

**TIPP
DES
MONATS**



Lone Frank
**MEIN WUNDERVOLLES
GENOM**

Ein Selbstversuch im Zeitalter
der persönlichen Genforschung
[Hanser, München 2011, 336 S.,
€ 19,90]

objekt zur Verfügung, besucht wissenschaftliche Tagungen und diskutiert mit Fachleuten über Chancen und Risiken der Genanalyse, der personalisierten Medizin und der Präimplantationsdiagnostik.

Bevor sich Frank ausführlich den Anwendungsgebieten und damit verbundenen ethischen Fragen widmet, rekapituliert sie die Geschichte der Genforschung und den Stand der Wissenschaft. In den 1980er Jahren startete das Human-genomprojekt mit dem Ziel, das menschliche Genom komplett zu entziffern. 2001 lag eine vollständige Kartierung der mehr als 20 000 Erbanlagen vor.

Mutationen als Marker

Allerdings unterscheidet sich nur ein halbes Prozent genetischer Information einen Menschen vom anderen. Ursache sind Mutationen, darunter fehlende, vertauschte, verschobene oder vervielfältigte Stücke von DNA. Wenn eine oder mehrere dieser Mutationen bei Menschen mit einer Erkrankung häufiger auftreten als bei gesunden, dann gilt die Mutation als Marker für die Krankheit, wie zum Beispiel bei der altersabhängigen Makuladegeneration.

Über 400 solche Assoziationen habe man bisher aufgedeckt, berichtet Frank. Anhand der genetischen Marker schätzen Unternehmen, die für Privatpersonen kommerzielle Genprofile anfertigen, das Risiko für bestimmte Erkrankungen ein. Das Personal Genome Project bietet das auch kostenlos an. Gesucht sind dafür 100 000 Freiwillige, die sich einverstanden erklären, für eine kostenlose Sequenzierung ihres Genoms ihre persönlichen Daten und Gesundheitsinformationen frei zugänglich ins Web zu stellen.

Zu intim? Erbanlagen seien etwas Abstraktes, findet die Autorin und hält mit ihren eigenen Ergebnissen nicht hinterm Berg. Sie neigt laut Testergebnis zum Beispiel zu Lungenkrebs. Aber das bedeutet nicht viel. »Selbst wenn Sie genetisch vorbelastet sind, geht Ihr Risiko gegen null, wenn Sie nicht rauchen«, erfährt sie vom Fachmann. Wie stark sich die Genvarianten beim einzelnen Menschen auswirken, bleibe ein Rätsel.

Franks offener und persönlicher Erzählstil vermittelt einen authentischen Eindruck davon, wie es sich für sie anfühlt, die eigene DNA entziffert zu bekommen. Es sei schlicht »überwältigend«.

MEIN ERBGUT UND ICH

Eine Neurobiologin erkundet Chancen und Probleme der Genanalyse

Wenn eine Genanalyse etwas Aufregendes ergibt, dann geht es stets um Mutationen. Und das bedeutet in der Regel: schlechte Nachrichten. So erklärt die dänische Journalistin Lone Frank die Krux der Erbgutsequenzierung, einer für viele Menschen heute schon erschwinglichen Untersuchung. Die studierte Neurobiologin erprobt am eigenen Leib, was uns in der schönen neuen Welt der Gendiagnostik erwarten könnte. Sie testet kommerzielle Anbieter und stellt sich als Forschungs-



Susanne Preusker
SIEBEN STUNDEN IM APRIL

Meine Geschichten vom Überleben
[Patmos, Ostfildern 2011, 160 S., € 17,90]



Dieses Buch vergisst man nicht so schnell. Der erschütternde Erfahrungsbericht der Psychotherapeutin Susanne Preusker lässt erahnen, was die 50-Jährige durchleben musste: Nach ihrer Geiselnhaft im Straubinger Hochsicherheitsgefängnis im April 2009, während der sie von einem langjährigen Patienten immer wieder vergewaltigt wurde, ist ihr altes Leben vorbei. Preusker leidet unter Alpträumen, erträgt keine Enge, keine geschlossenen Türen, keine lauten Geräusche; sie bekommt Panikattacken im Stau, im Parkhaus und schon bei dem Gedanken, mit einem Mann allein zu sein – selbst wenn er ihr vertraut ist. Ihr schnörkelloser Bericht ist eine Lehrstunde über die Innenwelt einer Überlebenden und die tief greifenden Folgen eines Traumas. Aber auch über das, was den Weg in ein neues Leben weisen kann: die Hilfe von Familie und Freunden, scheinbar Banales wie Bewegung und Musik, ein Tag am Meer und der eigene Mut.



