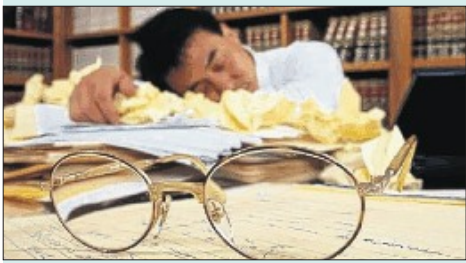


aktuell

Nickerchen ist gut für das Gedächtnis



Schon kurzer Schlaf hilft beim Einprägen neuer Information, haben Düsseldorfer Psychologen zeigen können. Bei ihren Experimenten konnten die Teilnehmer eine Wortliste deutlich besser rezitieren, wenn sie zwischen Lernen und Abfragen lediglich 6 Minuten geschlafen hatten. Dieses Resultat sei umso interessanter, als die ausgedehnten Schlafperioden erwachsener Menschen eher die Ausnahme darstellten, erklärt Olaf Lahl von der Universität Düsseldorf. «Die meisten Tiere, und zum Beispiel auch Säuglinge, sind polyphasische Schläfer. Das heisst, sie schlafen öfter und kürzer.» (ST)

Psychologie Angst in der virtuellen U-Bahn

Anflüge von «Verfolgungswahn» sind etwas völlig Normales, glauben britische Wissenschaftler nach einem Experiment mit 200 Teilnehmern. Viele davon wurden in einer harmlosen Situation, einer virtuellen Fahrt in der U-Bahn, von unbegründeten Ängsten geplagt. Beinahe 40 Prozent der Versuchsteilnehmer hätten während der Fahrt paranoide Gedanken oder Gefühle geäussert, erklärt Daniel Freeman vom King's College London. «Eigentlich sollte das keine grosse Überraschung sein», so der Psychologe. «Jede soziale Interaktion fusst auf einer grundlegenden Entscheidung darüber, wem man trauen kann und wem nicht.» (ST)

Kognition Menschen sind geborene Statistiker

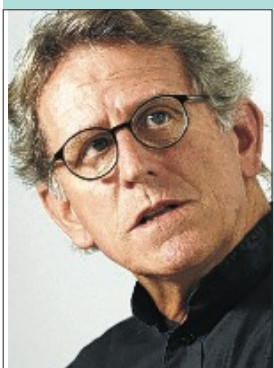
Auch wenn die meisten Menschen ein gespaltenes Verhältnis zur Statistik haben, nutzen sie diese schon im ersten Lebensjahr. Diesen Schluss legen die Experimente einer kanadischen Psychologin nahe. Demnach können Säuglinge bereits im Alter von 8 Monaten erkennen, ob eine Stichprobe zu einer Grundgesamtheit passt oder nicht. Werden aus einer Kiste mit vielen weissen und wenigen roten Bällen überwiegend rote Bälle gezogen, scheinen die Säuglinge ins Grübeln zu geraten, berichtet Fei Xu in den «Proceedings of the National Academy of Sciences». (ST)

McMatur Briten können Matura bei McDonald's machen

Junge Briten können ihre Hochschulreife künftig bei McDonald's erwerben. Die Schnellimbisskette bietet ihren Mitarbeitern eine Ausbildung an, die vom britischen Staat als «betriebliche Matura» anerkannt wird und zum Studium an einer höheren Bildungseinrichtung berechtigt. Teilnehmer absolvieren in Modulen einen Managementkurs und lernen alles Erforderliche, um eine Filiale zu leiten. (MZ)

mein leben

Adrian Meyer: «Hinter dem Chaos verbirgt sich die Suche nach Ordnung»



«Wir haben uns alle aus dem Chaos entwickelt. Hinter diesem Chaos verbirgt sich ein unentwegtes Suchen nach einer Ordnung – einer Ordnung, die sich als nicht logisch und linear erweist, viel eher

als sonderbar und komplex. In diesem Spannungsfeld von Chaos und Ordnung versteckt sich die Kreativität. Manchmal stolpert sie mir vor die Füsse. Ich muss sie aufheben und ihr Sorge tragen, wie einem Kind.»

Frauen und ihre beste Hälfte

BESTE FREUNDIN Paris Hilton sucht sie in einer Realityshow, 600 andere suchen auf einer Vermittlungsbörse im Internet. Wieso braucht die Frau eine «Busenfreundin»?

