



Nicola Steffen

Porn Chic

Die Pornifizierung des Alltags

[DTV, München 2014, 298 S., € 16,90]

Raus aus der Schmutzdecke

Von der Sexualisierung des Alltags

Als die »New York Times« 1973 den Begriff »Porn Chic« einführte, meinte sie die zunehmende Popularität von Pornostreifen. Damals ahnte niemand, wie sehr sich einschlägige Stilelemente in den folgenden Jahrzehnten noch verbreiten würden. Vorangetrieben durch die sexuelle Liberalisierung, löste sich in den 1990er Jahren die Grenze zwischen der vormals unter der Decke gehaltenen, schmutzigen Porno-Welt und der gesellschaftlichen Mitte auf. Heute gehört Pornografie zum kulturellen Mainstream.

Die Philosophin Nicola Steffen, die über die Darstellung von Sexualität und Geschlecht in den Medien forscht, hinterfragt diese Entwicklung. Striptease sei selbst in Nachmittags-TV-Serien nichts

Besonderes mehr, konstatiert sie. Jugendliche und sogar Kinder neigten mittlerweile zu übermäßig sexualisierter Selbstdarstellung: Mädchen würfen sich in aufreizende Posen und verschickten Nacktfotos über soziale Netzwerke, Jungen teilten selbst produzierte Pornovideos über ihre Smartphones. »Sexting« wird dieses Phänomen genannt.

Laut Steffen wirkt sich das auch auf gänzlich andere Bereiche aus. Anhänger der Food-Porn-Bewegung teilen Bilder von triefenden Soßen und anderen Kalorienbomben. Und das »Realitätsfernsehen« erziele Quote, indem es Gewalt und Demütigung darstelle – ein typisches Stilmittel der Pornografie. Die Autorin bezeichnet dies als »Sozialporno«.



Kindern und Jugendlichen falle Material mit explizit sexuellem Inhalt immer früher in die Hände, kritisiert die Autorin. Kaum mehr als 20 Prozent der Eltern erfahren davon, wenn ihre Kinder an »Sexting« teilnehmen, und nur 17 Prozent fragen überhaupt nach, was für Inhalte ihre Sprösslinge da auf dem Mobilgerät haben. Jugendliche sehen Pornofilme oft bereits, bevor sie den ersten Geschlechtsverkehr haben. Erwachsene Frauen lassen sich, geleitet von sexualisierten Bildern, die Schamlippen chirurgisch verschönern. Und Unternehmen produzieren erotische Unterwäsche für achtjährige Kinder.

Wie, fragt die Autorin, lässt sich das Ideal der geschlechtlichen Gleichstellung mit dem herabwürdigenden Frauenbild vereinen, das in Pornoproduktionen verbreitet wird? Und wie bewahren wir unsere Kinder vor einer Umwandlung in kleine »Sexbomben«? Steffen liefert eine kritische Bestandsaufnahme der pornifizierten Gesellschaft. Sie gibt Eltern und Lehrern, Kindern und Jugendlichen Tipps für eine bewussteren Mediennutzung.

Anne Romahn hat Gender Studies studiert und evaluiert an der Universität Mainz Mentoringprogramme für Frauen.



Franz Joseph Freisleder, Harald Hordych

Anders als die anderen

Was die Seele unserer Kinder krank macht

[Piper, München 2014, 253 S., € 22,99]

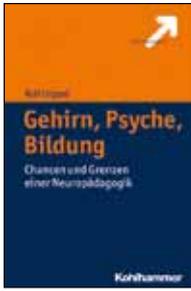
Was bedeutet es, wenn sich ein pubertierendes Kind ständig im Zimmer verkriecht, exzessiv am Computer spielt oder völlig unzugänglich ist? Oder wenn Mädchen versuchen, sich auf Modelmaße herunterzuhängen? An Franz Joseph Freisleder wenden sich immer wieder verzweifelte Eltern, die vor solchen Problemen stehen und nicht mehr weiterwissen. Der Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie erlebt immer wieder, dass es Eltern aus allen gesellschaftlichen

Schichten treffen kann – auch wenn sie ihr Kind noch so sehr lieben und behüten.