Walter Krämer
DIE ANGST DER WOCHE

Warum wir uns vor den falschen Dingen fürchten
[Piper, München 2011, 286 S., € 19,99]



Finanzkrise, Atom-GAU, Klimawandel – die Liste der täglichen Schreckensnachrichten ist lang. Obwohl ihnen durchaus reale Gefahren zu Grunde liegen, erscheinen die öffentlichen Reaktionen darauf oft hysterisch. Sind wir Opfer einer Panikmache? Ja, meint Walter Krämer, Statistikprofessor an der Universität Dortmund. Rational betrachtet sei etwa die Gefahr, im Straßenverkehr zu sterben, weit höher als die der meisten medial inszenierten Übel. An der »BSE-Seuche« etwa sei in Deutschland bis heute niemand gestorben. Schuld an der Schiefelage hätten nicht nur die Medien, die mit Horrormeldungen Quote machen, sondern auch eine verbreitete Furcht vor allem Künstlichen. So verursache die Impfphobie jedes Jahr Tausende unnötiger Krankheits- und Todesfälle. Krämer liefert viele Beispiele und Fakten, geizt aber mit konkreten Schlussfolgerungen und Tipps für mehr Gelassenheit. Dennoch ein diskussionswürdiges Buch, das unserer Mediengesellschaft einen Spiegel vorhält.



exzellent



solide



durchwachsen



mangelhaft

wenn auch auf ganz andere Art und Weise als erwartet. Denn mit dem Wust an Informationen über Genanomalien und Krankheitsrisiken könne Otto Normalverbraucher nicht viel anfangen, solange ihm niemand die Ergebnisse erklärt. Zweites Problem bei einer kompletten Sequenzierung: Von 90 Prozent unserer Gene wisse man gar nicht, welche biologische Funktion sie erfüllen. Jedes Jahr entdecken Forscher neue Risikogene; die Interpretation eines sequenzierten Genoms verändere sich deshalb ständig.

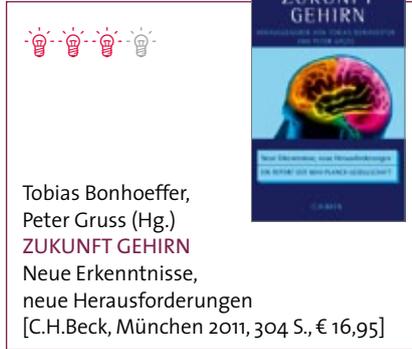
Was spricht dann noch für eine Genanalyse? Langfristig werde sie die Grundlage der personalisierten Medizin bilden, also erlauben, Prävention und Behandlung »genau auf die Physiologie eines bestimmten Menschen« zuzuschneiden. Das zentrale Argument für Gentests laute deshalb, es könne unethisch sein, eine Technologie nicht zu nutzen. Eine Frage aber bleibe unbeantwortet: Wer definiere, ob ein laut Gentest erhöhtes Krankheitsrisiko eine Abtreibung rechtfertigt?

Wie ein Blatt Karten

Die komplizierte Faktenlage erläutert Frank fundiert und leicht verständlich, schreckt dabei aber auch vor diffizilen molekularbiologischen Zusammenhängen und Fachbegriffen nicht zurück. Nur selten sind ihr oder der Übersetzerin fragwürdige Formulierungen durchgerutscht, etwa dass bei Probanden mit einer bestimmten Genvariante diese oder jene Hirnregion »wie ein Feuerwerkskörper« leuchte.

