



Sie sind die wahren Helden des Weltalls: Ein Loblied auf die Raumsonden

Seite 37

35



Etwas an andere weiterzugeben – hier Kampfkunst in einem Berliner Studio – weckt das Gefühl für den eigenen Wert

## Selbsterfüllende Gen-Prophezeiung

Wer einen Erbgut-Test macht, der sollte die Folgen bedenken

»Mit dem Wissen wächst der Zweifel«, hat Johann Wolfgang von Goethe einst geschrieben. Der Dichter konnte noch nichts von Gentests und Placeboeffekten ahnen – doch sein Aphorismus ist heute aktueller denn je. Überall werden Gentests angeboten: weil es medizinisch angezeigt erscheint; weil das Wissen um die genetische Abstammung lockt oder einfach weil man sich darüber informieren möchte, welchen Pfad das eigene Leben einschlagen wird. Bin ich vom Herzinfarkt bedroht oder von Alzheimer?

Doch die Tests haben offenbar versteckte psychische Kosten, wie eine Studie aus *Nature Human Behavior* zeigt. Psychologen vom Stanford Mind & Body Lab untersuchten die Auswirkungen von DNA-Tests auf 200 Probanden. Vordergründig ging es darum, welche Ernährung und sportliche Aktivität am besten zu den Genen der Teilnehmer passt.

Die Forscher prüften etwa, wie leistungsfähig die Testpersonen auf dem Laufband waren und wie schnell sich beim Essen ein Sättigungsgefühl einstellte. Außerdem führten sie DNA-Tests auf entsprechende Veranlagungen durch. Anschließend wurden die Kandidaten über ihre genetischen Risiken aufgeklärt – allerdings erfuhren sie nicht immer die Wahrheit (eine ethisch fragwürdige Versuchsanordnung, wie die Forscher zugaben). So bekam manch genetisch begünstigter fälschlicherweise gesagt, dass er gewisse körperliche Risiken in sich trage. Diese niederschmetternde Kunde hatte physische Folgen. »Der Effekt des gefühlten genetischen Risikos war mitunter größer als das echte genetische Risiko«, schreiben die Autoren. Im abschließenden Lauf- und Ausdauer-test brachen die Leistungen vieler der in die Irre geführten Probanden ein.

Das Phänomen ist im Prinzip bereits bekannt. Medikamente und medizinische Therapien können beim Patienten positive Wirkungen auslösen – selbst wenn kein echter Wirkstoff im Spiel ist. Es ist der Placeboeffekt, der sich nicht nur in der Psyche abspielt, sondern auch die Physis verändern kann. Der dunkle Bruder des Placebos ist das Nocebo: wenn der Patient glaubt, eine Therapie habe negative Auswirkungen und sie diese dann genau deswegen tatsächlich hat – unabhängig vom Wirkstoff. So wird manchem Patienten schlecht, wenn er nur die Angaben über die Nebenwirkungen auf dem Beipackzettel liest. Neu ist die Erkenntnis, dass auch ein harmloser Gentest als Nocebo wirken kann.

Placeboeffekte nimmt jeder Arzt gern mit. Über mögliche Noceboeffekte wird allenfalls bei unnötigen Brustkrebsuntersuchungen getuschelt. Aber kein Test ist harmlos, das Ergebnis setzt sich im Gehirn (und im Körper) des Getesteten fest. Deswegen zum Beispiel sollten Patienten mit Rückenschmerzen nicht unnötig in einen Tomografen geschoben werden.

Jetzt müssen Ärzte mit ins Kalkül einbeziehen, dass moderne Gen-Orakel unbeabsichtigt böse Kräfte in Geist und Körper des Patienten entfalten können – und sie müssen sich überlegen, wie die Botschaft am besten vermittelt wird. Aus gutem Grund gibt es humangenetische Beratungen. Und Laien seien vor der Anwendung von Online-Gentests gewarnt. Ein Gentest ist kein Spielzeug. Nutzen und Risiken wollen gut gegeneinander abgewogen sein.

Goethes Aphorismus ging übrigens noch ein Satz voraus: »Eigentlich weiß man nur, wenn man wenig weiß.« HARRO ALBRECHT

### HALBWISSEN

#### Zeigologie

Wenn das kein Fingerzeig ist! An der Universität Würzburg startet im Frühjahr des neuen Jahres ein von der Deutschen Forschungsgemeinschaft gefördertes Projekt mit virtueller Realität und allem Drum und Dran. Es geht darum, »die Entschlüsselung von Zeigegesten« zu ergründen, simpler gesagt: zu verstehen, wann Menschen einen Fingerzeig verstehen und wann nicht.

Sicher ist das ein wichtiger Beitrag im Kampf gegen die umfassende Missverständlichkeit der Welt. Aber ein anderer Gedanke bleibt doch eher hängen: Es gibt also eine Zeigeforschung? Steckt gar in der Ankündigung aus Würzburg der metaphorische Wink mit dem Zaunpfahl: Mensch, du Mehrdeutigkeitswesen, selbst so etwas Simples wie Zeigen erzeugt Analysebedarf? So scheint es. Sicher beantworten kann dies wohl nur die Zaunpfahlologie. STX

# Die Kraft der großen Sache

Manche suchen verzweifelt nach dem Sinn im Leben, anderen ist er schlicht egal, wie psychologische Studien zeigen. Doch was macht »Sinn« überhaupt aus, und in welchen Situationen erlebt man ihn? VON ULRICH SCHNABEL

Man kann das Leben natürlich einfach sinnlos finden. Kann sagen, dass wir uns die eigene Existenz immer nur schönreden, weil wir den Gedanken an unsere Sterblichkeit nicht ertragen. Und hätte damit eine Haltung formuliert, die logisch durchaus begründbar ist.