IRENA JURINAK

Paris Hilton sucht ab Mai ihre neue beste Freundin in einer Doku-Soap auf MTV. Die 27-jährige verbringt mehrere Wochen in einem abgelegenen Haus mit 20 Frauen und kürt die coolste Bewerberin zu ihrer neuen Begleiterin. Auch die Schweizerin Eva Maria Assignon sucht eine Freundin. Allerdings nicht für sich selbst: Sie bringt auf ihrer neuen Internetplattform Frauen zusammen, die eine Freundin suchen. In der männerfreien Zone treffen sich Frauen zwischen 16 und 65 Jahren und verabreden sich zum Kochen, Tanzen oder Wandern. Mehr als 600 Frauen haben sich bereits auf der neuen Plattform eingeloggt. Assignon hat mit ihrer Freundinnen-Vermittlungsbörse offenbar ein Bedürfnis aufgedeckt.

WAS FRAUEN ANEINANDER haben, beschreibt Verena Kast in ihrem Buch «Die beste Freundin». Die Psychotherapeutin und Professorin hat 100 Frauen zum Thema befragt und herausgefunden, dass Freundinnen ein wichtiges soziales Netzwerk sind. Sie tragen Krisen mit, helfen einander bei praktischen Dingen im Alltag, kümmern sich gegenseitig um die Kinder oder unterstützen einander bei der Arbeit für die Uni. Und diejenige, die einen am besten und am längsten kennt, ist Zeugin der eigenen Lebensgeschichte. Fast alle Frauen, schreibt Kast, hätten verschiedene Freundinnen, durchaus mehrere beste, die verschiedene Lebens- und Persönlichkeitsbereiche abdecken. Im Schnitt habe jede Frau 2,7 Freundinnen. Die Freundschaften dauerten durchschnittlich 7,7 Jahre.

Dass eine Freundschaft nicht selbstverständlich ist, weiss die Homöopathin Eva Maria Assignon: «Ich habe seit meinem Schulabschluss nie lange am gleichen Ort gelebt und habe zwar viele Freundinnen, doch die meisten wohnen weit weg.» Weil sie eine Freundin in der Nähe vermisste, kam sie auf die Idee der Freundinnen-Vermittlungsbörse im Internet.

«DAS IST SCHNELLER und interaktiver als konventionelle Kontaktanzeigen.» Die Frauen, die sich auf der Website registriert haben, können ein eigenes Profil anlegen und nach Gleichgesinnten mit den gleichen Hobbys oder ähnlichen Lebensumständen aus derselben Region suchen. Mütter suchen beispielsweise andere Mütter, Schwangere andere Schwangere. Auf der Website werden weder richtige Namen noch Fotos veröffentlicht. Die Frauen treffen sich nicht nur virtuell, sondern auch real, sagt Assignon. «Beim Treffen merkt man, ob auch die zwischenmenschliche Chemie stimmt.»

Aber kann nicht auch ein Mann die beste Freundin sein? Oder sie ersetzen? Nein, meint Verena Kast. Frauen teilten einen gemeinsamen Lebenshinter-

grund, dieselbe Welt, dieselben Gefühle. Sie könnten sich mit Frauen leichter verständigen, fühlten sich besser verstanden und führten intensivere Gespräche, ohne um ihren Raum kämpfen zu müssen. Männer kämen aus einer anderen Welt, schreibt Kast. Auch Assignon merkt, dass in der männerfreien Zone ihrer Homepage die Gespräche entspannter sind und von anderen Themen dominiert werden.

MÄNNERFREUNDSCHAFTEN sind gemäss Kast unverbindlicher. «Männer haben nicht so nahe Beziehungen und interessieren sich weniger für Gefühle und Beziehungen.» Männer besprächen ihre Probleme in Stresszeiten oft nur mit einem Menschen: ihrer Partnerin. Frauen dagegen verliessen

sich viel häufiger auf eine Freundin. Frauen seien nicht nur in Stresssituationen weniger allein, sie seien vielleicht überhaupt weniger allein als Männer, glaubt Kast. Die Auseinandersetzung mit Gefühlen habe für Frauen einen grösseren Stellenwert, Männer könnten besser Unvereinbares stehen lassen und sich besser abgrenzen.

Beate Ditzen, Oberassistentin am Psychologischen Institut der Universität Zürich erklärt, dass Männerfreundschaften häufig durch gemeinsame Tätigkeiten oder gemeinsame Interessen – Sport, Konzertbesuche etc. – bestimmt seien, während Frauen die Zeit mit einer Freundin gern mit gemeinsamen Gesprächen verbringen würden. Ausserdem gebe es offenbar geschlechtsspezifische Formen der ge-

genseitigen Unterstützung. «Männer unterstützen in Belastungs- und Entscheidungssituationen tendenziell instrumentell, das heisst, sie geben Ratschläge oder helfen tatkräftig mit. Frauen bieten demgegenüber eher emotionale Unterstützung an, so zum Beispiel Bestätigung und Verständnis.»

