

Erik Jonsson

**Der innere Kompass**

Warum wir uns verirren und wie wir unseren Weg finden

[Walter, Düsseldorf und Zürich 2004, 240 S., € 19,90]

Martin Urban

**Wie der Mensch sich orientiert**

Von der Kunst, dem Leben eine Richtung zu geben

[Eichborn, Berlin 2004, 237 S., € 22,90]



## Wo geht's lang?

Von der Kunst, sich zu orientieren

VON FRANK UFEN

Diese Situation hat vielleicht jeder schon mal erlebt: Man ist in einer fremden Gegend unterwegs, die Landschaften reihen sich eintönig und ohne Wegmarken aneinander. Jetzt verliert man leicht die Orientierung und beginnt, sich nur noch im Kreis zu drehen. Wer in Panik gerät, läuft immer schneller, zieht immer engere Kreise – und landet am Ende dort, wo der Spaziergang begann.

Für dieses merkwürdige Phänomen wird oft der Körper verantwortlich gemacht. Angeblich verselbstständigt er sich, sobald das Orientierungssystem versagt. Da der Körper nicht völlig symmetrisch gebaut ist – meist sind Arme und Beine unterschiedlich lang oder die Füße nicht exakt gleich groß –, soll er dazu neigen, nach einer Seite abzuweichen.

### SINNVOLLES IM-KREIS-LAUFEN

Inzwischen weiß man: Diese Erklärung kann nicht stimmen. Tests haben gezeigt, dass es allein vom Zufall abhängt, nach welcher Seite jemand abweicht. Bei derselben Person lässt sich ein Links-, manchmal ein Rechtsdrall beobachten. Erik Jonsson, ein Ingenieur und Abenteurer, bietet eine alternative Erklärung: Er nimmt an, dass die Evolution Menschen und Tiere im Kreis laufen lässt, damit sie auf der Flucht dorthin zurückgelangen, wo sie am besten aufgehoben sind – in ihr eigenes Territorium.

Es gibt Menschen, die sich mit traumwandlerischer Sicherheit überall zurechtfinden. Und es gibt Menschen, deren räumliches Vorstellungsvermögen absolut dürftig ist. Ein solcher Vertreter war

der französische Wissenschaftler Victor Cornetz, der vor hundert Jahren in Algerien und Tunesien als Landvermesser arbeitete. Cornetz' Spezialgebiet war die Orientierungsfähigkeit von Menschen und Ameisen – er selbst hatte aber schon Schwierigkeiten, in fremden Wohnungen den Weg zurück zur Eingangstür zu finden. In der Einöde der Sahara war er ohne Karte und Kompass verloren; einheimische Nomaden vom Volk der Adari begleiteten ihn daher auf seinen Wegen.

Die Adari leben auf einer langgestreckten Sandebene am Nordrand der Sahara, wo es weder Felsen noch Dünen, sondern nur unzählige Grashügel gibt. Diese stehen dicht beieinander und sind so hoch, dass sie die Sichtweite allerorts einschränken. Trotzdem bereitet es den Adari kein Problem, den kürzesten Weg zu jedem Ort in der Wüste zu finden.

Der Autor Jonsson vermutet, dass die Angehörigen dieses Volksstamms sich schon in früher Kindheit eine detaillierte Karte ihrer Umgebung einprägen und die Stellung der Sonne zu jeder Tages- und Jahreszeit registrieren. So gelingt es ihnen, Hunderte von Kilometern zurückzulegen und nicht mehr als zwei Grad vom Kurs abzuweichen. Ist die Sonne nicht zu sehen, nutzen sie den Wind – der in dieser Gegend fast immer in dieselbe Richtung weht – zur Positionsbestimmung.

Doch warum müssen sich viele Menschen mit einem miserablen Orientierungssinn ablagen? Jonssons Theorie: Anspruchsvollere Orientierungsaufgaben wurden im Zuge der Arbeitsteilung schon immer an Spezialisten übertragen. Außerdem verkümmerte der menschliche Orientierungssinn in der urbanen Zivilisation – überdies ein Umfeld, für das ihn die Evolution nicht vorgesehen habe. Der

Mensch, so Jonsson, sei dafür geschaffen, sich in vertrauten Verhältnissen fortzubewegen – und zwar auf zwei Beinen! Lege er zu große Entfernungen in zu hoher Geschwindigkeit zurück, lasse ihn sein innerer Autopilot bald im Stich.

