



## Gehirn und Geist



Die Ausgabe des Heftes 04/20 bietet auf 89 Seiten verschiedenste Themen zum Schmökern. Besonders ausgiebig wird das Thema „Tanzen“ behandelt. Neben der Botschaft, dass Rhythmusgefühl jedem in die Wiege gelegt wurde, also jeder und jede tanzen „kann“, geht es um die gesundheitsfördernde Wirkung der Bewegung zu Musik. Tanzen wird sogar bei Erkrankungen, wie Morbus Parkinson, als Therapie eingesetzt.

Weiter bietet das Heft den Bericht über das Demenzdorf (siehe Zusammenfassung im NL) und ganz aktuell eine Auseinandersetzung mit dem Titel „Bloß keine Vorurteile.“ Interessant auch der Artikel zur „Selbstwahrnehmung“, in dem es um die Schwierigkeit geht,

eigene Fehler zu erkennen.

Neuestes aus der Hirnforschung („Wie schafft es unser Gehirn, Informationen so effizient zu verarbeiten“ und „Rauschen mit tieferem Sinn – der Geheimcode des Gehirns“) ergänzen die Ausgabe.

Ein dunkles Kapitel der Medizingeschichte um den Kinderarzt Dr. Asperger versetzt uns kurzzeitig in Zeiten zurück, die man nie vergessen sollte.

Das Heft schließt mit einem kritischen Artikel über „Placebos“ und einer Auseinandersetzung mit „Der Pille gegen Psychosen-Chlorpromazin.“

Der Vorteil gegenüber Fachbüchern liegt in der Vielfältigkeit der angebotenen Themen und in der guten Aufbereitung der Inhalte; mitgeliefert werden auch die Literaturhinweise, sodass man sich auch vertiefend mit den Inhalten beschäftigen kann.

Im Download erhältlich um € 5,99!

<https://www.spektrum.de/magazin/gehirn-und-geist/>

*Helga Schloffer*