

Serienhelden sehen dich an

Warum schauen wir so gerne TV-Serien? Sie vermitteln uns Geborgenheit: Die Figuren sind uns vertraut wie alte Freunde, und ihre in Intervallen präsentierten Abenteuer strukturieren unseren Alltag. Dabei bemerken wir gar nicht, wie sich die Erzählmuster dieser Geschichten im Lauf der Jahre verändert haben – und wir uns in ständiger Rückkopplung mit dem Medium selbst verändern

■ FRANK KELLETER

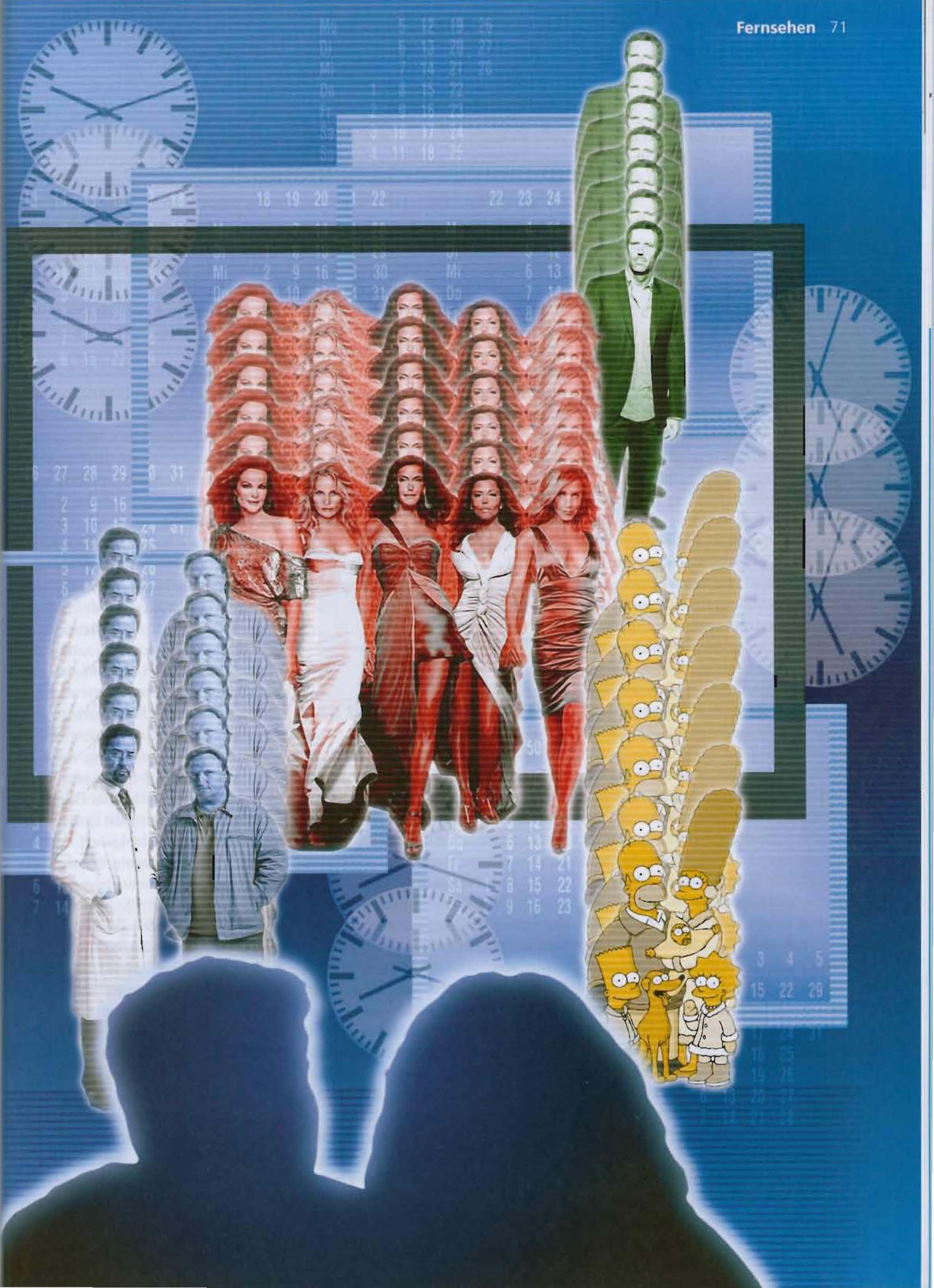
In Bildungsschichten gehört es weiterhin zum guten Ton, keinen Fernseher zu besitzen – oder nur für bestimmte Zwecke. Statt sich vom hypnotischen Flimmern des Apparates Erinnerung und Zeit stehlen zu lassen, solle man lieber gezielt ein Buch lesen. Tatsächlich ist Fernsehen ein besonderes Medium: Es vermittelt Formen des Eingebundenseins, die sich von denen des Bücherlesens mit seiner hochgradig individuellen Imaginationsarbeit unterscheiden. Selbst wenn man in den eigenen vier Wänden ohne Gesellschaft in die „Glötze“ starrt, weiß man, dass Millionen Menschen zur selben Zeit das Gleiche tun. Es ist schwer, sich mit diesem Medium allein zu fühlen. Entsprechend oft wird es genutzt, um Stille zu füllen oder eine vertraute Hintergrundatmosphäre zu schaffen. Man kann das leicht als unecht kritisieren, aber das gälte dann auch für andere Geborgenheitsstrategien in unseren Wohnungen und Köpfen.

