



Rainer Sachse

Manipulation und Selbsttäuschung

Wie gestalte ich mir die Welt so, dass sie mir gefällt:

Manipulationen nutzen und abwenden

[Springer, Berlin 2014, 140 S., € 19,99]

Die Macht der Fremdsteuerung

Wie wir Manipulationen erkennen und abwehren können

»Manipulieren« heißt, einen Menschen zu etwas zu veranlassen, was er eigentlich nicht möchte. Der Begriff war ursprünglich nicht negativ besetzt, er stammt vom lateinischen »manipulus«, »eine Hand voll« – wird heute aber oft mit unmoralischem Verhalten in Verbindung gebracht. Rainer Sachse, Leiter des Instituts für Psychologische Psychotherapie (IPP) in Bochum, gibt in seinem Buch einen fundierten Einblick in Formen der Manipulation und mögliche Abwehrstrategien. Er erläutert wesentliche Aspekte des Beeinflussens anderer sowie der Selbsttäuschung.

Schnell wird klar: Wir alle manipulieren ständig und werden manipuliert, meist aber in harmloser Form und überwiegend unbewusst. Dieses Verhalten sei ganz normal, schreibt Sachse, man könne es sogar als soziale Kompetenz betrachten. Entscheidend sei die Dosis. Manipulation werde dann zum Problem, wenn sie zu häufig eingesetzt werde oder ernsten Schaden bewirke.

Der Autor beleuchtet, warum wir manipulieren, welcher Nutzen und welche potenziellen Nachteile sich daraus ergeben. Er erläutert, wie man verschiedene Arten der Einflussnahme erkennt und sich da-

gegen wappnet – und wie man selbst entsprechend auf andere einwirken kann. Sachse befasst sich dabei schwerpunktmäßig mit Persönlichkeitsstilen und -störungen. So beschreibt er, welche Charaktertypen zu welchen manipulativen Strategien neigen. Sabotage-Strategien etwa würden von Menschen mit passiv-aggressivem Persönlichkeitsstil bevorzugt.

Manipulation sei ein zwischenmenschliches Spiel, meint Sachse. Er erörtert, welche Arten von »Manipulationsspielen« es gibt und wie man jeweils aus ihnen aussteigen kann. Die Selbsttäuschung entlarvt er als Form der Selbstmanipulation und gibt interessante Einblicke in dieses bislang noch wenig erforschte Gebiet.

Das Buch eignet sich vornehmlich für Psychologen, Psychotherapeuten und Berater. Aber auch vorgebildeten Laien vermittelt es ein tiefes Verständnis von manipulativen Strategien. Ein wenig unpassend erscheint der Untertitel. Denn um die Verwirklichung eines angenehmen Lebens geht es in dem Buch allenfalls am Rande.

Ruth Lachmuth ist Psychologin in Karlsruhe.

TIPP
DES
MONATS

GuG-Bestsellerliste

Titel aus den Bereichen Psychologie, Gesellschaft und Hirnforschung

1. Becker, J., Bongertz, C.S.: **Das Geheimnis der Intuition** Wie man spürt, was man nicht wissen kann [Piper, München 2014, 237 S., € 12,99]
 2. Konrad, S.: **Das bleibt in der Familie** Von Liebe, Loyalität und uralten Lasten [Piper, München 2014, 299 S., € 9,99]
 3. Stenger, C.: **Lassen Sie Ihr Hirn nicht unbeaufsichtigt!** Gebrauchsanweisung für Ihren Kopf [Campus, Frankfurt am Main 2014, 252 S., € 17,99]
 4. Baker, R.: **Wenn plötzlich die Angst kommt** Panikattacken verstehen und überwinden [SCM R. Brockhaus, Holzgerlingen 2013, 192 S., € 9,95]
 5. Miller, M.: **Das wahre »Drama des begabten Kindes«** Die Tragödie Alice Millers – Wie verdrängte Kriegstraumata in der Familie wirken [Kreuz, Freiburg im Breisgau 2013, 175 S., € 17,99]
 6. Ware, B.: **5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen** Einsichten, die Ihr Leben verändern werden [Arkana, München 2013, 351 S., € 19,99]
 7. Berndt, C.: **Resilienz** Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft [dtv, München 2013, 278 S., € 14,90]
 8. Caby, F., Caby, A.: **Die kleine psychotherapeutische Schatzkiste** Tipps und Tricks für kleine und große Probleme vom Kindes- bis zum Erwachsenenalter [Borgmann Media, Dortmund 2011, 176 S., € 19,95]
 9. Rosenberg, M.B.: **Was deine Wut dir sagen will** [Junfermann, Paderborn 2013, 64 S., € 7,90]
 10. Kahneman, D.: **Schnelles Denken, langsames Denken** [Pantheton, München 2014, 624 S., € 16,99]
- Nach Verkaufszahlen des Buchgroßhändlers KNV in Stuttgart gelistet.



