

Clarissa Corrêa da Silva
Mein wunderbares Ich – Was mich ausmacht und welche Rolle die Gene dabei spielen
Illustrationen von Maurizio Onano
cbj, 176 Seiten
€ 15,00 [D] / € 15,50 [A] / CHF 21,50* (*empf. VK-Preis)
ISBN 978-3-570-18061-7
Sachbuch | ab 10 Jahren

Auch als
Hörbuch
erhältlich!

ET: 15. März 2023

Warum bin ich, wie ich bin?

Kika-Moderatorin Clari erklärt, wie man mit Hilfe der Epigenetik dem „Ich“ auf die Spur kommt

Clarissa »Clari« Corrêa da Silva kennt jedes Kind aus dem Fernsehen. Seit 2016 moderiert sie Formate wie »Wissen macht Ah« und »Die Sendung mit der Maus«, in denen sie die brennendsten Fragen rund um die Welt beantwortet. In »*Mein wunderbares Ich*«, das am **15. März 2023** im **cbj Verlag** erscheint, begibt sich **Clari** auf die Suche nach all dem, was unser „Ich“ formt, und erfährt dabei, dass wir viel mehr Einfluss auf unseren genetischen Bauplan haben, als man bisher dachte.

Clarissa Corrêa da Silva hat brasilianische und jüdische Wurzeln und wuchs mit drei Vätern auf, die sie unterschiedlich prägten. „Wer bin ich eigentlich?“, „Warum bin ich, wie ich bin?“ und „Wie viel an mir kann ich selbst bestimmen?“ sind nicht nur zentrale Fragen für sie, sondern gerade auch für Kinder kurz vor oder in der Pubertät besonders wichtig. Mit ihrem Kindersachbuch »*Mein wunderbares Ich*« möchte sie diesen Fragen auf den Grund gehen und beleuchten, wie Gene und äußere Einflüsse zusammenspielen und am Ende unsere Identität formen.

Antworten liefert die Epigenetik – ein noch junges Forschungsfeld, das sich explizit damit auseinandersetzt, wie sehr sich Gene und äußere Faktoren gegenseitig bedingen und steuern. »*Mein wunderbares Ich*« zeigt Kindern ab 10 Jahren, dass es viele verschiedene Einflüsse gibt, die uns prägen und die sich sogar direkt auf unser Erbgut auswirken können. Je besser wir all diese Zusammenhänge verstehen, umso mehr können wir viele davon ganz bewusst steuern und so eigenverantwortlich unsere Identität gestalten.



Clarissa »Clari« Corrêa da Silva, 1990 in Berlin geboren, ist die Tochter einer brasilianischen Psychoanalytikerin; ihr Vater stammt aus Israel. In der neunten Klasse zog sie für fünf Jahre nach São Paulo in Brasilien. Zum Studium kehrte sie zurück nach Deutschland. Seit 2016 moderiert Clarissa Corrêa da Silva verschiedene Sendungen im Kinder-TV, darunter »Wissen macht Ah!« und ihr eigenes Geschichts-format »Triff ...«. Seit 2021 hosted sie mit ihrem Moderations-kollegen Tobias Krell

(Checker Tobi) die Wissensshow »Die beste Klasse Deutschlands«. Außerdem gehört sie seit 2018 zu den Moderator*innen der »Sendung mit der Maus«.

Bitte beachten Sie die Sperrfrist bis 15. März 2023.

Kontakt für Rückfragen:

Kristina Kredler, +49(89)4136-3739, kristina.kredler@penguinrandomhouse.de

Wer ist eigentlich Clari?



Clarissa »Clari« Corrêa da Silva, 1990 in Berlin geboren, hat brasilianische und israelische Wurzeln und wuchs mit drei Vätern auf. In der neunten Klasse zog sie für fünf Jahre nach São Paulo in Brasilien. Zum Studium kehrte sie zurück nach Deutschland und absolvierte ihren B.Sc. in Kommunikationswissenschaften an der Universität Hohenheim in Stuttgart und ihren Master in Medienmanagement an der Bauhaus-Universität Weimar. Seit 2016 moderiert Corrêa da Silva verschiedene Fernsehsendungen und stillt nicht nur ihren eigenen Wissensdurst, sondern auch den von unzähligen Kindern.

Neben »Wissen macht Ah!« und ihrem eigenen Geschichtsformat »Triff...« hostet sie seit 2021 mit ihrem Moderationskollegen Tobias Krell (Checker Tobi) die Wissensshow »Die beste Klasse Deutschlands«. Außerdem gehört sie seit 2018 zu den Moderator*innen der »Sendung mit der Maus«.

INTERVIEW MIT DER AUTORIN

Wie kam es dazu, dass du ein Kindersachbuch über Epigenetik geschrieben hast?

An einem Morgen bin ich aufgewacht und dachte: „Mensch, jetzt bist du über dreißig, da kannst du doch jetzt mal ein Buch schreiben.“ Neeeeein, so war es leider nicht.

