

Human Touch

Warum körperliche Nähe so wichtig ist

"Und es hat klick gemacht" - ist das der Fall, war meist eine Berührung im Spiel. Schon unwillkürliche Berührungen im Alltag beeinflussen unsere Entscheidungen, sie eröffnen uns den Zugang zu verschütteten Gefühlen oder bringen uns zurück ins Gleichgewicht. Wie "human touch" wirkt und warum er so wichtig ist, schildert die junge Neurowissenschaftlerin Rebecca Böhme in diesem außergewöhnlich anschaulichen und einfühlsamen, im wahrsten Sinne berührenden Buch.

Die Wissenschaft der menschlichen Berührungen ist jung. Vor kurzem noch galt bei Babys wie bei älteren Menschen: Anfassen verboten. Heute wissen wir: Neugeborene, die direkt nach der Geburt intensiven Hautkontakt erfahren, sind mit einem Jahr weniger schnell frustriert und können sich selbst besser beruhigen. Bis ins hohe Alter hinein bleibt körperlicher Kontakt essentiell wichtig für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Der Mensch ist ein Kontaktwesen, Streicheln kein Luxus, sondern Überlebensmittel. Wer berührt wird, lebt länger und erholt sich schneller von Erkrankungen. Ein Mangel an Berührung hingegen kann regelrecht krank machen. Rebecca Böhme zeigt, was in unserem Körper und Kopf passiert, wenn wir berührt werden, sie untersucht das Trendphänomen der Kuschelpartys und fragt nach der Möglichkeit von Berührung in Fernbeziehungen.

"Und es hat klick gemacht" - ist das der Fall, war meist eine Berührung im Spiel. Schon unwillkürliche Berührungen im Alltag beeinflussen unsere Entscheidungen, sie eröffnen uns den Zugang zu verschütteten Gefühlen oder bringen uns zurück ins Gleichgewicht. Wie "human touch" wirkt und warum er so wichtig ist, schildert die junge Neurowissenschaftlerin Rebecca Böhme in diesem außergewöhnlich anschaulichen und einfühlsamen, im wahrsten Sinne berührenden Buch.

Die Wissenschaft der menschlichen Berührungen ist jung. Vor kurzem noch galt bei Babys wie bei älteren Menschen: Anfassen verboten. Heute wissen wir: Neugeborene, die direkt nach der Geburt intensiven Hautkontakt erfahren, sind mit einem Jahr weniger schnell frustriert und können sich selbst besser beruhigen. Bis ins hohe Alter hinein bleibt körperlicher Kontakt essentiell wichtig für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Der Mensch ist ein Kontaktwesen, Streicheln kein Luxus, sondern Überlebensmittel. Wer berührt wird, lebt länger und erholt sich schneller von Erkrankungen. Ein Mangel an Berührung hingegen kann regelrecht krank machen. Rebecca Böhme zeigt, was in unserem Körper und Kopf passiert, wenn wir berührt werden, sie untersucht das Trendphänomen der Kuschelpartys und fragt nach der Möglichkeit von Berührung in Fernbeziehungen.



14,95 €

13,97 € (zzgl. MwSt.)

*sofort versandfertig, Lieferzeit: 1-3
Werktage*

Artikelnummer: 9783406725906

Medium: Buch

ISBN: 978-3-406-72590-6

Verlag: Verlag C. H. Beck GmbH & Co.
KG

Erscheinungstermin: 25.01.2019

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2019

Serie: Beck Paperback

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 240 g

Seiten: 192

Format (B x H): 123 x 203 mm