Josef Sachs, Volker Schmidt
Faszination Gewalt
 Was Kinder zu Schlägern macht
 [Orell Füssli, Zürich 2014, 223 S., € 19,95]



Gerd Mietzel
Erfolgreich altern
 Strategien für ein aktives und zufriedenes
 Älterwerden
 [Hogrefe, Göttingen 2014, 299 S., € 29,95]

Schlagkräftige Argumente

Zwei Psychiater diskutieren Ursachen und Abhilfen für Jugendgewalt

Verstörend und gefürchtet, unterdrückt und geächtet, doch zugleich machtvoll und faszinierend: Seit jeher haben Menschen ein zwiespältiges Verhältnis zur Gewalt und ihren Ausdrucksformen. Noch keine Kultur hat es geschafft, sie zu verhindern. Sie ist allgegenwärtig und äußert sich auf vielfältige Weise, in zahlreichen Formen auch unter Kindern und Jugendlichen.

Diesem Thema widmen sich der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Josef Sachs, und sein Kollege Volker Schmidt, forensischer Kinder- und Jugendpsychiater. Ausgehend von der These, dass gerade die enge Verflechtung von Verbot und Faszination den Nährboden für Gewaltakte bereite, suchen sie in ihrem Werk nach einer Antwort auf die Frage, was Kinder zu Schlägern macht. Dabei arbeiten sie zahlreiche Ursachen, Einflussfaktoren und Ausdrucksformen heraus, um das Phänomen der Jugendgewalt zu erklären und geeignete Präventionsmaßnahmen aufzuzeigen.

Es gehe ihnen nicht in erster Linie um extreme Ereignisse wie Amokläufe an Schulen und Gruppenvergewaltigungen, so die Autoren. Diese würden nur medial besonders intensiv aufgegriffen und zögen deshalb große Teile der Gesellschaft in den Bann. Stattdessen wollen Sachs und Schmidt den Blick auf die alltägliche Gewalt richten. Insbesondere widmen sie sich dem »Cyber-Stalking« und dem

»Cyber-Mobbing«, Begleiterscheinungen des rasanten Wandels in der Medienwelt. Auch auf die Ego-Shooter-Spiele, die schon lange in der Kritik stehen, gehen sie ein, und gelangen von dort zu teils schweren Gewalttaten, mit denen es Jugendliche im Internet zu »medialem Ruhm« bringen. Sachs und Schmidt mahnen, die intensive Mediennutzung müsse mit einer ebenso intensiven Medienerziehung einhergehen. Und die sei nur durch Zusammenarbeit von Schulen, Eltern, Sozialpädagogen, Mediziner und Psychologen zu leisten.

Vertraute Argumente

Zwar greifen die Autoren auf aktuelle wissenschaftliche Studien zurück, doch wenn sie Gewalt auslösende Faktoren vorstellen – darunter Hirnveränderungen während der Pubertät oder den schlechten Einfluss von »Peer Groups« – oder in der Gewaltprävention zur interdisziplinären Zusammenarbeit aufrufen, liefern sie kaum neue Einblicke. Lehrern und Fachkräften im Bereich der Sozialarbeit wird das meiste in dem Werk bekannt vorkommen. Eltern hingegen können von dem Buch profitieren, da Sachs und Schmidt konkrete Tipps für den Alltag geben, etwa Empfehlungen für einen vernünftigen Umgang mit dem Internet.

Anne Romahn verantwortet Mentoring-Programme für Frauen an der Uni Mainz.

Ein langes und gesundes Leben – wer wünscht sich das nicht? Laut Gerd Mietzel haben wir alle großen Einfluss darauf: Mit unserem persönlichen Lebensstil innerhalb der ersten 50 Lebensjahre stellen wir die Weichen dafür, in welcher körperlichen und geistigen Verfassung wir die nachfolgende Zeit verbringen können. Wer sich gesund ernährt, ausreichend schläft und sich täglich etwas bewegt, senkt laut Mietzel die Wahrscheinlichkeit, pflegebedürftig zu werden. Aber auch im fortgeschrittenen Alter könnten wir noch viel für das eigene Wohlbefinden tun, indem wir Freundschaften pflegen oder unsere geistige Fitness fördern.

Der emeritierte Psychologieprofessor bietet mit seinem Buch keine leichte Kost für zwischendurch, sondern einen faktenreichen Ratgeber zum Thema Gesundheit. Mit zahlreichen Quellen aus Medizin, Psychologie und Soziologie bewaffnet macht sich Mietzel auf die Suche nach dem Jungbrunnen. Ein lohnendes Buch für Jung und Alt, obwohl komplizierte Formulierungen es dem Leser nicht einfach machen.