Gemeinsam mit dem Journalisten Harald Hordych präsentiert Freisleder erfundene Fälle von Zwangsstörung, Posttraumatischer Belastungsstörung, Asperger-Syndrom und ADHS, die sich stark an tatsächliche Patientenschicksale anlehnen. Deshalb gehen die Fallgeschichten auch nicht immer gut aus. Freisleder und Hordych ist ein aufwühlendes und erhellendes Werk gelun-

gen, das einem nahegeht und viel Hintergrundwissen über die jeweiligen Störungsbilder vermittelt. Wichtig ist den Autoren vor allem diese Botschaft: Jedes problematische Kind hat eine Chance, wenn man gemeinsam mit ihm versucht, die Herausforderungen des Lebens zu bewältigen. Und zwar unabhängig davon, ob genetische Faktoren, Elternhaus oder das gesellschaftliche Umfeld der Hauptgrund für die Schwierigkeiten sind.

Tagrid Yousef



Rolf Göppel

Gehirn, Psyche, Bildung

Chancen und Grenzen einer Neuropädagogik

[Kohlhammer, Stuttgart 2014, 216 S., € 24,99]



Ralf Stürmer,
Jennifer Schmidt

Erfolgreiches Marketing durch Emotionsforschung

Messung, Analyse, Best Practice

[Haufe-Lexware, Freiburg 2014, 285 S., € 49,95]

Dank Hirnforschung zum besseren Unterricht?

Was neurobiologisches Wissen in der Pädagogik taugt

Erkenntnisse der Hirnforschung haben in den zurückliegenden Jahren einen regelrechten »Neuro-Boom« ausgelöst, der sich in diversen Disziplinen bemerkbar machte, unter anderem in der Pädagogik. Wissenschaftler wie Manfred Spitzer, Gerhard Roth, Wolfgang Singer versuchen unter dem Schlagwort »Neurodidaktik«, aus neurowissenschaftlichen Befunden einen praktischen Nutzen für die Erziehungswissenschaft zu ziehen. Doch was kann dieser Ansatz tatsächlich leisten? Ist es richtig, dass nicht mehr Pädagogen, sondern Hirnforschern »die Expertise zugesprochen wird, über Eltern-Kind-Beziehungen oder auch schulischen Leistungsstress Auskunft zu geben«, wie es im vorliegenden Buch heißt?

Rolf Göppel, Professor an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg, diskutiert darin, welchen Nutzen die Erziehungswissenschaft aus neurowissenschaftlichen Erkenntnissen ziehen kann und wo das Aufeinanderprallen dieser beiden Disziplinen zu Problemen führt. Er erkennt zwar an, dass die Hirnforschung interessante Einblicke in basale Lernprozesse auf neuronaler Ebene liefert – bezweifelt aber deren praktische Relevanz, etwa beim Gestalten einer schulischen Lernumgebung. Neurowissenschaftliche Untersuchungen fänden primär in »hochartifizialen« Laborsituationen statt, deshalb seien ihre Ergebnisse kaum auf Lehr- und Lernsituationen im

Alltag übertragbar. Darauf fußende Empfehlungen für die pädagogische Praxis blieben stets vage und unbestimmt.

Eines der Themen, die der Autor behandelt, ist die breite Diskussion um ADHS. Der ausgeprägte Bewegungsdrang und die Aufmerksamkeitsschwäche vieler Kinder werden seiner Meinung nach zu stark pathologisiert, also vorschnell als krankhaft gedeutet. Eine rein neurobiologische Interpretation dieser Auffälligkeiten reduziere sie auf eine Beeinträchtigung des Dopaminstoffwechsels im Gehirn. Das werde der Komplexität der Störung aber nicht gerecht, denn die persönliche Entwicklungsgeschichte, das Beziehungsnetzwerk und die Verantwortung der Eltern würden in dieser Perspektive ebenso ausgeblendet wie gesellschaftliche Faktoren. Zudem verleite die »neurowissenschaftliche Brille« dazu, medikamentöse Therapien als einfache und schnelle Lösung anzusehen.

