sie sich in einem positiven Licht darstellen will, im Gegenteil. Ihre schonungslose Selbstoffenbarung lässt sie durchweg sympathisch erscheinen. Dunn schildert, wie sie in ihrer Therapeutenrolle oft um Professionalität ringt: Sie kämpft während der Sitzungen mit ihren emotionalen Reaktionen oder verknüpft die Inhalte der Therapie mit ihrem eigenen Liebesleben.

Schließlich berichtet sie sogar vom größten Tabu in der therapeutischen Beziehung: Sie verliebt sich in einen Patienten, einen »ganz und gar durchschnittlichen Mann«. Dieser hadert mit seinen sadomasochistischen Neigungen (die natürlich schnell abnehmen, als sie ihm den zu Grunde liegenden Konflikt vor Augen führt: eine in der Kindheit wurzelnde ge-

hemmte Aggressivität gegenüber Frauen). Nachdem der Patient ihr seine Liebe gesteht, schickt sie ihn lehrbuchkonform zu einem Kollegen. Doch offenbar finden sich die beiden später wieder. Denn im Schlusswort steht zwischen den Zeilen, dass sie heute glücklich verheiratet sind.

Über das Geheimnis ihrer Beziehung hätte man natürlich gerne mehr gewusst! Stattdessen lässt Dunn uns ausführlicher als nötig an ihrem vorherigen Liebesleben teilhaben. Dieser zweite, private Handlungsstrang handelt vom Katz-und-Maus-Spiel mit einem beziehungsunfähigen Mann, mit dem sie zwar eine starke sexuelle Anziehungskraft verbindet, der sie aber immer wieder verletzt, indem er mit anderen Frauen flirtet. Und der schließlich auf Distanz geht, als sie zu ihm ziehen will.

Nun wäre es spannend gewesen, wenn Dunn ihre analytischen Fähigkeiten auf ihre eigene Beziehung angewendet hätte. Welches Problem verbirgt sich hinter dem Verhalten ihres Partners? Und warum gelingt es ihr in diesem Fall nicht, seine

Alle rezensierten Bücher, CD-ROMs und DVDs können Sie im **SCIENCE-SHOP** bestellen

Direkt unter:
www.science-shop.de
oder per E-Mail:
info@science-shop.de
Telefon: 06221 9126-841
Fax: 06221 9126-869

»wahren« Bedürfnisse offenzulegen und in andere Bahnen zu lenken?

In eigener Sache scheint ihr Blick verstellt – auch Psychologen bedürfen wohl manchmal professioneller Hilfe. Wie hätte ein anderer Therapeut das Verhalten ihres Partners und ihre neurotische Verstrickung gedeutet? Sollte sie diese Frage eines Tages beantworten können, wäre das eine ergänzte Neuauflage wert.

Christiane Gelitz ist Diplompsychologin und Redakteurin bei G&G.



Philipp Johner
FREUNDSCHAFT

Was es für ein erfülltes Leben braucht
[S. Fischer, Frankfurt am Main 2012, 221 S.,
€ 9,99]



Ein Erfolgsrezept für Freundschaft will der Psychologe und Philosoph Philipp Johner aufzeigen und so seinen Lesern den Weg in ein erfülltes Leben ebnet. Die Grundthese des hauptberuflichen Unternehmensberaters: Coaching sei mit Freundschaft eng verwandt, und zwar in der Berufung zum »Anwalt der Zukunft« seiner Klienten. Mit dieser inhaltlichen Parallele meint der Autor die vielen Bezüge zu seinem Berufsleben rechtfertigen zu können; Beispiele von ganz normalen Freunden sind in dem Buch dagegen Mangelware. Johners Betrachtungen über die Freundschaft – ob mit sich selbst, mit Gott, im Job oder zwischen Mann und Frau – stützen sich überwiegend auf seinen eigenen Erfahrungsschatz. Dabei vollbringt der Schweizer Philosoph das Kunststück, das Thema gleichzeitig pathetisch und technisch anzugehen. Seine Freundschaftsformel lautet: »Einfühlsamkeit x Echtheit x Wertschätzung + Vision der Bestimmung«. Schwer vorstellbar, dass sein Buch damit viele Freunde gewinnt.