Maria Schmidt

Schaufenster – weitere Neuerscheinungen

Hirnforschung und Philosophie

- > Bossart, Y.: **Ohne Heute gäbe es morgen kein Gestern** Philosophische Gedankenspiele [Blessing, München 2014, 256 S., € 19,99]
- > Küstenmacher, W.T.: **Limbi** Der Weg zum Glück führt durchs Gehirn [Campus, Frankfurt am Main 2014, 288 S., € 19,99]

Psychologie und Gesellschaft

- > Ball, R.: **Die pausenlose Gesellschaft** Fluch und Segen der digitalen Permanenz [Schattauer, Stuttgart 2014, 120 S., € 16,99]
- > Bauer, T., Gigerenzer, G., Krämer, K.: **Warum dick nicht doof macht und Genmais nicht tötet** Über Risiken und Nebenwirkungen der Unstatistik [Campus, Frankfurt am Main 2014, 211 S., € 16,99]
- > Horn, A., Käppner, J.: **Die Logik der Tat** Erkenntnisse eines Profilers [Droemer Knaur, München 2014, 256 S., € 19,99]
- > Kastner, H.: **Wut** Plädoyer für ein verpöntes Gefühl [Kremayr & Scheriau, Wien 2014, 192 S., € 22,-]
- > Randall, D.K.: **Im Reich der Träume** Die rätselhafte Welt des Schlafes [Springer, Berlin 2014, 327 S., € 16,99]

Medizin und Psychotherapie

- > Geyer, D.: **Trübsinn und Raserei** Die Anfänge der Psychiatrie in Deutschland [C.H.Beck, München 2014, 350 S., € 29,95]
- > Haring, R.: **Der überforderte Patient** Gesund bleiben im Zeitalter der Hightech-Medizin [C.H.Beck, München 2014, 192 S., € 19,95]
- > Maly-Samiralow, A.: **Das Prinzip Placebo** Wie positive Erwartungen gesund machen [Droemer Knaur, München 2014, 224 S., € 18,-]
- > Unger, H.P., Kleinschmidt, C.: **»Das hält keiner bis zur Rente durch!«** Damit Arbeit nicht krank macht: Erkenntnisse aus der Stress-Medizin [Kösel, München 2014, 288 S., € 19,99]

Kinder und Familie

- > Belwe, A., Schutz, T.: **Smartphone geht vor** Wie Schule und Hochschule mit dem Aufmerksamkeitskiller umgehen können [hep, Bern 2014, 208 S., € 22,-]
- > Garsoffky, S., Sembach, B.: **Die Alles ist möglich-Lüge** Wieso Familie und Beruf nicht zu vereinbaren sind [Pantheon, München 2014, 240 S., € 17,99]
- > Strahm, R.H.: **Die Akademisierungsfalle** Warum nicht alle an die Unis müssen und warum die Berufslehre top ist [hep, Bern 2014, 235 S., € 28,-]

Ratgeber und Lebensberatung

- > DiSalvo, D.: **Was Ihr Gehirn glücklich macht ...** Und warum Sie genau das Gegenteil tun sollten [Springer, Berlin 2014, 376 S., € 14,99]
- > Dreeßen, D.: **Mach dich unbeliebt und glücklich und nimm dir vom Leben, was du willst!** [dtv, München 2014, 240 S., € 14,90]
- > Frankenbach, T.: **Somatische Intelligenz** Hören, was der Körper braucht [Koha, Burgrain 2014, 205 S., € 14,95]



Richard Restak

Die großen Fragen – Geist und Gehirn

[Springer Spektrum, Berlin und Heidelberg 2014, 205 S., € 19,99]

Über Hirnforschung erzählen

Anekdotenreiche Einführung in die Neurologie

»M ein Gehirn? Das ist mein zweitliebstes Organ!«, witzelte Regisseur Woody Allen einst. Für Richard Restak gebührt ihm womöglich der erste Platz. Jedenfalls hat der amerikanische Neurologieprofessor Richard Restak dem Gehirn bereits mehr als 20 populärwissenschaftliche Bücher gewidmet. In seinem neuesten Werk will er den ganz großen Fragen auf den Grund gehen: Kann der Geist ohne Körper existieren? Was bedeutet es, sich seiner selbst bewusst zu sein? Ist der freie Wille eine Illusion? Haben Träume eine Bedeutung? Auf gut 200 Seiten wühlt er sich durch zentrale Probleme der Hirnforschung und Psychologie. Bei gerade mal zehn Seiten pro Themengebiet sind seine Exkurse zwar nicht gerade tief gehend, aber unterhaltsam.