Wie der menschliche Orientierungssinn arbeitet, weiß auch Erik Jonsson nicht genau. Doch es ist ein Manko, dass er die Erkenntnisse der modernen Hirnforschung so gar nicht zur Kenntnis nimmt. Immerhin stellt der Autor die entscheidenden Fragen, wartet mit intelligenten Hypothesen auf und liefert gute Analysen – »Der innere Kompass« ist daher ein wegweisendes Buch.

Mit einer anderen Art von Orientierungshilfe beschäftigt sich Martin Urban in seinem Buch »Wie der Mensch sich orientiert – Von der Kunst, dem Leben eine Richtung zu geben«. Schon niedere Tiere, schreibt Urban, erlebten ihre Umwelt oft als unübersichtlich und unberechenbar. Um zu überleben, würden sie ihre eigenen Ordnungen erzeugen. Menschen hätten es da schwerer: Zum einen verändere sich ihre Umwelt ständig und zum anderen könnten sie die Realität nicht direkt erfassen, sondern konstruierten komplexe Bilder aus den Rohdaten, die ihnen die Sinnesorgane lieferten.

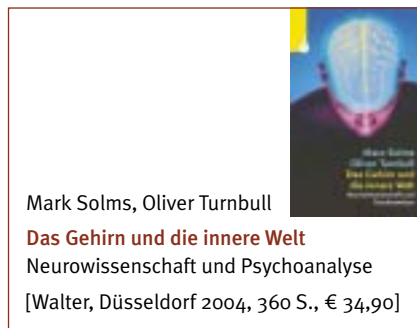
### WOZU MEILENSTEINE GUT SIND

Wie Menschen es trotzdem schaffen, sich nicht vom Chaos überwältigen zu lassen, versucht Urban in seinem Buch verständlich zu machen. Er beschäftigt sich mit der Funktionsweise des Gehirns, mit unserer »inneren Uhr«, mit menschlichen Emotionen und Sinnen. Er analysiert die Rolle von Stereotypen, Mythen, Ideologien, Ritualen und Religionen. Und er demonstriert, wie der Kalender, der Meilenstein oder der rechte Winkel helfen, die Informationsflut einzudämmen. Der Leser erfährt, was an der Chaostheorie falsch ist, dass es eine Frage des Alters ist, ob man Wörter auf Kommando vergessen kann und wie das Gehirn verhindert, dass Informationsmüll unser Langzeitgedächtnis verstopft.

Urbans Buch ist ein Potpourri an bunten Einfällen – der Autor versteht es virtuos, neuste Erkenntnisse aus einer Vielzahl wissenschaftlicher Disziplinen zu verknüpfen und einem großen Publikum zu vermitteln.

FRANK UFEN ist promovierter Soziologe und freier Wissenschaftsjournalist in Marne.