Bloß: Mit Logik ist der Frage nach dem Sinn nicht beizukommen. Ob es einen Sinn des Lebens gibt (und falls ja, welchen), ist kein Problem, das sich objektiv lösen ließe. Denn Sinn wird individuell erlebt, nicht intellektuell erfasst. Entweder unser Tun fühlt sich sinnvoll an – oder nicht. Wer sein Leben als sinnvoll erlebt, hat logisch ebenso »recht« wie jene, die ihres als sinnlos erachten.

Was sich allerdings objektiv festhalten lässt, ist die Tatsache, dass es vielen Menschen ähnlich geht wie der Autorin Antje Joel, die kürzlich in der ZEIT (Nr. 52/18) von ihrem Gefühl der Sinnlosigkeit erzählte. Immer habe sie darauf gewartet, dass endlich das Leben beginnen würde, bis sie »so eine Ahnung bekam: Viel mehr würde nicht passieren. Viel mehr ist nicht vorgesehen. Verflucht.«

Mit diesem Gefühl ist sie nicht allein. Rund ein Drittel der Bevölkerung vermag in seinem Dasein keinen tieferen Sinn zu entdecken, wie eine Untersuchung der Psychologin Tatjana Schnell zeigt. Besonders ausgeprägt ist die Ratlosigkeit unter jungen Menschen: Fast 50 Prozent von ihnen geben an, ihr Leben nicht als sinnvoll zu erfahren. Anders als Joel, die mit der Sinnlosigkeit zumindest ringt, sagen allerdings viele von ihnen, die Frage nach dem Sinn sei ihnen weitgehend egal.

»Existenziell indifferent« nennt Tatjana Schnell diese Gruppe von Menschen. Kennzeichnend für sie sei das Gefühl, wenig Kontrolle über das eigene Leben zu haben. Zugleich zeigten sie wenig Engagement, weder für ihre eigenen Belange noch für die der anderen. »Ihr Leben bleibt mehr an der Oberfläche«, sagt Schnell, »manche wissen gar nicht mehr, was Sinn überhaupt ist.«

Die Forscherin der Universität Innsbruck ist eine der wenigen, die dem modernen Sinnempfinden empirisch auf den Grund gehen. Dabei kommt sie zu dem Ergebnis, dass nur wenige wirklich unter der Sinnleere leiden – auch wenn deren Zahl steigt. Derzeit zeigen elf Prozent der Befragten Symptome einer echten »Sinnkrise« wie Depression,

Ängstlichkeit oder Suizidgedanken. Die meisten existenziell Indifferenten jedoch, sagt Schnell, lebten mehr oder minder vor sich hin, ohne sich über ihr Sinndefizit einen Kopf zu machen oder psychisch darunter zu leiden.

Dem hätte Viktor Frankl, der 1997 verstorbene Begründer der modernen Sinnforschung, vermutlich vehement widersprochen. Für den österreichischen Neurologen und Psychiater, der mehrere Jahre im Konzentrationslager zubringen musste, war die Sinnerfahrung von existenzieller Wichtigkeit. Im KZ etwa hätten nur jene überlebt, die sich einen Lebensinhalt bewahren konnten. Abgesehen davon habe die Sinnleere auch gesellschaftlich brisante Folgen: Wer im eigenen Leben ein »existenzielles Vakuum« spüre, schrieb Frankl, tue entweder, »was die anderen tun – und da haben wir den Konformismus –, oder aber er tut nur, was die anderen von ihm wollen, und da haben wir den Totalitarismus.«

Ähnlich argumentiert der heutige Leiter des Wiener Viktor-Frankl-Instituts, der Psychologe und Philosoph Alexander Batthyány. »Existenziell entwurzelte und verunsicherte Menschen sind politisch verführbarer«, sagt Batthyány. Für

ihn ist es kein Zufall, dass wir in einer Zeit »eines immer stärker um sich greifenden Resignationsgefühls zugleich ein erneutes Erstarken populistischer Protestbewegungen« erleben, »die mehr von Wut und Ablehnung als von Hoffnung und Aufbruch geprägt« seien. In dieser Wut komme auch der Frust darüber zum Ausdruck, dass viele ihr Leben als sinnentleert empfinden.

Die Frage ist nur: Wie findet man das wertvolle Gefühl eines persönlichen Sinns? Schließlich gibt es unendlich viele Möglichkeiten, darauf zu antworten. In ihrem Buch *Psychologie des Lebensinns* listet Tatjana Schnell 26 »sinngestaltende Lebensbedeutungen« in fünf verschiedenen »Sinndimensionen« auf. Diese reichen von den Sinnelementen Vernunft, Moral oder Tradition (Dimension »Ordnung«) über Liebe, Gemeinschaft und Fürsorge (Dimension »Wir und Wohlgefühl«) bis hin zu klassischen Sinngebern wie Religion, Spiritualität, Selbsterkenntnis oder Naturverbundenheit.

Als zentral erweist sich allerdings ein Begriff, der quer durch alle Befragungen und Dimensionen als einer der wichtigsten Sinngeber aufsteht: die

Fortsetzung auf S. 36

