

## Buchtipps

## Deutsch-jüdische Geschichte

Jede Familiengeschichte ist Teil einer größeren Geschichte. Exemplarisch zeigt das Michael Wolffsohn in seinem Buch „Deutschjüdische Glückskinder“, das der Historiker und Publizist zu seinem 70. Geburtstag vorgelegt hat.



In gewisser Weise waren die Wolffsohns typisch für jene gebildete, ökonomisch erfolgreiche jüdische Bürgerschicht, die vor dem Dritten Reich viele einflussreiche Persönlichkeiten hervorbrachte. In Michael Wolffsohns Familie war das sein Großvater Karl, ein Filmpionier und Besitzer zahlreicher Groß-

kinos und Varietés. Glückliche waren die Wolffsohns insofern, als ihnen rechtzeitig die Flucht nach Palästina gelang, wo sie allerdings nie Wurzeln schlugen.

Unterhaltsam, manchmal mit einem ironischen Augenzwinkern porträtiert Wolffsohn die durchaus eigenwilligen Familienmitglieder. Darüber hinaus schlägt er einen größeren Bogen: Es geht ihm auch um die Rolle der Juden im heutigen Deutschland und in der Welt. Das macht er klug, fundiert und anregend, dabei niemals dogmatisch oder belehrend. (dpa)

**Michael Wolffsohn: Deutschjüdische Glückskinder. Eine Weltgeschichte meiner Familie, Deutscher Taschenbuch-Verlag, München, 440 Seiten, 26 Euro, ISBN 978-3-423-28126-3.**



Cappuccino zählt zu den beliebtesten Kaffeespezialitäten. Engen der Behauptung, Kaffee sei gesundheitsschädlich, leben Kaffeetrinker laut einer Studie nicht ungesünder als Menschen, die das Getränk verschmähen. Bild: dpa

## Kaffee nicht schädlich

Kaffeetrinker profitieren womöglich gesundheitlich von ihrer Leidenschaft. Zu diesem Schluss kommt ein internationales Forscherteam, nachdem es sich Sterbedaten von mehr als einer halben Million Menschen aus zehn europäischen Ländern angeschaut hat. Ihre Ergebnisse veröffentlichten die Wissenschaftler in den „Annals of Internal Medicine“. Demnach war die Wahrscheinlichkeit der untersuchten Männer mit sehr hohem Kaffeekonsum (mehr als 580 Milliliter am Tag), innerhalb des Beobachtungszeitraumes von etwa 16,4 Jahren zu sterben, 12 Prozent geringer als bei Nicht-Kaffeetrinkern. Bei Frauen waren es sieben Prozent.

Um die gesundheitlichen Effekte von Kaffee isolierter betrachten zu können, rechneten die Forscher viele andere Einflüsse heraus, beispielsweise Ernährung und Rauchen. Hauptautor Marc Gunter dämpft trotzdem zu große Euphorie bei Kaffeetrinkern: „Aufgrund der Grenzen beobachtender Forschung sind wir nicht an einem Punkt, eine Empfehlung

für mehr oder weniger Kaffeekonsum auszusprechen.“ Dennoch legten die Ergebnisse nahe, dass moderater Kaffeegenuss von etwa drei Tassen am Tag nicht schädlich für die Gesundheit sei, sondern dass Kaffee sogar gesundheitliche Vorteile haben könnte.

Gunter Kuhnle von der britischen Universität Reading, der nicht an der Studie mitwirkte, bewertet die beobachteten Effekte als eher klein. Die Ergebnisse solcher Studien würden zudem gerne sensationalisiert, obwohl sie meist keine Aussagen zur Ursache zuließen – also in diesem Fall zu der Frage, ob Kaffee wirklich der Grund des Effekts war.

