



# War da was?

**FORSCHUNG** → Vergesslichkeit ist lästig und krankhaftes Vergessen gar eine Qual. Aber: Manchmal ist Vergessen tatsächlich ideal.

andrea.trueb  
@ringier.ch

**V**ergessen ist lästig – aber muss offenbar sein. Jedenfalls hat sich das System evolutionär bis heute durchgesetzt. Einen neuen Blick auf die Frage, wie und warum biologische Organismen vergessen, gewährt die Fruchtfliege. Wie Johanni Brea und Walter Senn im Magazin der Uni Bern berichten, hat **das einfache Lebewesen ein erstaunlich ausgeklügeltes Gedächtnissystem:** Es kann durch molekulare Mechanismen regulieren, wie schnell etwas vergessen wird. Laut den beiden Autoren hätte ein solcher Regulationsmechanismus wenig Sinn, wenn die Fruchtfliegen alte Gedächtnisinhalte nur vergessen würden, weil der Speicherplatz im Gehirn beschränkt ist.

**Wo war schon wieder der letzte Honigtopf?**

Studien haben gezeigt, dass Fruchtfliegen negative Erlebnisse (Elektroschock) schneller vergessen, als positive (Honigtopf). Laut den Wissenschaftlern macht dieses optimistische Verhalten durchaus Sinn. Geht man davon aus, dass negative Erlebnisse die Fruchtfliege ängstlich und zurückhaltend machen, ist es für die Tiere **tatsächlich ratsam, Negatives rasch zu vergessen:** Ansonsten könnte sie künftige positive Möglichkeiten – etwa den nächsten Honigtopf – verpassen. Damit verhält sich die Fruchtfliege gemäss einer Theorie der Öko-

nomie, wonach lähmende Rückschläge rasch weggesteckt werden sollten. Sonst müssten die Fliegen durch Inaktivität einen hohen Preis zahlen.

Ausgangspunkt einer weiteren Untersuchung war die Annahme, dass in einer sich verändernden Umgebung gewisse Fakten nach einer gewissen Zeit überholt sind. Tatsächlich konnte gezeigt werden, dass sich ein Individuum bezüglich künftiger Honigtopfe optimal verhält, wenn es **die Vergessensgeschwindigkeit an die Veränderungsgeschwindigkeit der Umgebung anpasst.**

Für den Fruchtfliegenversuch heisst das: Wechseln sich Honigtopf und Elektroschock schnell ab

(sich schnell ändernde Umgebung), lohnt es sich für die Fliegen, schneller zu verges-

sen. Denn behalten sie die Welt von gestern im Kopf, entgeht ihnen heute womöglich eine süsse Bescherung. Umgekehrt ist in einer konstanten Umgebung langsames Vergessen angebracht; ist doch die Chance gross, dass die Fruchtfliege den Honigtopf auch am nächsten Tag an derselben Stelle antrifft.

Das Verhalten der Fruchtfliege zeigt laut den Forschern, dass Vergessen durchaus Sinn macht und dafür sorgt, dass wir in einer sich verändernden Umwelt möglichst erfolgreich sind. ●

Foto: Getty Images

**Völlig entspannt** Wer negative Erlebnisse rasch vergisst, ist offen für künftige positive Erlebnisse.

→ **SCHLAU IN 60 SEKUNDEN**

Kaffee nicht vor, sondern nach dem Lernen konsumieren – und profitieren.

**Kaffee danach**

Kaffee kann das Langzeitgedächtnis stärken. Laut «Wissenschaft aktuell» sollte eine Dosis von 200 mg Koffein (das entspricht ungefähr drei Tassen Espresso oder zwei Tassen Filterkaffee) kurz nach dem Lernen eingenommen werden. Eine geringere oder grössere Menge förderte das Erinnerungsvermögen hingegen nicht.



**Fit im Kopf**

Regelmässiges Ausdauertraining stärkt das Gedächtnis – und zwar schneller, als bisher angenommen. Nach nur sechs Wochen Laufbandübungen und Fahrradfahren schnitten die Probanden in Gedächtnistests bereits wesentlich besser ab.



**Jahre zum Vergessen**

Was wir in den ersten drei Jahren erleben, vergessen wir im Alter von sieben Jahren – egal wie spektakulär das Erlebnis auch gewesen ist. Dieses Ergebnis von US-Forschern scheint die These zu stützen, wonach wir Erfahrungen erst dauerhaft im Gedächtnis abspeichern können, wenn wir fähig sind, das Erlebte mit Worten zu beschreiben. Laut «Bild der Wissenschaft» ist das Verständnis von Ort und Zeit ein weiterer Faktor, der eine Verankerung im Langzeitgedächtnis stärkt.

