



20. November 2014
71/14

P r e s s e d i e n s t

Teilnehmer für Studie gesucht:

Wie flexibel ist das Gehirn?

Die Arbeitsgruppe Biologische Psychologie und Neuropsychologie unter der Leitung von Prof. Brigitte Röder hat eine neue Studie zum Thema Neuroplastizität ins Leben gerufen. Die Wissenschaftler/innen wollen herausfinden, wie flexibel das Gehirn bei Erwachsenen ist. In dem Kooperationsprojekt mit dem Institut für Bewegungswissenschaft soll erforscht werden, ob ein Gleichgewichtstraining und das Erlernen von muskulären Entspannungstechniken Veränderungen neuronaler Strukturen hervorrufen und die geistige Leistungsfähigkeit fördern können.

Unter dem Stichwort „Bewegung fürs Gehirn“ werden ab sofort Interessierte gesucht, die an dieser Studie teilnehmen möchten. Informationen unter: www.t1p.de/studienteilnehmer

Fragen zur Studie beantwortet Dipl.-Psych. Ann-Kathrin Rogge:

Tel.: 040 42838-4345 (Mo-Fr, 9-18 Uhr), E-Mail: bewegung.gehirn@uni-hamburg.de

Teilnehmen können gesunde Erwachsene im Alter von 18-65 Jahren, die in den letzten 5 Jahren kein intensives Balance- oder Muskelentspannungstraining ausgeübt haben. Das dreimonatige Training findet zweimal wöchentlich in den Abendstunden im Sportpark der Universität Hamburg statt und ist kostenlos. Der Zeitaufwand für Vor- und Nachuntersuchungen (insgesamt 2 x ca. 5 Stunden) wird vergütet.

Das menschliche Gehirn ist ein hochkomplexes System. Es kann sich ständig und zeitlebens an die Umweltbedingungen anpassen. Alles, was wir lernen und intensiv üben, hinterlässt Spuren im Gehirn: Nervenzellen, die Verbindungen zwischen einzelnen Zellen oder die Vernetzung verschiedener Hirnstrukturen verändern sich dabei. Studien mit Tieren und Menschen haben gezeigt, dass Bewegung oder das Erlernen neuer Fähigkeiten und Fertigkeiten einen positiven Einfluss auf diese Prozesse haben. Das Lernen neuer Bewegungsmuster fördert zahlreiche Anpassungen auf zellulärer, molekularer und neurochemischer Ebene, die ideale Bedingungen für neues Lernen und verbesserte geistige Leistungen schaffen. Wenn wir also neue Fertigkeiten gezielt erlernen und üben, können wir dann die Anpassungsfähigkeit unseres Gehirns beeinflussen und sogar unsere geistige Leistungsfähigkeit steigern?

Für Rückfragen:

Dipl.-Psych. Ann-Kathrin Rogge

Institut für Psychologie/ Biologische Psychologie und Neuropsychologie

Tel.: 040 42838-4345

E-Mail: ann-kathrin.rogge@uni-hamburg.de