Halko Weiss, Michael E. Harrer,
Thomas Dietz
DAS ACHTSAMKEITS-ÜBUNGSBUCH
Für Beruf und Alltag
[Klett-Cotta, Stuttgart 2012, 150 S.,
€ 19,95]



Vor zwei Jahren veröffentlichten die drei Autoren das »Achtsamkeits-Buch«, eine detaillierte Einführung in die Theorie und Praxis der inneren Gelassenheit. Jetzt haben die Psychotherapeuten den Wälzer in ein handliches Format und die langen Erläuterungen in knappe Anleitungen umgemünzt. In den Grundlagen zur Achtsamkeitsmeditation vermitteln sie schnörkellos und jenseits aller spirituellen Glaubenssätze die wesentlichen Inhalte. Dann folgt der Praxisteil für Beruf und Alltag, zu dem zwei beigelegte Audio-CDs die Tonspur liefern. Die angenehme Stimme von Autor Halko Weiss, der die Achtsamkeitsmeditation schon vor 30 Jahren in einem buddhistischen Kloster erlernte, vermittelt dem Zuhörer die nötige Ruhe und eine nach innen gerichtete Aufmerksamkeit. Die Anleitungen zum achtsamen Gehen und Stehen, zu Atembeobachtung und dem Umgang mit unangenehmen Gefühlen sowie viele weitere Übungen verhelfen dem Zuhörer zu einem bewussteren Erleben im Hier und Jetzt.

SCHAUFENSTER – WEITERE NEUERSCHEINUNGEN

HIRNFORSCHUNG UND PHILOSOPHIE

- Böker, H., Seifritz, E. (Hg.): **PSYCHOTHERAPIE UND NEUROWISSENSCHAFTEN** Integration – Kritik – Zukunftsaussichten [Hogrefe, Göttingen 2012, 656 S., € 64,95]
- Podbregar, N., Lohmann, D.: **IM FOKUS: NEUROWISSEN** Träumen, Denken, Fühlen – Rätsel Gehirn [Springer, Berlin 2012, 243 S., € 19,95]
- Reiter, M.: **SCHLAUE ZELLEN** Das Neuro-Buch für alle, die nicht auf den Kopf gefallen sind [Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh 2012, 256 S., € 19,99]
- Searle, J.R.: **WIE WIR DIE SOZIALE WELT MACHEN** Die Struktur der menschlichen Zivilisation [Suhrkamp, Berlin 2012, 351 S., € 28,95]

PSYCHOLOGIE UND GESELLSCHAFT

- Bannink, F.: **PRAXIS DER POSITIVEN PSYCHOLOGIE** [Hogrefe, Göttingen 2012, 190 S., € 24,95]
- Brunner, M., Lohl, J., Pohl, R., Schwietring, M., Winter, S. (Hg.): **POLITISCHE PSYCHOLOGIE HEUTE?** Themen, Theorien und Perspektiven der psychoanalytischen Sozialforschung [Psychosozialverlag, Gießen 2012, 371 S., € 36,90]
- Kakar, S.: **KULTUR UND PSYCHE** Psychoanalyse im Dialog mit nicht-westlichen Gesellschaften [Psychosozialverlag, Gießen 2012, 149 S., € 19,90]
- Ochs, M., Schweitzer, J.: **HANDBUCH FORSCHUNG FÜR SYSTEMIKER** [Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2012, 400 S., € 49,95]

MEDIZIN UND PSYCHOTHERAPIE

- Brakemeier, E.-L., Schramm, E., Hautzinger, M.: **CHRONISCHE DEPRESSION** [Hogrefe, Göttingen 2012, 90 S., € 19,95]
- Göbel, H.: **MIGRÄNE** Diagnostik – Therapie – Prävention [Springer, Heidelberg 2012, 360 S., € 69,95]
- Seiffge-Krenke, I.: **THERAPIEZIEL IDENTITÄT** Veränderte Beziehungen, Krankheitsbilder und Therapie [Klett-Cotta, Stuttgart 2012, 250 S., € 32,95]