**Herausgeber:** Dr. habil. Reinhard Breuer  
**Chefredakteur:** Dr. Carsten Könneker (verantwortlich)  
**Artdirector:** Karsten Kramarczik  
**Redaktion:** Dr. Katja Gaschler, Dr. Hartwig Hanser, Dipl.-Psych. Steve Ayan, Dipl.-Biol. Sabine Kersebaum, Dr. Annette Lessmöllmann (freie Mitarbeit), Dr. Andreas Jahn  
**Ständiger Mitarbeiter:** Ulrich Kraft  
**Schlussredaktion:** Christina Peiberg (kom. Ltg.), Sigrid Spies, Katharina Werle  
**Bildredaktion:** Alice Krüßmann (Ltg.), Anke Lingg, Gabriela Rabe  
**Layout:** Oliver Gabriel, Anke Naghib  
**Redaktionsassistent:** Anja Albat, Eva Kahlmann, Ursula Wessels  
**Redaktionsanschrift:** Postfach 10 48 40, D-69038 Heidelberg  
 Tel.: 06221 9126-711, Fax: 06221 9126-729, redaktion@gehirn-und-geist.de  
**Wissenschaftlicher Beirat:**  
 Prof. Dr. Angela D. Friederici, Max-Planck-Institut für neuropsychologische Forschung, Leipzig  
 Prof. Dr. Frank Rösler, Fachbereich Psychologie, Philipps-Universität Marburg  
 Prof. Dr. Gerhard Roth, Institut für Hirnforschung, Universität Bremen;  
 Hanse-Wissenschafts-Kolleg, Delmenhorst  
 Prof. Dr. Henning Scheich, Leibniz-Institut für Neurobiologie, Magdeburg  
 Prof. Dr. Wolf Singer, Max-Planck-Institut für Hirnforschung, Frankfurt/Main  
 Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Wolfgang Wahlster, Fachrichtung Informatik, Universität des Saarlandes, Saarbrücken; Deutsches Forschungszentrum für Künstliche Intelligenz, Kaiserslautern und Saarbrücken  
**Übersetzungen in diesem Heft:** Claudia Krysztofiak  
**Herstellung:** Natalie Schäfer, Tel.: 06221 9126-733  
**Marketing:** Annette Baumbusch (Ltg.), Tel.: 06221 9126-741, E-Mail: marketing@spektrum.com  
**Einzelverkauf:** Anke Walter (Ltg.), Tel.: 06221 9126-744  
**Verlag:** Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH, Postfach 10 48 40, D-69038 Heidelberg  
 Hausanschrift: Slevogtstraße 3-5, D-69126 Heidelberg, Tel.: 06221 9126-600, Fax: 06221 9126-751  
**Verlagsleiter:** Dr. Carsten Könneker  
**Geschäftsleitung:** Markus Bossle, Thomas Bleck  
**Leser- und Bestellservice:** Tel.: 06221 9126-743, E-Mail: marketing@spektrum.com  
**Vertrieb/Abonnementverwaltung:** Spektrum der Wissenschaft, Boschstraße 12, D-69469 Weinheim, Tel.: 06201 606-150, Fax: 06201 606-194  
**Bezugspreise:** Einzelheft: € 7,90, sFr 15,40, Jahresabonnement Inland (6 Ausgaben): € 39,00, Jahresabonnement Ausland: € 42,00, Jahresabonnement Studenten Inland (gegen Studiennachweis): € 34,50, Jahresabonnement Studenten Ausland (gegen Studiennachweis): € 37,50. Zahlung sofort nach Rechnungserhalt. Konten: Deutsche Bank, Weinheim, 58 36 43 202 (BLZ 670 700 10); Postbank Karlsruhe 13 34 72 759 (BLZ 660 100 75). Die Mitglieder des Vereins zur Förderung der Erforschung des menschlichen Gehirns, der DGPPN, des VdBiol, der GNP, der DGNC, der GfG sowie von Mensa in Deutschland erhalten die Zeitschrift **Gehirn & Geist** zum gesonderten Mitgliedsbezugspreis.  
**Anzeigen/Druckunterlagen:** top-ad Bernd Beutel, Susanne Beutel, Hammelbacher Straße 30, D-69469 Weinheim; Frachtbriefermerk: »Gehirn & Geist, Heft Nr. ...«  
 Tel.: 06201 185-908, Fax: 06201 185-910, E-Mail: info@top-ad-online.de  
**Anzeigenpreise:**  
 Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 3 vom November 2003.  
**Gesamtherstellung:** Konradin Druck GmbH, Leinfelden-Echterdingen  
 Sämtliche Nutzungsrechte an dem vorliegenden Werk liegen bei der Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH. Jegliche Nutzung des Werks, insbesondere die Vervielfältigung, Verbreitung, öffentliche Wiedergabe oder öffentliche Zugänglichmachung, ist ohne die vorherige schriftliche Einwilligung der Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH unzulässig. Jegliche unautorisierte Nutzung des Werks berechtigt die Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH zum Schadensersatz gegen den oder die jeweiligen Nutzer. Bei jeder autorisierten (oder gesetzlich gestatteten) Nutzung des Werks ist die folgende Quellenangabe an branchenüblicher Stelle vorzunehmen: © 2004 (Autor), Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH, Heidelberg. Jegliche Nutzung ohne die Quellenangabe in der vorstehenden Form berechtigt die Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH zum Schadensersatz gegen den oder die jeweiligen Nutzer. Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte und Bücher übernimmt die Redaktion keine Haftung; sie behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.



