

# FÜR SIE

## Warum mitfühlende Menschen länger leben

24.05.2009 - 12:26 Uhr, FÜR SIE

Hamburg (ots) - "Nur die Stärksten überleben" lautet das Motto in unserer Gesellschaft. Eine These, der US-Wissenschaftler Dacher Keltner energisch widerspricht. "Meine Forschungen belegen, dass nicht nur die individuelle Stärke in der Evolution entscheidend ist, sondern vielmehr Eigenschaften wie Mitgefühl, Dankbarkeit, und Großzügigkeit", sagt der Professor für Psychologie an der University of California im Gespräch mit der Frauenzeitschrift FÜR SIE (12/09; EVT: 26. Mai). Allein der Blick in die Historie zeige, dass unsere Kultur sichtlich humaner werde. "Im Laufe der Jahrhunderte ist Mitgefühl zu einem unserer führenden ethischen Prinzipien geworden."

Zudem würden freundliche Menschen weltweit Vorzug genießen. "Wir haben in Studien festgestellt, dass sich Menschen immer die vertrauenswürdigeren Personen als Freunde und Partner aussuchen." Weiteres Ergebnis: "In sämtlichen Tests, mit denen wir Mitgefühl nachweisen können, schneiden Frauen besser ab als Männer", gibt Keltner zähneknirschend zu. "Sie können ihre Emotionen auch besser ausdrücken, haben mehr Vertrauen in andere."

Von der eigenen Freundlichkeit und Mitgefühl profitiere man übrigens auch gesundheitlich. "Aus der Hirnforschung wissen wir, dass das Geben bestimmte Hirnregionen anregt", erläutert der Experte. "Es werden chemische Stoffe ausgeschüttet, die uns glücklich machen." Geben und Helfen stärke nachweislich das Immunsystem, man lebe länger und gesünder.

Mitgefühl sei insofern keineswegs ein Zeichen von Schwäche, wie man im Westen gern glaube. Östliche Kulturen dagegen hielten es für eine dynamische und mächtige Emotion. "Leute aus ostasiatischen Kulturen schneiden in Mitgefühl-Tests gut ab", sagt Dacher Keltner. Sie vertrauten ihren Mitmenschen mehr, die Verbrechensraten seien niedriger. "Das sind alles Indikatoren für ein freundliches Volk."

Diese Meldung ist unter Quellenangabe FÜR SIE zur Veröffentlichung frei.

Rückfragen an:  
Dennis Kayser  
Redaktion FÜR SIE  
Tel. 040/2717-3271  
Fax 040/2717-2059

Bitte Kontaktdaten nicht veröffentlichen.

@@infblk@@

Pressekontakt:  
Mona Burmester  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
JAHRESZEITEN VERLAG  
Tel. 040/2717-2493  
Fax 040/2717-2063  
E-Mail [presse@jalag.de](mailto:presse@jalag.de)

Originaltext:

Pressemappe:

Pressemappe als RSS:

FÜR SIE

<http://www.presseportal.de/pm/6558/fuer-sie>

[http://presseportal.de/rss/pm\\_6558.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_6558.rss2)