Kaffee ist den Studienautoren zufolge eines der beliebtesten Getränke der Welt: Schätzungen zufolge werden jeden Tag 2,25 Milliarden Tassen rund um den Globus getrunken – und das, obwohl das Getränk lange Zeit als gesundheitsschädlich galt. (dpa)

## Erforscht



## Natur



## Treibhausgas im Atlantik

Extrem sauerstoffarme Wirbel im Atlantik produzieren ein starkes Treibhausgas. Aufgrund biochemischer Prozesse entweichen in Regionen mit sehr wenig Sauerstoff große Mengen des auch als Lachgas bekannten Treibhausgases Distickstoffmonoxid. Das berichtet ein internationales

Forscherteam unter Leitung des Exzellenzclusters Ozean der Zukunft und des Geomar-Helmholtz-Zentrums für Ozeanforschung Kiel. Extreme Sauerstoffarmut entsteht im Atlantik in Ozeanwirbeln von bis zu 100 Kilometern Durchmesser, die von der westafrikanischen Küste aus durch den Ozean wandern, wie die Forscher im Fachjournal „Scientific Reports“ schreiben. (dpa)

## Mehr Wissenschaftler

Die Zahl der hauptamtlichen Wissenschaftler an deutschen Hochschulen ist im vergangenen Jahr leicht gestiegen. Wie das Statistische Bundesamt mitteilt, waren 242 200 Menschen an Hochschulen und Hochschulkliniken beschäftigt. Im Vergleich zu 2015 sei dies ein Anstieg um 1,2 Prozent. Die Zahl der nebenberuflich Beschäftigten sei dagegen um 2,4 Prozent auf insgesamt 142 600 Menschen zurückgegangen.

Einen leichten Anstieg um 0,7 Prozent gab es beim Frauenanteil unter den rund 46 700

Professoren. Damit sind gut 23 Prozent der Professoren weiblich. Wesentlich höher ist der Frauenanteil mit 42 Prozent bei den wissenschaftlichen Mitarbeitern. Die Mehrheit stellten Frauen beim nicht-wissenschaftlichen Personal in Verwaltung, Bibliotheken, Pflegediensten und technischen Diensten der Hochschulen und Kliniken: Unter den 304 500 Nicht-Wissenschaftlern lag der Frauenanteil bei 70 Prozent. (dpa)

## Zahl der Woche

123

# Das Leben mit links meistern

Statistiken geben den Anteil der Linkshänder in der Bevölkerung mit bis zu 15 Prozent an. Linkshänderberater Matthias Wüstefeld aus Münster sagt entschieden: „Inoffizielle Schätzungen gehen bis zu 50 Prozent.“ Denn viele wurden zum Rechtshänder umgeschult und wissen nicht, dass sie linkshändig sind.

Von unserem Redaktionsmitglied DANIELA KINDER

Die Geschichte der Menschen, die zu ihm kommen, ähnelt oft seiner eigenen: ein Linkshänder, der zum Rechtshänder umgeschult wurde. Denn bis 1999 hat Matthias Wüstefeld aus Münster selbst ausschließlich mit der rechten Hand geschrieben, obwohl er als Linkshänder immer mit der linken Hand gearbeitet hat. Nach und nach hat er sich in Eigenregie rückgeschult.



Mit der Rückschulung entstand die Idee, weiteren Betroffenen zu helfen. Der gelernte Feinmechaniker, der auf dem zweiten Bildungsweg das Fachabitur gemacht und Sozialpädagogik studiert hat, begann im Februar 2000 mit der Zusatzausbildung zum zertifizierten Linkshänder-

berater. Seit 2003 berät und unterstützt er Betroffene.

„Lange Zeit galt Linkshändigkeit als Krankheit“, berichtet Wüstefeld. Erst ab den 1960er-Jahren habe sich das teilweise geändert. Doch: „Die Denkstrukturen sind vielfach noch vorhanden.“ So gebe es immer noch Eltern, die ihre Kinder auf „die schöne Hand“ – sprich die rechte Hand – umschulen wollten. In anderen Fällen bekamen die Betroffenen nicht mit, dass und besonders wann sie umgeschult wurden. „Viele unserer Lebensbereiche sind auch heute noch auf Rechtshändigkeit ausgelegt“, sagt der 60-Jährige. So gebe man sich beispielsweise ausschließlich die rechte Hand zur Begrüßung.

