

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7
1. Einleitung	9
2. Grundaussagen der modernen Gehirnphysiologie	21
2.1 Die Funktion des Gehirns bei der Steuerung menschlichen Verhaltens	21
2.2 Das limbische System als Sitz der Gefühle	33
2.3 Die Legende von den drei Hirnen im Kopf	44
2.4 Die Bedeutung des Gedächtnisses	49
2.5 Der Anteil der Gene	69
2.6 Gesundheit und Krankheit aus der Sicht der Gehirnphysiologie	81
3. Menschliche Grundbefindlichkeiten und das Gehirn	86
3.1 Menschliche Aggressivität	86
3.1.1 Wie funktioniert der „Adrenalinstoß“?	86
3.1.2 Sind Jungen aggressiver?	89
3.2 Angst	94
3.2.1 Die Natur der Angst	94
3.2.2 Biochemische Grundlagen der Angst	97
3.3 Depression	101
3.3.1 Die Natur der Depression	101
3.3.2 Biochemische Grundlagen der Depression	105
4. Behandlungsmöglichkeiten	112
4.1 Die unterschiedlichen therapeutischen Möglichkeiten und die Gehirnforschung	112
4.1.1 Redetherapien	112

4.1.2 Körpertherapien	118
4.1.3 Psychopharmaka	124
4.2 Therapie spezifischer Störungen	129
4.2.1 Hyperaktivität	129
4.2.2 Wie man Angst behandeln kann	136
4.2.3 Suizid und Suizidgefährdung	142
4.2.4 Süchte und Suchtgefährdung	144
5. Das Problem der Willensfreiheit und das Gehirn	156
Literatur	166
Register	171