Einem allein an der Wissenschaft interessierten Leser gehen die ausführlich protokollierten Gedankengänge der Autorin vielleicht zu weit. Für interessierte Laien jedoch veranschaulichen gerade diese Passagen, vor welchen Fragen der Mensch künftig stehen könnte. Wie wird uns das Wissen um die eigenen Erbanlagen verändern? Frank hat ihre Antwort gefunden. Sie betrachtet ihre Gene nicht als Schicksal, sondern als ein Blatt Karten, das ihr zugeteilt wurde – und ihr einen gewissen Spielraum lässt.

Christiane Gelitz ist Diplompsychologin und G&G-Redakteurin.



STELLDICHEIN DER NEUROEXPERTEN

Hirnforscher erörtern Evergreens und aktuelle Fragen ihres Fachs

Der Regisseur Woody Allen bekannte einmal, dass das Gehirn nur sein »zweitliebstes Organ« sei und dass andere Körperteile mehr Spaß hätten. Doch kein anderes Organ hat in den vergangenen Jahren eine derart steile Karriere hingelegt. Die Hirnforschung ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Manche Wissenschaftler dieses Fachs haben sogar eine gewisse öffentliche Bekanntheit erlangt.

Einige von ihnen zählen zu den 17 Hirnforschern, die Peter Gruss, Präsident der Max-Planck-Gesellschaft, zusammen mit dem Neurobiologen Tobias Bonhoeffer zu diesem Sammelband eingeladen hat. In einem Dutzend Aufsätzen fassen sie Ergebnisse zusammen oder laden zur Diskussion ein – über Evergreens ihres Fachs und über aktuelle Themen, wie sie auch auf den Wissenschaftsseiten oder in den Feuilletons zu finden sind.

Im Eingangskapitel etwa beschreiben Mark Hübener und Rüdiger Klein vom Max-Planck-Institut für Neurobiologie in Martinsried, wie sich das Gehirn entwickelt. Damit sich Nervenzellen verknüpfen, müssen sie aktiv sein. Zuerst erzeugt das Gehirn selbst intern diese Aktivität, später übernehmen Sinneseindrücke die Aufgabe.

Wie Sprache entsteht und in welchen Hirnregionen sie verankert ist, erörtert Angela D. Friederici vom MPI für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig. Tatsächlich werden sprachliche Funk-

tionen über die Sprachgrenzen hinweg in den gleichen Arealen gespeichert. Gerd Kempermann von der Technischen Universität Dresden untersucht in seinem Beitrag therapieresistente Krankheiten. Er setzt seine Hoffnungen auf Stammzellen, darunter schillernde Unbekannte wie die hirneigenen Stammzellen, die in manchen Hirnregionen selbst im Alter noch für Nachschub sorgen.

Den kultur- und naturwissenschaftlichen Blick vereinen Ute Frevert vom MPI für Bildungsforschung in Berlin und Tania Singer vom Leipziger MPI. Sie konzentrieren sich auf Empathie: Die theologisch begründete Nächstenliebe habe im 18. Jahrhundert dem natürlichen Mitgefühl den Platz geräumt. Allerdings setzt die begriffsgeschichtliche Analyse in der Kulturgeschichte etwas spät ein und bleibt oberflächlich.

Konsequenzen für Recht und Ethik

Nicht zuletzt streiten der bekannte Frankfurter Hirnforscher Wolf Singer und der Philosoph Julian Nida-Rümelin in Rede und Gegenrede über den freien Willen. Und welche Konsequenzen die Erkenntnisse der Neurowissenschaften für Recht und Ethik haben, loten der Jurist Reinhard Merkel von der Universität Hamburg und der Bielefelder Psychologin und Hirnforscher Hans J. Markowitsch gemeinsam aus.

Treffend bezeichnet der Verlag den Sammelband als Lesebuch. Die zurückhaltend bebilderten Aufsätze sind nicht so detailliert wie ein wissenschaftlicher Artikel, aber dichter als viele populärwissenschaftliche Bücher. Wohl gemerkt, hier schreiben Wissenschaftler: Sie verzichten auf journalistische Vereinfachungen, und die Fachbegriffe geben sich ein munteres Stelldichein. Vorkenntnisse sind zwar nicht unbedingt notwendig, erleichtern aber die Lektüre. Und die lohnt sich zweifelsohne, denn das Gehirn bleibt aufregend. Nicht nur, weil es auch als das größte Sexualorgan gilt, wie selbst Woody Allen zugeben musste.

