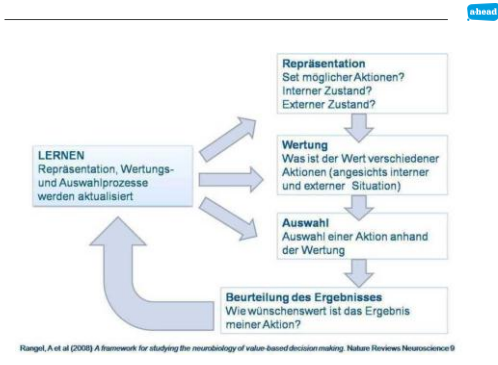




Emotionen – wozu?

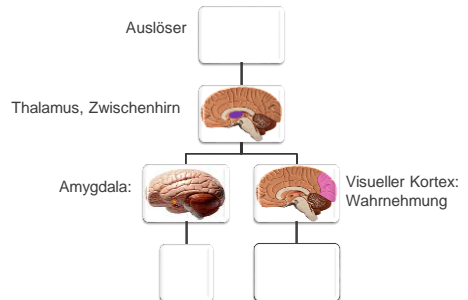
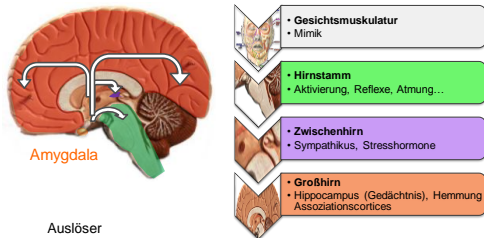


© ahead / Institut für Verhaltenswissenschaft, Universität Wien, www.ahead.at, Wien 2015

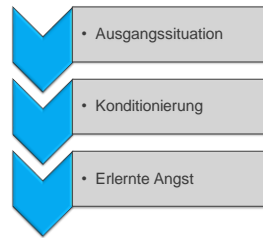


Unbehagen:  
Angst und Stress  
im Gehirn

Kaskade der Angst



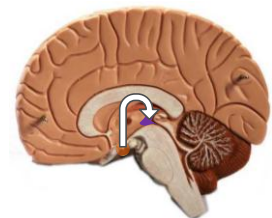
Ängste lassen sich nicht rational ausschalten.



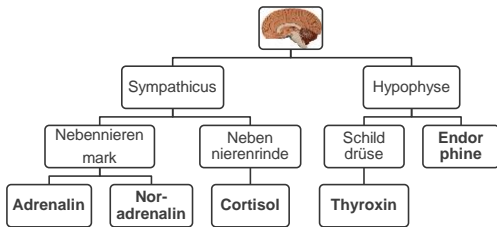
Wir können Angst erlernen



Wir können Angst verlernen!



ahead



ahead

Stress macht krank.  
Stress verhindert  
Lernprozesse.

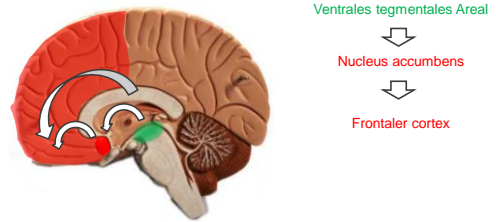
ahead

Wohlbefinden:  
Motivation und  
Freude im Gehirn

Unbehagen:  
Angst und Stress  
im Gehirn

ahead

Motivation im Gehirn



ahead

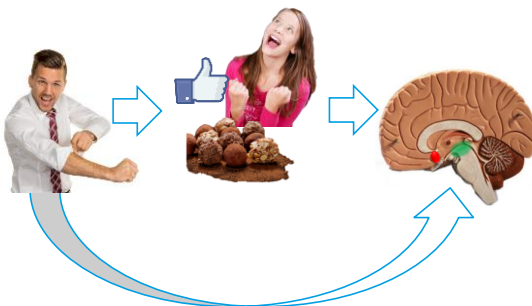
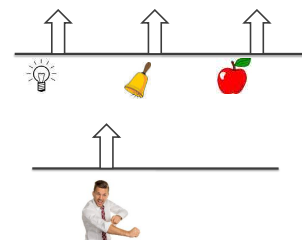


Abb. Fotolia

ahead



Schultz, W. (1998) Predictive Reward Signal of Dopamine Neurons. J. Neurophysiol 80: 1-27 Neurons.

## Hörbücher Gehirn und Glück



www.gluckstraining.at

Wer ein Leben lang lernt,  
bleibt ein Leben lang  
lernfähig.

**Katharina Turecek**  
Fitnesstrainerin fürs Gehirn

Institut für Gehirntraining  
www.a-head.at  
+43 676 71 24 796  
katharina.turecek@a-head.at