

Editorial	3
Geistesblitze u. a. mit folgenden Themen: Hirnnetzwerk gegen peinliches Schweigen · Ein schweifender Blick hilft der Kreativität · Im- plantat erlaubt es Gelähmten zu gehen · Entdeckung der Lunge- Hirn-Achse · Fleisch fressende Pflanzen lassen sich betäuben	6
Infografik Wissenschaft verstehen	30
Gute Frage Sind psychische kranke Menschen gefährlich?	38
Therapie kompakt Lieber Stärken ausbauen als Schwächen ausbügeln · Depressive nehmen (zu) viele Medikamente · Messietum und Aufmerksamkeitsdefizit hängen zusammen	46
Bücher und mehr u. a.: Volker Kitz: Konzentration · Daphna Joel, Luba Vikhanski: Das Gehirn hat kein Geschlecht · Bernhard Bogerts: Woher kommt Gewalt?	74
TV- & Radiotipps	80
Impressum	81
Vorschau	82

Titelthema

Des einen Last, des anderen Lust

12 Serie »Stress und seine vielen Facetten« (Teil 3) Auf Stress reagiert der Organismus mit einem »Kampf-oder-Flucht«-Reflex, der auf Dauer krank macht. Dabei beeinflusst aber vor allem die mentale Haltung, das Mindset, ob wir eine Aufgabe überhaupt als belastend empfinden.

Von Catherine de Lange

»Krisen machen resistent«

18 Der Hirnforscher Achim Peters erklärt, warum manche Menschen mit Unsicherheit besser umgehen – und was wir von ihnen lernen können.

24 Wissenschaftsfreiheit Forscher am Pranger

Expertinnen und Experten, die sich mit kontrovers diskutierten Themen beschäftigen, werden zunehmend zur Zielscheibe von Shitstorms und Hasskampagnen.

Von Corinna Hartmann

32 Covid-19 Generation Pandemie

Für Kinder, die während der Pandemie geboren wurden, gehören Masken und Kontaktbeschränkungen zur Normalität. Wie wirkt sich das auf die Kleinen aus? Entwicklungspsychologen suchen nach Antworten.

Von Melinda Wenner Moyer

40 Psychotherapie »Der Schulenstreit ist längst überholt«

Serie »Wie Psychotherapie wirkt« (Teil 2) Was eint Verhaltenstherapie und psychodynamische Verfahren? Und welche neuen Behandlungsansätze machen Hoffnung? Darüber sprechen die Therapieforscher Wolfgang Lutz und Bernhard Strauß im Interview.

48 Hypothermie Kühlen Kopf bewahren

Nach einem Kreislaufstillstand fehlt es dem Gehirn an Sauerstoff. Der gezielte Einsatz von Kälte kann das Organ vor den schwersten Schäden bewahren.

Von Linda Fischer

58 Plastizität Wie Yoga das Gehirn verändert

Yoga vermag nicht nur Stress und Schmerzen zu lindern, die fernöstliche Praktik soll auch die Kognition und die Hirnsubstanz beeinflussen. Was sagt die Neurowissenschaft dazu?

Von Stella Marie Hombach

64 Bildgebung Illusionen aus dem Hirnscanner?

Eine angehende Kognitionswissenschaftlerin lernt die Tücken der Magnetresonanztomografie kennen.

Von Kelsey Ichikawa

Gehirn&Geist
Verpassen Sie keine Ausgabe!