KINDER UND FAMILIE

- Dawirs, R.: **RISKANTE JAHRE** [Beltz, Weinheim 2012, 139 S., € 14,95]
- Decurtins, L. (Hg.): **ZWISCHEN TEDDYBÄR UND SUPERMAN** Was Eltern über Jungen wissen müssen [Reinhardt, München 2012, 176 S., € 16,90]
- Fingerle, M., Grumm, M.: **PRÄVENTION VON VERHALTENS AUFFÄLLIGKEITEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN** Programme auf dem Prüfstand [Reinhardt, München 2012, 194 S., € 24,90]
- Greene, R.W., Beifuss, K.: **VERLOREN IN DER SCHULE** Wie wir herausfordernden Kindern helfen können [Huber, Bern 2012, 349 S., € 29,95]

RATGEBER UND LEBENSBERATUNG

- Seligman, M.: **FLOURISH** Wie Menschen aufblühen: Die Positive Psychologie des gelingenden Lebens [Kösel, München 2012, 480 S., € 24,99]
- Gabor, D.: **MENSCHEN FÜR SICH GEWINNEN** Wie Sie ins Gespräch kommen, Kontakte knüpfen und Beziehungen aufbauen [MVG, München 2012, 240 S., € 14,99]
- Weber, J., Storch, J.: **TIGERBLICK TRIFFT HIMBEERLÄCHELN** Wie Ihnen das Unbewusste dabei hilft, lustvoll zu flirten [Huber, Bern 2012, 191 S., € 24,95]



Martin Korte
JUNG IM KOPF
Erstaunliche Einsichten der Gehirnforschung in das Älterwerden
[DVA, München 2012, 336 S., € 19,99]

DAS GEHIRN GEHT NICHT IN RENTE

Eine Ode an das Alter

Altern sei gleichbedeutend mit körperlichem und geistigem Verfall – so das gängige Vorurteil. Damit räumt Martin Korte, Professor für Neurobiologie an der TU Braunschweig, gründlich auf. Für ihn sind das mittlere und höhere Alter und die damit einhergehenden Veränderungen im Denkgorgan vielmehr natürliche menschliche Entwicklungsphasen – mit typischen Eigenheiten und Schwächen, aber auch besonderen Stärken.

Zu den Schwächen zählt sicherlich das schwindende Erinnerungsvermögen: Dass das geistige Zentrum im Oberstübchen »nicht mehr so will«, machen Senioren meist an ihrer zunehmenden Vergesslichkeit fest. Gerade die Gedächtniseinbußen erscheinen besonders dramatisch, zumal wenn der Betroffene damit nicht nur seine Geschichte zu verlieren droht, sondern im Extremfall auch lebenswichtige Alltagsfertigkeiten. Als Gedächtnisforscher will Korte diese Alterschwäche nicht wegdiskutieren. Doch er erklärt: »Das Gedächtnis gibt es nicht.« Vielmehr gebe es verschiedene Gedächtnissysteme mit unterschiedlichen Aufgaben, und natürlich machten nicht alle gleichzeitig schlapp. Die Tatsache etwa, dass wir die meisten Erinnerungen aus der Lebensphase zwischen 20 und 30 Jahren haben, liege weniger an den Gedächtniseinbußen als daran, dass wir vor allem als junge Menschen Neues erleben.

Andererseits verzeichnen ältere Menschen laut Korte aber auch einen ordentlichen Zuwachs. So nehme die emotionale

Intelligenz mit den Jahren meist zu und helfe etwa beim Lösen von Konflikten. Weisheit verbinden wir nicht zufällig mit dem Alter: Laut Korte bedürfen weise Entscheidungen einer Menge Fakten- und Strategiewissen sowie vieler Erfahrungen. Und davon haben Ältere in der Regel eben mehr gesammelt als jugendliche Schnelldenker.

Wichtig sei auch, die Fähigkeiten des in die Jahre gekommenen Gehirns zu pflegen und zu trainieren. Erfreulicherweise geht Korte hier über die üblichen Ausführungen zu den Wohltaten des Denksports hinaus. Seinen Lesern empfiehlt er vielmehr alltagsbezogenes Training sowie Strategien, um beispielsweise mit der zunehmenden Vergesslichkeit umzugehen: Eselsbrücken, feste Plätze für Schlüssel und Brille sowie kleine Rituale, um sich wichtige Termine besser zu merken. Daneben vergisst er nicht, ausführlich über den Nutzen von Sport und gesunder Ernährung zu informieren.