In Wahrheit wurde ich von einem Bekannten von Ralph Caspers und mir gefragt, der schon lange im Buchbusiness arbeitet und sich entsprechend gut auskennt. Ich beschäftige mich in meinen Sendungen und in meinem Job mit vielen wissenschaftlichen Themen, deshalb kam er auf die Idee, ich könnte doch ein Sachbuch für Kinder schreiben.

Ich dachte dann – warum eigentlich nicht? Allerdings wollte ich gerne über ein Thema schreiben, mit dem ich mich persönlich schon sehr lange beschäftige und das ich super spannend finde: Epigenetik. Auf das Thema kam ich über meine Mutter und aufgrund meiner sehr diversen Familie und weil ich mich eben auch schon mein Leben lang mit der Frage beschäftige: Wer bin ich eigentlich und warum überhaupt? Deswegen steckt in dem Buch auch viel von mir persönlich.

Wie hast du für dieses Buch recherchiert? Wer hat dir geholfen?

Die Recherche war tatsächlich eine große Herausforderung, unter anderem, da Epigenetik ein recht junges Forschungsfeld ist und es nicht so viel Material dazu gibt. Zum Glück habe ich durch meinen Job als Journalistin und Moderatorin schon viel recherchiert und gute Anlaufstellen, wenn es um komplexe wissenschaftliche Themen geht. Für »Mein wunderbares Ich« war ich viel in Bibliotheken, habe aus wissenschaftlichen Datenbanken und Studien viele Informationen zusammengestellt und so viel wie möglich gelesen. Ich habe aber auch Gespräche mit vielen unterschiedlichen Expertinnen und Experten geführt. Insgesamt haben mir wirklich viele unterschiedliche tolle Menschen bei meinem Buchprojekt geholfen.



Warum ist Epigenetik besonders für junge Menschen so spannend?

Wenn wir jung sind, entwickeln wir uns noch besonders stark. Wir gehen spätestens in der Pubertät sehr intensiv den Fragen „Wer bin ich? Wer will ich mal sein? Was macht mich aus? etc.“ nach. Die Gestaltung unserer Identität hört zwar unser Leben lang nicht auf, doch wenn wir jung sind und heranwachsen, formen wir uns am meisten. Außerdem hilft Epigenetik auch dabei, zu verstehen, von wo wir eigentlich kommen und welche Einflüsse in uns wirken.

Inwiefern haben deine Eltern mit ihrem beruflichen Hintergrund deinen Forscherinnendrang geprägt? Ein Fall von Epigenetik? Was nimmt du?

Auf jeden Fall! Meine Mutter ist Ärztin und Psychoanalytikerin – das ist eine gute Kombination, um sich mit Epigenetik zu beschäftigen. Mit ihr rede ich viel über das Thema, aber nicht nur wegen ihres Berufs. Auch sie beschäftigt sich viel mit den Wurzeln und der Herkunft unserer Familie. Das ist auf jeden Fall auf mich übergegangen und war auch ein Grund, dass ich dachte: Mensch, wäre voll cool gewesen, wenn ich das schon viel früher alles erforscht hätte! Deswegen vielleicht auch das Sachbuch zu Epigenetik für Kinder.

Wie viel erfahren wir im Buch über dein eigenes Ich?

Schon sehr viel. Ich habe wirklich viele meiner Gedanken geteilt und mich so als Beispiel bereitgestellt. Die Frage nach dem „Ich“ ist eben sehr individuell und persönlich. Mit Beispielen von mir ist es für alle jungen Leserinnen und Leser hoffentlich etwas einfacher, das dann auf sich und ihr „Ich“ zu übertragen, sodass sie ihr wunderbares eigenes Ich mit Freude entdecken können.

Für Sie
zum
Abdruck!*



Clari

Das habe ich von meiner Mama:

Die große Neugier, die Freude am Leben und das Lachen

Das habe ich von meinen Papas:

Von meinem biologischen Papa habe ich vor allem sehr viel von dem, wie ich aussehe. Von meinem Papa, der mich großgezogen hat, habe ich mein Bastel- und

Tüftlerin-Gen und mein Geschick. Von meinem Physiker Herzenspapa habe ich meine pragmatische Art und Liebe für gutes Essen.

Das bin einfach Ich:

Wirbelig und noch sehr viel mehr, nur nicht einfach 😊

Das ist meine Marotte:

Ich brauche morgens mindestens 3 unterschiedliche Wecker

Das kann ich besonders gut:

Zuhören und für alles eine Lösung finden!



* kommen Sie bezüglich einer druckfähigen Version gerne auf mich zu!