Welche Folgen eine Umschulung von links auf rechts – ob erzwungen oder nicht – haben kann, ist vielen nicht klar. „Ein Umgeschulter denkt weiterhin wie ein Linkshänder“, hält Wüstefeld fest. „Das Gehirn lässt sich nicht umpolen. Trotzdem wird es ständig fehl belastet.“ In

vielen Fällen ziehe der Handwechsel Störungen nach sich, die Experten in Primär- und Sekundärfolgen unterteilen. Zu Ersteren zählen unter anderem Konzentrations- und Leserechtschreibstörungen. Auch Stottern kann damit zusammenhängen. Zweitere äußern sich etwa in Unsicherheit, Zurückgezogenheit und Verhaltensproblemen.

Diese Auffälligkeiten würden häufig aber nicht mit der Händigkeit in Verbindung gebracht. Bemerkbar machten sie sich schon im Grundschulalter. „Die Kinder geraten in Stress“, erklärt Matthias Wüstefeld. Sie fielen auf, weil sie langsamer lernten – auch eine Folge der Umschulung. Dabei wisse man heutzutage, dass das Gehirn eines Linkshänders, der mit rechts schreibt, 30 Prozent mehr Energie für den Vorgang benötigt als das Gehirn eines Rechtshänders. „Das ist ein Störfaktor, das einen daran hindert, intuitiv zu handeln und mit links zu agieren“, sagt Wüstefeld.

## Händigkeit zeigt sich in Alltagssituationen

„So früh wie möglich“, lautet Matthias Wüstefelds Rat für diejenigen, deren Handgebrauch geklärt werden soll. Auch Eltern, die vermuten, dass ihr Kind Linkshänder ist, obwohl es dennoch vielleicht mit rechts schreibt, melden sich bei ihm.

Wie kann man Händigkeit beurteilen? Anhand alltäglicher Situationen, etwa beim Auswingen eines Handtuchs. Oder in der Schule, etwa beim Austeilen von Zetteln. Aus zahlreichen Beobachtungen und motorischen Übungen besteht der Test, mit dem Wüstefeld die dominante Hand ausmachen kann. Wichtig dabei: „Es ist eine Tendenz. Man kann es nicht zu 100 Prozent

sagen“, hält Wüstefeld fest.

Insgesamt umfasst der Test rund 100 Einzelbeobachtungen, die sich auf vier Bereiche beziehen: Tätigkeiten, die spontan mit einer Hand ausgeführt werden; Tätigkeiten, die spontan mit beiden Händen ausgeführt werden; Tätigkeiten, die auf Erziehung und Nachahmung beruhen wie das Schreiben oder das Handgeben und Tätigkeiten mit technischen Vorrichtungen wie das Nutzen einer Fernbedienung.

Drei Stunden umfasst der Testteil, in dem Wüstefeld beobachtet, mit welcher Hand welche Tätigkeit ausgeführt wird. Bei Kindern sind die Eltern dabei. Zur Auswertung (zwei Stunden)

macht er sich Notizen und filmt die Übungen. Zuvor lernt er die Person und ihre Lebenssituation bei einem Gespräch kennen.

Steht nach dem Test fest, dass jemand umgeschulter Linkshänder ist, muss das Vorgehen abgestimmt werden. „Das ist eine Lebensweg-Entscheidung und eine Auseinandersetzung mit sich selbst, mit dem Ziel, dass es dem Ratsuchenden besser geht“, sagt der Berater. Man muss entscheiden, möchte man die Rückschulung absolvieren oder nicht. „Auf dem

Weg zur Lösung begleite ich die Personen.“ Für manche sei eine Rückschulung Erleichterung, andere empfinden es als Belastung und gäben auf. Es sei außerdem individuell, wie lange es dauert.

