

Kennen Sie den Effekt? Wer in einer Kunstaussstellung fortwährend auf den Auslöser der Digitalkamera drückt, erinnert sich anschließend kaum noch an die gezeigten Bilder. Digitale Demenz. Warum sollte man auch – es ist schließlich alles auf der Speicherkarte gesichert. Dem Hirnforscher Manfred Spitzer treiben solche Alltagsbeobachtungen die Sorgenfalten auf die Stirn. Er diagnostiziert unserer Gesellschaft eine zunehmende *digitale Demenz*. Wenn wir unsere Hirnarbeit auslagern, lässt das Gedächtnis nach, hat Spitzer analysiert. **Nervenzellen würden absterben** und nachwachsende Zellen nicht überleben, da sie verzichtbar geworden seien.

Bei dem beschriebenen Effekt lohnt genaues Hinschauen: Vor allem, wenn das Gehirn auf die sichere Ablage von Daten auf Festplatten, Smartphones oder anderen Speichermedien vertraut, vergisst es die Informationen offenbar sehr schnell.

## Speichermedien schaffen Platz im Oberstübchen

Spitzers Diagnose der digitalen Demenz ist allerdings nicht unumstritten. Die Forscher Ben Storm und Sean Stone von der University of California in Santa Cruz betrachten den Speichervorgang eher wie einen **digitalen Besen**, der Raum für neuen Stoff im Oberstübchen schafft. „Das (digitale) Abspeichern von Daten, die man sich sonst merken müsste, erleichtert das Lernen neuer Informationen“, schreiben die Wissenschaftler im Fachblatt „Psychological Science“. Endlich ist der Weg frei, um sich auf die wirklich wichtigen Informationen zu konzentrieren, könnte man ihre Position zusammenfassen.

## Demenz - Notizen und Merktzettel gab es schon immer

Ganz neu ist das Auslagern von Informationen ohnehin nicht. Die Rolle von Smartphones und Computern übernahmen früher **Notizblöcke, Pinnwände oder Wiedervorlagemappen**. Und manch einer delegierte das Erinnern an wichtige Termine auch einfach an den Ehepartner.

Übrigens bieten Smartphones und PC auch Chancen, um sein Gehirn mit Spaß zu trainieren. Im Internet stehen zahlreiche kostenfreie [Angebote für Online-Gedächtnisspiele](#) bereit.