Fernsehen ist, in einem Wort, das Medium unseres Alltags: ein „Lebensmittel“ (Udo Göttlich) der Moderne. Es bringt uns Zuverlässigkeit, wo diese nicht ohne weiteres zu haben ist. Der Reiz von *Tatort* wie auch *Tagesschau* liegt nicht einfach im Inhalt der Geschichten und Nachrichten, die uns diese Programme in die Wohnzimmer senden. Der Reiz liegt im Vorhandensein eines Programms überhaupt, in der Vorhersehbarkeit, mit der neue Geschichten und Nachrichten regelmäßig wiederkehren. Zu einem festen Orientierungspunkt im Wochengeschehen wird der Krimi erst, wenn er jeden Sonntag zur selben Zeit stattfindet. Auf diese Weise hilft das Fernsehen, unseren Lebensrhythmus zu strukturieren, vor allem dort, wo die Routinen des Arbeitslebens nicht mehr greifen. Kurz gefasst: Ein Hauptreiz des Mediums liegt in der Serialität des Angebots.

Erzählforscher wissen von der Befriedigung, die ein runder Abschluss ver-

schaft: Der Mörder wird gefasst, die Liebenden heiraten, der Patient wird geheilt, die Revolution bringt eine glückliche Gesellschaft. Wo Geschichten sich selbst zu Ende führen, zeigen sie uns, dass die Welt in Ordnung gebracht werden kann.

Das ist aber nur ein Teil dessen, was Geschichten für uns leisten. Der andere Teil, scheinbar entgegengesetzt, hat mit der Ungewissheit über den Ausgang eines laufenden Geschehens zu tun, mit dem Aufschub eines endgültigen Endes, dem Versprechen auf ewige Erneuerung. Seitdem Menschen sich Geschichten erzählen, tun sie das in Fortsetzungen. So gar abgeschlossene Erzählungen drängen darauf, sich weiterzuführen und zu vermehren: Ist das Verbrechen auch aufgeklärt und Gerechtigkeit wiederhergestellt, so lauert eine weitere Untat doch schon hinter der nächsten Ecke. Sherlock Holmes, der vielleicht erste Serienheld der modernen Medienwelt, wurde nicht mit fast übernatürlichem Scharf-



sinn ausgestattet, um nur einen einzigen Fall zu lösen und dann anderen Beschäftigungen nachzugehen. Denn was wären ein Kommissar Thiel und sein Rechtsmediziner Boerne, was wäre ein Dr. House, wenn sie bloß einmal im Leben einen Schurken zur Strecke bringen oder nur eine einzige Krankheit heilen würden? Sie wären nicht dieselben. Wir genießen diese Figuren ausdrücklich als Serienfiguren, die uns immer wieder aufs Neue mit den immer gleichen Eigenschaften begegnen.