## Analytiker und Hirnforscher, vereinigt euch!

Unser Innenleben aus verschiedenen Blickwinkeln

VON ANDREAS KRAUSS

Warum träumen wir? Was sind Halluzinationen? Wie hängen Motivation und Emotion zusammen? Diese und andere große Fragen unseres Daseins behandelt das Buch »Das Gehirn und die innere Welt«. Der Psychoanalytiker und Neurochirurg Mark Solms und der Neuropsychologe Oliver Turnbull betrachten das menschliche Seelenleben aus zwei Perspektiven: der psychoanalytischen und der neurowissenschaftlichen. Die Autoren veranschaulichen das Zusammenspiel von Gehirn und Psyche an interessanten Fallgeschichten – zum Beispiel der des Bahnarbeiters Phineas Gage, dessen innere Welt auf Grund eines tragischen Unfalls ins Wanken geriet.

Im Jahr 1848 schob der junge Mann bei Tunnelarbeiten eine Ladung Dynamit mit Hilfe einer Eisenstange in ein dafür vorgesehenes Bohrloch im Fels. Plötzlich explodierte der Sprengstoff. Die Stange durchbohrte Gages Gehirn und zerstörte dabei den Großteil des Frontallappens. Gage überlebte wie durch ein Wunder, war in der Zeit danach aber nicht mehr der Alte. Der sonst so verantwortungsbewusste, zuverlässige Vorarbeiter zeigte auf einmal launische und sogar gewalttätige Züge. Gage verlor seinen Job und nahm in der Folgezeit unterschiedliche Aushilfsarbeiten in der ganzen Welt an.

Dieses Krankheitsbild, das auch bei anderen Patienten mit ähnlichen Verletzungen auftrat, bezeichneten Ärzte fortan als »Frontallappen-Persönlichkeit«. Die Hirnläsion und die damit verbundenen

Auswirkungen gaben erstmals dazu Anlass, zwischen diesem Hirnareal und unserer Persönlichkeit einen direkten Zusammenhang zu vermuten.

Solms und Turnbull möchten in ihrem Buch einen möglichst umfassenden Überblick über unsere innere Welt geben. Sie wollen laiengerecht erklären, »wie das Gehirn unser subjektives geistiges Leben erzeugt«. Darüber hinaus verfolgen die Autoren noch ein zweites, nicht minder ehrgeiziges Ziel: Sie versuchen eine neurobiologische Fundierung der Psychoanalyse. Die strikte Trennung von Hirnforschung einerseits und der Freud'schen Lehre andererseits soll überwunden werden – zu Gunsten einer neuen Disziplin: der Neuropsychanalyse.

Jüngste neurowissenschaftliche Erkenntnisse müssten bei Psychoanalytikern endlich Gehör finden und Einzug in die therapeutische Praxis halten, so der Aufruf der Autoren. Denn nur in der Zusammenschau von medizinischen und psychoanalytischen Aspekten könne man der Wechselwirkung von Gehirn und Seele auf die Spur kommen und irgendwann vielleicht die Frage beantworten, wie der Geist wirklich funktioniert. Eine Begründung, warum uns ausgerechnet die Verbindung von Freuds Psychoanalyse mit der Neurowissenschaft diesem Ziel näher bringen soll, bleiben die Autoren allerdings schuldig.

## SEELENSTRIPEASE HOCH ZWEI

Außerdem hätten sie sich für eine Thematik entscheiden sollen: entweder die Kooperation der Disziplinen besser argumentativ begründen oder aber dem interessierten Leser Einblicke in die spannende Arbeit von Neuropsychologen geben. Zumal sich Solms und Turnbull mit diesen zwei Anliegen unterschiedlichen Leserkreisen zuwenden. So wird das Buch, das außerdem unter einer schwachen Übersetzung und einer wenig aussagekräftigen Bebilderung leidet, beiden nicht vollständig gerecht.

