Gehirn&Geist gibt es auch in digitaler Form!

Bestellen Sie jetzt Ihr Digitalabonnement
und verpassen Sie keine Ausgabe!

ISTOCK / INDIGOLT

Das Digitalabo von **Gehirn&Geist**
kostet im Jahr € 60,– (ermäßigt € 48,–).

(Angebotspreise nur für Privatkunden)

Oder QR-Code
per Smartphone
scannen und
Angebot sichern!

ISTOCK / DEKLOFENAK2

www.gehirn-und-geist.de/digitalabo

Gehirn&Geist 8/2017 erscheint am 7. Juli

GALLERY STOCK / HOWARD MCALPINE

Sinn macht gesund

Ob dank Arbeit, Kindern oder Ehrenamt – wer sein Leben als sinnvoll empfindet, lebt nicht nur glücklicher, sondern auch gesünder. Mediziner entdecken immer mehr Hinweise darauf, dass Menschen, die ihrem Tun eine Bedeutung beimessen, besser gegen Stress gefeit sind und seltener an Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Demenz leiden. Welche biologischen Mechanismen stecken dahinter? Und kann eine Sinntherapie vielleicht sogar Krebspatienten helfen?

KATARZYNABIALASIEWICZ / GETTY IMAGES / ISTOCK

Geteiltes Leid

Viele Menschen mit psychischen Problemen sind skeptisch gegenüber Gruppentherapien. Zu Unrecht, denn Studien zeigen, dass solche Behandlungen bei einer Vielzahl von Störungen sehr gut wirken. Die Patienten erfahren nicht nur, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind, sondern profitieren offenbar auch von den Fortschritten der anderen.

Mein Jahr auf dem Mars

Die Physikerin Christiane Heinicke lebte für ein NASA-Experiment 365 Tage lang isoliert mit fünf Kollegen in einer simulierten Raumstation auf Hawaii. Sie berichtet von ihrer Zeit in der Mars-WG, von Stimmungstiefs, Konflikten, Einsätzen im Raumanzug und der Sehnsucht nach Grün.

Bewusstsein erklären

Im zweiten Teil unserer Neurophilosophie-Serie stellt Michael Pauen von der Berliner Humboldt-Universität eine steile These vor: Ihm zufolge lässt sich die oft beschworene Erklärungslücke zwischen körperlichen und geistigen Vorgängen schließen – auch wenn das heute noch schwer vorstellbar erscheint. Bewusstsein ist demnach genauso objektiv erklärbar wie jedes andere Naturphänomen.

Newsletter

Lassen Sie sich jeden Monat über Themen und Autoren des neuen Hefts informieren! Wir halten Sie gern per E-Mail auf dem Laufenden – natürlich kostenlos. Registrierung unter:

www.spektrum.de/gug-newsletter