

IN DIESER AUSGABE

Psychologie

Auf Abstand: Nähe und Distanz

22 Wenn uns jemand zu dicht auf die Pelle rückt, fühlen wir uns unwohl. Grund dafür sind bestimmte Nervenzellen im Gehirn, die einen unsichtbaren Schutzwall um den Körper erzeugen – und notfalls Alarm schlagen.

Von *Anna Lorenzen*

30 Schluss mit der Sonderregelung

Wer Psychotherapeut werden will, muss sich derzeit auf eine lange, kostspielige Ausbildung einstellen. Ein neues Direktstudium soll das ab September 2020 ändern.

Von *Corinna Hartmann*

36 Interview »Mit jedem Erfolg wächst die Angst aufzufliegen«

Manche Menschen sind talentiert und erfolgreich – nehmen sich aber gar nicht so wahr. Was gegen nagende Selbstzweifel und das Gefühl der Hochstapelei hilft, erklärt die Psychologin *Sonja Rohrmann*.

Hirnforschung

Kein Zutritt für Belangloses!

42 Ständig strömt eine Flut von Sinnesreizen auf uns ein. Dank eines eingebauten Filters gelingt es unserem Gehirn jedoch, Unwichtiges auszublenden.

Von *Jordana Cepelewicz*

47 Sprachbegabte Maschinen

Seit Kurzem übertrifft eine künstliche Intelligenz namens BERT bei Lesetests sogar Menschen. Was steckt hinter dieser Erfolgsgeschichte aus dem KI-Labor?

Von *John Pavlus*

52 Gute Frage Warum sehen wir die Welt stabil, selbst wenn wir unsere Augen bewegen?

Der Neurophysiker *Frank Bremmer* erklärt, wie das Gehirn ein klares Bild der Umgebung erzeugt.

54 Meilensteine Die Offenbarungen des Kalmars

In den 1940er Jahren lösen Andrew Huxley und Alan Hodgkin mit Hilfe der Riesenaxone des Tintenfischs das Rätsel der neuronalen Erregungsleitung.

Von *Laura Poupon*

Medizin

Behandlung unter Trance

62 Schmerzen und Ängste lassen sich unter Hypnose bekämpfen. Und zwar so effektiv, dass dies bei Operationen mitunter sogar die Narkose erspart.

Von *Fanny Jimenez*

70 Igitt, Löcher!

Bimsstein, Schwämme, Lotossamenkapseln – Menschen mit Trypophobie ekelt der Anblick scheinbar harmloser Gegenstände. Was steckt hinter ihrer Abneigung? (Die Fotos auf S. 74 und 75 zeigen für Betroffene möglicherweise problematische Bildmotive!)

Von *Chrissie Giles*

76 Der Wert des Andersseins

Befürworter der Neurodiversität sehen im Autismus keine Krankheit, sondern eine individuelle Besonderheit, ja Begabung. Wird diese Sichtweise den Betroffenen gerecht? Und wo beginnt eine »Störung«?

Von *Iris Proff*

Editorial	3
Geistesblitze	
u. a. mit diesen Themen: Wie ein rätselhaftes Gehirn Jahrtausende überdauerte / Warum Männer Frauen manchmal falsch verstehen / Künstliches Neuron soll Krankheiten heilen / Ängste vergessen mit Achtsamkeit / Keine Lust auf Mitgefühl	6
Therapie kompakt	
Hilfe bei Traumata / Hunde und Schizophrenie / Feedback in der Psychotherapie	60
Impressum	75
Bücher und mehr	
u. a. mit Katharina Zweig: Ein Algorithmus hat kein Taktgefühl / Matthias Lohre: Das Opfer ist der neue Held	82
TV- & Radiotipps	87
Vorschau	89

Titelthema: Authentizität

Echt jetzt

12 »Sei einfach du selbst!« – dieser Appell begegnet einem häufig. Doch was bedeutet das eigentlich? Laut Forschern hebt das Gefühl, authentisch zu sein, unser Wohlbefinden.

Von Steve Ayan

18 Eine nützliche Illusion

Psychologische Studien wecken Zweifel daran, ob es einen wahren inneren Wesenskern des Menschen wirklich gibt. Daran zu glauben, hat dennoch einiges für sich.

Von Scott Barry Kaufman

Hirschhausens Hirnschmalz
Lügen und Lügen lassen **90**