ANDREAS KRAUSS ist Diplombiologe und freier Wissenschaftsjournalist in Heidelberg.

Alle rezensierten Bücher können Sie bei [wissenschaft-online bestellen](http://wissenschaft-online bestellen)

direkt bei: [www.science-shop.de](http://www.science-shop.de)  
 per E-Mail: [shop@wissenschaft-online.de](mailto:shop@wissenschaft-online.de)  
 telefonisch: 06221 9126-841  
 per Fax: 06221 9126-869

Mihaly Csikszentmihalyi

### Flow im Beruf

Das Geheimnis des Glücks  
am Arbeitsplatz

[Klett-Cotta, Stuttgart 2004, 312 S., € 22,50]



## Rundum glücklich

Positive Gefühle am Arbeitsplatz

VON BERNHARD STELZL

Mit dem Begriff Flow beschreibt Mihaly Csikszentmihalyi einen »Zustand optimalen Erlebens mit hoher Aktivität und Konzentration, bei dem Selbst- und Zeitvergessenheit eintritt«. In »Flow im Beruf« stellt der Professor für Unternehmensführung nun die Frage, ob dieses intensive Erleben auch im Berufsleben erfahrbar sei. Für ihn selbst besteht daran kein Zweifel – Flow trete ein, »wenn Handlungsanforderungen und Handlungspotenziale hoch sind und beide in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen«. Und genau das sollte am Arbeitsplatz der Fall sein.

Leider verrät der Amerikaner insgesamt nur wenig Neues. Folgende Beobachtung zur Arbeitsgestaltung klingt sogar fast schon trivial: »Sind die Anforderungen zu niedrig, stellt sich Langeweile ein, sind sie zu hoch, Frustration und Überforderung.« Im Idealfall sei das Verhältnis dynamisch: Je mehr jemand eine Tätigkeit ausübe, desto mehr würden seine Fähigkeiten zunehmen. Wer Flow erleben wolle, müsse immer neue Herausforderungen suchen. Jedoch: Der Autor propagiert keinen permanenten Flow, weil der Mensch auch Zeit zum Ausruhen benötigt.

Die Quintessenz ist allgemein mager. Vielleicht ist es eine Stärke des Buchs, dass es viele Fragen stellt und zum Nachdenken anregt. Doch zu unserem eigenen Flow-Erleben kann es nicht beitragen. Vielmehr drängt sich der Gedanke auf, dass der Autor in erster Linie den eigenen Cash-Flow steigern möchte.

**BERNHARD STELZL** ist Diplomsozialpädagoge und Politikwissenschaftler und als Trainer und Journalist in Berlin tätig.

## KURZ & BÜNDIG



Yoram Yovell: **Der Feind in meinem Zimmer**

und andere Geschichten aus der Psychotherapie

[btb, München 2004, 506 S., € 10,00]

Der Soldat, der unter traumatischen Kriegserlebnissen leidet. Der Palästinenser, der die Juden unbändig hasst. – Dies sind nur zwei der Fälle, von denen der in Jerusalem lebende Psychiater Yoram Yovell berichtet. Sein Buch behandelt alle wichtigen Formen der Seelenpein: von der Schizophrenie über Depression bis hin zu Borderline. Jede Patientengeschichte mündet in eine laienengerechte Erklärung der zu Grunde liegenden Störung. Insofern ist das Buch eine gelungene Mischung aus Fallsammlung und Lehrstück. Und ganz nebenbei zeichnet der Autor ein differenziertes Bild der israelischen Gesellschaft.



