

<b>Editorial</b>	<b>3</b>
<b>Geistesblitze</b> u. a. mit folgenden Themen: Pinguine schlafen 10 000-mal am Tag ein · Ursachen von Neuro- Covid ein Stück näher · Was Vorgesetzte am meisten nervt · Zeit in der Natur ist Geld wert	<b>6</b>
<b>Gute Frage</b> Kann man ohne Frühstück schlechter denken?	<b>38</b>
<b>Therapie kompakt</b> Stressmanagement-Kurs hilft gegen Depression · Gute Gesell- schaft lindert Traumafolgen · Anorexie trifft eher Morgen- menschen	<b>52</b>
<b>Bücher und mehr</b> u. a.: Manon Garcia: Das Ge- spräch der Geschlechter · Helga Nowotny: Die KI sei mit euch · Sarah Benz, Katrin Trommler: Sarggeschichten · Oliver Burke- man: Das Glück ist mit den Realisten	<b>72</b>
<b>TV- &amp; Radiotipps</b>	<b>80</b>
<b>Impressum</b>	<b>81</b>
<b>Vorschau</b>	<b>82</b>

## Titelthema

### Musik im Blut

**12** Es gibt Menschen, die schon mit vier meisterhaft Klavier spielen, anderen fällt es zeitlebens schwer, im Takt zu klatschen. Was bestimmt, wie musikalisch wir sind?

Von Frank Luerweg

### **20 Stockholm-Syndrom Sympathie für den Teufel**

Eine spektakuläre Geiselnahme gab dem Stockholm-Syndrom seinen Namen. Der Fall zeigt: Einigkeit mit dem Entführer muss nicht irrational sein – und Gut und Böse nicht immer klar verteilt.

Von Corinna Hartmann

### **28 Bindungsstörung Wenn das Mutterglück ausbleibt**

Manche Mütter verspüren keine Glücksgefühle beim Anblick ihres Babys. Videogestützte Therapien können ihnen helfen.

Von Marlene Krauch

### **34 Postpartale Depression**

»Die Probleme der Väter werden noch oft übersehen«

Weshalb Männer nach der Geburt ihres Kindes an einer Depression erkranken können, ist bislang kaum erforscht. Im Interview berichtet die Psychiaterin Sarah Kittel-Schneider über die möglichen Ursachen.

### **40 Yoga Zwischen Lifestyle und Therapie**

Der Psychologe Holger Cramer untersucht die Wirkung von Yoga auf Körper und Geist mit naturwissenschaftlichen Methoden. Ein Interview.

### **46 Botox Ein Nervengift als Antidepressivum?**

Nach Überzeugung einiger Mediziner bekämpft Botox nicht nur Falten, sondern auch Depressionen. Es gibt aber Kritik an dieser Theorie.

Von Sina Horsthemke

### **54 Langzeiteffekt So verändern Psychopharmaka das Gehirn**

Die meisten Medikamente gegen psychische Störungen greifen in den Hirnstoffwechsel ein. Was das langfristig mit unserem Denkorgan anstellt, ist bei vielen dieser Arzneien unklar.

Von Janosch Deeg

### **60 Zahlensinn Die magische Vier**

Im Gehirn repräsentieren einzelne Neurone jeweils bestimmte Zahlen. Bis zur Anzahl von vier funktioniert dieser Mechanismus praktisch fehlerfrei.

Von Yasemin Saplakoglu

### **66 Affective Computing Wie KI Gefühle erfasst**

Künstliche Intelligenz wird immer besser darin, komplexe menschliche Emotionen zu erkennen. Wie weit ist die Technologie und welche Gefahren birgt sie?

Von Thomas Brandstetter

SERIE »FALLSTRICKE DER ELTERNCHAFT« TEIL 1