

# Neue Erfahrungen können glücklich machen

Hamburg (dpa/gms) - Herausforderungen und neue Erfahrungen spornen an und lösen Glücksgefühle aus. Das geht aus Studien der Universität von Südkalifornien und der Emory-Universität Atlanta hervor, wie die Zeitschrift "Vital" berichtet.

"Im Moment der Erkenntnis von etwas Neuem werden im Gehirn körpereigene Opiate freigesetzt. Dadurch entsteht ein Hochgefühl", erläutert Hirnforscher Irving Biedermann. Dabei sei es egal, ob es sich bei der neuen Erfahrung um Sushi-Essen, einen Marathonlauf oder eine neue Liebe handelt. Auch ungewohnte Tätigkeiten wie das Ausprobieren neuer Wege mit dem Rad oder neue Tänze können für Glücksgefühle sorgen.

*Quelle:* <http://magazine.web.de/de/themen/lifestyle/leben/gesellschaft/3647746-Neue-Erfahrungen-koennen-gluecklich-machen.html> (01.03.2007; 10:40 Uhr)