Das alles untermauert der Autor mit Studien sowie gut aufbereitetem Grundlagenwissen, und er kommt dabei weder detailverliebt noch langweilig daher. Trotz aller Begeisterung für das alternde Denkgorgan spart er den krankheitsbedingten Verfall nicht aus. Fazit: ein rundum empfehlenswertes Buch!

Stefanie Reinberger ist promovierte Biologin und arbeitet als freie Wissenschaftsjournalistin in Köln.



Georg Kremer, Michael Schulz
**MOTIVIERENDE GESPRÄCHSFÜHRUNG
IN DER PSYCHIATRIE**
[Psychiatrie Verlag, Bonn 2012, 144 S., € 14,95]



Psychotherapeut Georg Kremer und Pflegeforscher Michael Schulz kennen die Probleme der psychiatrischen Arbeit aus ihrem Alltag an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Bethel in Bielefeld. Die in der Suchtbehandlung erfolgreiche Methode der »motivierenden Gesprächsführung« wollen sie deshalb auf die stationäre Akutpsychiatrie übertragen. Nach einem etwas trockenen Start, bei dem sie den Leser mit Wirkungsbelegen überhäufen, geben die Autoren einen guten Überblick über die theoretischen Hintergründe der Gesprächstechnik. Ein übersichtlicher Aufbau, Merksätze sowie kleine Abbildungen und Tabellen erleichtern das Verständnis. Hilfreich sind auch die vielen Fallbeispiele im zweiten Teil des Buchs, die Einblick in die psychiatrische Praxis geben. Wer sich schon einmal mit motivierender Gesprächsführung auseinandergesetzt hat, erfährt in der ersten Hälfte allerdings nicht viel Neues. Tipps für den psychiatrischen Alltag findet man in den hinteren Kapiteln dafür reichlich.

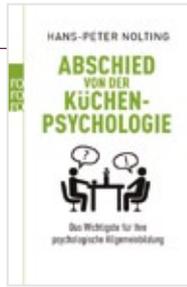
ALLES ÜBER IHRE GRAUEN ZELLEN IMMER UND ÜBERALL!

Mit dem Digitalabo von **Gehirn&Geist**



Jahresabonnenten (Privatnutzer) können nicht nur die aktuelle Ausgabe direkt als PDF abrufen, sondern haben auch noch vollen Zugriff auf das komplette Onlineheftarchiv!

www.gehirn-und-geist.de/digitalabo



Hans-Peter Nolting
**ABSCHIED VON
 DER KÜCHENPSYCHOLOGIE**
 Das Wichtigste für Ihre psychologische
 Allgemeinbildung
 [Rowohlt, Hamburg 2012, 368 S., € 9,99]

Ober Ehestreit, Mobbing in der Schule oder der Nutzen von Hirnjogging: Gerade wenn es um psychologische Themen geht, meinen viele Menschen mitreden zu können. Ihr Wissen schöpfen sie dabei oft aus der eigenen Erfahrung, aus Beobachtungen oder einer Wissenssendung im Fernsehen. Ein solch fundiertes Halbwissen kann durchaus in mancher Situation weiterhelfen. Doch wie stichhaltig sind gut gemeinte Ratschläge rund um Lernhilfen, Aggressionsabbau und Stressbewältigung wirklich?

Hans-Peter Nolting hinterfragt die so genannte Küchenpsychologie, er will ihre Irrtümer aufdecken und dem Leser stattdessen solides Fachwissen vermitteln. Zu den drei Themen Individuum, zwischen-

menschliche Beziehungen sowie Bildung und Erziehung nimmt der Psychologe von der Universität Göttingen jeweils fünf alltagspsychologische Weisheiten unter die Lupe. Unterlassene Hilfeleistung beispielsweise spiegele nicht zwingend einen Wertewandel in der Gesellschaft wider, sondern erkläre sich viel eher durch Verantwortungsdiffusion. Außerdem lernen Leser, dass Kleinkinder keine Schäden davontragen werden, wenn die Eltern berufstätig sind. Und bessere Lernerfahrungen und Leistungen gelingen dem Nachwuchs auch nicht dank kleiner Schulklassen, sondern allenfalls durch das Tun eines talentierten Pädagogen.