Olaf Schmidt ist promovierter Biologe und arbeitet als freier Journalist in Essen.

SCHAUFENSTER – WEITERE NEUERSCHEINUNGEN

HIRNFORSCHUNG UND PHILOSOPHIE

- Engmann, B.: **MYTHOS NAHTODERFAHRUNG** [S. Hirzel, Stuttgart 2011, 111 S., € 14,90]
- Macknik, S.L., Martinez-Conde, S., Blakeslee, S.: **DIE TRICKS UNSERES GEHIRNS** Wie die Hirnforschung von den großen Zauberern lernt [Kreuz, Freiburg 2011, 320 S., € 24,95]
- Verplaetse, J.: **DER MORALISCHE INSTINKT** Über den natürlichen Ursprung unserer Moral [Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2011, 303 S., € 29,95]
- Swaab, D.: **WIR SIND UNSER GEHIRN** Wie wir denken, leiden und lieben [Droemer, München 2011, 480 S., € 22,99]

PSYCHOLOGIE UND GESELLSCHAFT

- Bucher, A.: **GEIZ, TRÄGHEIT, NEID & CO. IN THERAPIE UND SEELSORGE** Psychologie der 7 Todsünden [Springer, Berlin 2011, 232 S., € 29,95]
- Goris, E., Hutter, C.-P.: **DER DUFT-CODE** Wie die Industrie unsere Sinne manipuliert [Heyne, München 2011, 288 S., € 17,99]
- Jensen, A.: **WIR STEIGERN DAS BRUTTOSOZIALGLÜCK** Von Menschen, die anders wirtschaften und besser leben [Herder, Freiburg 2011, 240 S., € 16,95]
- Schulz, K.: **RICHTIG IRREN** Von falschen Glaubenssätzen, Denkfehlern und der kreativen Kraft unserer Fehlbarkeit [Riemann, München 2011, 480 S., € 22,95]

MEDIZIN UND PSYCHOTHERAPIE

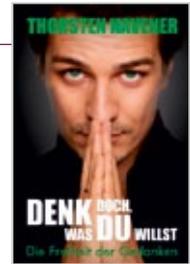
- Heier, M.: **NOCEBO: WER'S GLAUBT WIRD KRANK** Wie man trotz Gentests, Beipackzetteln und Röntgenbildern gesund bleibt [S. Hirzel, Stuttgart 2011, 133 S., € 17,90]
- Schultz-Venrath, U.: **PSYCHOTHERAPIEN IN TAGESKLINIKEN** Methoden, Konzepte, Strukturen [MWV, Berlin 2011, 283 S., € 34,95]
- Schumpelick, V., Vogel, B.: **MEDIZIN NACH MASS** Individualisierte Medizin – Wunsch und Wirklichkeit [Herder, Freiburg 2011, 500 S., € 19,-]

KINDER UND FAMILIE

- Renz-Polster, H.: **MENSCHENKINDER** Plädoyer für eine artgerechte Erziehung [Kösel, München 2011, 191 S., € 17,99]
- Spohr, B., Gantner, A., Bobbink, J., Liddle, H.A.: **MULTIDIMENSIONALE FAMILIENTHERAPIE** Jugendliche bei Drogenmissbrauch und Verhaltensproblemen wirksam behandeln [Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2011, 215 S., € 29,95]
- Tannen, D.: **»DU WARST JA SCHON IMMER MAMAS LIEBLING!«** Wie Schwestern einander besser verstehen [Mosaik, München 2011, 288 S., € 19,99]

