

TITEL

16 **Toxische Beziehung**

Wie wir verletzende Muster erkennen und lernen, unsere eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen

Von Anne Otto

26 **„Meine Tochter und ich sind eins“**

Die Therapeutin Claudia Haarmann über schädigende Eltern-Kind-Beziehungen

12 **Im Fokus: „Es fehlt oft noch die persönliche Reife“**

Diplompsychologe Steffen Fliegel über die Probleme der neuen Psychotherapeutenausbildung

30 **Ein Aquarium im Wohnzimmer**

Klingt nach Ruhe – aber das täuscht
Von Jörg Scheller

36 **Mir fehlen die Worte**

Über den Umgang mit Tod und Trauer am Arbeitsplatz
Von Birgit Schönberger

42 **Ich! Ich! Ich!**

Wie aus Monologen echte Gespräche werden
Von Jochen Metzger

58 **Der Beobachter**

Porträt des berühmten Primatologen Frans de Waal
Von Annette Schäfer



TITELTHEMA

16 Streit, Lügen und Schweigen – das alles kommt in einer Beziehung vor. Aber ab wann schädigt uns das Verhalten des anderen mehr, als dass es uns stärkt? Wenn wir uns nur noch abgewertet fühlen, ist es Zeit, zu analysieren, wie wir unsere Partnerschaft wieder ins Gleichgewicht bringen können. Ein Titelthema über toxische Beziehungen – und wann man sie hinter sich lassen muss



58 Seine Bücher sind Bestseller: Frans de Waal erforscht das Verhalten, den Sex, die Moral von Schimpansen und Bonobos – und was wir daraus über unsere menschliche Natur lernen können. Das große *Psychologie Heute*-Porträt des berühmten Primatologen



72 Ich kann mich nicht binden und habe ein zerstörerisches Verhältnis zu Geld. Klarer Fall: Daran sind die Eltern schuld. Sie waren zu nah, zu fern, zu verhätschelnd, zu kalt. Warum klagen erwachsene Kinder so häufig über ihre Eltern? Psychoanalytiker Wolfgang Schmidbauer über die Ursachen – und welchen Anteil Therapeuten daran haben

66 „Die Covidkrise wirkt komplexer als Tschernobyl“

Kinder- und Jugendpsychiaterin Kathrin Sevecke über die Wirkung der Pandemie auf Kinder

72 Immer auf die Eltern

Warum viele Menschen die Schuld für alles bei den Eltern sehen
Von Wolfgang Schmidbauer

RUBRIKEN

28 Therapiestunde

Platz zum Toben
Von Sandra Knümann

48 Psychologie nach Zahlen

Getragen von Zufriedenheit
Von Anna Gielas

70 Studienplatz

Was Macht macht
Von Susanne Ackermann

78 Lekys Aussichten

Gestern stand er noch da
Von Mariana Leky

3 Editorial

6 Themen & Trends

52 Körper & Seele

57 Schilling & Blum

80 Buch & Kritik

91 Medien

92 Leserbrief

93 Impressum

94 Noch mehr Psychologie Heute

95 Markt

106 Im nächsten Heft