

SERIE *Unter Druck*



📷 Privatdozent Dr. Christian Merz forscht am Lehrstuhl für Kognitionspsychologie. © RUB, Marquard

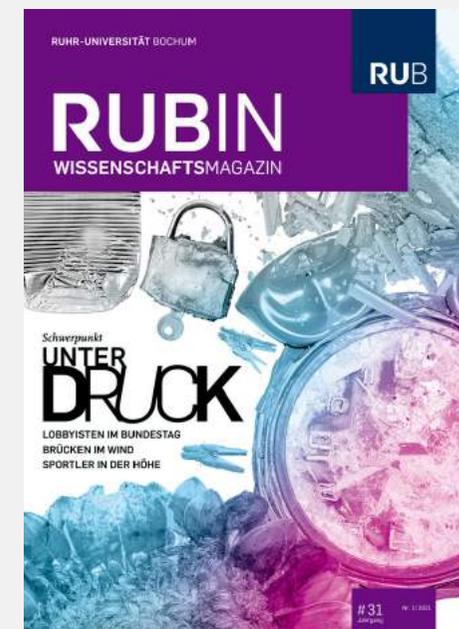
PSYCHOLOGIE

🕒 Veröffentlicht

Donnerstag
22. April 2021
10.13 Uhr

👤 Von

Privatdozent Dr. Christian Merz



Dieser Artikel ist am 3. Mai 2021 in Rubin 1/2021 erschienen. Die gesamte Ausgabe können Sie [hier](#) als PDF kostenlos downloaden.

A-Z



Erinnern unter Stress

Wer oder was steht im Forschungsalltag unter Druck? Bei Christian Merz sind es Menschen. Was der Stress mit ihrem Gedächtnis macht, erklärt er in unserer Serie.

Unter Druck befinden sich in meinem Forschungsalltag meine Kolleg*innen, Studierende oder gar ich selbst, wenn auch teilweise aus unterschiedlichen Gründen. Uns alle eint, dass wir in unsicheren Zeiten immer wieder lernen müssen, mit neuen Erkenntnissen und Vorschriften umzugehen, alte zu vergessen und alles zu geeigneter Zeit korrekt zu erinnern – eine Herausforderung! Dabei hat die Forschung – auch die an unserem Lehrstuhl – schon gut etabliert, dass man sich unter Druck, wie es beispielsweise in Prüfungssituationen der Fall ist, nicht mehr so gut erinnern kann. Unter Druck kann man unter anderem Stress subsummieren, der unterschiedliche Botenstoffe freisetzt wie beispielsweise das Cortisol. Stresshormone reduzieren allerdings nicht nur den Gedächtnisabruf, sie fördern auch die Konsolidierung von neu erlerntem Material. Das heißt, unser Gehirn speichert Details eines stressreichen Ereignisses sehr gut ab, damit wir uns später daran umso besser erinnern können. Corona wird wohl lange in unserem Gedächtnis bleiben!

Weitere Rubin-Artikel sind [hier](#) zu finden.

 Teilen



A-Z





Dokumentedownload

- [Artikel als PDF-Datei](#)



Unter Druck

> MEHR AUS DER SERIE

A-Z



Unter Druck

> MEHR AUS DEM DOSSIER



A-Z



DAS KÖNNTE SIE AUCH INTERESSIEREN



PSYCHOLOGIE

RUB ist Standort des Deutschen Zentrums für Psychische Gesundheit



ONLINE-BEFragung GESTARTET

Muskelkater im Daumen statt in den Beinen

DERZEIT BELIEBT

A-Z





VERANSTALTUNGSREIHE
Empirisch arbeiten lernen



SCHNELLTESTS IM UFO
Die RUB bekommt ein Testzentrum

A-Z



Mehr Wissenschaft

> **RESSORT**



Zur Startseite

