

Bonsai-Waffe

Ein Miniaturschwert mit einer Klinge aus Eisen und einem Griff aus Knochen haben Archäologen in der englischen Grafschaft North Yorkshire gefunden. Im Zuge von Bauarbeiten entlang einer Fernstraße konnten mehr als 50 Tonnen Sediment durchsucht werden. Die Forscher entdeckten über 177 000 Artefakte aus der Mittelsteinzeit, der Eisenzeit und der Römerzeit. Vermutlich war das Schwert eine Opfergabe.



Psychologie

„Die Welt neu aufbauen“

Joachim Wittkowski, 70, Psychologe und Seniorprofessor an der Universität Würzburg, hat an über 500 Trauernden untersucht, wie der schwere Verlust ihr Leben veränderte – und wie lange es dauerte, ihn zu bewältigen.

SPIEGEL: Viele Teilnehmer Ihrer Studie gaben an, durch den Prozess des Trauerns menschlich gewachsen zu sein. Was genau meinen die Betroffenen damit?

Wittkowski: Nach etwa drei Jahren, erklärten die Befragten, habe der Verlust sie rückblickend in ihrer persönlichen Entwicklung weitergebracht, sie seien innerlich stärker geworden. Langfristig nehmen Sensibilität, Anteilnahme und Toleranz für andere zu. Menschen, die selbst verwundet worden sind, haben demnach bessere Fähigkeiten, sich anderen helfend zu nähern.



Wittkowski

SPIEGEL: Man spricht gern vom Trauerjahr. Reicht dieser Zeitraum aus, um über einen schweren Verlust hinwegzukommen?

Wittkowski: Nein, bei Weitem nicht. Ohnehin halte ich die Idee, dass Trauer aufgearbeitet werden kann, für gefährlich. Wer sagt, dass das eine Arbeit sei, der verlangt damit auch, dass die irgendwann erledigt sein muss.

SPIEGEL: Wann wird die Trauer weniger?

Wittkowski: Generell kann man sagen, dass die Trauernden erst nach einigen Monaten realisieren, dass sie die Welt, die für sie zusammengebrochen ist, neu aufbauen müssen. Nach zwei bis drei Jahren ist häufig ein Zustand erreicht, den man mit der Zeit vor dem Ereignis vergleichen kann. Schwächere Trauerreaktionen können sogar lebenslang spürbar sein.

SPIEGEL: Gibt es zu wenig Verständnis für Trauer?

Wittkowski: Es existiert ein gesellschaftlicher Druck, rasch mit einem Verlust zurechtkommen zu müssen. Sogar

Glosse

Lob der Langeweile

Warum der geistige Leerlauf zu Unrecht einen schlechten Ruf hat

Als die amerikanische Schauspielerin Meryl Streep im Februar den Juryvorsitz der Berlinale antrat, wurde sie gefragt, was das Schlimmste wäre, was ihr während einer Sitzung zustoßen könnte. Ihre Antwort: „Ein Jurymitglied, das seine Langeweile ausstellt. Langeweile haben nur Langweiler, ich finde sie unerträglich.“

Streep, dreifache Oscargewinnerin und vierfache Mutter, ist eine kluge Frau. Nur: Haben wirklich nur Langweiler Langeweile?

In der Tat zeigen Studien: Wer chronisch gelangweilt ist, neigt eher zum Drogenkonsum oder zu Fressattacken. Alles Dinge, auf die man verzichten kann. Doch wahr ist auch: Während manche Menschen in der Struktur von Raufasertapeten verzückt die Umriss von Kontinenten erblicken, knispeln sich andere beim Blick auf eine leere Wand die Nägel blutig.

Das Problem beginnt also bei der Frage: Was ist Langeweile? Das quälende Empfinden von Ödnis im Hier und Jetzt? Oder der geistige Leerlauf, aus dem Großartiges entsteht?

Chateaubriand, Baudelaire: Die große Literatur im Frankreich des 19. Jahrhunderts wäre ohne Ennui nicht möglich gewesen. Ein Smartphone hätte da eher gestört.

Natürlich geht Langeweile auch eine Nummer kleiner. Wenn das Kind am Nachmittag die Frage stellt: „Was soll ich jetzt machen?“ Was antwortet man da?

Linda Caldwell, Professorin an der Penn State University, untersucht das Freizeitverhalten des Nachwuchses. Sie sagt: „Einer der Gründe, warum viele Kinder und Jugendliche nichts mit sich anzufangen wissen, ist paradoxerweise, dass sie sich noch nicht genug gelangweilt haben.“

Wer zu viel Entertainment geboten bekommt, lernt nicht, seine eigenen Interessen auszubilden. Und ist später womöglich nicht in der Lage zu erkennen, ob ein Kinofilm wirklich gut ist. Wehe, er gelangweilt dann Meryl Streep.

Kerstin Kullmann

Mail: kerstin.kullmann@spiegel.de



TOM BANKS / POLARIS / STUDIO X

Biologie

Evolution im Eiltempo

Am Beispiel der Stichlinge im Bodensee lässt sich beobachten, wie eine neue Art entstehen könnte: Die Fische besitzen die Gabe, sich rasch an neue Lebensräume anzupassen. Biologen der Universität Bern und des Wasserforschungsinstituts Eawag haben entdeckt, dass sich die Tiere inmitten des Sees genetisch von denen, die in den Zuflüssen leben, unterscheiden. Zu beobachten ist, dass die Seestichlinge, um sich gegen Räuber zu wehren, über längere Stacheln und breitere Knochenplatten verfügen – und das, obwohl sie zur Laichzeit in die Bäche zurückkehren. Der Autor der Studie, David Marques: „Es war völlig unerwartet, dass sich die Stichlinge in so kurzer Zeit auseinanderentwickeln, wenn sie sich doch zur gleichen Zeit und an denselben Orten paaren.“ Vorerst bezeichnen die Forscher die Tiere als neuen „Ökotyp“. kk



Stichling

A. HARTL / PICTURE ALLIANCE / BUCKWINKEL / DPA

Ärzte sagen ihren Patienten: „Jetzt kommen Sie schon ein halbes Jahr zu mir und sind immer noch depressiv!“

SPIEGEL: Wird Trauer zu oft mit Depression verwechselt?

Wittkowski: Ja. Die meisten Menschen trauern normal. Ihnen wird nur nicht genug Zeit gelassen. Trauer geht mit Niedergeschlagenheit einher. Viel zu schnell aber werden Menschen als behandlungsbedürftig eingestuft und bekommen sogar Antidepressiva verschrieben. Man muss Trauernden sagen: Habt Geduld mit euch. kk