Ausführlich und anhand zahlreicher Forschungsergebnisse erläutert der Autor, inwiefern die Volksweisheiten in die Irre führen und wie es tatsächlich um den fraglichen Sachverhalt bestellt ist. Damit bietet er nicht nur eine interessante Lektüre für Laien, sondern auch für vorgebildete Leser.

DEM HALBWISSEN EIN SCHNIPPCHEN SCHLAGEN

Aufklärung über alltagspsychologische Irrtümer

G&G – BESTSELLERLISTE

1. Dobelli, R.: **DIE KUNST DES KLAREN DENKENS** 52 Denkfehler, die Sie besser anderen überlassen [Hanser, München 2011, 246 S., € 14,90]
2. Kahneman, D.: **SCHNELLES DENKEN, LANGSAMES DENKEN** [Siedler, München, 4. Auflage 2012, 621 S., € 26,99]
3. Mitscherlich, M.: **DIE RADIKALITÄT DES ALTERS** Einsichten einer Psychoanalytikerin [Fischer, Frankfurt am Main 2011, 267 S., € 9,99]
4. Riemann, F.: **GRUNDFORMEN DER ANGST** Eine tiefenpsychologische Studie [Reinhardt, München, 40. Auflage 2011, 244 S., € 14,90]
5. Kast, B.: **ICH WEISS NICHT, WAS ICH WOLLEN SOLL** Warum wir uns so schwer entscheiden können und wo das Glück zu finden ist [Fischer, Frankfurt am Main 2012, 284 S., € 18,99]
6. Lütz, M.: **IRRE – WIR BEHANDELN DIE FALSCHEN** Unser Problem sind die Normalen [Goldmann Taschenbücher, München 2011, 189 S., € 9,99]
7. Baker, R.: **WENN PLÖTZLICH DIE ANGST KOMMT** Panikattacken verstehen und überwinden. [SCM R. Brockhaus, Witten, 15. Auflage 2011, 192 S., € 9,95]
8. Scherrmann-Gerstetter, B., Scherrmann, M.: **DAS BRAVE-TOCHTER-SYNDROM ...** und wie frau sich davon befreit [Herder, Freiburg, 5. Auflage 2011, 155 S., € 8,95]
9. Reddemann, L.: **EINE REISE VON 1.000 MEILEN BEGINNT MIT DEM ERSTEN SCHRITT** Seelische Kräfte entwickeln und fördern [Herder, Freiburg, 6. Auflage 2011, 160 S., € 8,99]
10. Weber, W.: **EMOTIONAL TAPING** Die wirksamsten Tapings für Stress- und Krisensituationen [VAK, Kirchzarten 2012, 291 S., € 19,95]

Nach Verkaufszahlen des Buchgroßhändlers KNV in Stuttgart gelistet.

Mehr Informationen und Bestellmöglichkeiten:

www.science-shop.de/bestsellerliste

Zu wenig Neues

Bevor sich Nolting jedoch diesen Fragen widmet, schildert er zunächst eingehend die psychologischen Grundlagen auf mehr als 100 Seiten – darunter zu wenig Neues und allzu langatmig für Leute vom Fach. Viele Studien und Beispiele entspringen zudem häufig dem Schulalltag und der Kindererziehung – oft auch dann, wenn es im betreffenden Kapitel gar nicht zwangsläufig um Entwicklungsfragen geht. An mancher Stelle wünscht man sich deshalb mehr Beispiele aus der Lebenswelt der Erwachsenen, denn nicht nur Kinder leiden unter Konzentrationsproblemen oder Mobbing.

Die einzelnen Kapitel kann man unabhängig voneinander lesen, und da es sich nicht immer um leicht verdaulichen Lesestoff handelt, werden gerade Laien eine Pause zwischen den Kapiteln auch brauchen. Wer seine psychologische Allgemeinbildung auf Vordermann bringen will, liegt mit diesem Buch trotzdem richtig.