Seltsamerweise preist Göppel immer wieder die Vorteile der Psychoanalyse gegenüber der Hirnforschung. Das verwirrt, da es mit dem Thema des Buchs herzlich wenig zu tun hat. Der »Verlust des Deutungsmonopols der Psychoanalyse« scheint den Autor jedenfalls sehr zu schmerzen. Im Kontext des Werks wirkt das deplatziert.

Ruth Lachmuth ist Diplompsychologin und arbeitet in Karlsruhe.

Kaufen nach Bauchgefühl

Über das Verbraucherverhalten

Konsumenten handeln irrational, lautet ein Leitsatz der Markt- und Werbeforschung. Damit ist nicht gemeint, dass wir als Verbraucher falsch oder unsinnig handeln – sondern dass wir in erster Linie emotionale Kaufentscheidungen treffen. Das widerspricht dem wirtschaftswissenschaftlichen Modell des Homo oeconomicus, des rationalen Nutzenmaximierers. Die Autoren des vorliegenden Buchs zeigen, dass den Bauchentscheidungen der Konsumenten Prinzipien zu Grunde liegen, die sich systematisch erfassen und beeinflussen lassen.

Im ersten Teil des Werks führen Stürmer und Schmidt in die Grundlagen der menschlichen Informationsverarbeitung und Handlungskontrolle ein. Dabei befassen sie sich mit den Arbeiten des US-Psychologen Daniel Kahneman, des Neurowissenschaftlers Antonio Damasio, des Emotionsforschers Paul Ekman und anderer. In lockerer Schreibe veranschaulichen die Autoren, wie sich emotionale Prozesse im Unternehmensmarketing instrumentalisieren lassen. Die theoretischen Grundlagen dieses Abschnitts sind zwar nicht neu, aber Stürmer und Schmidt gelingt eine anregende Zusammenfassung des facettenreichen Themas. Knapp auf den Punkt gebracht stellen sie das »emotionale System von Konsumenten« dar. Auf Dauer stören jedoch die vielen Lehnwörter aus der Computerwelt, etwa wenn Stürmer und Schmidt die Amygdala

Schaufenster – weitere Neuerscheinungen

Hirnforschung und Philosophie

- > Costandi, M.: **50 Schlüsselideen Hirnforschung** [Springer, Berlin 2014, 208 S., € 16,99]
- > Lukas, E.: **Das Schicksal waltet – der Mensch gestaltet** Philosophie für den Alltag [plattform, Perchtoldsdorf 2015, 156 S., € 16,90]

Psychologie und Gesellschaft

- > Deary, V.: **Wie wir sind: Leben** Eine Anleitung [Pattloch, München 2015, 352 S., € 19,99]
- > Gündel, H., Glaser, J., Angerer, P.: **Arbeiten und gesund bleiben** K.O. durch den Job oder fit im Beruf [Springer, Berlin 2015, 152 S., € 14,99]
- > Warnke, K., Lievenbrück, B.: **Momente gelingender Beziehung** Was die Welt zusammenhält. Eine Spurensuche mit Jesper Juul, Gerald Hüther, Gesine Schwan u. a. [Beltz, Weinheim 2015, 192 S., € 16,95]
- > Westendorp, R.: **Alt werden, ohne alt zu sein** Was heute möglich ist [C.H.Beck, München 2015, 288 S., € 19,95]

Medizin und Psychotherapie

- > Döhnert, J.: **Psychodysphagiologie** Was Schluckstörungen mit der Seele machen [epubli, Berlin 2014, 316 S., € 21,95]
- > Egger, J.: **Integrative Verhaltenstherapie und psychotherapeutische Medizin** Ein biopsychosoziales Modell [Springer Fachmedien, Wiesbaden 2014, 401 S., € 39,99]
- > Fowler, S.: **Sensorische Stimulation** Praxishandbuch für Pflegende, Ergotherapeuten, Heil- und Sonderpädagogen [Huber, Bern 2015, 205 S., € 29,95]
- > Lammers, M.: **Emotionsbezogene Psychotherapie von Scham- und Schuldgefühlen** Ein Praxishandbuch [Schattauer, Stuttgart 2015, 304 S., € 49,99]