Das mag erklären, weshalb frühe Detektivgeschichten (und aktuelle Superheldencomics) den Gegenspieler des Helden gern als dessen heimlichen Doppelgänger präsentieren. In solchen Figurenkonstellationen zeigt sich etwas vom Wissen serieller Formen um ihre eigenen Regeln und Bedingungen: So wie jedes Rätsel eine Lösung fordert, so fordert jede Lösung ein weiteres Rätsel. Der Held verlangt nach einem passenden Bösewicht wie eine Serienfolge nach der nächsten. Und war es nicht immer so? Auf die Sintflut folgt eine neue sündenhafte Welt, auf den Erlöser ein weiterer Prophet, auf einen Liebesroman der nächste.

Klassischerweise werden die beiden Grundimpulse des Erzählens – die Befriedigung eines Abschlusses und der Reiz der Erneuerung – durch Spannung ausbalanciert: Erregung wird aufgebaut, um wieder abgebaut zu werden. Wer diesen Sachverhalt nur mit Blick auf abgeschlossene Einzelgeschichten betrachtet (so wie es uns die traditionelle Literaturwissenschaft mit ihrer Konzentration auf *Werke* gelehrt hat), verliert mitunter aus den Augen, dass die Spannungskurve nach dem Ende einer Erzählung wieder ansteigt: Was mag wohl im nächsten Buch stehen? Was in einem anderen Krankenhausfilm anders ablaufen? Wie kein zweites Medium hat das Fernsehen dazu beigetragen, diesen Reigen seriellen Neuerzählens zu differenzieren. Der Kulturwissenschaftler Raymond Williams behauptete deshalb schon 1974, dass das Fernsehen weniger durch seine In-

halte als durch deren *flow* gekennzeichnet sei. Wer die Funktion des Fernsehens in modernen Gesellschaften begreifen wolle, so Williams, der müsse sich Fernsehen nicht als eine Aneinanderreihung von Einzelangeboten vorstellen, sondern als einen prinzipiell endlosen Strom von Bildern und Geschichten, der durch die Grenzen einzelner Programme vielleicht segmentiert, nicht aber wirklich unterbrochen werde. Die Idee der *Fortsetzung* gehört demnach zur medialen Grundausstattung des Fernsehens: TV-Schauhen heißt Weiter-Schauen.



Für das Geschichtenerzählen ist das vorteilhaft. Die unterschiedlichsten Fortsetzungsformen sind hier denkbar: Es gibt Geschichten mit gleichbleibenden Figuren, die in ähnlichen Situationen immer neue Abenteuer erleben; es gibt episodenhafte Erzählungen, die durch dramatische *cliffhanger* miteinander verbunden sind; es gibt komplizierteste Verzweigungen einer einzigen Geschichte in zahllosen Folgen. Das Fernsehen hat in seiner verhältnismäßig kurzen Historie mit erstaunlich vielen solcher Fortsetzungsarten experimentiert und die erfolgreichsten in Programmformaten wie Sitcom, Soap-Opera, Miniserie (Mehrteiler) oder Nachrichtensendung perfektioniert.

Für den Erfolg derartiger Kettengeschichten spielt ihre Einbindung in den Alltag eine große Rolle: Neue Aufregungen ereilen uns in regelmäßiger Tak-

tung und bekannten Erzählformen. Die Verlässlichkeit, mit der Neues zu Bekanntem wird, bringt ein Stück Ordnung in den Ablauf der Tageszeiten und schafft „imaginäre Gemeinschaftlichkeit“ (Benedict Anderson). Historisch zeigt sich die Fernsehunterhaltung damit als Variante zweier älterer Formen der seriellen Intervention in unser Selbstbild: der wöchentlichen Predigt und der therapeutischen Sitzung. Wo die Predigt aber durch wiederholte Ansprache Glauben festigt und die regelmäßige Therapiesitzung auf kohärentes Handeln und Stärkung selbstbewusster Identität abzielt, da arbeitet das serielle Fernsehen an der Sicherung einer anderen, nicht minder unwahrscheinlichen Lebenshaltung: Vertrautheit.