Anne Hofmann ist Bachelor-Psychologin und arbeitet als freie Journalistin in Heidelberg.

Lieferbare Hefte von **GEHIRN&GEIST**

G&G 7-8 / 2012



- > Was unsere Persönlichkeit prägt
 - > Seelische Leiden von Migranten
 - > Urlaub: Geballte Erholung?
 - > Kindheitstraumata als Ursache für Krankheiten
- € 7,90

G&G 6 / 2012



- > Was ist normal? – Die neue Definition psychischer Störungen
 - > Nationalstolz: Macht die Fußball-EM patriotisch?
 - > Nobelpreisträger Daniel Kahneman über das Wesen der Intuition
- € 7,90

G&G 5 / 2012



- > Soulfood: Essen für die Seele
 - > SPEZIAL Alzheimer: Die Krankheit des Vergessens
 - > Hirnforschung: Täterprofile im Hirnscan
 - > Die Qual der Wahl: Weniger ist mehr
- € 7,90

G&G 4 / 2012



- > Neuromythen: Hirnjogging, freier Wille, Gedankenlesen ... was ist dran?
 - > Doppelmoral: Sind wir nicht alle ein bisschen Wulff?
 - > Blond = blöd? Ein Klischee und seine Folgen
- € 7,90

G&G 3 / 2012



- > Psychosomatik: Wie Gefühle, Denken und Stress das Immunsystem beeinflussen
 - > Verzerrte Urteile: So manipulierbar sind Richtersprüche
 - > Stottern: Fehlstart im Gehirn
- € 7,90

G&G 1-2 / 2012



- Jubiläum: 10 Jahre G&G!
 - > Egoismus: Die Neurobiologie der Selbstkontrolle
 - > Säuglinge: So kommunizieren Eltern mit ihren Babys
 - > Gesundheit: Wie das Stadtleben die Psyche belastet
- € 7,90

G&G 12 / 2011



- > Hunde in der Psychotherapie
 - > Selbstgespräche: Schweigen ist Silber, Reden ist Gold
 - > Fötale Bildgebung: Botschaften vom werdenden Leben
- € 7,90

G&G 11 / 2011



- > Rechtspsychologie: Was macht Zeugnisaussagen glaubhaft?
 - > Wahrnehmung: Halluzinationen bei Gesunden
 - > Belohnungssystem: Wie Lust im Gehirn entsteht
- € 7,90

G&G 10 / 2011



- > Neurofeedback: Die eigene Hirnaktivität zu steuern, stärkt die Psyche
 - > Gefühlte Moral: Warum Menschen betrügen
 - > Baby Signing: Fördern Gebärdensprache den Spracherwerb?
 - > Innenansichten: Bilder aus 500 Jahren Neuroanatomie
- € 7,90

G&G 9 / 2011

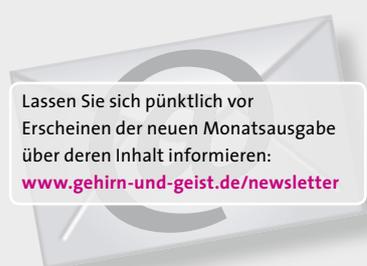


- > Emotionen im Lebenslauf
 - > Zahnarztphobie: Keine Angst vor dem Bohrer
 - > Linkshänder: Vorteil mit links
 - > Frühkindliche Bindung
 - > Cocktailparty-Effekt: Wie unser Gehirn Geräusche filtert
- € 7,90

G&G 7-8 / 2011



- > SERIE Sprache: So schärfen Wörter unser Bild der Welt
 - > Lärm: Welche Geräusche die Konzentration schwächen
 - > Babys: Die Kultur beeinflusst, wann Kinder laufen und sprechen lernen
- € 7,90



Lassen Sie sich pünktlich vor Erscheinen der neuen Monatsausgabe über deren Inhalt informieren:
www.gehirn-und-geist.de/newsletter

Dies ist nur ein Auszug der lieferbaren Titel. Wir bieten Ihnen die erschienenen **Gehirn&Geist**-Ausgaben auch komplett als digitale Hefte für € 5,- an. Alle Preise verstehen sich inkl. Mehrwertsteuer und zzgl. Versand.