RATGEBER UND LEBENSHILFE

- Bien, U.: **TRAINIERE. DEIN. GEDÄCHTNIS.** Alles im Kopf: Zahlen, Namen, Fakten. Merktechniken und viele praktische Übungen [Humboldt, München 2011, 224 S., € 16,95]
- Diesbrock, T.: **HERMANN!** Vom klugen Umgang mit dem inneren Kritiker [Patmos, Ostfildern 2011, 112 S., € 12,90]
- Simon, C.P.: **DIE ICH-FORMEL** 15 Wege zu einem glücklichen Selbst [Piper, München 2011, 304 S., € 16,99]



Thorsten Havener
DENK DOCH, WAS DU WILLST
Die Freiheit der Gedanken
[Wunderlich, Reinbek 2011, 256 S., € 17,95]

SOZIALPSYCHOLOGIE LIGHT

Ein »Mentalkünstler« über menschliche Manipulierbarkeit

Das Fernsehpublikum kennt den Entertainer Thorsten Havener aus zahlreichen Unterhaltungsshows, in denen er mit Hilfe psychologischer Tricks verblüffende Fähigkeiten demonstriert: Er versetzt seine Zuschauer in Trance und scheint blind die Gedanken seines Gegenübers zu lesen. Schon in seinen ersten zwei Büchern – beide Bestseller – gewährte er einen Blick hinter die Kulissen seiner Mentalartistik.

So ist der Titel seines neuesten Werks »Denk doch, was du willst« ironisch gemeint, denn an die Freiheit der Gedanken glaubt der Autor nicht. Havener verdient sein Geld damit, Menschen zu durchschauen und zu beeinflussen. Zu verdanken hat er das den Schwächen der menschlichen Psyche. Wir fallen auf simple Verkaufstricks herein, passen unseren Sprachstil unbewusst unserer Umgebung an und machen Autorität an äußeren Merkmalen fest.

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

Wie funktioniert Suggestion? Wie eine gute Hypnose? Und wie kann man das Ganze in der Praxis anwenden? Havener erläutert bekannte psychologische Phänomene, verknüpft sie mit Beispielen aus seinem Bühnenalltag sowie Ereignissen der Weltgeschichte und liefert so eine lockere Gesamtschau zum Thema. Dabei bietet er zwar keine neuen Erkenntnisse über die Ursachen der menschlichen Manipulierbarkeit. Dafür gibt er Tipps und Tricks für den Selbstversuch, wenn auch ohne Erfolgsgarantie: »Bitte beachten Sie, dass Sie sämtliche Versuche auf eigene Gefahr durchführen«, warnt er seine Leser effektiv.

Zentral ist für den Autor der »Rapport«: Vor jeder Einflussnahme müsse sich ein Manipulator »dem mentalen Niveau« seines Gegenübers anpassen. Ob dieser Idee auch der jugendliche Jargon Haveners entspringt? Angesichts von

»Oberhammern«, »coolen Hunden« und »verschnoddelten Waschbecken« sehnt sich der Leser nach einem etwas weniger vertraulichen Umgangston.

Auch inhaltlich scheint Havener unentschlossen. Er will gleichzeitig seriös

Der Autor bietet keine neuen Erkenntnisse, sondern überträgt Altbekanntes in die Praxis

wirken und mit Sensationen locken, räumt Formulierungen wie der »dunklen Seite der Macht« genauso ihren Platz ein wie wissenschaftlichen Prinzipien, die durchaus Hand und Fuß haben. Mit dem Milgram-Experiment etwa zitiert er eine der wichtigsten psychologischen Erkenntnisse zum Thema Einflussnahme durch Autorität. Doch kann er psychologisch vorgebildeten Lesern damit nichts Neues bieten.

Interessanter ist Haveners Transfer in die Praxis. Wie strukturiert man eine gute Entspannungsübung? Auf welche Weise entlarvt man einen Lügner? Und mit welchen Methoden kommt der Kellner zu mehr Trinkgeld?

Der Autor selbst charakterisiert sein neues Buch so: Es sei eine »Lightversion« langatmiger Forschungsliteratur. Und in diese gehört, trotz wissenschaftlichen Anspruchs und der Distanzierung von Jahrmarktswahrsagern, eben auch eine ordentliche Portion Show und Selbstdarstellung.

Sarah Zimmermann arbeitet als Wissenschaftsjournalistin in Würzburg.