Kinder und Familie

- > Glistrup, K.: **Was ist bloß mit Mama los?** Wenn Eltern in seelische Krisen geraten. Mit Kindern über Angst, Depression, Stress und Trauma sprechen [Kösel, München 2014, 65 S., € 14,99]
- > Juul, J.: **Das Familienhaus** Wie Große und Kleine gut miteinander auskommen [Beltz, Weinheim 2015, 224 S., € 11,95]
- > Preißmann, C. (Hg.): **Gut leben mit einem autistischen Kind** Das Resilienzbuch für Mütter [Klett-Cotta, München 2015, 160 S., € 16,95]
- > Stadler Elmer, S.: **Kind und Musik** Das Entwicklungspotenzial erkennen und verstehen [Springer, Berlin und Heidelberg 2015, 216 S., € 29,95]

Ratgeber und Lebensberatung

- > Dignös, E., Ohl, S.: **Die Zyklusstrategie** Weibliche Power-Potenziale erkennen und Tag für Tag nutzen [Piper, München 2015, 288 S., € 10,99]
- > Koch, E.: **Und täglich grüßt dein Lebenstraum** Mutig handeln und das Unmögliche schaffen [Patmos, Ostfildern 2015, 180 S., € 14,95]

als »emotionalen Main-Controller« bezeichnen.

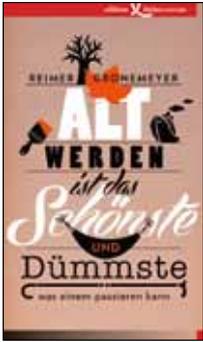
Detaillierte Erläuterungen dazu, wie sich Gefühlsregungen messen lassen, folgen im zweiten Teil. Möglich ist das beispielsweise durch eine Bestimmung der Hautleitfähigkeit, eine Auswertung von Herz-Kreislauf- und Gesichtsmuskelaktivitäten oder durch eine Erfassung von Hirnwellen und Augenbewegungen.

Im dritten Teil führen die Autoren interessante Fallstudien an, die den Wert der Emotionsforschung für die Marketingpraxis veranschaulichen. In einer davon sollten Teilnehmer verschiedene Puddingsorten blind verkosten. Jene mit dem höchsten Kaloriengehalt schnitten durchweg als am leckersten ab. Und je höher der Schokoladengehalt, umso stärker verbanden die Teilnehmer das Produkt mit positiven Gefühlen. Bekamen sie nun mitgeteilt, dass sie ein Markenerzeugnis vor sich hatten, empfanden sie Puddings mit niedrigem Kaloriengehalt als deutlich wohlschmeckender und emotional anregender. Der gegenteilige Effekt trat ein, wenn die Kostproben als »Discountprodukte« deklariert wurden.

Freilich stellen Stürmer und Schmidt die meisten Praxisbeispiele nur sehr knapp dar, so dass etliche Fragen offenbleiben. Immerhin befassen sie sich im Anhang ausführlich mit den oben genannten Methoden und geben Empfehlungen, wie diese sich anwenden lassen.

Stellenweise versuchen die Autoren etwas krampfhaft, nahezu alle Phänomene des Konsumentenverhaltens auf emotionale Prozesse zurückzuführen. Eine stärkere Einbettung der Emotionsforschung in das allgemeine Methodenspektrum der Marktforschung hätte für mehr Ausgewogenheit gesorgt. Dennoch ist das Buch für alle an Marketing oder Marktforschung Interessierten lesenswert.

Tobias Keil ist promovierter Psychologe, Unternehmensberater und Dozent für Wirtschaftspsychologie in Frankfurt am Main.



Reimer Gronemeyer

Alt werden ist das Schönste und Dummste, was einem passieren kann

[edition Körber-Stiftung, Hamburg 2014, 210 S., € 18,-]

Was auf uns zukommt

Mit den sozialen Veränderungen im Alter sollte man sich rechtzeitig befassen, mahnt dieses Buch

Alt werden heißt, Verluste hinzunehmen: Der Körper schwächelt und der Geist wird müde, auch verlieren Senioren häufig an Stellenwert in der sozialen Gemeinschaft. Zu letzterem Problem trage die Gesellschaft maßgeblich bei, meint

Reimer Gronemeyer, Soziologieprofessor an der Justus-Liebig-Universität Gießen. Denn während früher ein breiter Konsens darüber geherrscht habe, dass die Kenntnisse und Erfahrungen der Alten achtenswert seien, habe man heute im Hinblick

auf sie »die Figur des vollständig Überflüssigen geschaffen«.