Restak gelingt es, auch komplizierte Zusammenhänge verständlich und fesselnd darzustellen. Um den Leser bei Laune zu halten, zieht er alle Register. Die Kapitel sind prall gefüllt mit witzigen Geschichten aus seinem Forscherleben, mit Gedankenexperimenten sowie mit Zitaten aus Literatur und Mythologie. Häufig beschreibt er einfache Selbstversuche, die man als Leser ohne Weiteres nachmachen kann.

So erklärt der Autor das Phänomen der »Change Blindness«, unserer Blindheit

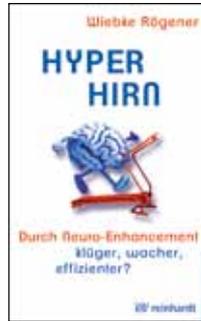
gegenüber Veränderungen in der sichtbaren Umwelt, mit einem simplen Kartentrick. Im Kapitel über Schlaf und Träume schildert er eindrucksvoll seine therapeutischen Erfahrungen mit traumatisierten Irakkriegsveteranen. Und die Grenzen des freien Willens illustriert er mit einer Geschichte über den britischen Naturforscher Charles Darwin (1809–1882), der angesichts einer Giftschlange reflexartig zurückschreckte – obwohl sich eine dicke Scheibe zwischen ihm und dem Zootier befand. Die zahlreichen Abschweifungen sorgen für inhaltliche Vielfalt und kurzweilige Lektüre, lenken aber auch vom roten Faden ab. Im steten Anekdotengewitter verliert man leicht den Überblick: Worum ging es in diesem Kapitel gleich noch mal?

Sätze ohne Aussage

Schade auch, dass der blumige Stil zuweilen auf Kosten der Genauigkeit geht. Vieles reißt Restak nur vage an, einige Details sind schlichtweg falsch. So behauptet der Autor, die Großhirnrinde enthalte zwei Drittel aller Nervenzellen des menschlichen Gehirns – tatsächlich sind es weniger als ein Fünftel. Ärgerlich ist zudem die holprige Übersetzung. Aus dem englischen Original wurde in der deutschen Ausgabe ein recht spröder, ungelinker Text. Manchmal driftet die Sprache sogar ins unfreiwillig Komische ab. Kostprobe: »In jeder Diskussion, in der es darum geht, ob der Geist unabhängig vom Körper existiert, ist es wichtig, gewisse Annahmen zu vermeiden, die nicht immer korrekt sind.« Ach so.

Neulingen bietet das Buch einen launigen Einstieg in die Welt der Hirnforschung. Als Wegweiser zu den wichtigsten Fragen der Neurologie überzeugt es. Wer sich für die behandelten Themen aber näher interessiert, wird wenig Neues entdecken.

Theodor Schaarschmidt ist Psychologe und Journalist in Heidelberg.



Wiebke Rögener
Hyper-Hirn

Durch Neuro-Enhancement klüger, wacher, effizienter?

[Reinhardt, München 2014, 188 S., € 19,90]

Künstliche Denkanstöße

Eine kritische Betrachtung des Hirndopings

Pillen für bessere Konzentration, Nahrungsergänzung für optimierte Gehirnleistung, Hightech-Kappen zum Anregen der Kreativität – der Traum, dem Denkorgan auf die Sprünge zu helfen, ist schon recht alt. Und es gibt inzwischen zahlreiche Forschungsansätze, die uns diesem Ziel näherbringen sollen. Doch wie realistisch ist die Idee vom optimierten Gehirn, und wo lauern die Gefahren?

Die Debatte um Chancen und Risiken des Hirndopings wird oft hochemotional geführt. Gut, dass sich die Biologin und Wissenschaftsjournalistin Wiebke Rögener in ihrem Buch »Hyper-Hirn« des Themas sachlich annimmt und sorgfältig recherchiert hat. Sie führt den Leser durch die vermeintlich schöne neue Neurowelt, beschreibt, was heute schon möglich ist und welche künftigen Entwicklungen vorstellbar erscheinen. Dabei kritisiert sie die Medien, aber auch Wissenschaftler, die plakative Prophezeiungen verbreiten.

So behauptete etwa der US-Hirnforscher Michael Gazzaniga 2007: »Viele Intelligenzpillen befinden sich bereits im klinischen Versuchsstadium und könnten in weniger als fünf Jahren auf den Markt kommen« – eine absolute Fehleinschätzung. Dennoch ist Hirndoping heute ein Thema, wie Umfragen unter deutschen Studierenden bestätigen. Rezeptpflichti-

ge Substanzen wie Ritalin oder der Wachmacher Modafinil sind übers Internet recht einfach zu beziehen.