Die tagtägliche Konfrontation mit Fernsehfiguren, realen wie fiktiven, ist wie ein Wiedersehen mit alten Bekannten. Kein Wunder, dass es von Serienzuschauern oft heißt, sie glaubten, mehr Freunde zu besitzen, als sie tatsächlich haben. Umgekehrt kann uns das Verschwinden einer Fernsehfigur aus dem alltäglichen Geschichtenreigen so hart treffen wie der Tod eines nahestehenden Bekannten. Die Verwandlung von Special Agent Dale Cooper in einen bösrätigen Dämon in der letzten Folge von *Twin Peaks* erschütterte die Fans der Serie nachhaltig; das unklare Ende der Hauptfigur der *Sopranos* versetzte die amerikanische Fernsehnation auf Wochen hin in Aufruhr. Kollektive Trauerarbeit war in beiden Fällen zu beobachten. Fernsehsoziologen sprechen in solchen Fällen von „parasozialen Kontakten“: der emotionalen Bindung an Personen, die wir gar nicht kennen, ja die nicht einmal existieren müssen und dennoch fester Bestandteil unserer alltäglichen Lebenswirklichkeit sind.

In den Konjunkturen der Fernsehgattungen spiegeln sich somit immer auch die sozialen Verhältnisse. Wer die herrschenden emotionalen Strukturen einer Gesellschaft begreifen möchte, tut gut daran, sich ihre Fernsehserien anzuschauen. So spielten Sitcoms in den

Tägliches Wiedersehen mit „alten Bekannten“.

Serienzuschauer glauben, mehr Freunde zu besitzen, als sie tatsächlich haben

1950er Jahren bevorzugt in häuslicher Umgebung (*I Love Lucy* oder *Die Familie Hesselbach*), bis Serien wie *Ein Herz und eine Seele* oder *Eine schrecklich nette Familie* neue, weniger idealisierte Familienbilder popularisierten. Seit den 1980er Jahren hat sich das Sitcom-Format dann mit Serien wie *Seinfeld*, *Friends* oder *Sex and the City* verstärkt auf Freundesgruppen konzentriert: Resultat auch der zunehmenden Bedeutung individueller Lebensmodelle.

Natürlich liefern diese Fernsehfiktionen kein naturgetreues Abbild sozialer Wirklichkeit. Dennoch verraten sie uns, welche Konventionen einer Gesellschaft zur Verfügung stehen, um sich von der eigenen Wirklichkeit zu erzählen. Der Schauplatz „Familie“ beispielsweise spielt trotz seines schrittweisen Rückzugs aus Sitcoms eine weiterhin wichtige Rolle in Soap-Operas. Die spezifischen Regeln und Möglichkeiten des Soap-Formats, etwa in erfolgreichen Programmen wie *Lindenstraße*, dürften somit nicht unbeachtet sein, wenn Zuschauer auch ihre eigene Familienwirklichkeit wahrnehmen und in Szene setzen.

Regelmäßige Medienangebote steuern unsere Wahrnehmung und bilden die Welt nicht einfach ab. Das gilt in gleicher Weise für fiktionale wie dokumentarische Sendungen. „Jeden Morgen und jeden Abend senkt sich unausweichlich das Netz der Nachrichten auf die Erde nieder und legt fest, was gewesen ist und was man zu gewärtigen hat“, schrieb der Soziologe Niklas Luhmann. Das Fernsehen, heißt das, ist mit seinen Unterhaltungs- und Informationsprogrammen handgreiflich daran beteiligt, was wir von der Welt kennen – und wie wir das tun. Das Fernsehen stellt uns, zusammen mit anderen Medien, Erzählformen zur Verfügung, die uns überhaupt erst ein Verständnis davon ermöglichen, was real sei.