Traditionen, Familienbande und Gemeinschaft verlor weiter an Bedeutung, während Jugend, Attraktivität und Leistungsfähigkeit zu universellen Idealen aufstiegen. Ältere würden häufig mit der Diagnose »Demenz« stigmatisiert, in Heime abgeschoben oder in den eigenen vier Wänden sich selbst überlassen. So rückten sie unweigerlich an den Rand der Gesellschaft. »Wo alles von Wachstum, von Innovation, von Zukunftsfähigkeit und von Nachhaltigkeit redet, sind die Alten irgendwie Sand im Getriebe«, schreibt Gronemeyer.

Menschen über 50 stehen daher vor einer großen Herausforderung: Wie kann man zufrieden altern, wenn das Leben um einen herum immer schneller, man selbst aber immer langsamer wird? Fatal sei hier

Lieferbare Monatsausgaben

GEHIRN UND GEIST



GEHIRN UND GEIST 3/2015: Kaufentscheidungen: Die Macht der Marken • Sucht: Weg durch die Spielhölle • Kunst: »Brain Art« – Gedanken aus Glas • Triebfedern des Denkens: Gewusst, warum • Gedächtnisforschung: Die totale Erinnerung • € 7,90



GEHIRN UND GEIST 2/2015: Hirnforschung der Zukunft • Sozialkompetenz: Wie Kinder teilen lernen • Polyamorie: Kann man mehr als einen Partner lieben? • Schusswaffenbesitz: Gutes Recht oder böser Fluch? • Kinderpsychologie: Früh übt sich, wer teilen will • € 7,90



GEHIRN UND GEIST 1/2015: Musik als Medizin: Melodien für Körper und Geist • Bildungsfragen: Lernen! Aber wie? • Psychotherapie im Alter: Hilfe für betagte Seelen • Wieso Naturvölker ohne Krieg leben können • Madagaskar: Eine Psychiatrie für 22 Millionen • € 7,90



GEHIRN UND GEIST 12/2014: Unsere Körpersprache: Das ABC der Mimik • Wann wird sportlicher Ehrgeiz zur Bewegungssucht? • Crystal Meth: Auf dem Weg in die Mitte der Gesellschaft • Das große Ganze: Was ist der Sinn des Lebens? • Schwangerschaft: Männer in anderen Umständen • € 7,90

ALLE HEFTE AUCH ALS DIGITALE AUSGABE (PDF) ERHÄLTLICH

Bestellmöglichkeit und weitere Ausgaben:

Telefon: 06221 9126-743
www.gehirn-und-geist.de/archiv

Fax: 06221 9126-751 | E-Mail: service@spektrum.de



Hier QR-Code per Smartphone scannen!

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 »April« per E-Mail an: kopfnuss@spektrum.de

Unter allen richtigen Einsendungen verlosen wir drei Exemplare von:



Nicola Steffen

Porn Chic

Die Pornifizierung des Alltags

[DTV, München 2014, 298 S., € 16,90]

Einsendeschluss ist der 15. April 2015. Die Auflösung finden Sie in GuG 6/2015. Zusätzlich nimmt jede richtige Einsendung an der Weihnachtsverlosung eines Jahresabonnements für 2016 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.

1. Laut Psychologen achten wir bei anderen besonders auf Zielstrebigkeit und Warmherzigkeit. Letztere ist uns vor allem wichtig ...

- a) bei der Teamarbeit am Arbeitsplatz.
- b) bei einem untreuen Partner.
- c) bei einer Partybekanntschaft.

2. Wenn sich Menschen bei einem Spiel ausgegrenzt fühlen, ...

- a) sinkt ihre Hauttemperatur.
- b) steigt ihre Hauttemperatur.
- c) bleibt ihre Hauttemperatur unverändert.

