



ANDERS HANDELN



„Mentaler Juckreiz“

DER WISSENSCHAFTSAUTOR CARL NAUGHTON HÄLT NEUGIER FÜR EINE UNTERSCHÄTZTE QUALITÄT.

SPIEGEL: Herr Naughton, warum interessiert Sie Neugier?

Naughton: Egal, ob Partnerbörse, Stelleninserat oder Innovationskampagne – Neugier wird überall gefordert. Nur haben wenige sie bisher untersucht. Beim Recherchieren fand ich überhaupt erst heraus, was sie alles kann: Wer neugierig ist, hat ein besseres Gedächtnis, lebt gesünder, ist kreativer.

SPIEGEL: Wieso kreativer?

Naughton: Neugierige sind per se offener für neue Ideen. Sie haben richtiggehend Lust auf Neues. Das Kopfklima ist nötig, um kreativ zu sein. Dazu kommt, dass Neugierige laut Studien gewissenhafter sind. Sie bleiben automatisch länger dran, wollen verstehen und durchdringen. Das ist nützlich fürs Umsetzen neuer Ideen – sei es in Beziehungen oder in der Firma.

SPIEGEL: Brauchen wir Neugier im Alltag?

Naughton: Interessanterweise wird „Neugier“ immer als Gegenpol zur „Routine“ genannt. Aber das ist ein Irrtum: Wenn neugierige Menschen es mit einfachen Aufgaben zu tun bekommen, entwickeln sie Strategien, um diese interessanter zu machen.

SPIEGEL: Wie kann man Neugier fördern?

Naughton: Es gibt unterschiedliche Arten von Neugier. Sie alle eint das unangenehme Gefühl, gerade eine Lücke im eigenen Wissen entdeckt zu haben. Dieser Zustand ist für das Gehirn quälend, wie ein mentaler Juckreiz. Erst die fehlende Information lindert das Leid. Wer so tickt, sollte ruhig immer wieder nach Wissenslücken suchen.

CARL NAUGHTON: „**Neugier. So schaffen Sie Lust auf Neues und Veränderung.**“ *Econ*; 296 Seiten; 19,99 Euro.

Schwarz und Weiß

VOM EIGENEN KOPF MATT GESETZT: DER SCHACHFILM „BAUERNOPFER“.

WENN BOBBY FISHER aufs Schachbrett blickt, sieht er 32 Figuren und Millionen von Möglichkeiten, wie das Spiel verlaufen könnte. Edward Zwicks Film „Bauernopfer“, der das Leben des amerikanischen Schachweltmeisters rekapituliert, spielt an der Grenze unseres Vorstellungsvermögens. Wie viele Varianten kann das menschliche Gehirn vorausberechnen, und wie kommt es plötzlich auf einen Zug, der auf den ersten Blick keinen Sinn ergibt, aber 20 Züge später zum Matt führt? Der Film, der am 28. April in deutschen Kinos startet, umkreist seinen Helden (Tobey Maguire) wie eine Blackbox, in der sich ein ebenso wirrer wie kreativer Geist verbirgt, die sich aber nie ganz öffnen lässt. Jenseits des Schachbretts neigte Fisher zu paranoiden Hirngespinnsten. Als er 1972 gegen den Russen Boris Spasski antrat, drohte er fast den Verstand zu verlieren, weil er sich ständig verfolgt fühlte. Allein die Konzentration auf das Spiel ermöglichte es Fisher offenbar, seine Vorstellungskraft unter Kontrolle zu bekommen. Er musste seine Kreativität extrem kanalisieren, um nicht ihr erstes Opfer zu sein.