Der gängige Spruch, dass etwas nicht stattgefunden habe, wenn es nicht in den Medien auftaucht, hat somit auch umgekehrt Berechtigung: Was stattfindet – was als wirklich anerkannt wird –, tut dies immer auch dank der Medien. Lobt man also eine Fernsehserie wegen ihres Realismus, so sollte man nicht vergessen, dass die gefühlte Übereinstimmung zwischen Erzählung und Wirklichkeit ihrerseits eine Vorgeschichte hat: Die echten Gangster und Cops, die sich in der fiktiven Welt einer Serie wie *The Wire* wiedererkennen, tun das auch deshalb, weil sie sich im echten Leben genau solche Gangster- und Copshows anschauen (was wiederum auf ihre erfundenen Abbilder in *The Wire* nicht zutrifft, die merkwürdigerweise ganz ohne Fernsehsendungen durchs Leben laufen; das Medium muss sich gewissermaßen unsichtbar machen, um seinen Realitäreffekt aufrechtzuerhalten). So nutzt es wenig, das „echte Leben“ und seine alltäglichen Bewohner zu befragen, um zu entscheiden, ob Filme wie die *Godfather*-Trilogie ein authentisches Bild vom Mafialeben zeichnen oder ob echte Mafiosi genau deshalb so reden wie in Kino und Fernsehen, weil sie die drei *Godfather*-Filme gesehen haben.

Aber ist das nicht alles bloß Unterhaltung? Vor allem in Deutschland haben wir uns daran gewöhnt, eine strikte Trennungslinie zwischen Hoch- und Massenkultur zu ziehen. Fortsetzungsgeschichten stehen hierzulande wegen ihrer unvermeidlichen Nähe zu industriellen Produktionsformen fast zwangsläufig unter Ideologieverdacht. Die deutsche Literaturwissenschaft etwa untersuchte Serien für lange Zeit allenfalls unter dem abfälligen Label der „Trivialliteratur“; heute spricht man leicht neutraler von „Schemaliteratur“. In Wirklichkeit stehen Serien, und kommerzielle ohnehin, vor einem der schwierigsten



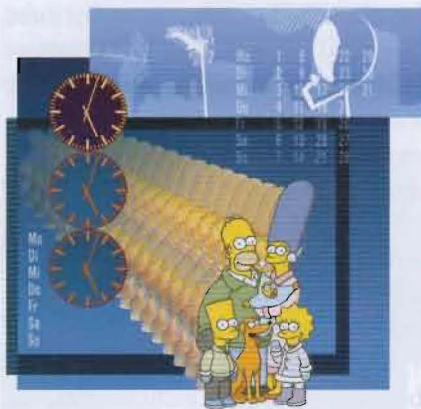
Probleme des Erzählens überhaupt: Wie kann man dieselbe Geschichte noch einmal, aber neu erzählen? Serien müssen zwei eigentlich entgegengesetzte narrative Anforderungen miteinander verbinden: Überraschung und Wiedererkennbarkeit. Und das immer wieder. Es geht um ein Paradox: um die konstante Erneuerung von Reproduktion. Wie Serien das erreichen und was sie damit bewirken, ist noch wenig erforscht. So viel aber scheint klar: Anders als der eingübte Forscherblick auf Wiederholung und Schemata nahelegt, entwickeln Serien ausgesprochen komplexe Erzählstrukturen.

Allein schon aufgrund ihres gegenseitigen Wettbewerbs sind sie zur ständigen Innovation gezwungen. Das kann durch relativ simple Methoden wie die Erweiterung der Figurenzahl geschehen (in Soap-Operas üblich: Ein verschollener Bruder taucht auf, eine alte Liebe kehrt zurück...). Doch schon die Entscheidung, alle möglichen Figurenkonstellationen auch tatsächlich durchzuspielen, führt bei lang laufenden Serien zu ungemein dichten Beziehungsnetzen, die für Gelegenheitszuschauer kaum noch zu durchschauen sind. Wer zum ersten Mal bei einer laufenden Soap einschaltet, versteht zunächst einmal gar nichts. Die Figurenbeziehungen, über

