



Tagträumer sind oft intelligenter

Gedankliche Auszeiten sprechen für Kreativität und hohe kognitive Kapazität

Wandernde Gedanken: Wer sich häufig beim Tagträumen ertappt, muss nicht besorgt sein – im Gegenteil. Denn das gedankenverlorene Abschweifen kann ein Zeichen für hohe Intelligenz und Kreativität sein, wie eine Studie enthüllt. Forscher fanden darin einen engen Zusammenhang zwischen dem häufigen Tagträumen und einer besonders guten Vernetzung des Gehirns. In Tests der kognitiven Leistung und Kreativität schnitten die Tagträumer zudem besonders gut ab.



Gedankenverlorenes Tagträumen kann ein Zeichen dafür sein, dass das Gehirn besonders viel freie Kapazitäten hat.

© agsandreww/ thinkstock

Ob in einem nur mäßig spannenden Meeting, in der Schule oder bei der Fahrt zur Arbeit: Oft ertappen wir uns dabei, dass wir mit unseren Gedanken ganz woanders sind als im Hier und Jetzt. Lange galt dieses Tagträumen als Zeichen mangelnder Konzentration und Aufmerksamkeit. Vor allem Eltern machen sich nicht selten Sorgen, wenn ihre Kinder oft gedankenverloren vor sich hin träumen.

Hirnareale stärker vernetzt

Doch wie Christine Godwin vom Georgia Institute of Technology und ihre Kollegen jetzt herausgefunden haben, ist das Tagträumen keineswegs negativ – eher im Gegenteil. Für ihre Studie hatten sie 100 Probanden dazu befragt, wie oft ihre Gedanken im Alltag abschweifen. Anschließend

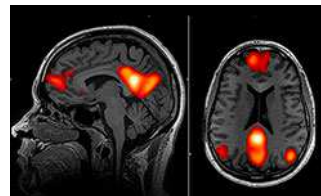
bekamen sie die Aufgabe, fünf Minuten lang einen Punkt zu fixieren, während ihre Hirnaktivität mittels funktioneller Magnetresonanztomografie (fMRT) aufgezeichnet wurde.

"Die Hirnaktivität bei dieser Aufgabe gibt uns Aufschluss darüber, welche Hirnareale während des wachen, entspannten Zustands zusammenarbeiten", erklärt Godwin. Dabei zeigte sich: Bei den Teilnehmern, die über häufige Tagträumereien berichteten, war das für die Aufmerksamkeit wichtige Default-Mode Netzwerk besonders eng mit dem frontoparietalen Kontrollnetzwerk verknüpft – dem Areal, das unseren gedanklichen Fokus steuert.

Intelligenter und kreativer?

"Interessanterweise gibt es Hinweise darauf, dass genau dieses Muster der Verknüpfung auch eine Rolle für verschiedene kognitive Fähigkeiten spielt", sagt Godwin. Deshalb unterzogen die Forscher ihre Probanden anschließend mehreren standardisierten Tests der sogenannten fluiden Intelligenz – den problemlösenden, logischen Denken - und der Kreativität.

Das überraschende Ergebnis: Die Teilnehmer, die zu häufigen Tagträumen neigten, schnitten in diesen Tests besser ab als ihre vermeintlich konzentrierteren Mitprobanden. "Wir haben signifikante positive Korrelationen zwischen dem Hang zum Tagträumen und der fluiden Intelligenz sowie der Kreativität festgestellt", berichten Godwin und ihre Kollegen.



Areale des Default-Mode-Netzwerks (DMN). Sie sind bei Tagträumern besonders gut mit weiteren Hirnzentren vernetzt.

© John Graner/ Walter Reed National Military Medical Center

Effizienteres Gehirn schweift eher ab

"Menschen neigen dazu, das Tagträumen als etwas Schlechtes anzusehen. Doch unsere Daten zeigen, dass das nicht der Fall sein muss", sagt Godwins Kollege Eric Schumacher. Stattdessen scheinen die Gehirne von Tagträumern einfach besonders effizient zu sein: Sie können sich Zeiten des Leerlaufs leisten, weil ihr Gehirn genügend freie Kapazitäten hat.

"Das erinnert an einen geistesabwesenden Professor – jemanden, der brillant ist, aber häufig in seiner eigenen Welt versunken zu sein scheint", sagt Schumacher. "Oder an besonders begabte Schulkinder: Während ihre Schulkameraden fünf Minuten benötigen, um etwas Neues zu lernen, haben sie es nach einer Minute verstanden und beginnen

dann, zu tagträumen."

Godwin und Schumacher wollen das Phänomen des Tagträumens nun noch weiter erforschen um herauszufinden, wann das Abschweifen der Gedanken hilfreich sein kann und wann es vielleicht eher negative Folgen hat. "Klar scheint, dass bestimmte Fälle des Tagträumens ein durchaus positives Zeichen sein können", so die Forscher. (Neuropsychologia, 2017; [doi: 10.1016/j.neuropsychologia.2017.07.006](https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2017.07.006))

(NPO,Georgia Institute of Technology,25.10.2017)

Copyright (c) 1998 - 2017 scinexx
MMCD NEW MEDIA, Düsseldorf

