

Editorial



Liebe Leserinnen und Leser

Die Ausgabe, die Sie in den Händen halten, sieht etwas anders aus, als Sie es kennen. Wir haben *Psychologie Heute* umgestaltet. Dafür haben wir mit Leserinnen und Lesern gesprochen, haben die lange Geschichte unserer Zeitschrift studiert, haben diskutiert, was wir bewahren wollen, und gestaltet, was sich verändern soll – weil neue Zeiten auch neuer Formen bedürfen.

Drei Dinge waren uns dabei wichtig: Zum einen wollten wir das Heft entschlossener machen. Die Forschungsmeldungen sind nun länger und an einer Stelle konzentriert (*Studienplatz*, ab Seite 52), unterhaltsame Elemente finden Sie in der Rubrik *Freude&Leid*, die das Heft eröffnet, die Lesezeiten indes bleiben ruhig und nachdenklich. Zum Zweiten wollten wir noch mehr Orte im Heft schaffen, an denen sich Psychologinnen und Psychologen selbst äußern: Sie kommentieren das Zeitgeschehen (Gitta Jacob auf Seite 10), erläutern ihre aktuelle Studie (Astrid Müller auf Seite 55) oder werden ausführlich porträtiert (Gerd Gigerenzer ab Seite 58). Und schließlich wollten wir neue Perspektiven eröffnen: Auf der letzten Seite legen wir Prominenten ein symbolkräftiges Bild vor, und sie erzählen, was sie darin sehen und was das mit ihnen persönlich zu tun hat. In der Rubrik *Psychologie der Räume* nehmen künftig Expertinnen und Experten Orte mit einer ganz eigenen emotionalen Signatur ins Visier und schildern, was wir dort empfinden – zum Beispiel im Wartezimmer (Seite 72).

Eine weitere Veränderung betrifft unseren Umgang mit dem grammatischen Geschlecht bei Personenbezeichnungen: Wir verwenden nicht mehr, wie bislang, nur die rein männliche Form, sondern werden künftig am Anfang eines Textes die Doppelform nennen – also von Leserinnen und Lesern sprechen, von Psychologinnen und Psychologen. Im weiteren Verlauf eines Artikels werden wir die männliche und die weibliche Form abwechseln oder auch neutrale Formulierungen finden wie Lehrkraft oder Studierende. Wir wollen aufmerksam mit der Sprache umgehen.

Eine letzte Neuerung schließlich gibt es beim Papier: *Psychologie Heute* wird künftig auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt, das heißt, dass es aus Wäldern stammt, die nach besonderen ökologischen und sozialen Kriterien bewirtschaftet werden.

Alles, was *Psychologie Heute* seit bald fünf Jahrzehnten ausmacht, haben wir indes bewahrt: die Ruhe im Heft, die Tiefe der Gedanken. Und die Grundhaltung, dass wir komplexe psychologische Zusammenhänge erklären – und keine endgültigen Wahrheiten verkünden wollen.

Nun wünsche ich Ihnen – wie stets – gute Erkenntnisse bei der Lektüre dieser Ausgabe. 2020 war für alle ein sehr herausforderndes Jahr und ich hoffe, vor Ihnen liegt eine gesunde und trotz der Einschränkungen erfüllte Advents- und Weihnachtszeit. Wir freuen uns, wenn wir Sie auch im nächsten Jahr begleiten dürfen. Mit den besten Wünschen im Namen des gesamten Teams

Dorothea Siegle, Chefredakteurin

Ab dieser Ausgabe wird *Psychologie Heute* etwas teurer: Der Preis des Einzelheftes steigt von 7,50 auf 7,90 Euro, der des Jahresabonnements von 79,90 auf 81,90 Euro. Die Preise aller anderen Aboformen finden Sie in unserem Impressum auf Seite 4

Impressum

REDAKTIONSANSCHRIFT Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Postfach 100154, 69441 Weinheim, Telefon 06201/6007-0
Fax 06201/6007-382 (Redaktion), Fax 06201/6007-310 (Verlag)
redaktion@psychologie-heute.de

PSYCHOLOGIE-HEUTE.DE

HERAUSGEBER UND VERLAG

Julius Beltz GmbH & Co. KG, Weinheim
Geschäftsführerin der Beltz GmbH: Marianne Rübelsmann