Ritalin ist als ADHS-Medikament, Modafinil als Therapeutikum bei Narkolepsie zugelassen. Auch andere Methoden, die sich für Hirndoping eignen, werden in medizinischen Anwendungen getestet. So soll die tiefe Hirnstimulation, bei der Elektroden bestimmte Areale anregen, gegen die Parkinsonkrankheit und Depressionen helfen. Und die Transkranielle Magnetstimulation (TMS) vermag zumindest kurzzeitig Linderung bei Tinnitus zu verschaffen. Im therapeutischen Zusammenhang erscheint die Verbesserung der Hirnleistung mitunter durchaus sinnvoll.

Die Gefahr einer missbräuchlichen Verwendung ist allerdings ernst zu nehmen, warnt Rögener. Schließlich sei auch Heroin ursprünglich als Medikament entwickelt worden. Zu dem Zeitpunkt, als es auf den Markt kam, seien seine Nebenwirkungen noch längst nicht bekannt gewesen – ähnlich wie heute beim Hirndoping.

Der drohende Missbrauch stößt zudem eine wichtige ethische Debatte an. Was etwa, wenn das Militär mittels Neuro-Enhancement Soldaten »optimiert«? Zwar lägen solche Horrorvisionen derzeit noch nicht im Rahmen des Machbaren. Forschungsprojekte, die auf die militärische Anwendung zielen – etwa um Kampfgeräte über Gedanken zu steuern –, gebe es aber durchaus schon.

Wiebke Rögener stellt das komplexe Thema ausgewogen und gut verständlich dar. Für alle, die Genaueres wissen wollen, vertieft sie einzelne Aspekte in gesonderten Kästen. An anderer Stelle lässt sie Experten zu Wort kommen. So ist der Autorin ein durchweg empfehlenswertes Buch gelungen – eine Bereicherung für die fast schon überstrapazierte Debatte um das Hirndoping.

Stefanie Reinberger ist promovierte Biologin und freie Journalistin in Köln.

Kopfnuss

Hätten Sie's gewusst?

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

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei Exemplare von:



Rainer Sachse

Manipulation und Selbsttäuschung

Wie gestalte ich mir die Welt so, dass sie mir gefällt

[Springer, Berlin 2014, 140 S., € 19,99]

Einsendeschluss ist der 15. November 2014. Die Auflösung finden Sie in GuG 1/2015. Zusätzlich nimmt jede richtige Einsendung an der Weihnachtsverlosung eines Jahresabonnements für 2015 teil. 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 9/2014: 1b, 2a, 3c, 4b, 5b.

Je ein Exemplar von Michael Tsokos' und Saskia Guddats »Deutschland misshandelt seine Kinder« geht an: Barbara Krämer-Kubas (Lindau), Herbert Kropp (Freiburg), Lutz Landskron (Nürnberg)

1. Womit beeindruckte der Asiatische Elefant Koshik?

- a) Er tanzte.
- b) Er malte Bilder.
- c) Er imitierte Koreanisch.

2. Wie nennt man die in der philosophischen Ethik verbreitete Annahme, dass moralische Urteile auf Gefühlen beruhen?

- a) Sentimentalismus
- b) Emotionsethik
- c) Intuitionslehre

3. Drogenabhängigen fällt es schwer ...

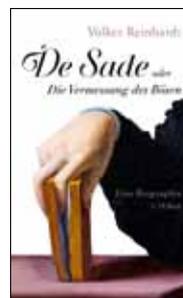
- a) neue Regeln zu lernen.
- b) Regeländerungen zu verinnerlichen.
- c) selbst neue Regeln aufzustellen.

4. Welche Persönlichkeitsmerkmale kennzeichnen Menschen, die leicht vergeben?

- a) Empathie und Verträglichkeit
- b) Verträglichkeit und Zuverlässigkeit
- c) Grübelneigung und Empathie

5. Welche Erkenntnis aus der Lernforschung nutzt der virtuelle Vokabeltrainer »Billie«?

- a) Frauen lernen besser von weiblichen Lehrern, Männer von männlichen.
- b) Tadel spornt zu Höchstleistungen an.
- c) Man merkt sich Vokabeln leichter, wenn man zu jedem Wort eine passende Geste ausführt.