Karen Pfundt: **Die Kunst, in Deutschland Kinder zu haben**

[Argon, Berlin 2004, 350 S., € 18,90]

In Deutschland herrscht Babyflaute statt Babyboom: »Kind oder Karriere?« lautet die Frage. Die Berliner Journalistin Karen Pfundt lehrt uns nicht die goldenen Regeln, wie man beides unter einen Hut bringt. Ihr Buch handelt vielmehr von Rabenmüttern und Frauen, deren biologische Uhr tickt – und die sich trotzdem für den Beruf entscheiden. Sie erklärt, warum dies in Deutschland bislang so schwierig ist und welche Probleme manche Frauen deshalb mit ihrem Selbstbild haben. Am Ende gibt die Autorin einen Ausblick auf die Zukunft: Kind und Karriere – beides zusammen ist möglich!



Hans J. Eysenck: **Die IQ-Bibel**. Intelligenz verstehen und messen

[Klett-Cotta, Stuttgart 2004, 384 S., € 24,-]

Bei Albert Einstein war er wohl ganz besonders hoch: der IQ. Die Maßeinheit für Intelligenz bekam in den letzten Jahren Zuwachs. Wir sprechen von emotionaler, sozialer, künstlicher und multipler Intelligenz. Der Psychologe Hans J. Eysenck bringt nun Licht ins Quotienten-Dickicht. Er gibt den aktuellen Forschungsstand wieder, definiert, was Intelligenz eigentlich ist und zeigt, warum und wie man sie messen kann. Außerdem nimmt er sich der Frage an, ob wir unseren IQ verbessern können – ein wichtiger Aspekt, sind laut Einstein doch zwei Dinge unendlich: das Universum und die menschliche Dummheit.



François Lelord: **Hectors Reise** oder die Suche nach dem Glück

[Piper, München 2004, 187 S., € 16,90]

Der Psychiater Hector nimmt seinen Beruf ernst: Das Wohl seiner Patienten liegt ihm am Herzen! Aber das ist auch sein Problem. Denn es gelingt ihm nicht, sie glücklich zu machen. Also zieht er hinaus in die Welt und sucht nach dem Glück – wie einst der Comic-Held Herr Rossi. Dabei nimmt uns der Mediziner und Psychologe François Lelord mit, führt uns in fremde Länder und gibt dreiundzwanzig Antworten auf die Frage, was Glück ist. Nach der Lektüre weiß man noch eine vierundzwanzigste: Glück ist, dieses Buch zu lesen!

## SCHAUFENSTER – WEITERE NEUERSCHEINUNGEN

### KINDER UND ERZIEHUNG

- Hartmann, Thom: **ADHS als Chance begreifen** [Schmidt-Römhild, Lübeck, 304 S., € 18,50]
- Klosinski, Gunther: **Scheidung – Wie helfen wir den Kindern?** [Walter, Düsseldorf, 175 S., € 14,90]
- Senckel, Barbara: **Wie Kinder sich die Welt erschließen.** Persönlichkeitsentwicklung und Bildung im Kindergarten [Beck, München, 276 S., € 12,90]
- Spallek, Roswitha: **Gesunde Sinne für starke Kinder.** Entwicklungsstörungen erkennen und behandeln [Walter, Düsseldorf, 190 S., € 14,90]
- Steininger, Rita: **Wie Kinder richtig sprechen lernen.** Sprachförderung – ein Wegweiser für Eltern [Klett-Cotta, Stuttgart, 200 S., € 14,-]

### HIRNFORSCHUNG

- Edelman, Gerald & Tononi, Giulio: **Gehirn und Geist.** Wie aus Materie Bewusstsein entsteht [dtv, München, 368 S., € 12,50]

### PSYCHOLOGIE

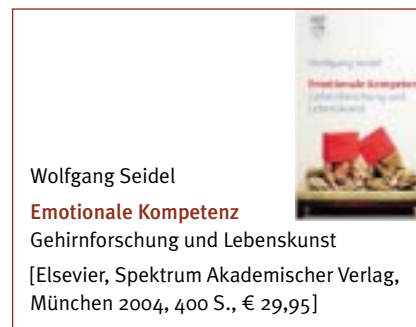
- Erdfelder, Edgar & Funke, Joachim (Hg.): **Allgemeine Psychologie und deduktiv-tische Methodologie** [Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 334 S., € 39,90]
- Hüther, Gerald: **Die Macht der inneren Bilder.** Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern [Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 137 S., € 14,90]
- Rustemeyer, Ruth: **Einführung in die Unterrichtspsychologie** [WBG, Darmstadt, 131 S., € 14,90]