CHEFREDAKTION

Dorothea Siegle
REDAKTION Susanne Ackermann, Katrin Brenner, Anke Bruder,
Henning Jansen, Anne Kratzer, Thomas Saum-Aldehoff, Eva-Maria Träger

MITARBEIT Jana Hauschild (Textredaktion), Dr. Annette Schäfer (Korrespondentin USA),
Mathias Zabeck (Schlussredaktion)

HERSTELLUNG UND LAYOUT Eva Fischer, Gisela Jetter, Johannes Kranz

REDAKTIONSASSISTENZ Nicole Coombe, Kerstin Panter

ANZEIGEN

Claudia Klinger
Postfach 100154, 69441 Weinheim, Telefon 06201/6007-386
Anzeigenschluss: 7 Wochen vor Erscheinungstermin

GESAMTHERSTELLUNG

Druckhaus Kaufmann, 77933 Lahr
VERTRIEB ZEITSCHRIFTENHANDEL DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Meßberg 1,
20095 Hamburg, Telefon 040/378 45-2770

Copyright: Alle Rechte vorbehalten, Copyright © Beltz Verlag, Weinheim. Alle Rechte für den deutschsprachigen Raum bei Psychologie Heute. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt die Redaktion keine Gewähr.

Die in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Übersetzung, Nachdruck – auch von Abbildungen –, Vervielfältigungen auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege oder im Magnettonverfahren, Vortrag, Funk- und Fernsehsendung sowie Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen – auch auszugsweise – bleiben vorbehalten.

FRAGEN ZU ABOONNEMENT UND EINZELHEFTBESTELLUNG

Beltz Kundenservice, Postfach 10 05 65, 69445 Weinheim, Telefon: 06201/6007-330
medienservice@beltz.de | psychologie-heute.de

Studentenabos (Vollzeitstudium) gegen Vorlage der Studienbescheinigung
(per Fax, E-Mail Anhang oder per Post)

Einzelheftpreis: € 7,90 (Schweiz: SFr. 11,50).

Abonnementpreise: Jahres-/Geschenkabo: Deutschland € 81,90, Österreich, Schweiz € 83,90 (jeweils inkl. Versand); alle anderen Länder € 73,90 zzgl. Porto (auf Anfrage).

Jahres-/Geschenkabo plus: Deutschland € 104,90, Österreich, Schweiz € 106,90 (jeweils inkl. Versand); alle anderen Länder: € 96,90 zzgl. Porto (auf Anfrage).

Studentenjahresabo: Deutschland € 69,90, Österreich, Schweiz € 71,90 (jeweils inkl. Versand); alle anderen Länder € 61,90 zzgl. Porto (auf Anfrage). **Studentenabo plus:**

Deutschland € 90,90, Österreich, Schweiz € 92,90 (jeweils inkl. Versand); alle anderen Länder: € 82,90 zzgl. Porto (auf Anfrage). **Kennerlernabo:** EU-Länder, Schweiz € 16,-; andere Länder auf Anfrage. **Kennerlernabo plus:** EU-Länder, Schweiz € 22,90; andere Länder auf Anfrage. Die Berechnung in die Schweiz erfolgt in SFr. zum tagesaktuellen Umrechnungskurs. Nähere Infos unter psychologie-heute.de

Psychologie Heute kann im Abonnement oder als Einzelheft beim Buchhandel oder direkt beim Verlag bestellt werden. Zahlungen bitte erst nach Erhalt der Rechnung. Das Abonnement ist nach der Laufzeit von 6 Monaten jederzeit kündbar. Zu viel bezahlte Beträge erhalten Sie zurück. Erfolgt keine Abbestellung, verlängert sich das Abonnement automatisch um ein weiteres Jahr. Psychologie Heute kann aus technischen Gründen nicht in den Urlaub nachgeschickt werden.

Der Aboauflage Inland liegt eine Beilage des animaa-Verlags in Saarbrücken und einem Teil der Aboauflage Inland eine Beilage von AC creativ in Hohberg bei. Wir bitten unsere Leser um freundliche Beachtung.