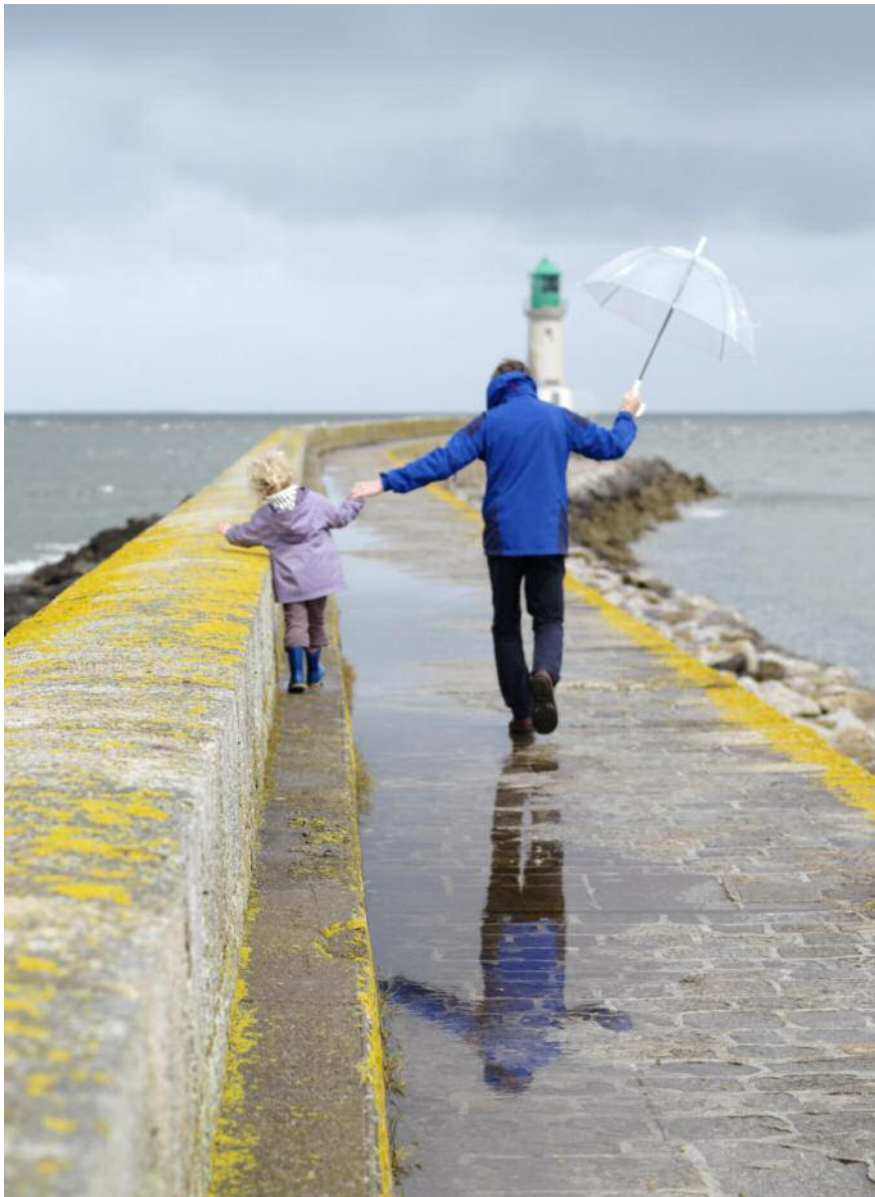
Schlau eingefädelt

WELCHE HOBBYS TUN GUT?

WENN ES STRESSIG WIRD, hilft der Griff zum Nähkorb: Denn Stricken, Sticken und Häkeln verbessern die Stimmung, machen wieder wach und frisch. Zu diesem Ergebnis kam die Psychologin Ann Futterman Collier von der



Northern Arizona University. Zusammen mit einer Kollegin befragte sie 435 handarbeitsaffine Frauen zu Freizeitaktivitäten, die für sie wichtig sind. Bei 69 Prozent der Versuchsteilnehmer war es ein kreatives Hobby, bei 31 Prozent eher Lesen oder Sport. In der Studie zeigte sich, dass kreative Tätigkeiten entspannen und beleben – bei Lesen oder Fitness ist der Effekt längst nicht so stark. Studienleiterin Futterman Collier freut das Ergebnis: Sie näht und strickt selbst gern.



NOA-MAR / PLANPICTURE, STEPHANIE TETU / PICTURETANK / AGENTUR FOCUS, ACHIM MULTHAUP / LAIF, ELLIOTT ERWITT / MAGNUM PHOTOS / AGENTUR FOCUS

Der schönste Moment

WIE MAN KREATIVITÄT MIT SEINEN KINDERN ÜBEN KANN.

VIELE ELTERN wünschen sich, dass ihr Nachwuchs Freude am Malen oder Musizieren entwickelt. Aber wie klappt das? Die US-Kreativitätstrainerin Julia Cameron rät davon ab, Kinder überehrgeizig in Kurse und Fördergruppen zu stecken. Statt dessen schlägt sie vor, kleine Veränderungen im Tagesablauf vorzunehmen:

1. Kurz vor dem Schlafengehen erzählen sich Kind und Erwachsener gegenseitig vom schönsten Moment des Tages – so bekommen die Eltern mit, was dem Kind wichtig ist, und können es aufgreifen.

2. Einmal in der Woche unternehmen Groß und Klein etwas zusammen, was beide schön finden: Museumsbesuch, Schwimmbad, Roboter basteln.

3. Eltern sollten sich eigene Kreativzeiten gönnen. Zum Beispiel mit der „Morgenseiten“-Technik – nach dem Aufstehen einfach drei Seiten Papier mit den Gedanken vollschreiben, die gerade auftauchen.

JULIA CAMERON: „*The Artist’s Way for Parents: Raising Creative Children*“. TarcherPerigee; 288 Seiten; 16,24 Euro.

„Mehr Fachleute für Sex“

UMFRAGE I: WO FEHLT ES IN UNSERER GESELLSCHAFT AN INNOVATION? EINE ANTWORT VON ANN-MARLENE HENNING, 51, SEXUALTHERAPEUTIN.

„**ICH MÖCHTE** in allen großen Universitäten Sexologie als Fach angeboten sehen. Heute ist Sexologie nicht mal ‚Nebenstrecke‘ der Medizin oder der Psychologie, sondern schlicht nicht vorhanden. Dabei leiden viele Menschen unter sexuellen Problemen: Viele Frauen können keinen Orgasmus bekommen, wünschen es sich aber sehr. Männer kommen jahrelang zu früh oder verlieren im Alter ihre ‚Stehfähigkeit‘. Alles Probleme, die meist einfache körperliche Ursachen haben oder auf fehlendem Wissen basieren. Es ist nicht immer ein Problem im Kopf. Die Probleme sind behandelbar! Allerdings fehlt es an Fachleuten. Gynäkologen, Urologen oder Hausärzte haben keine entsprechende Ausbildung. Wollen Sie von Ihrem Urologen den Sex lernen, den er gerade selber hat? Deshalb: Mehr Ausbildungen für Sex! Denn Sex macht das Leben schöner und länger.“



Ann-Marlene Henning

„Die einzig revolutionäre Kraft ist die Kraft der menschlichen Kreativität, die einzig revolutionäre Kraft ist die Kunst.“

JOSEPH BEUYS