Jahre, manchmal Jahrzehnte hinweg entwickelt, sind voraussetzungsreicher als bei jedem Roman. Auch weniger figurenbezogene Formate kennen dieses Phänomen: Schon ab der dritten oder vierten Folge müssen Serienerzählungen deutlich mehr narrative Information organisieren als Einzelwerke. Dem Publikum wird dabei einiges abverlangt. Eine der erfolgreichsten deutschen Heftromanserien, *Perry Rhodan*, läuft seit fünfzig Jahren und hat in dieser Zeit mehr als 2500 Folgen und mehrere Ableger in unterschiedlichen Medien hervorgebracht. In Anbetracht solch umfangreicher Gebilde sprechen Erzählforscher nicht ohne Grund von „narrativen Universen“. Wer Überblick über ein solches Universum erlangen und behalten möchte, muss langjährige Konzentration und ein gehöriges Maß an Hingabe aufbringen.

Serien fordern somit in besonderer Weise die Beteiligung ihrer Rezipienten heraus. Ein grundlegender Strukturunterschied zwischen dem Lesen eines abgeschlossenen Buches (oder dem Anschauen eines abgeschlossenen Films) und der Lektüre einer Fortsetzungsgeschichte besteht in der Möglichkeit direkter Rückkopplung zwischen laufender Erzählung und laufender Rezeption. Da Fernsehserien ständig weiterproduziert werden, während die bereits abgedrehten Folgen ausgestrahlt werden, da Produktion und Konsum sich also überlappen, hat es ein Serienpublikum sehr viel leichter als ein Werkpublikum, auf den weiteren Gang des Geschehens Einfluss zu nehmen. Und diese Möglichkeiten der Einflussnahme werden genutzt! Die Geschichte seriellen Erzählens ist reich an Beispielen dafür, wie Leserbriefe und Amateurproduktionen zur Weiterentwicklung narrativer Universen oder ganzer Formate, etwa im Internet, beitragen. Der Medienwissenschaftler Henry Jenkins spricht in diesem Zusammenhang von einer „Kultur der Teilhabe“ (*participatory culture*). Nicht einzelne Autoren sind demnach für Serien entscheidend, sondern der arbeitsteilige

Produktionsprozess selbst, der aktive Rezipienten einschließt. Wer sich ein Bild von der enormen Vernetzungsoffenheit der heutigen Serienkultur machen möchte – und davon, wie solch wuchernde Erzähluniversen die traditionelle Unterscheidung zwischen Autor und Leser ins Wanken bringen –, der muss nur einen Blick auf Youtube oder Facebook werfen.



Serien vervielfältigen sich selbst. Auf den ersten *Harry Potter* folgt eben nicht nur der zweite *Harry Potter*, sondern eine Vielzahl konkurrierender Zaubererien für alle Altersgruppen. Diese Tendenz kommerzieller Serien zur Serialisierung ihrer selbst ist seit langem ein Motor kulturgeschichtlicher Entwicklungen. Ein Grundmerkmal der modernen Populärkultur ist ihr Hang, aus sich heraus immer weitere Fortsetzungen, Spin-offs, Revisionen oder Subgenres auszubilden.

Der gesellschaftliche Raum entwickelt sich entsprechend. Soziologen beobachten in westlichen Gesellschaften seit geraumer Zeit die Auflösung des alten Klassenschemas zugunsten einer Auffächerung expressiver Lebensstile. Die Funktion serieller Erzählungen in diesem Prozess ist noch wenig untersucht, wird aber zunehmend deutlich. Offenbar unterstützt die Neigung populärer Kultur zur Spartenbildung einen umfassenderen Modernisierungsprozess. Dieser bringt kulturelle Zugänge nicht nur für immer mehr Menschen, sondern auch zu immer mehr Erfahrungsmög-

lichkeiten hervor, die immer feiner auf die speziellen Bedürfnisse unterschiedlichster Lebensstile abgestimmt sind. Irgendwann kann dann jeder Science-Fiction-Liebhaber zwischen mehreren Varianten seines Lieblingsgenres unterscheiden und auswählen.