ANZEIGE

G&G – BESTSELLERLISTE

1. Havener, T.: **DENK DOCH, WAS DU WILLST** Die Freiheit der Gedanken [Wunderlich, Reinbek 2011, 253 S., € 17,95]
2. Senzel, H.: **»ARSCHTRITT«** Mein Weg aus der Depression zurück ins Leben [Südwest, München 2011, 224 S., € 16,99]
3. Bartens, W.: **KÖRPERGLÜCK** Wie gute Gefühle gesund machen [Droemer, München 2011, 317 S., € 9,99]
4. Caby, F., Caby, A.: **DIE KLEINE PSYCHOTHERAPEUTISCHE SCHATZKISTE** [modernes lernen, Dortmund, 2. Auflage 2011, 173 S., € 19,95]
5. Riemann, F.: **GRUNDFORMEN DER ANGST** Eine tiefenpsychologische Studie [Reinhardt, München, 40. Auflage 2011, 244 S., € 14,90]
6. Schulz von Thun, F.: **MITEINANDER REDEN** Drei Bände im Paket [Rowohlt, Reinbek, Sonderausgabe 2011, 1042 S., 387 S., € 14,99]
7. Lütz, M.: **IRRE – WIR BEHANDELN DIE FALSCHEN** Unser Problem sind die Normen [Goldmann, München 2011, 189 S., € 9,99]
8. Schmidt, W.: **DICKER HALS UND KALTE FÜSSE** Was Redensarten über Körper und Seele verraten [Gütersloher Verlagshaus, München 2011, 224 S., € 19,99]
9. Dutton, K.: **GEHIRNFLÜSTERER** Die Fähigkeit, andere zu beeinflussen [dtv, München 2011, 350 S., € 14,90]
10. Baker, R.: **WENN PLÖTZLICH DIE ANGST KOMMT** Panikattacken verstehen und überwinden [Brockhaus, Witten, 14. Auflage 2011, 192 S., € 9,95]

Nach Verkaufszahlen des Buchgroßhändlers KNV in Stuttgart

Mehr Informationen und Bestellmöglichkeiten: www.science-shop.de/bestsellerliste

PETER LANG

Walter Bloch

Willensfreiheit?

Neue Argumente in einem alten Streit

2011. 194 S., 2 Graf.

Hodos – Wege bildungsbezogener Ethikforschung in Philosophie und Theologie. Bd. 11

ISBN 978-3-631-63028-0 · geb.

€-D 34,80 / €-A 35,80 / SFR 51,-

Dieses Buch wird die Diskussion über das Problem der Willensfreiheit neu beleben. Die Neurowissenschaften haben überzeugend nachgewiesen, wie sehr unser Handeln von unbewusstem Gehirngeschehen gesteuert wird und Willensfreiheit gravierenden Einschränkungen unterworfen ist. In klarer Sprache und mit stringenter Argumentation weist der Autor aber nach, dass es trotz dieser Einschränkungen Willensfreiheit in gewissen Fällen geben muss. Die Voraussetzungen seines Beweises reflektiert er gründlich und sichert seinen Nachweis gegen mögliche Einwände ab. Diskutiert wird zudem der Freiheitsbegriff der Kompatibilisten. Schließlich wird gezeigt, wie sehr ein gewisses Maß an Willensfreiheit Voraussetzung zu allem ist, was wir über den menschlichen Geist wissen.

Zu bestellen unter: www.peterlang.de

PETER LANG

Internationaler Verlag der Wissenschaften

e-ID: inkl. MwSt. – gültig für Deutschland, e-A: inkl. MwSt. – gültig für Österreich

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 die Lösungen bitte mit dem Betreff »Dezember« per E-Mail an: kopfnuss@gehirn-und-geist.de.

Ihre persönlichen Daten werden allein zur Gewinnbenachrichtigung verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Unter allen korrekten Zuschriften verlosen wir drei Exemplare von:



Lone Frank

MEIN WUNDERVOLLES GENOM

Ein Selbstversuch im Zeitalter der persönlichen Genforschung
[Hanser, München 2011, 336 S., € 19,90]

Einsendeschluss ist der 15.12. 2011. Die Auflösung finden Sie in **G&G** 3/2012. Mit einer richtigen Antwort haben Sie außerdem die Chance, ein **G&G**-Abonnement für 2012 zu gewinnen.

