

PSYCHOLOGIE: Kritzeln fördert die Konzentration

Hamburg, 26. April 2009 – Wer bei eintönigen Tätigkeiten und in langwierigen Sitzungen vor sich hin malt, ist keinesfalls unaufmerksam. Im Gegenteil: Mit Krakeleien („doodles“) lässt sich die Konzentration verbessern. Das berichtet das Magazin GEO in seiner Mai-Ausgabe.

Die Psychologin Jackie Andrade von der britischen Universität Plymouth ließ 40 Probanden eine Bandnachricht anhören. Eine besonders monotone Stimme gab – neben zahlreichen weiteren Informationen – acht Personen bekannt, die zu einer Party kommen würden. Die Hälfte der Versuchspersonen erhielt zudem ein Blatt mit einfachen Figuren zum Ausmalen. Als die Teilnehmer anschließend einem Gedächtnistest unterzogen wurden, zeigten sich deutliche Unterschiede: Die „Doodler“ konnten sich an 29 Prozent mehr Details erinnern.

Die Forscherin vermutet, dass Kritzeln Menschen wacher hält, die sonst in Tagträume abdriften würden. Denn diese Fantasien beanspruchen viel Gehirnleistung, während Krizeleien kaum von der eigentlichen Sache ablenken. Andrade will nun prüfen, ob sich mit „Doodles“ zum Beispiel auch Hungergefühle überspielen lassen. Möglicherweise der erste Schritt zu einer „Kritzeln-Diät“.

Die aktuelle GEO-Ausgabe umfasst 164 Seiten, kostet 6,30 Euro und ist ab sofort im Handel erhältlich.

Unter www.geo.de/presse-download finden Sie das aktuelle Heftcover zum Download.

Für Rückfragen:

Maike Pelikan
GEO Marktkommunikation
20444 Hamburg
Telefon +49 (0) 40 / 37 03 - 21 57
Telefax +49 (0) 40 / 37 03 - 56 83
E-Mail pelikan.maike@geo.de
Internet www.geo.de