

# Gefühlsbrei

Gefühle steuern nicht nur, wieviel wir essen, sondern auch, worauf wir dabei den größten Appetit entwickeln. Das ermittelte laut Apotheken Umschau die Psychotherapeutin Cynthia Power aus Illinois/USA, indem sie das Eßverhalten von 500 Versuchspersonen unter die Lupe nahm. Wer sich ärgert, neigt eher zu Fleisch, Trauer wird mit Süßigkeiten bekämpft. Einsame greifen zu Nudeln oder Reis, Gestreßte knabbern salzige Chips und trinken mehr als sonst. Sexuell Frustrierte essen Kohlenhydrate, und Eifersüchtige stopfen fast alles in sich hinein, was sie finden können.

(ots/jW)

*<https://www.jungewelt.de/artikel/76029.gefuelsbrei.html>*