Auflösung der Kopfnuss 10/2011: 1c, 2b, 3c, 4a, 5a

Jeweils eine Ausgabe von »Dicker Hals und kalte Füße« geht an: Helga-Anna Fröhling (Harsefeld), Yvonne Müller (Neuss), Andreas Petö (Innsbruck)

1. Ein von Forschern identifizierter Biomarker für einen Subtyp von Depressionen ist der Anteil langsamer Hirnstromwellen, die Tiefschlafphasen während der Nacht anzeigen. Sie sind bei den Betroffenen ...

- a) häufiger als bei Gesunden.
- b) seltener als bei Gesunden.
- c) so gut wie nie zu beobachten.

2. Beim Problemlösen steigern Selbstgespräche laut Psychologen vor allem dann die Leistung, wenn der Betreffende ...

- a) sich Fragen stellt.
- b) knappe Anweisungen formuliert.
- c) Begründungen für das eigene Verhalten liefert.

3. Welche Art von Kopfschmerz lässt sich lindern, indem man den großen Hinterhauptnerv elektrisch stimuliert?

- a) Enzephalitis-Kopfschmerz
- b) Stenose-Kopfschmerz
- c) zervikogener Kopfschmerz

4. Wie nennt man die Partikel, mit denen Forscher Tumoren im Gehirn sichtbar machen können?

- a) Quantenpunkte
- b) Vektorpunkte
- c) Clusterpunkte

5. Ab welchem Alter reagiert das Gehirn von Babys nachweislich auf Lichtreize?

- a) ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel
- b) ab dem 3. Schwangerschaftsdrittel
- c) gleich nach der Geburt



Frank Schneider, Thomas Nessler
DEPRESSIONEN IM ALTER
Die verkannte Volkskrankheit
[Herbig, München 2011, 168 S., € 14,99]

DER BLICK ZURÜCK

Ein Ratgeber rund um Altersdepressionen

Was unterscheidet Depressionen im Alter von denen in anderen Lebensphasen? Laut Experten liegen häufig andere Ursachen für die Krankheit vor: Viele Betroffene haben Krieg, Vertreibung und Flucht aus der Heimat erlebt und diese Ereignisse nicht verarbeitet. Die Diagnose gestaltet sich oft schwierig, denn Ältere leiden vorrangig unter körperlichen Beschwerden wie Schlafstörungen, die andere Symptome überdecken können. Noch dazu zeigen einige auf Grund der Depression kognitive Einschränkungen, die als Demenz fehldiagnostiziert werden können – obwohl sich dies dank klarer Demenzmerkmale wie Orientierungsstörungen in vielen Fällen verhindern ließe.

Die gute Botschaft der Autoren: Depressionen lassen sich bei alten Menschen grundsätzlich genauso gut behandeln wie bei Jüngeren. Es gibt jedoch ein paar Besonderheiten. Ältere sollten eine geringere Dosis Antidepressiva erhalten, und weil sie auf Grund weiterer Krankheiten häufig noch andere Arzneimittel einnehmen, muss der Arzt stärker auf mögliche Wechselwirkungen achten. Ein Psychotherapeut wiederum muss oft Jahrzehnte zurückblicken und weit in der Vergangenheit liegende Ursachen ergründen.

Das Buch wendet sich an Betroffene, Angehörige und Pflegekräfte. Die Autoren Frank Schneider, Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Aachen, und der Psychologe Thomas Nessler, Haupt-

geschäftsführer der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN), befassen sich dazu ausführlich mit der Symptomatik und Diagnostik von Altersdepressionen, mit ihren Ursachen und ihrer Behandlung mittels Antidepressiva und Psychotherapie sowie in Selbsthilfegruppen. Darüber hinaus geben sie Angehörigen und Pflegekräften Hinweise zum Umgang mit den Betroffenen. So sollten diese die Patienten bitten, mit Suizidgedanken offen umzugehen, um darauf reagieren zu können. Das Buch schließt mit praktischen Fragen, etwa wie ein Betroffener einen geeigneten Psychotherapeuten findet. Des Weiteren gibt es ein Glossar, themenbezogene Adressen und Internetseiten.