3. Was ist »Salvia divinorum«?

- a) »Götter-Speichel« – ein Heilgetränk aus der südamerikanischen Kaktusfeige
- b) »Götter-Weisheit« – die Fasten-Trance der Navajo-Medizinmänner
- c) »Götter-Salbei« – ein Rauschmittel indigener Einwohner Mittelamerikas

4. Wie reagiert das Blutgefäßsystem, wenn bestimmte Hirnareale erhöhten Energiebedarf haben?

- a) In den Arterien werden Pumpen aktiv, die Sauerstoff zu den Nervenzellen transportieren.
- b) Die Blutgefäße in den aktiven Hirnarealen weiten sich.
- c) Die Arterien erhöhen lokal den Blutdruck.

5. Schon die Angst vor Gluten kann Bauchschmerzen verursachen. Wie bezeichnet man dieses Phänomen?

- a) Placebo-Effekt
- b) Nocebo-Effekt
- c) Phantomschmerz

der Wunsch, immer weiter mit den Jungen mitzuhalten und das Alter so lange wie möglich hinauszuzögern, so der Autor. Wer das versuche, werde am Ende von Leere und Sinnlosigkeit überrollt.

Die Medizin, heißt es in dem Buch, werde vielen Betagten zur Ersatzreligion, mit dem Besprechungszimmer als »Beichtstuhl«. Etliche Betroffene gingen nur deshalb so häufig zum Arzt, damit ihnen jemand zuhöre und ihnen das Gefühl gebe, ihre Ängste ernst zu nehmen. Der promovierte Theologe rechnet hart ab mit dem deutschen Gesundheitssystem, das alte Menschen in die Tablettensucht treibe.

Teils stark überspitzt malt der Autor ein tiefschwarzes Bild vom letzten Lebensabschnitt. Er will aufrütteln: die Jun-

Wer versuche, das Alter hinauszuzögern, werde am Ende von Leere überrollt, schreibt Gronemeyer

gen, die oft verdrängen, was unausweichlich auf sie zukommt, aber auch die Alten, die die Gefahren gefühlter Sinnlosigkeit und Isolation unterschätzen.

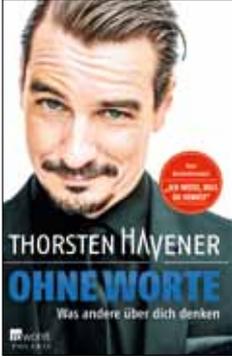
Dabei könne die Auseinandersetzung mit Alter und Tod sehr fruchtbar sein, schreibt Gronemeyer. Sie biete die Chance, sich die Endlichkeit des Lebens zu vergegenwärtigen und dadurch Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden zu lernen. Dieser Weg sei steinig, aber an seinem Ende führe er zu mehr Gelassenheit.

Gronemeyer verrennt sich zwar bisweilen in unsachliche Übertreibungen bis hin zu Zynismus. Und seine Sammlung aus Fakten, Anekdoten und Hypothesen wirkt ein wenig unsortiert. Dennoch ist sein Plädoyer für eine nachdenkliche und Sinn stiftende Auseinandersetzung mit dem Alter lobenswert und wird die Zustimmung vieler Leser finden.

Nele Langosch ist Diplompsychologin und Journalistin in Hamburg.

Auflösung der Kopfnuss 2/2015: 1a, 2a, 3b, 4a, 5c

Je ein Exemplar von »Aktive Passivität« von Martin Seel geht an: Werner Mayer (Ludwigsburg), Merve Navruz (München), Rita Woll (Bad Liebenzell)



Thorsten Havener

Ohne Worte

Was andere über dich denken

[rowohlt, Hamburg 2014, 272 S., € 14,99]

Wie ein offenes Buch

Wir verraten mehr über uns, als uns lieb ist

Ob Sie es glauben oder nicht: Sie sagen fast immer die Wahrheit. Wenn nicht mit dem Mund, dann sehr wahrscheinlich mit den Füßen. Warum? Weil diese so weit außerhalb Ihrer bewussten Selbstwahrnehmung stehen, dass Sie sie selten gezielt kontrollieren. Das schreibt Thorsten Havener, Mentalist und Bestsellerautor.