Solche Überlegungen haben den amerikanischen Publizisten Steve Johnson zu der provokanten Behauptung veranlasst, die heutige Massenkultur mit ihren interaktiven Computerspielen fördere soziale und sogar kognitive Kompetenzen besser, als es lineare Tätigkeiten wie das Bücherlesen tun (Titel seines Buches: *Everything bad is good for you*). Man muss den utopischen Grundton solcher Thesen nicht teilen, darf sich auch durchaus fragen, welche kulturellen Kompetenzen durch Vernetzung verlorengehen. Doch letztlich spricht vieles dafür, dass Erzählungen auch auf Rezeptionsseite an Komplexität gewinnen, wenn sie in Serie gehen.

Mehr noch: Die Komplexität des Gesamtformats „Serie“ nimmt historisch gesehen zu. Mittlerweile hat das auch das deutsche Feuilleton bemerkt; kaum eine Tageszeitung versäumte in den letzten Jahren, mit größeren Artikeln auf die Bedeutung von sogenannten „Qualitätsfernsehserien“ aus den USA hinzuweisen. Tatsächlich verlangen Produktionen wie *The Sopranos* oder *Lost* von ihren Zuschauern eine Art langfristiger Aufmerksamkeit und erinnerungsstarker Kombinatorik (unterstützt durch die werkähnliche Publikation einzelner Staffeln als geschlossene DVD-Sets), die hinter den Rezeptionsanforderungen für große Literatur nicht zurücksteht und diese vielfach noch übertrifft. Was wie eine Revolution der Fernsehunterhaltung aussieht, ist bei näherem Hinsehen nur ein besonders eindrucksvolles Beispiel für den fast unvermeidlichen Hang langlaufender Formate zur Selbstreflexion. Auch episodische Serien gehen früher oder später dazu über, die eigenen narrativen Bedingungen und Möglichkeiten im Serienverlauf selbst zu thematisieren – nicht erst seit *Seinfeld*.

Die Komplexität des Formats „Serie“ nimmt ständig zu. *The Sopranos* oder *Lost* verlangen viel Aufmerksamkeit und Kombinatorik

Diese Neigung zu Selbstbezüglichkeit und Selbstbeobachtung ist keineswegs ein modisches Accessoire aktueller Qualitätsserien. Schon die in den 1980er Jahren in Europa vielgescholtene Serie *Dallas* zeichnete sich durch eine zunehmend spielerische, gegen Ende oft parodistische Differenzierung der eigenen Ästhetik aus. In der Öffentlichkeit wurde die Serie vor allem als Beispiel für amerikanischen Kulturimperialismus diskutiert; ihre Popularität wiederum konnte sich die damalige Fernsehforschung nur mit der Annahme erklären, dass eine clevere Zuschauerschaft den US-Schund für die eigenen, latent antikapitalistischen Zwecke „widerständig“ umdeute.

Jüngere Forschungsansätze erlauben, die kulturellen Leistungen von Fernsehserien vorurteilsfreier und zugleich weniger populistisch zu beschreiben. Ausgangspunkt ist die Einsicht, dass sich unsere sozialen Verhältnisse in Fernsehserien nicht einfach spiegeln, sondern dass das serielle Fernsehen selbst eine aktive Gestaltungskraft unserer Wirklichkeit ist. Fernsehserien interagieren mit uns, sie stellen Mutmaßungen über unsere Wünsche und Vorlieben an, sie reagieren auf unsere Handlungen und beobachten uns dabei, wie wir auf ihr Handeln reagieren. Mehr noch: Das Fernsehen beobachtet sich bei diesen Aktionen selbst. Einige Serien tun das besser als andere. Wo die jüngst vielgelobte Produktion *The Wire* noch ganz im Stil eines Gesellschaftsromans aus dem 19. Jahrhundert vorgibt, die Außenwelt detailgetreu abzubilden (ohne dabei in sich selbst vorzukommen), gehen Fernsehserien wie *The Simpsons* und *The Sopranos* einen Schritt weiter und machen das Fern-Sehen – und damit die eigene mediale Aktivität – zu einem zentralen

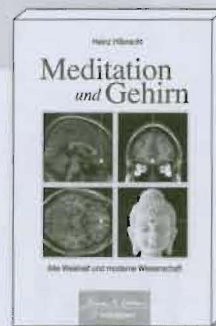
Bestandteil ihrer Gesellschaftsbeschreibungen. „Die fernsehgengerierte Welt“, kommentiert der Medienphilosoph Lorenz Engell, schaut „sich selbst beim Zuschauen zu“ und experimentiert auf diese Weise mit der eigenen Medialität.

