

GEFÜHLE: WOZU?

- 8 HEIKO ERNST
Wozu sind Gefühle gut?
- 14 „Emotionen sind Geschenke der Natur“
EIN GESPRÄCH MIT JAAK PANKSEPP
- 18 HEIKO ERNST
Empathie: Die Gefühle der anderen
- 22 ANNE-EV USTORF
Die Unfähigkeit, Gefühle wahrzunehmen
- 26 BJÖRN SÜFKE
Die Angst der Männer vor Gefühlen

- 3 EDITORIAL
- 5 IMPRESSUM
- 62 MARKT
- 98 CARTOON

GEFÜHLE: BEEINFLUSSEN

- 32 THOMAS SAUM-ALDEHOFF
Wie ist die Stimmung?
- 38 HEIKO ERNST
Gut gelaunt, schlecht gelaunt
- 42 ANNETTE SCHÄFER
So bleiben Sie bei Laune
- 48 MATTHEW MCKAY, MARTHA DAVIS,
PATRICK FANNING
Stimmungsmanagement:
Wir fühlen, was wir denken
- 54 NEWS

GEFÜHLE AKZEPTIEREN – ALLE!

- 66 ALICE HOLZHEY
Angemessene Gefühle
- 72 „Angst ist eine Möglichkeit
der Selbstbestimmung“
EIN GESPRÄCH MIT ARNOLD RETZER
- 76 DORETTE GÜHLICH
Sentimentalität: Die Verklärung
des Vergangenen
- 82 WILHELM SCHMID
Ärger: sich Luft verschaffen
- 86 EVELYN HORSCH, MARIA SPECK
Schadenfreude – tatsächlich die
„schönste“ Freude?
- 90 HANNELORE HIPPE
Melancholie – eine völlig verkannte
Emotion
- 92 „Melancholie will gelebt werden“
EIN GESPRÄCH MIT JOSEF ZEHENTBAUER
- 94 DORETTE GÜHLICH
Langeweile: Die produktive Kraft