

Gehirnjogging wirkt anders als gedacht

HAMBURG. Können wir unser Gehirn trainieren wie einen Muskel? Leider nein, sagt die Psychologin Elsbeth Stern in der „Forum“-Kolumne der aktuellen Ausgabe des Magazins GEO. Während zum Beispiel sportliche Bewegung jeglicher Art dem ganzen Körper zugute kommt, sei geistige Übung auf einem so speziellen Gebiet nicht auf ein anderes übertragbar. Ständiges Rätsellösen trainiere daher keinesfalls die Denkfähigkeit im Allgemeinen.

Deswegen bestreitet die Lernforscherin von der ETH Zürich auch die vielfach angepriesene Wirkung von „Gehirnjogging“: Zwar lie-

ßen sich dadurch spezifische Fähigkeiten fördern, man werde zum Beispiel durch Übung immer besser im Lösen von Sudokus. Doch für den Alltagsgebrauch seien diese Verbesserungen nicht nützlich. Im Gegenteil: Man verplempere Zeit, in der man sein Gehirn eher für den Alltagsgebrauch fit machen könne.

„Immer wieder hört man das Argument, dass sich beim Denksport Synapsen im Gehirn verbinden. Das stimmt zwar – aber dieser Effekt tritt bei jeder anderen Aktivität ebenfalls ein“, so Stern. Wichtig sei aber vor allem der Inhalt einer Denkaktivität: „Sinnstiftendes



WER DENKSPIELE SPIELT, trainiert nur seine Fähigkeit, Denkspiele zu spielen. Foto: dpa

Wissen entsteht nicht in der Wiederholung immergleicher Schemata – sondern durch die geistige Auseinandersetzung mit immer neuen Ereignissen und Begriffen.“

Kann man von der Popularität der Gehirnjogging-Angebote trotzdem etwas lernen? Ja, so Elsbeth Stern. Die Art, wie diese kleinen Übungen vor allem Jugendliche motivieren, ließe sich

auch auf das „echte Lernen“ übertragen: „Der Stoff muss dafür sinnvoll in kleine Portionen aufgeteilt werden, und die Aufgaben müssen Erfolgserlebnisse zulassen.“ Auch beim Denksport sei es ja der selbst wahrgenommene Leistungszuwachs, der viele Menschen so stark motiviert. pm/por

◆ **Mehr fürs Hirn:** www.geo.de

.....

„Sinnstiftendes Wissen entsteht nicht in der Wiederholung immergleicher Schemata – sondern durch die geistige Auseinandersetzung mit immer neuen Ereignissen und Begriffen.“

Elsbeth Stern, Lernforscherin an der ETH Zürich

Kernphysiker: In Fukushima mit blauem Auge davon gekommen

VANCOUVER. Am 11. März jährt sich die Atomkatastrophe von Fukushima. Die globale Strahlenbelastung durch den GAU in Japan wurde jüngst von Experten im kanadischen Vancouver erörtert. Der deutsche Kernphysiker Jens Dilling sprach am Rande der AAAS-Jahrestagung über die Auswirkungen des Reaktorunglücks. Dilling ist stellvertretender wissenschaftlicher Direktor am kanadischen Institut für Teilchen- und Atomphysik Triumpf in Vancouver.

Hat uns Fukushima schwer geschadet?

Dilling: „Ich meine, dass

die Gesamtgefahr nicht ganz so schlimm war wie zunächst angenommen. Wir sind also mit einem blauen Auge davon gekommen. Wir haben in Vancouver kürzlich erneut die Strahlenwerte von Fukushima in Regenwasser und Pflanzen gemessen. Sie waren um den Faktor 1000 geringer als die natürliche Strahlung.“

Hat die Tatsache, dass in Fukushima weniger Radioaktivität in die Luft geriet, eine weitere Katastrophe mit dem Ausmaß von Tschernobyl verhindert?

Dilling: „Das Vorgehen in Tschernobyl 1986 war ä-



JENS DILLING. Foto: dpa

ßerst ungeschickt. Es wurden Graphitstäbe in den Reaktor geschoben, um ihn herunterzufahren. Die Maßnahme erfolgte aber viel zu spät. Der Reaktor war schon zu heiß. Die Graphitstäbe fingen an zu brennen. Der Ruß nahm die radioaktiven Strahlen auf und verbreitete sie über den Wind weithin. Das wurde in Fukushima zum Glück vermieden.“

War denn die Sorge über Fukushima, die Deutschland zum Atomausstieg bewegt hat, überhaupt gerechtfertigt?