Solche Höhenflüge – des Fernsehens wie der Fernsehtheorie – waren zu erwarten. Es ist kein Zufall, dass das Fernsehen die eigenen Qualitätsansprüche genau in dem Moment forciert und dabei an gesellschaftlicher wie wissenschaftlicher Akzeptanz gewinnt, in dem sein Status als populärkulturelles Leitmedium zu verblassen beginnt. Vielleicht ist es nicht mehr lange hin, bis Eltern ihre Kinder zum Fernsehschauen statt Internetsurfen anhalten werden, um sie zu bewegen, umfangreiche Geschichten mit echten Figurenkonstellationen statt nur fragmentarische Situationen zu konsumieren. Mediengeschichtlich sind derartige Verschiebungen nichts Neues. So wenig wie das Buch durch das Fernsehen abgeschafft wurde, so wenig wird das Fernsehen mit dem Siegeszug des Internets untergehen. Aber wie jedes Medium, das auf ein neues zu reagieren hat, wird es sich verändern, andere Funktionen entdecken und ausbilden, während konkurrierende Medien einen Teil seiner Zuständigkeiten und Möglichkeiten übernehmen. Medien handeln: Sie verhalten sich zueinander, ordnen ihre Verhältnisse. Wir selbst lernen uns dabei vor allem als eines kennen: als Zuschauer.

PH

Prof. Dr. Frank Kelleter ist Inhaber des Lehrstuhls für Nordamerikastudien an der Universität Göttingen. Er initiierte und leitet das von der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) seit Herbst 2010 geförderte Projekt „Ästhetik und Praxis populärer Serialität“, in dem 15 Wissenschaftler aus unterschiedlichen Disziplinen Fernseh-, Heft- und Comicserien untersuchen.

Die Kraft liegt in uns selbst



Reihe Wissen & Leben
Herausgegeben von
Wulf Bertram

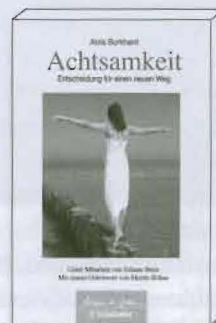
Heinz Hilbrecht

Meditation und Gehirn

Alte Weisheit und moderne Wissenschaft

Seit über 2500 Jahren meditieren Menschen und erleben die verblüffenden Wirkungen der Meditation auf Gehirnleistungen, den Abbau von Stress oder Ängsten und die Entwicklung der Persönlichkeit. Oft scheint Meditation geradezu Übersinnliches zu leisten. Mittlerweile sind viele dieser Phänomene durch die aktuellen neurowissenschaftlichen Methoden nachvollziehbar und können immer besser verstanden werden.

2010. 229 Seiten, kart. • € 19,95 (D) / € 20,60 (A)
ISBN 978-3-7945-2795-3

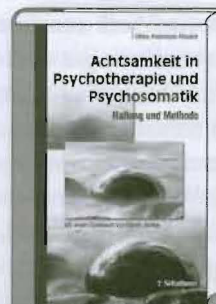


Reihe Wissen & Leben
Herausgegeben von
Wulf Bertram

Alois Burkhard

Achtsamkeit – Entscheidung für einen neuen Weg

2010. 192 Seiten, kart. • € 14,95 (D) / € 15,40 (A)
ISBN 978-3-7945-2839-4



Ulrike Anderssen-Reuster (Hrsg.)

Achtsamkeit in Psychotherapie und Psychosomatik

2., überarb. u. erw. Aufl. 2011. Ca. 376 S., 44 Abb., 6 Tab., geb.
Ca. € 39,95 (D) / € 41,10 (A) • ISBN 978-3-7945-2745-8