

Verblüffende Studie aus den USA

Eine geballte rechte Faust hilft dem Gehirn beim Lernen

1 Wer Vokabeln lernen will, sollte vorher kurz die
2 rechte Hand zur Faust ballen. US-Forscher haben
3 herausgefunden, dass man sich Wörter besser merken
4 kann, wenn man beim Lernen die rechte Faust ballt.
5 Die linke Faust dagegen hilft dabei, Informationen aus
6 dem Kurzzeitgedächtnis abzurufen.

7 Das berichten US-amerikanische Psychologen im
8 Online-Fachjournal „PLOS ONE“. Der Grund für die
9 Wirkung der Fäuste sei möglicherweise die Anregung
10 der verschiedenen Gehirnhälften vor der Merkaufgabe.

11 Das Team um Ruth Propper von der Universität
12 in Montclair bat 51 rechtshändige Versuchspersonen,
13 gar nicht oder zweimal kurz hintereinander mit der-
14 selben Hand für 45 Sekunden einen kleinen Gummi-
15 ball zu drücken und sich dabei auf ein X auf einem
16 Bildschirm zu konzentrieren. Anschließend sollten
17 Probanden beider Versuchsgruppen versuchen, sich
18 die 72 Wörter zu merken, die auf dem Bildschirm vor
19 ihnen erschienen. Zuletzt sollten sie so viele Wörter
20 wie möglich wiedergeben.

21 Dabei schnitten die Probanden am besten ab, die
22 beim Lernen mit rechts, beim Abrufen der Information



23 aus ihrem Kurzzeitgedächtnis dagegen mit links
24 gedrückt hatten. »Die Ergebnisse deuten darauf hin,
25 dass einfache Bewegungen das Gedächtnis verbessern
26 können. Das verändert zeitweise die Gehirnaktivität«,
27 kommentiert Propper.

28 Trotz der geringen Zahl der Versuchspersonen
29 sind die Ergebnisse nach Auskunft der Forscher
30 statistisch signifikant.

(Focus, 24.04.2013)

Erstaunlicher Effekt

Neue Studie: Schokolade hilft beim Abnehmen

1 Schokolade macht nicht dick, sondern schlank. Zu
2 diesem Ergebnis jedenfalls kommt eine Studie des
3 Institute of Diet and Health aus Mainz, das sich selbst
4 als gesundheitswissenschaftlicher Non-Profit-Think
5 Tank beschreibt.

6 Die 15 Studienteilnehmer wurden in der Studie
7 in verschiedene Gruppen aufgeteilt. Alle ernährten
8 sich kalorienarm, aber eine Gruppe aß zusätzlich 42
9 Gramm Bitterschokolade am Tag. Das erstaunliche
10 Ergebnis dieser Schokoladengruppe fasst das Institut
11 so zusammen: »Bei den Teilnehmern dieser Gruppe
12 setzte die Gewichtsreduktion zwar mit einer kurzen
13 Verzögerung ein, doch schon bald nahmen sie deutlich
14 schneller ab und konnten wichtige Blutparameter,
15 insbesondere das Cholesterin entschieden verbessern.«

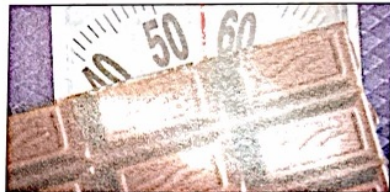
16 Zudem werde der Jo-Jo-Effekt minimiert. Die
17 Teilnehmer dieser Gruppe nahmen den Angaben

18 zufolge auch dann
19 noch weiter ab,
20 als die anderen
21 Gruppen schon
22 wieder zunah-
23 men. Die Studie
24 wurde in dem

25 Fachblatt für medizinische Studien

26 »International Archives of Medicine« veröffentlicht.
27 Die Forscher vermuteten, dass bestimmte Inhaltsstoffe
28 den Stoffwechsel beeinflussen.

29 Das heißt aber nicht, dass viel Schokolade beson-
30 ders schlank macht. Die Forscher sprechen in der Regel
31 von hochwertiger dunkler Schokolade, die in Maßen
32 genossen wird. So hatte die Schokolade der Mainzer
33 Studie einen sehr hohen Kakaoanteil von 81 Prozent.
(Focus, 28.03.2015)



Reichtum macht unmoralisch

1 Den Eindruck, Fahrer von teuren Autos seien
2 rücksichtsloser, hat eine US-Studie wissenschaftlich
3 bestätigt. Und noch mehr: Vermögende Menschen
4 lügen und schummeln mehr als ärmere. Das Team
5 um Wissenschaftler Paul Piff von der Universität
6 Kalifornien überprüfte seine These in verschiedenen
7 Experimenten. Zunächst stellten sie die Frage: Welche
8 sozialen Klassen verhalten sich eher unmoralisch – die
9 oberen oder die unteren? Dazu beobachteten sie den
10 Straßenverkehr einer viel befahrenen Kreuzung und
11 notierten, ob und welche Autos anderen die Vorfahrt
12 nahmen.

13 Das Ergebnis: Menschen mit offensichtlich
14 teureren Autos verhalten sich im Straßenverkehr öfter
15 unfair: An einer Kreuzung beachteten sie häufiger
16 die Vorfahrt nicht und bremsten weniger oft für
17 Fußgänger, die an einem Zebrastreifen warteten.

18 In weiteren Experimenten zeigte sich, dass
19 reichere Versuchsteilnehmer eher logen oder mogelten.
20 Sie wollten z. B. etwas essen ohne zu bezahlen oder
21 sagten einer Verkäuferin an der Kasse nicht, dass sie zu
22 viel Geld herausgegeben hatte.

23 Angehörige der Unterschicht betrogen nur, wenn
24 sie damit jemand anderem und nicht sich selbst einen



25 Vorteil verschaffen konnten. Wenn es um den Vorteil
26 einer anderen Person ging, waren Reiche wieder
27 »moralisch« und hielten sich an die Regeln.

28 Aber warum verhalten sich Besserverdiener so?
29 Piff und seine Mitarbeiter kamen zu dem Schluss,
30 dass sie Gier, eine in der Regel negativ bewertete
31 Eigenschaft, positiver bewerten und deswegen öfter
32 unmoralisch handeln. Darüber hinaus hätten Reiche
33 ein starkes Gefühl für Macht und tendierten dazu,
34 eigene Interessen rücksichtslos durchzusetzen.

(Focus, 18.05.2015)

1

Text 1

1. Welche Wirkung hat es, wenn man die Fäuste ballt?

rechte Faust

linke Faust

2. Was machten die Versuchspersonen, die Wörter besser lernen konnten?

a)

b)

c)

d)

3. Wodurch kann das Gedächtnis verbessert werden?

Text 2

4. Was bewirkten die 42 Gramm Schokolade?

a)

b)

5. Welche Schokolade sollte man essen, um abzunehmen?

Text 3

6. Welche Thesen stellten die Forscher auf?

These 1

These 2

7. Wie verhalten sich Menschen ...

a) ... mit teuren Autos

1.

2.

b) ... mit viel Geld?

1.

2.

c) ... aus der Unterschicht?

8. Welche Ursachen für das Verhalten der Reichen vermuten die Wissenschaftler?

1.

2.