Eine Rückschulung beginnt beim Schreiben. Man übt zunächst die Stifthaltung (Bild) und trainiert dann die Fingerbeweglichkeit. Nach und nach führt Wüstefeld die Betroffenen ans Schreiben heran. Er begleitet sie bei weiteren Tätigkeiten und auf ihrem Weg zur Linkshändigkeit.



Mit der linken oder der rechten Hand? Anhand von einer Vielzahl an Beobachtungen alltäglicher Tätigkeiten bestimmt ein Fachmann wie Matthias Wüstefeld aus Münster die dominante Hand eines Menschen. Zudem unterstützt er umgeschulte Linkshänder bei der Rückschulung. Bilder: Kinder/dpa (1)

## Stichwort

## Linkshänderberater

Die „Erste deutsche Beratungs- und Informationsstelle für Linkshänder und umgeschulte Linkshänder“ entstand 1985 in München als Selbsthilfeprojekt. Dafür verantwortlich zeichnete Dr. Johanna Barbara Sattler. Sie ist Psychologin und veröffentlichte zahlreiche Bücher und Schriften zum Thema Linkshändigkeit. Zudem entwickelte sie den „S-MH-Ansatz“ (Sattler-Methodik zu Händigkeitsfragen). Das ist das Testverfahren, mit dem zertifizierte Linkshänderberater wie Matthias Wüstefeld aus Münster arbeiten. Auf der Internetseite der Münchener Einrichtung findet man weitere Ansprechpartner in Wohnortnähe. (dk)

[www.lefthander-consulting.org](http://www.lefthander-consulting.org), [www.linkshaenderberatung-muenster.de](http://www.linkshaenderberatung-muenster.de)

## Hintergrund



**Ausgangslage:** Stab und Perlen-glas stehen mittig auf dem Tisch.



**Das Glas wird geöffnet,** um die Perlen einzeln herauszunehmen.

Anhand eines Versuchs erklärt Matthias Wüstefeld, worauf er beim Händigkeitstest achtet.

**1** Es geht darum, Perlen aus einem Glas zu nehmen und sie auf einen dünnen Stab aufzufädeln. Die Ausgangslage: „Der Stab und das Glas müssen mittig vor der Testperson auf dem Tisch stehen, so dass sie nicht vorab beeinflusst wird“, hält Matthias Wüstefeld fest. Während des Tests achtet er darauf, dass die Ausgangslage von Perle zu Perle eingehalten wird.

**2** Zunächst geht es darum, wie und mit welcher Hand das Glas geöffnet wird. Wird der Deckel gedreht? Oder wird das Glas gedreht, während man den Deckel festhält? Welche Hand führt die Bewegung aus, welche hilft? Wüstefeld notiert sich, was er beobachtet. Die Kamera läuft.

**3** Nachdem die Perle herausgenommen wurde, beobachtet Wüstefeld, wie sie aufgefädelt wird. Wird der Stab zur Perle geführt? Oder wird die Perle von oben aufgefädelt? Erneut geht es darum, welche Hand übernimmt welche Aufgabe? „Es kann sein, dass jemand eine Perle mit rechts herausnimmt, sie allerdings mit links auffädelt“, beschreibt er eine mögliche Beobachtung.

**4** Ist der Stab gefüllt, lässt Wüstefeld die Testperson die Perlen mit dem Finger abzählen, bevor sie sie zurück in das Glas gibt. Anschließend wird das Gefäß verschlossen. Erneut beobachtet er, welche Hand dabei welche Tätigkeiten ausführt.

Manchmal erweitert er den Test und er gibt eine Perlenart oder -farbe vor, die von der Testperson herausgesucht werden muss. (dk)



**Nach und nach** fädelt man die Perlen auf den Stab.



**Zum Schluss** zählt man die Perlen und füllt sie zurück ins Glas.