

erzählt. Und ich bin sicher, sobald Sie erstmal alles wissen, was ich erfahren habe, werden Sie mir zustimmen, dass wir in 100 Jahren auf unsere Ära zurückblicken und uns erschrocken fragen werden, wie man so nonchalant mit den Hormonen der Frauen umspringen konnte.

Obwohl noch nicht lange wissenschaftlich untersucht wird, wie die Pille die Frauen verändert, wissen wir genug, um Sie bei einer aufgeklärten Entscheidung zu unterstützen. Zunächst müssen Sie ein paar Dinge über die Funktionsweise Ihres Gehirns lernen und darüber, welche Rolle Ihre Hormone dabei spielen, Sie zu der Person zu machen, die Sie sind. Dann müssen Sie begreifen, was die Studien über diese ganzen von der Pille bewirkten Veränderungen aussagen. Ersteres war über

15 Jahre Gegenstand meiner Arbeit als Evolutionspsychologin mit dem Forschungsschwerpunkt Frauen und Gesundheit. Letzteres ist etwas, was ich erst kürzlich entdeckt habe, nachdem mich drei voneinander unabhängige Ereignisse auf meine wissenschaftliche Reise in die Welt der Gehirne hormonell verhütender Frauen geschickt haben. Wie sich herausgestellt hat, ist diese Reise in vielerlei Hinsicht die Geschichte meines Lebens als junge Erwachsene.

Es könnte auch Ihre sein.

## **Die drei unabhängigen Ereignisse**

Wie die meisten guten Abenteuer begann auch meine Reise ganz unspektakulär, ohne dass mir klar war, dass sich hier etwas

Wichtiges anbahnte. Es begann alles, als ich die Pille absetzte, eine Entscheidung, die ich im Grunde auf geräuschlose Art traf. Ich wusste, dass ich keine Kinder mehr wollte, deswegen entschieden mein Mann und ich uns für eine dauerhaftere Verhütungslösung. Da er Manns genug war, die Sache selbst in die Hand zu nehmen, konnte ich die Pille wegwerfen, ohne viel nachzudenken.

Um Ihnen ein wenig Hintergrundinformation zu geben: An diesem Punkt hatte ich die Pille mehr oder weniger durchgehend für etwas über ein Jahrzehnt genommen. Hie und da hatte ich die Einnahme unterbrochen, aber nie sonderlich lang. Ich hatte sie abgesetzt, um schwanger zu werden, und nach jeder Schwangerschaft hatte ich sie ein Jahr lang nicht genommen, um stillen zu können. Ich

kann diese Erfahrungen jedoch kaum als repräsentativ für meinen psychologischen Normalzustand betrachten, denn sie waren entweder von sehr kurzer Dauer (vor der Schwangerschaft) oder getrübt durch einen verwirrenden Cocktail aus Schlafmangel und postnatalen Hormonen (Stillen). Nichtsdestotrotz hätte ich nicht erwartet, dass sich meine Welt spürbar verändern würde, nachdem ich die Pille abgesetzt hatte. Ich dachte, die Konsequenzen würden sich nur auf meine Fähigkeit beschränken, jeden Monat ein Ei springen zu lassen.

Wie sich herausstellte, hatte ich mich gewaltig verschätzt.

Ein paar Monate nachdem ich die Pille abgesetzt hatte, merkte ich, dass ich mich ... *anders* fühlte. Ich merkte es nicht, während es passierte, aber eines Tages stellte ich fest,

dass mir mein Leben heller und interessanter vorkam. Als wäre ich aus einem zweidimensionalen Schwarz-Weiß-Film in eine durchgehend farbige, dreidimensionale, *sinnvolle* Realität getreten. Ich fing wieder an, Sport zu machen und zu kochen – das waren Dinge, die mir früher Spaß gemacht hatten, die ich aber vergessen hatte. Ich hatte mehr Energie. Mir fielen attraktive Männer auf. Ich achtete auf mein Aussehen, auf eine Art, wie ich es schon länger nicht mehr getan hatte. Ich fühlte mich einfach ... lebendig. Komplett, lebhaft, herrlich, menschlich lebendig. Das passierte aber nicht alles auf einen Schlag. Mir war gar nicht bewusst, dass diese ganzen Veränderungen passierten, ich merkte es erst hinterher. Eines Tages wurde mir bewusst, dass ich mir im Grunde vorkam, als wäre ich aus einem fast zehn