Volker Reinhardt

De Sade oder Die Vermessung des Bösen

[C.H.Beck, München 2014, 464 S., 26,95 Euro]

Sex, Macht und Moderne

Eine umfassende Biografie des Marquis de Sade

Vor 200 Jahren starb der Mann, der dem Sadismus seinen Namen gab: Donatien Alphonse François Marquis de Sade (1740–1814). Der Historiker Volker Reinhardt von der Universität in Fribourg (Schweiz) porträtiert den Meister der verbotenen Lüste als Kind seiner Zeit. In der Spätphase des französischen Absolutismus erreichte die ausschweifende Dekadenz und Amoralität von Adligen und Kirchenvertretern ihren Höhepunkt. Erlauchte Herrschaften und Würdenträger konnten quasi nach Belieben plündern, vergewaltigen und morden, ohne rechtlich belangt zu werden. Darüber hinaus war Sexualität unter den Herrschenden zu einem zentralen Machtinstrument geworden. So hatte sich auch de Sades Vater quer durch die Gemächer einflussreicher Damen hochgeschlafen, und sein Onkel, ein Abt, in dessen Obhut de Sade seine Kindheit verbrachte, hurte und prasste auf »Teufel komm raus«.

Diese Mischung aus entfesseltem Trieb und Machtkalkül prägte de Sade vom Kindesalter an. Er selbst setzte dem nur noch das i-Tüpfelchen auf, indem er der Scheinheiligkeit von Religion und Moral abschwor und den puren Lustgewinn zelebrierte – auch mittels Gewalt. De Sade lebte und dachte somit konsequent zu Ende, was in seiner Welt tägliche Realität war, wobei seine privaten Eskapaden die Brutalität der literarischen kaum erreichten.

Diverse »Affären«, in denen er junge Prostituierte und Diener beiderlei Geschlechts missbrauchte und malträtierte, machten ihn ab 1763 dennoch zur Zielscheibe der Sittenpolizei – allerdings vor allem deshalb, weil seine Schwiegermutter sich des »Teufels in Menschengestalt«, den ihre Tochter gehehlicht hatte, elegant entledigen wollte. Eine öffentliche Verurteilung de Sades hätte ein schlechtes Licht auf die Familie geworfen. Also ließ ihn die Dame mit Hilfe mächtiger Freunde wiederholt auf entlegenen Burgen festsetzen.

Der Marquis zeigte erstaunliches Geschick darin, immer wieder zu fliehen, tauchte zeitweise unter falschem Namen in Italien und Spanien unter und entzog sich auch auf dem heimatischen Gut Lacoste in der Provence mehrfach dem Zugriff seiner Häscher. Mindestens zweimal entkam er nur knapp dem Tod. 1777

feuerte der Vater einer Dienstbotin, die de Sade missbraucht hatte, zwei Kugeln auf ihn ab, die jedoch ihr Ziel verfehlten. Und 1794, inmitten der Revolutionswirren, entging er im letzten Moment dem Ende auf der Guillotine.

Das Leben auf der Flucht währte freilich nicht ewig. Als die Revolution 1789 ausbrach, hatte de Sade bereits gut zehn Jahre hinter Gittern gesessen. Nachdem er in diversen Kerkern, unter anderem der Pariser Bastille, seine literarischen und philosophischen Hauptwerke verfasst hatte – etwa »Justine oder die Unglücksfälle der Tugend« und »120 Tage von Sodom« –, verbrachte er sein letztes Lebensjahrzehnt recht angenehm in der Irrenanstalt von Charenton, wo er eigene Theaterstücke mit den Insassen aufführte.

Reinhardts Biografie ist klar und informativ, weit entfernt vom Voyeurismus

der meisten seiner Vorgänger. Die beiden wesentlichen Charakterzüge de Sades – Gewissenlosigkeit und Genialität – zeichnet der Autor anschaulich und detailreich nach. Bleibt die Frage, warum man sich dem de sadeschen Kosmos aus Verbrechen, Wahnsinn und sexueller Schrankenlosigkeit überhaupt aussetzen soll. Reinhardt gibt darauf am Ende seines Buchs Antworten, indem er die bleibende Bedeutung des Marquis in Kunst und Literatur, Kulturtheorie und Psychopathologie aufzeigt.

Der »Menschenforscher« de Sade ging ins Extreme und führte vor, wozu die Fantasie – damals wie heute – fähig ist. Wer solche Grenzgänge zumindest ansatzweise nachvollziehen will, ohne den Blutausch der Originalwerke ertragen zu müssen, greife zu dieser Biografie des Bösen.

Steve Ayan ist Psychologe und GuG-Redakteur.

Spektrum
DER WISSENSCHAFT
VERLAG

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

Preis: € 139,- pro Person;
Sonderpreis für Abonnenten: € 129,-

Weitere Informationen und Anmelde-möglichkeit:

Telefon: 06221 9126-743
spektrum.de/schreibwerkstatt
Fax: 06221 9126-751 | E-Mail: service@spektrum.de

Hier QR-Code
per Smartphone
scannen.