Havener schildert auch in seinem vierten Buch sehr ausführlich, wie man die Zeichen des Körpers liest und bewusst einsetzt. Dabei beleuchtet er zahlreiche Alltagssituationen und gibt Tipps, die der Leser schnell und einfach ausprobieren kann. Gleich zu Beginn geht er beispiels-

weise darauf ein, dass nicht nur die Gedanken unsere Körperhaltung beeinflussen, sondern umgekehrt auch die Haltung auf unsere Gedanken wirkt. Das lässt sich mit geringem Aufwand am eigenen Leib testen. Hierfür muss der Leser während der Lektüre nicht einmal aufstehen, es genügt schon, wenn er eine andere Sitzposition einnimmt und beobachtet, wie dies sein Innenleben verändert.

Als Ergänzung zu derlei Selbstversuchen lädt der Autor dazu ein, beim nächsten Cafésbesuch einmal auf die Gäste am Nachbartisch zu achten. Weist deren Kleidung auf ein geschäftliches Treffen oder

ein privates Beisammensein hin? Und was sagt ihre Körperhaltung über die Beziehung zum Gesprächspartner aus? Damit der Leser hier nicht völlig im Dunklen tappt, listet Havener gängige Gesten und Posen auf und legt dar, welche inneren Zustände sie anzeigen. Mit diesem Wissen gerüstet kann man nicht nur besser in anderen lesen, es wird einem auch klarer, wie man selbst nach außen wirkt.

Neben praktischen Verhaltenstipps, etwa zum Umgang mit Lampenfieber, verrät Havener unter anderem, welche Botschaften man Onlineporträtbildern entnehmen kann. Zudem präsentiert er Anekdoten und Erfahrungen aus seinem Leben – ob auf der Bühne oder abseits davon. Auf fachlicher Ebene richtet sich sein Buch an Laien; die originelle Erzählweise macht es aber auch für Leser mit Vorkenntnissen zu einer Bereicherung.

»Ohne Worte« ist, ebenso wie die anderen Titel aus Haveners Feder, mit Witz und Charme geschrieben. Es erscheint beinahe unmöglich, das Buch zu lesen und zugleich schlecht gelaunt zu sein.

Marina Rensch ist Mitarbeiterin beim Verlag Spektrum der Wissenschaft.

GuG-Bestsellerliste

Titel aus den Bereichen Psychologie, Gesellschaft und Hirnforschung

1. Havener, T.: **Ohne Worte** Was andere über dich denken [Rowohlt, Reinbek 2014, 268 S., € 14,99]
2. von Schönburg, A.: **Smalltalk** Die Kunst des stilvollen Mitredens [Rowohlt Berlin, Berlin 2015, 317 S., € 16,-]
3. Berndt, C.: **Resilienz** Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft [dtv, München 2013, 278 S., € 14,90]
4. Schmid, W.: **Vom Glück der Freundschaft** [Insel, Berlin 2014, 95 S., € 8,-]
5. Kahneman, D.: **Schnelles Denken, langsames Denken** [Panthéon, München 2014, 624 S., € 16,99]
6. Becker, J., Bongertz, C. S.: **Das Geheimnis der Intuition** Wie man spürt, was man nicht wissen kann [Piper, München 2014, 237 S., € 12,99]
7. Droit, R.-P.: **Wenn ich nur noch eine Stunde zu leben hätte** [Rowohlt, Reinbek 2015, 111 S., € 12,-]
8. Rosenberg, M. B.: **Gewaltfreie Kommunikation** Eine Sprache des Lebens [Junfermann, Paderborn 2014, 240 S., € 21,90]
9. Niazi-Shahabi, R.: **Ich bleib so scheiße, wie ich bin** Lockerlassen und mehr vom Leben haben [Piper, München 2013, 254 S., € 9,99]
10. Schmid, W.: **Glück** Alles, was Sie darüber wissen müssen, und warum es nicht das Wichtigste im Leben ist [Insel, Frankfurt am Main 2007, 79 S., € 7,-]

Nach Verkaufszahlen von media control gelistet.