Kontakt für Rückfragen:

Kristina Kredler, +49(89)4136-3739, kristina.kredler@penguinrandomhouse.de

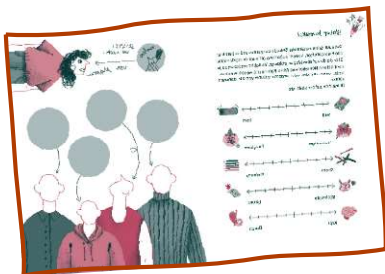
Wie man mit Hilfe der Epigenetik dem Ich auf die Spur kommt

Unsere Gene bestimmen grundlegend, wer wir sind – physisch wie charakterlich. Doch um zu erklären, wieso selbst Menschen mit denselben Genen (wie eineiige Zwillinge) nicht genau gleich sind, braucht es die Epigenetik. Sie ist die Brücke zwischen unseren Genen und prägenden Einflüssen aus der Umwelt. So nehmen unsere Gene Einfluss darauf, wie wir auf unsere Umwelt reagieren. Alles, was uns umgibt, nimmt aber gleichzeitig auch Einfluss auf unseren inneren Bauplan. Das Kindersachbuch »*Mein wunderbares Ich*« von Clarissa »Clari« Corrêa da Silva erklärt Kindern ab 10 Jahren, welche Faktoren für die Bildung unserer Identität verantwortlich sind, wie sie funktionieren und wie die Epigenetik alles zusammenhält.

»Die Epigenetik ist der Teil unserer Biologie, den wir selbst in der Hand haben. Und immer mehr Forschungsergebnisse zeigen, dass dieser Teil viel mächtiger ist, als man noch vor wenigen Jahren glaubte.«

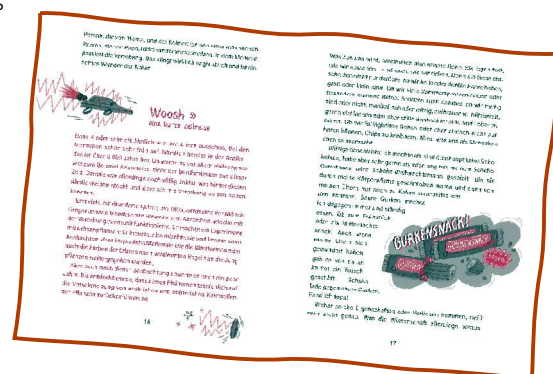
Clari in »*Mein wunderbares Ich*«

Was ist Epigenetik und wie funktioniert sie?



Epigenetik (von griech. epi = über) ist das Bindeglied zwischen Genen und äußeren Faktoren, die auf uns einwirken. Sie nimmt Einfluss darauf, welche Gene unter welchen Umständen wie und wie stark ausgelesen werden. Dazu nutzt die Epigenetik bestimmte Enzyme, die sie an die DNA anbaut. So entsteht eine zweite Informationsebene am Gen, die aber das Gen an sich nicht verändert. Diese **zusätzliche Ebene** wird **Epigenetischer Code** genannt und kann durch Faktoren wie Ernährung, Stress oder Traumata beeinflusst werden. Das **Potential** der Epigenetik wurde

in der Biologie lange vernachlässigt, weil man davon ausging, dass einzig unsere Gene bestimmen, wie wir sind. Doch heute wissen wir, dass auch unsere Erfahrungen, Werte und Lebensstile essentiell an der Gestaltung unserer Identität und unseres Körpers **beteiligt sind**. Das bedeutet auch: wir haben **viel mehr Einfluss** darauf, **wie und wer wir sind** und was wir an unsere Nachkommen weitergeben, als man bisher dachte.



Kontakt für Rückfragen:

Kristina Kredler, +49(89)4136-3739, kristina.kredler@penguinrandomhouse.de

Wenn Sie dieses Buch gelesen haben, wissen Sie:

- ✓ Wie viel von unseren Eltern in Uns steckt
- ✓ Was Gene überhaupt sind und woraus unsere innere Bauanleitung besteht
- ✓ Wie Epigenetik Einfluss auf Uns nimmt
- ✓ Wie Wir Einfluss auf unsere Epigenetik nehmen (können)
- ✓ Was mit Uns in der Pubertät eigentlich los ist
- ✓ Warum Epigenetik gerade in dieser Phase eine wichtige Rolle spielen kann

Für Sie
zum
Abdruck*

BUCHSTABENSALAT

Findest du alles,
was in dir steckt?

V Y H D B Z R U K D E
W B S W D T A L E N T
I C H Z O A J H Q A R
X C O E X I I V T L R
X E R L E B N I S H P
F K M L R E C S L P G
I Q O E Z E U T N F E
V W N N V S Y Ä T B G
O S U P E R K R A F T
U S F S Z V X K K M B
M Y T R Ä U M E R T G

Zellen

DNA

Hormon

Stärke

E_ _ _ _ _

T_ _ _ _

T_ _ _ _

Finde die im Buchstabensalat versteckten Wörter

* kommen Sie bezüglich einer druckfähigen Version gerne auf mich zu!

Kontakt für Rückfragen:

Kristina Kredler, +49(89)4136-3739, kristina.kredler@penguinrandomhouse.de