Lena Kornyeveva

Die seditierte Gesellschaft

Wie Ritalin, Antidepressiva und Aufputzmittel uns zu Sklaven der Leistungsgesellschaft machen

[Heyne, München 2014, 255 S., € 12,99]

Der schnelle Griff zur Pille

Von der schädlichen Wirkung der Psychopharmaka

Lena Kornyeveva beklagt, dass Ärzte beim Behandeln psychisch Kranker meist allzu schnell auf Medikamente setzen. Die Erkrankten müssten zuvorderst psychotherapeutisch betreut werden, meint die promovierte Psychologin, die eine Praxis für psychologische Beratung betreibt. Denn Psychopharmaka unterdrückten nur Symptome, lösten aber nicht die zu Grunde liegenden Probleme: »Psychopharmaka bringen keine Heilung, und sie prägen genauso wenig wie illegale Drogen gute, glückliche Biographien.«

Eingeschüchtert von der Autorität der Ärzte würden viele Patienten Tabletten nehmen, ohne zu wissen, was ihnen fehlt,

und ohne über Alternativbehandlungen informiert worden zu sein. Unter anderem schildert die Autorin den Fall einer Patientin, die Medikamente verschrieben bekam, ohne dass man ihr das Diagnoseergebnis mitteilte. Auch würden Auffälligkeiten, die doch eigentlich im Normbereich lägen, zu Erkrankungen erklärt: »Ein Bedürfnis oder ein Leiden, zu dem ein Psychopharmakon passt, verspürt nahezu jeder Mensch.« Das gelte vor allem für ADHS. Unsere Gesellschaft lege ihr Augenmerk mehr und mehr auf die Leistungen der Schüler – und stempelte Kinder als krank ab, die den Erwartungen nicht entsprächen.

Kornyeveva spricht damit wichtige Probleme an, mit denen sie auf Grund ihres beruflichen Hintergrunds täglich in Berührung kommt. Doch vielfach drängt sich der Eindruck auf, dass sie – in Ermangelung von Faktenwissen – die dargestellten Befunde selbst hergeleitet hat. Auf den 255 Seiten des Buchs kommt sie mit überraschend wenigen Quellen aus. Sie bezieht sich größtenteils auf einzelne Patientenberichte, Schilderungen aus Internetforen und Sekundärliteratur zum Thema Psychopharmaka – insgesamt eine dünne Grundlage.

Zudem erscheint ihre Kritik oft pauschal. Von der Schelte des Gesundheitssystems kommt sie zur angeblich schädlichen Wirkung von Smartphones und Facebook und weiter zum »maßlosen Konsumverhalten«, das sich in der Mitte der Gesellschaft durchgesetzt habe. Dabei schweift Kornyeveva häufig vom Thema ab. Ihre ausnahmslos negative Bewertung neuer Medien erinnert an die Phobien Manfred Spitzers. Das Buch ist daher eher persönliches Stimmungsbild der Autorin als fundierte Gesellschaftsanalyse.

Christina Müller ist Biologin und Wissenschaftsjournalistin in München.



Jiří Sliva

Sigmund Freud schläft nie

[Psychosozial, Gießen 2014, 72 S., € 19,90]

Der Prager Illustrator und Cartoonist Jiří Sliva legt in diesem Buch witzige Zeichnungen vor, die Sigmund Freud (1856–1939) zeigen – meist bei der psychoanalytischen Arbeit mit Patienten. Slivas Bilder kennzeichnen ein feiner, zurückhaltender Humor. Sie regen zum Nachdenken an, denn nicht jede Pointe ist offensichtlich.

In Stil und Motiven lehnt sich der Illustrator der Epoche an, in der Freud lebte. Seine Cartoons sind vorrangig

Tuschezeichnungen, zum Teil koloriert. Mehrfach stellt er Franz Kafka dar, einen Zeitgenossen Freuds.

Die Bildsammlung begleitet ein gelungener Essay über das Lachen. Darin betrachtet der Psychoanalytiker und Verleger Hans-Jürgen Wirth das Phänomen aus philosophischer Sicht und beleuchtet auch die Witztheorie Sigmund Freuds. Insgesamt ein anregendes, optisch ansprechendes Buch.