### MEDIZIN UND PSYCHOTHERAPIE

- Ettrich, Klaus (Hg.): **Bindungsentwicklung und Bindungsstörung** [Thieme, Stuttgart, 161 S., € 39,95]
- Gschwend, Gaby: **Trauma-Psychotherapie.** Ein Manual für die Praxis [Huber, Bern, 133 S., € 19,95]
- Lemke, Matthias (Hg.): **Affektive Störungen** [Thieme, Stuttgart, 176 S., € 49,95]
- Lorenz, Rüdiger: **Salutogenese.** Grundwissen für Psychologen, Mediziner, Gesundheits- und Pflegewissenschaftler [Reinhardt, München, 208 S., € 19,90]
- Ziegler, Christian: **Wege aus der Hungerfalle.** Hypnotherapeutische Strategien bei Magersucht in der Pubertät [Klett-Cotta, Stuttgart, 254 S., € 22,50]

### LEBENSHILFE

- Adams, James: **Think!** Einfach genial denken lernen [Econ, München, 320 S., € 22,-]
- Cooney, Eleanor: **»Ich hörte dich so gerne lachen.«** Als meine Mutter Alzheimer bekam [Droemer, München, 368 S., € 18,90]
- Meyer-Grashorn, Anke: **Spinnen ist Pflicht.** Querdenken und Neues schaffen [mvg, Frankfurt am Main, 247 S., € 22,90]



Wolfgang Seidel

#### Emotionale Kompetenz

Gehirnforschung und Lebenskunst

[Elsevier, Spektrum Akademischer Verlag, München 2004, 400 S., € 29,95]

## Werde, wer du sein willst

Den Alltag überwinden  
und neue Höhen erreichen

VON OLAF SCHMIDT

Es ist beneidenswert, wie manche Menschen das Leben meistern: Locker schweben sie über Probleme des Alltags hinweg, erfinden und wandeln sich ständig neu. Doch, normal ist das nicht: Wahre Lebenskünstler sind selten. Otto Normalverbraucher schlägt sich da anders durchs Leben – mit einem festen Repertoire vorhersehbarer Reaktionen.

Das Problem ist kein neues und zahlreiche Buchautoren springen Otto hilfsbereit zur Seite. »Sei du selbst« oder »Sei dein bester Freund« – doch leider stützen sich solche Ausführungen oft nur auf Abendkurerfahrungen der Autoren. Das Buch von Wolfgang Seidel stellt eine wohlthuende Ausnahme dar: Es geht tiefer.

Der Arzt und emeritierte Wissenschaftler wollte eine Orientierungshilfe für das Leben in einer schnelllebigen Welt schaffen. Interessant und fundiert stellt er die Arbeitsweise des Gehirns dar und erklärt, wie sich Verhaltensweisen im neuronalen Netzwerk festsetzen und abgerufen werden. Das Verständnis für die ablaufenden neurologischen Prozesse soll dem Leser helfen, sich selbst zu erkennen.

Wer sein Verhalten grundlegend wandeln wolle, müsse an sich arbeiten, erklärt Seidel. Der Autor vermittelt Otto zumindest schon mal das Handwerkzeug und die wissenswerten neurologischen Fakten, damit er tatsächlich ein erfolgreicher Lebenskünstler werden kann.

OLAF SCHMIDT ist promovierter Biologe und freier Wissenschaftsjournalist in Neuss.

Norbert Herschkowitz,  
Elinore  
Chapman Herschkowitz

**Klug, neugierig  
und fit für die Welt**

Gehirn- und Persönlichkeits-  
entwicklung in den  
ersten sechs Lebensjahren

[Herder Verlag, Freiburg 2004, 335 S.,  
€ 24,90]



## Licht in die Blackbox

Hirnentwicklung bei Kleinkindern:  
unterhaltsam und kompakt

VON DAGMAR KNOPF

Als der Buchautor Norbert Herschkowitz seinem Schwiegervater telefonisch voller Stolz die Geburt des ersten Sohnes verkündete, bekam er folgenden Rat: »Am besten, du gehst sofort nach Hause und kostest die letzte Zeit aus, die du ruhig durchschlafen kannst.« Am Anfang würde ihn das Baby wach halten und später werde er sich Sorgen machen, wohin das Kind mit dem Auto gefahren ist – so die Argumentation.

