



## Fragen an das Leben



**Wandelbar**  
Nur Fressen und  
zum schönen  
Schmetterling  
werden. Raupe  
müsste man sein



# 1

## DAS SAGT DER NEUROLOGE

DR. CHRISTOF KESSLER

„Durch Vererbung und Erziehung sind die meisten individuellen Charaktereigenschaften vorgeformt. Trotzdem ist eine Änderung der Persönlichkeit auch im Erwachsenenalter möglich. Der Grund ist die Plastizität des Gehirns, welches sich kontinuierlich an neue Gegebenheiten anpasst. Das menschliche Gehirn verfügt über ein Glücks- und Belohnungssystem, welches bei Erfolgserlebnissen und positiven Erfahrungen spezielle Überträgerstoffe aktiviert, die uns zufrieden und glücklich machen. Dies motiviert uns, diesen positiven Zustand zu wiederholen. Die Folge kann eine Verhaltensänderung sein: Der Nörgler wird verständig, die schwierige Person kompromissbereit, denn es winkt die Belohnung.“

*Prof. Dr. med. Dr. h. c. Christof Kessler ist Autor des Buchs „Glücksgefühle – wie Glück im Hirn entsteht“ (C. Bertelsmann Verlag, 22 €)*

## Kann sich ein Mensch ändern?

Bei dem Satz „Schatz, ich ändere mich!“ läuten bei uns die Alarmglocken. Gesagt ist so was schnell. Aber ist es wirklich möglich, **ungeliebte Eigenschaften** einfach loszuwerden? Drei persönliche Antworten