

IN DIESER AUSGABE



Psychologie

Wunde am Selbst

20 Scham wühlt uns innerlich auf. Wann würden wir für unsere Fehlritte am liebsten im Erdboden versinken?

Von Annette Kämmerer

26 Serie »Denkschulen der Psychologie« Teil 2 Gemachte Welt

Ob das, was wir für die Realität halten, in Wahrheit nur ein Produkt unseres Geistes ist, diskutieren Vertreter des Konstruktivismus.

Von Luisa Maria Schulz

30 Gute Frage Verarbeitet das Gehirn 95 Prozent aller Informationen unbewusst?

Die Antwort weiß die Freiburger Psychologin Andrea Kiesel.

32 Die Stimme aus dem Inneren

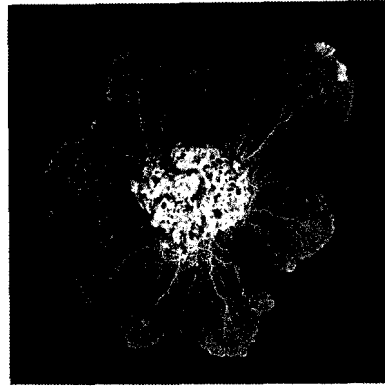
Können wir uns bei Entscheidungen auf unsere Intuition verlassen?

Von Laura Kutsch

36 Die größten Experimente Lob der Selbstkontrolle

Was der Marshmallow-Test über den Charakter verrät.

Von Daniela Ovadia



Hirnforschung

Schlaue Schleimpilze

40 Selbst einfache Organismen wie Schleimpilze können lernen und ihr Wissen sogar miteinander teilen. Doch handelt es sich dabei tatsächlich um eine primitive Form der Kognition?

Von Katia Moskvitch

48 Schaden Smartphones unseren Kindern?

Whatsapp, Youtube, Instagram – und das täglich stundenlang! Forscher haben damit begonnen, den Einfluss der sozialen Medien auf das Gehirn Heranwachsender genauer unter die Lupe zu nehmen.

Von Carlin Flora

54 Jobverteilung im Gehirn

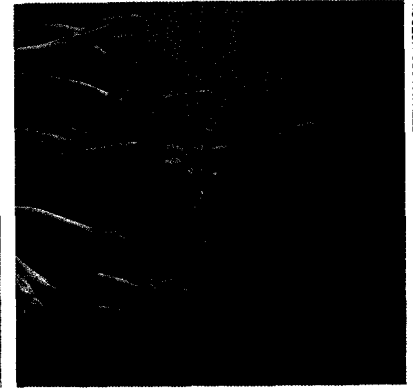
Mit einem neuen Verfahren erkunden Neurowissenschaftler die Aufgaben einzelner Hirnareale.

Von Sarah Genon, Anna Placht und Simon Eickhoff

58 Qual der Wahl

Angst verändert Schaltkreise im Gehirn. Darunter leidet unglücklicherweise auch jenes neuronale Netzwerk, das wir für vernünftige Entscheidungen brauchen.

Von Daniela Ovadia



Medizin

Albträume umschreiben

64 Gruselige Träume, die uns vor lauter Angst, Ekel oder Trauer erwachen lassen, kennt jeder. Wenn sie jedoch zu oft auftreten, können sie zur psychischen Belastung werden. Die gute Nachricht: Es gibt eine einfache und effektive Abhilfe.

Von Joachim Retzbach

72 Verhängnisvolle Entzündung

Immer mehr Studien deuten darauf hin, dass Entzündungsprozesse im Gehirn eine Rolle bei Alzheimer spielen könnten. Wie lassen sich die schädlichen Immunreaktionen unterbinden?

Von Alison Abbott

78 Der rätselhafte Fall Der Fremde in meinem Bett

Nach einem Schlaganfall wähnt ein Mann ein Phantom neben sich – doch was ihm fremd vorkommt, sind in Wahrheit seine eigenen, gelähmten Glieder.

Von Patrick Verstichel



GRUIZZA / GETTY IMAGES / ISTOCK

Titelthema: Mindset Die Kraft der Gedanken

12 Das persönliche »Mindset« – also die Einstellung etwa gegenüber der eigenen Ernährung, dem Schlaf oder Alltagsstress – beeinflusst stark, wie gesund und belastbar wir sind. Psychologen wie Alia Crum von der Stanford University bestätigen die verblüffende Wirkung des Geistes auf den Körper und plädieren dafür, dieses Potenzial für ein zufriedeneres Leben zu nutzen.

Von David Robson

Editorial 3

Geistesblitze

u. a. mit diesen Themen: Die durchsichtige Maus / Rückwärtslaufen hilft beim Erinnern / Autismus-Diagnose per Speichelprobe / Der Unterschied zwischen Fan und Fanatiker / Wie Kaffee Parkinson vorbeugt **6**

Therapie kompakt

Mütter von Jungs neigen zu Wochenbettdepression / Mit Handyvideos gegen Zwangssymptome / Gewalt lässt Kinder schneller altern **62**

Bücher und mehr

Manuela Macedonia: Beweg dich! Und dein Gehirn sagt Danke / Edith Sheffer: Aspergers Kinder / Yael Adler: Darüber spricht man nicht **81**

Impressum 86

TV- & Radiotipps 87

Vorschau 89



STEFFEN JANICKE: MIT FRIDL. GEN. VON ECKART VON HIRSCHHAUSEN

Hirschhausens Hirnschmalz
Die Erde als Patient **90**

Gehirn&Geist

Verpassen Sie keine Ausgabe!

www.gehirn-und-geist.de/abo