Den ganzen Menschen behandeln

Die Autoren betonen zu Recht zweierlei: zum einen, dass die Depression den ganzen Menschen betrifft – Körper und Seele. Zum anderen, dass es *den* depressiven Patienten nicht gibt und jeder Einzelne individuell zu behandeln ist. Allerdings ist fachlich zu bemängeln, dass sie bei leichten Depressionen Psychotherapie und Psychopharmaka als gleich wichtig darstellen, obwohl Studien zeigten, dass Antidepressiva hier weniger wirk-

ONLINETIPP

WWW. [uwvtv.org/video](http://www.uwvtv.org/video)



Der Amerikaner Allen L. Edwards (1914–1994) revolutionierte die psychologische Wissenschaft mit neuen statistischen Methoden. Seit 1999 lädt die University of Washington in Seattle zu seinen Ehren Forscher ein, in einer Vorlesungsreihe über Fortschritte in der Verhaltensforschung zu berichten. Die englischsprachigen Vorträge der so genannten Allen L. Edwards Psychology Lecture Series stellt die Universität kostenlos als Video auf die Website www.uwvtv.org (Suchwort: psychology). Die Redner wissen, wie man Zuhörer bei der Stange hält: Jennifer Fewell etwa, Professorin für »Life Sciences« an der Arizona State University, verdeutlicht die Rolle von sozialen Netzwerken bei Insekten am Beispiel eines Profibasketballteams. Die vielleicht spannendsten Beiträge beschäftigen sich mit der Fähigkeit des menschlichen Gehirns, »eine unbegrenzte Menge von Bedeutungen« zu verstehen und hervorzubringen, wie der Psychologe Lee Osterhout von der University of Washington betont. Ein gutes Beispiel dafür gibt diese Vortragsreihe selbst: erstaunlich, wie viel Wissen sich in rund einer Stunde vermitteln lässt.

sam sind als eine Psychotherapie. Ein weiterer Nachteil: Die Autoren erläutern nicht genau, wie sich Fachärzte für Psychiatrie und Psychologische Psychotherapeuten unterscheiden, obwohl das wichtig sein könnte, wenn man sich als Patient bewusst für die Therapie bei einem Arzt oder Psychologen entscheiden will. Noch dazu erwecken sie den Eindruck, dass Al-

tersdepressionen primär eine Domäne der Psychiatrie seien. Bis auf diese Schönheitsfehler ist der verständlich geschriebene Ratgeber jedoch zu empfehlen.

Christopher Berghoff ist Diplompsychologe, Diplomgerontologe und Psychologischer Psychotherapeut. Er arbeitet als Dozent und Fachautor in Heidelberg.

ANZEIGE

Gehirn und Bewusstsein hängen eng zusammen; so eng, dass man leicht Ursache und Wirkung verwechseln kann. Darum ist der materialistische Erklärungsweg, der davon ausgeht, dass das Gehirn Bewusstsein produziert, nur ein Mythos. Wissenschaftlich gibt es keinen Ansatz, der im Entferntesten erklären kann, wie Bewusstsein aus Gehirnaktivitäten entsteht. Dieses Buch entmythifiziert das Gehirn, weil es zu dem Schluss kommt, dass die materialistische These falsch ist. Als Alternative entwickelt es Schritt für Schritt ein idealistisches Modell, das besagt, dass der Geist die Materie erschafft. Dass dieser spirituell anmutende Ansatz die Ergebnisse der Hirnforschung logisch zusammenfügen kann, zeigt dieses Buch auf eindrucksvolle Weise.

Was ist Bewusstsein? *Die verborgene Sicht unserer Realität*, Adnan Sattar, HC, 350 Seiten (A5), mit vielen Abbildungen, 24,95 €, ISBN: 978-3-00-034860-0. Infos: www.was-ist-bewusstsein.de