Kerstin Pasemann





Christoph Kuch, Florian Severin
Sei nicht abergläubisch, das bringt Unglück!
Die Psychologie des Ungläublichen
[Knaur, München 2014, 287 S., € 12,99]

Magisch ausgetrickst

Ein Zauberer verrät seine Tricks

»Können Sie meine Frau verschwinden lassen? Haben Sie die Gabe, in die Zukunft schauen? Sind Sie in der Lage, das Glück zu beeinflussen?« Fragen, die Christoph Kuch häufig zu hören bekommt. Denn der gelernte Diplomkaufmann arbeitet als »Mentalmagier«. Seit seiner Jugend beschäftigt er sich sowohl mit Zauberei als auch mit psychologischen Experimenten und den Eigenarten des Gehirns. Dabei hat er gelernt, Menschen zu manipulieren. Dieses Können stellt er in Zaubershows unter Beweis, in denen er den Zuschauern vermeintlich in die Köpfe sieht. Im vorliegenden Buch verrät er – gemeinsam mit seinem Zauberkollegen und Drehbuchautor Florian Severin – das System hinter seinen Tricks.

Kuchs Spezialgebiet sind Vorhersagen. So weiß er, welche Objekte einem am schnellsten in den Sinn kommen, sobald man aufgefordert wird, an ein Musikinstrument oder Werkzeug zu denken. Hierfür nutzt er die Erkenntnis, dass es in jeder semantischen Kategorie (wie eben »Werkzeug«) immer bestimmte Vertreter gibt, die als besonders typisch für diese Kategorie gelten und deshalb häufig als Erstes genannt werden (zum Beispiel der Hammer). Auch wendet Kuch die Regeln der Wahrscheinlichkeitsrechnung an, um die Ergebnisse von Zufallsspielen wie »Kopf oder Zahl« mit größerer Treffsicherheit zu prognostizieren. Sodann erklärt er, wie er es anstellt, die Lottozahlen

vorherzusagen: Er sei sich zwar bei der Abfolge der Nummern sicher, aber nicht bei der Woche, in der diese Folge gezogen wird, erklärt er augenzwinkernd. Und bitten ihn seine Zuschauer schließlich, in die Zukunft zu schauen, gibt er allgemein gültige und vage Aussagen von sich, die in (fast) jedem Fall zutreffen.

Doch mit Prognosen allein ist Kuch nicht zufrieden: Der Zauberkünstler gibt vor, darüber bestimmen zu können, was in der Zukunft geschehen wird – unter tatkräftiger Hilfe seiner Zuschauer. Möglich macht's der psychologische Effekt der



Reinhold Stritzelberger
Selbstmotivation
Wie Sie dauerhaft leistungsfähig bleiben
[Haufe, Freiburg 2014, 127 S., € 6,95]

Reinhold Stritzelberger berät als »Business-Coach« Manager und Mitarbeiter darin, wie sie ihren beruflichen Erfolg steigern können. Nun hat er einen schmalen Ratgeber verfasst, der uns beibringen soll, jeden Tag motiviert zur Arbeit zu gehen. Stritzelberger schafft es, seine Erkenntnisse verständlich, kompakt und unterhaltsam zu präsentieren. Er beschreibt, warum verbreitete Annahmen und innere Einstellungen uns oft ausbremsen, weshalb positives Denken auch schädlich sein kann und wieso es sich lohnt, die eigene »Komfortzone« zu verlassen. Wir sollten uns stets fragen, was wir selbst tun können, und die Antwort darauf in die Tat umsetzen, meint der Autor. Dieses »engagierte Nachdenken« helfe, unsere Ziele zu erreichen. Interessant sind die vielen Anekdoten, die Stritzelberger aus seinem Traineralltag zum Besten gibt. Seinem Schreibstil merkt man an, dass er auf das »engagierte Nachdenken« schwört: Der Tonfall wirkt manchmal etwas überengagiert. Aber das Buch motiviert wirklich.

Liesa Klotzbücher

»selbsterfüllenden Prophezeiung«: Sobald der Magier einer Person Glück in Aussicht stellt, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sie tatsächlich solches finden wird. Denn zuversichtliche Menschen sind kreativer und geben sich beim Lösen von Problemen weniger schnell geschlagen als Pessimisten. Das verhilft ihnen zu größerem Erfolg und mehr Zufriedenheit.

Der Autor gibt seinen Lesern noch ein paar »magische Tipps« mit auf den Weg. So erklärt er, wie angeblich jede(r) zu einem Glückspilz werden kann. Und wie man andere spielend leicht beeinflusst. Wer etwa möchte, dass eine Frau ihn sympathisch findet, dem verrät Kuch, wie man die Angebetete zum Lachen bringt und zum Ausgehen überredet.

Kuch ist vielleicht ein erfolgreicher Zauberkünstler; ein begnadeter Autor ist er nicht. Immer wieder schweift er vom Thema ab und kommt seitenlang nicht auf den Punkt. Doch was er über die Psychologie hinter der Zauberei zu erzählen hat, ist trotzdem interessant.

Nele Langosch ist Psychologin und Journalistin in Hamburg.