ÜBRIGENS: Eine ähnliche Freundes-Vermittlungsplattform für Männer, die einen besten Freund suchen, gibt es noch nicht und sie ist bei Eva Assignon auch nicht in Planung: «Das sollen die Männer selber machen.»

www.bestefreundin.ch Mitgliederbeitrag für sechs Monate: 45 Franken.

Verena Kast Die beste Freundin. Was Frauen aneinander haben. DTV, München.



PARIS HILTON UND NICOLE RICHIE Eine einzige beste Freundin reicht meist nicht für ein ganzes Leben. ANZUONI/REUTERS

Und nebenbei lockt das Weib

WERBEPsYCHOLOGIE Neue Studie zeigt: Männer sind relativ einfach mit Sex-Symbolen zu verführen. Auch für Hochrisiko-Spiele

DORIS MARSZK

Was hat eine vollbusige Schöne auf der Motorhaube eines neuen Autos zu suchen? Eigentlich nichts. Dennoch verkauft sich das Auto besser, wenn es in der Werbung mit hübschem Beiwerk abgebildet wurde. Zumindest den heterosexuellen Mann kann die kleine Nebensache stärker zum Kauf verführen, als wenn nur das Auto als solches beworben würde. Zu diesen Ergebnissen kommt ein amerikanisches Forscherteam, das die Gehirnaktivität junger Männer in einem Experiment zu Geldentscheidungen bei der Darbietung verschiedener Reize beobachtet hat.

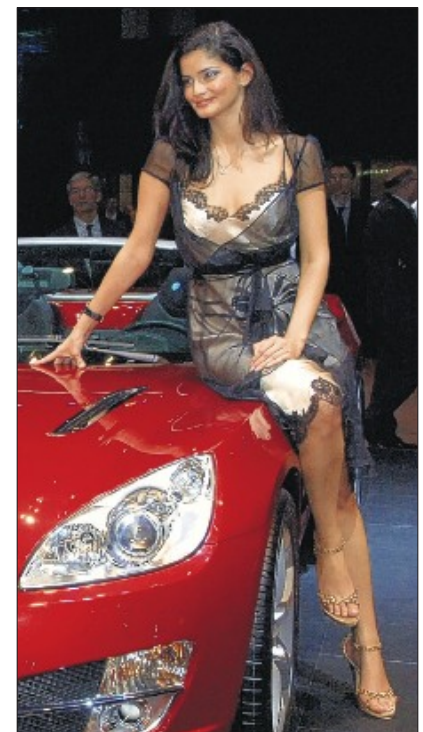
Wie die Forscher in der Fachzeitschrift «Neuro-Report» mitteilen, können positiv besetzte Reize, die mit ei-

nem Produkt nicht das Geringste zu tun haben, dennoch dazu führen, dass Männer auch risikoreiche finanzielle Entscheidungen treffen.

JE ZEHN DOLLAR bekamen männliche College-Studenten von dem Team um Brian Knutson von der Stanford University. Dann sollten sie Bilder positiven, negativen und neutralen Inhalts betrachten. Die positiven Bilder umfassten erotische Bilder von Frauen oder von Männern und Frauen, den negativen Kontrast dazu bildeten Abbildungen von Schlangen und Spinnen. Neutrale Bilder zeigten Büromaterialien. Nach dem Betrachten jedes Bildes sollten die Probanden entscheiden, ob sie in einem Glücksspiel mit einer Gewinnchance von 50 zu 50 ein

paar Dollar oder ein paar Cent zu verzocken bereit seien. Dabei wurde die Gehirnaktivität der Probanden mithilfe der Magnetresonanztomografie beobachtet.

Die entscheidende Gehirnregion ist der Nucleus accumbens. Er wird aktiviert, wenn das Individuum eine Belohnung erwartet. «Wir sahen, dass die Region des Nucleus accumbens beim Betrachten der erotischen Bilder deutlich stärker aktiviert wurde als bei den anderen Stimuli», erklärt Knutson. «Und zu dieser Aktivierung kam es auch, wenn sich jemand für risikoreiches Zocken entschied. Nachdem die Männer die erotischen Bilder gesehen hatten, entschieden sie sich häufiger als bei den anderen Bildern für das Hochrisiko-Spiel.»



FRAU AUF DER HAUBE Die Zauberformel funktioniert bei den Männern. ALEX SPICHALE