### WAS PASSIERT IN LUCAS' KOPF?

Wem dieser Hinweis eines erfahrenen Vaters übertrieben scheint, der hat entweder keine Kinder oder ein besonders pflegeleichtes Exemplar in die Wiege gelegt bekommen. Nein, jetzt bloß keine Angst: Zukünftige Eltern sollen nicht fürchten, mit der Ankunft des Nachwuchses sei ihr eigenes Leben quasi gelaufen. Aber vielleicht fällt der Umgang mit Lucas, Marie und Co. etwas leichter, wenn Mama und Papa zumindest eine Vorstellung davon haben, was im jeweiligen Alter in den Köpfen der Kleinen so vor sich geht.

Dem Kinderarzt und Neurowissenschaftler Norbert Herschkowitz und seiner Frau, der Pädagogin Elinore Chapman Herschkowitz, liegt genau das am Herzen. In ihrem Buch »Klug, neugierig und fit für die Welt – Gehirn- und Persönlichkeitsentwicklung in den ersten sechs Lebensjahren« versuchen sie, die Blackbox Kleinkind zu durchleuchten. Alle relevanten Erkenntnisse haben sie dafür zusammengetragen und erläutert. Wer nicht das erste Mal ein Buch über die Hirnent-

wicklung bei Kindern liest, wird auf Bekanntes stoßen und manchmal ganze Passagen oder sogar Kapitel überspringen können. Neueinsteiger hingegen finden auf den über 300 Seiten aber sicherlich viel Spannendes.

Da erfahren Eltern zum Beispiel, dass neugeborene Babys zwar nur unscharf sehen und der mitunter misstrauische Gesichtsausdruck deshalb nicht persönlich zu nehmen sei. Doch eines könnten die Kleinsten sofort: für sie wichtige Signale empfangen. So würden Babys immer genau dann unruhig, wenn Mama gestresst und angespannt sei und so gar keine Zeit für die Winzlinge habe. Hingegen könnten Oma und Opa am Bettchen der schlafenden Engel ruhig in Entzückungsschreie ausbrechen – die Kleinen würden davon kaum aufwachen. In den ersten Wochen hören sie die Welt sowie so wie durch Ohropax hindurch: leise gedämpft.

Was Kinder in ihrem ersten Lebensjahr alles lernen, das ist den Autoren den halbe Umfang ihres Buchs wert. Die restlichen fünf der beschriebenen sechs Jahre müssen sich mit der anderen Hälfte des Buchs begnügen. Ob die Gewichtung sinnvoll ist, sollte jeder Leser selbst entscheiden.

Alles können die Autoren Herschkowitz in einem Buch natürlich nicht erklären. Wer etwa einen tobenden Zweijährigen nach erfolglosem Sockenanziehen beobachtet oder völlig ungläubig den ersten Flunkereien und Prahlereien eines Vierjährigen lauscht, kann aber sicher selbst errahnen, welche fantastischen Sprünge im Denken diese unlängst gemacht haben.

Das Buch der Eltern Herschkowitz muss den Anspruch der Vollständigkeit aber auch nicht erfüllen. Dafür liest es sich interessant und kurzweilig. Positiv ist außerdem: Im Gegensatz zu manch anderer Lektüre zu diesem Thema bleiben die Autoren objektiv und betonen nicht ständig, wie wichtig Aufmerksamkeit und Liebe für das restliche Lebensglück des Kindes sind.

Eltern, die ein solches Buch in die Hand nehmen, müssen mit hoher Wahrscheinlichkeit ohnehin nichts mehr über den Nutzen von Frühförderung für ihre Kleinsten lernen.

**DAGMAR KNOPF** ist promovierte Biologin, freie Wissenschaftsjournalistin in Limburg und Mutter des zweijährigen Nils.

ANZEIGE