

Nicklas Brendborg: „Gewohnheitstiere. Wie Industrie und Wissenschaft unsere Instinkte manipuliere“

Die Macht der Superstimuli

Von Michael Lange

Deutschlandfunk Kultur, Lesart, 29.10.2024

Niklas Brendborg schaut sich an, wie die Industrie unsere Lust nach Zucker, Fett und Salz nutzt, um ungute Ess- und Verhaltensweisen zu untermauern. Denn das Gehirn reagiert. Warum? Dazu schaut der Molekularbiologe in die Natur und erzählt skurrile wie unterhaltsame Geschichten. Ein lustiges wie wichtiges Buch.

Wir verspeisen Nahrung, die uns nicht guttut, hängen zu lange vor dem Fernseher oder dem Computer herum, und manche trinken zu viel Alkohol oder rauchen Zigaretten. Das sind nicht nur lieb gewonnene Gewohnheiten. Dahinter stecken vererbte Instinkte, die die Industrie mit Werbung und Produkten schamlos ausnutzt.

Wie Instinkte Verhalten steuern

Der Titel „Gewohnheitstiere“ führt in die Irre. Dem jungen Molekularbiologen Nicklas Brendborg aus Dänemark geht es nicht um kleine Gewohnheiten, die wir uns aus Faulheit irgendwann angeeignet haben, sondern um tiefsitzende, biologische Instinkte, gegen die wir im Alltag einfach nicht ankommen. Schuld daran ist unser Gehirn, das in Jahrmillionen gelernt hat, auf bestimmte Schlüsselreize zu reagieren. Nicklas Brendborg erläutert die Wirkungsweise der biologischen Mechanismen anschaulich und leicht lesbar anhand zahlreicher Beispiele aus der Tierwelt.

Bierflasche statt Sex

In Australien leben Prachtkäfer, die sich bei der Partnerwahl von leeren Bierflaschen täuschen lassen. Die Männchen schwirren in der Paarungszeit umher und halten Ausschau nach einem schwachen bräunlichen Glitzern. Daran erkennen sie für gewöhnlich paarungsbereite Weibchen. Eine weggeworfene Glasflasche, die im Sonnenlicht glitzert, übt jedoch eine viel stärkere Anziehungskraft auf die männlichen Prachtkäfer aus. Gelenkt durch angeborene Instinkte bevorzugen die Prachtkäfer weggeworfene braune Flaschen, und die Weibchen werden nicht begattet.

Nicklas Brendborg

Gewohnheitstiere. Wie Industrie und Wissenschaft unsere Instinkte manipulieren

Übersetzt aus dem Dänischen von Justus Carl

Quadriga, Köln 2024

320 Seiten

24,00 Euro

Von der Gewohnheit zur Sucht

Durch solche unterhaltsamen Beispiele verdeutlicht der Autor die Macht der Instinkte. Die Flasche ist ein Superstimulus. Sie wirkt auf Tier und Mensch stärker als natürliche Reize. Wissenschaftlich sind diese übertriebenen Reaktionen vielfach erforscht, und die Nahrungsmittelindustrie nutzt sie, in dem sie extrem zucker-, fett- oder salzhaltige Lebensmittel anbietet.

Mit jedem Konsum wächst das Verlangen danach, so dass wir immer mehr ungesunde Kost zu uns nehmen. Diese Manipulation ist laut Brendborg die Hauptursache für die Übergewichtsepidemie, die mittlerweile fast den gesamten Planeten heimgesucht hat.

Dahinter steckt das Belohnungssystem im Gehirn, das eigentlich ein Lernsystem ist. Der Botenstoff Dopamin steuert das Verlangen und lenkt das Verhalten so, dass wir überleben und uns fortpflanzen. Dumm nur, dass Zucker, Fett und Salz längst nicht mehr dem Überleben dienen. Wir nehmen sie in so großen Mengen zu uns, dass das Risiko für Herzkrankheiten, Diabetes und andere Krankheiten ständig steigt. Ähnliche Vorgänge im Gehirn spielen auch bei Suchterkrankungen eine Rolle. Sie führen zu einer Art Besessenheit, die alles andere vergessen lässt.

Dem jungen Wissenschaftler gelingt es, komplizierte wissenschaftliche Prozesse verständlich zu erklären. Der Molekularbiologe beschränkt sich auf wenige, klare Informationen, die er mit Beispielen aus dem Alltag illustriert. Wie schon in seinem ersten Buch „Quallen altern rückwärts“ schafft Niklas Brendborg es, mit vielen, teilweise skurrilen Geschichten aus der Natur nicht nur zu informieren, sondern auch zu unterhalten, ohne dem wichtigen Thema seine Brisanz zu nehmen.