Dilling: „War die Panikmache übertrieben? Hundert Prozent. Ich sehe keinen

Grund dafür. Das war eher eine politische Entscheidung. Es macht doch keinen Unterschied, dass ich meine Atommeiler ausschalte und mir den Strom von der anderen Seite des Rheins hole. Die Franzosen haben Fukushima zum Anlass genommen, die Sicherheitsvorkehrungen für ihre Kernkraftwerke unter die Lupe zu nehmen. Sie haben bessere passive Schutzmaßnahmen beschlossen. Wird das die Reaktoren sicherer machen? Ganz bestimmt. Wie bewerten wir überhaupt Risiken? Was ist in Bezug auf Unfälle akzeptierbar? Es ist außer Frage, dass es im Kohlebau mehr Tote gibt. Werden deshalb die Kohlekraftwerke abgeschaltet? Nein. Kohlekraftwerke setzen auch mehr Strahlung frei, weil in Kohle natürliche Radioaktivität steckt. Aber das ist eine sehr technische Diskussion.“

Interview: Gisela Ostwald, dpa

Orte - Triumpf, 4004 Wesbook Mall, Vancouver, Kanada;
- Kernkraftwerk Fukushima Daiichi, Japan

◆ **Kernphysik-Institut Triumpf:** www.triumf.ca

RUNDSCHAU *Knigge*

Von Katzentischen und Notausgängen

Die Zeiten, in denen Mutter und Vater von den Enden der großen Tafel ihre Kinderschar im Blick behielten, kennen die meisten noch aus den guten alten Schwarz-Weiß-Filmen. Bei einem privaten Fest gebührt



den Gastgebern die Mitte der Längsseiten der Tafel. Wer rechts von ihnen sitzt, darf sich geehrt fühlen. Als Faust-

regel gilt: nah ist besser als fern. Ihre weibliche Begleitung oder Menschen, denen Sie im Geschäftsleben ungeachtet ihres Geschlechts besondere Wertschätzung entgegenbringen wollen, platzieren Sie als Gastgeber so, dass sie sowohl den besten Blick in den Raum haben als auch selbst am besten von den anderen Gästen gesehen werden können. Nachlässige Kleidung kann Ihnen indes einen Katzentisch im Restaurant einbringen: in der Nähe der Eingangstür oder der Waschräume. Fahren Sie selbst, ist im Auto der beste Platz vorne rechts neben Ihnen und der zweitbeste hinten rechts, weil Ihr Gast dort bequem und sicher ein- und aussteigen kann. Auch Fluggesellschaften haben das Geschäft mit den guten Plätzen erkannt und lassen sich beliebte Plätze, zum Beispiel in der Nähe der Notausgänge, wegen der größeren Beinfreiheit extra bezahlen. Bei hochoffiziellen Anlässen sollten Sie sich nicht wundern, wenn Sie Ihre Tischkärtchen auf unterschiedlichen Tischen finden. Das soll die Kommunikation fördern. Wer glaubt, einen schlechten Platz erwischt zu haben, mag sich mit dem französischen Schriftsteller Victor Hugo trösten: „Wie hoch auch jemand sitzen mag, sitzt er doch nur auf seinem Hintern.“

Ihre Simone Becker

Nächsten Samstag lesen Sie:

Wenn andere Gäste nerven

Termine für

RUNDSCHAU-Alltagsknigge:

23. März im Hotel zur Mühle in Hoyerswerda

Beginn: 18.30 / bis ca. 22.30 Uhr

Tickets: 0355 481 555

◆ **Mehr Infos:**

www.lr-online.de/knigge

.....

Was ist AAAS? Die American Association for the Advancement of Science, auch genannt „Triple A-S“ (AAAS), ist die weltweit größte wissenschaftliche Gesellschaft und Herausgeber der Zeitschrift Science. Ihre Mission lautet „advance science and serve society“ (die Wissenschaft fördern und der Gesellschaft dienen) und ihr Auftrag ist der wissenschaftliche Fortschritt und weltweite Entwicklungen zugunsten der Menschheit. Sitz der Gesellschaft ist Washington, D.C.

Quelle: Wikipedia