BILDQUELLEN Titel: Constantin Mirbach S. 3: Andreas Reeg. S. 4 oben: privat. S. 4 Mitte: Patrick Desbrosses S. 4 unten: privat. 5 oben links, 12, 13, 15, 17, 18: Luisa Jung. S. 5 Mitte, 68, 69, 70, 71: Lea Dohle. S. 5 unten, 58, 59, 63: Heike Steinweg. S. 6: Andreas Reeg. S. 7 oben: picture alliance/AP Photo/Uncredited. S. 7 unten: Till Hafenbrak. S. 8 Bene Rohlmann. S. 9: MiragC/Getty Images. S.10 oben: Lea Brousse. S. 10 unten: Jan Rieckhoff. S.11 oben: akg-images/Imago. S. 11 Mitte: Heidi Schönfeld 2016 & Elisabeth-Lukas-Archiv GmbH. S. 11 unten: Time Life Picture/Getty Images. S. 21: privat. S. 24: Michel Streich. S. 25: privat. S. 26: Jens Röttsch/OSTKREUZ. S. 27: plainpicture/Frithjof Kjer. S. 28: plainpicture/Ingo Kukatz. S. 29: plainpicture/Céleste Manet. S. 32, 33: Florian Bayer. S. 38: Till Hafenbrak. S. 40: Karsten Petrat. S. 46: picture alliance. S. 47: Jürgen Graf/Universität Konstanz. S. 52: Shannon Fagan/Getty Images. S. 53 links: David-W-/photocase.de. S. 53 Mitte: Alexa_Travel/Getty Images. S. 53: rechts: Jolygon/Getty Images. S. 54 Mitte: DEEPOL by plainpicture. S. 55 links: DEEPOL by plainpicture/Chev Wilkinson. S. 55 rechts: privat. S. 56 Mitte: Matsabe/Getty Images. S. 56 rechts: Ulimi/Getty Images. S. 56 unten: Till Hafenbrak. S. 57: KiraYan_photography/photocase.de. S. 72: Benjamin Rondel/Getty Images. S. 73: ©2015 Rommen/Braveboer Fotografie. S. 74: baumann fotografie frankfurt. S. 75, 76: Ramona Ring. S. 80 unten: Elke Ehninger. S.79: © Franziska Hauser. S. 84 links: Lori Gottlieb. S. 84 rechts: ©Susanne Schleyer/autorenavarchiv.de. S. 89: Jan Rieckhoff. S. 92 links: Dirts/CC BY-SA 3.0. S. 92 oben rechts: In8finity/Getty Images. S. 104: plainpicture/Paolo. S. 105: Gunther Kleinert/EyeEm/Getty Images. S. 106: Andrea Ventura. S. 106 Foto: Jennifer Fey.



ISSN 0340-1677



Redakteurin **Anne Kratzer** hat zusammen mit Autorin Lisa Auffenberg das Titelthema verfasst. Bei der Recherche gefiel ihr besonders ein Detail: Man kann Studien zufolge erkennen, ob einem eine Person vertraut, etwa daran, ob sie im Gespräch Aussagen über das Hier und Jetzt trifft. Also zum Beispiel sagt, dass sie den Moment genießt oder die Musik, die gerade läuft, schön findet **Seite 12**



Von **Florian Bayer** stammt die Illustration für *Die Welt als Serie*. Er zeigt darin die im Artikel beschriebene Vermischung der realen mit der medialen Welt: die Unfertigkeit der Welt als Analogie zum endlosen seriellen Erzählen in Form einer Baustelle; den herbstlichen Spaziergang sowohl durch die Straßen der Stadt als auch durch die digitalen Mediatheken. Und die Frage: Schau ich die Serienfiguren an oder schauen sie mich an? **Seite 32**



Psychologie Heute-Autor **Jochen Metzger** hat am Max-Planck-Institut in Berlin den Entscheidungsforscher **Gerd Gigerenzer** besucht. Drei Dinge haben ihn besonders beeindruckt: dass man sich mit dem weltbekannten Psychologen freundschaftlich streiten kann, dass Gigerenzer einen besonderen Sinn für Humor besitzt und dass er dem gesunden Menschenverstand im Zweifel eher vertraut als komplizierten statistischen Formeln **Seite 58**

Inhalt

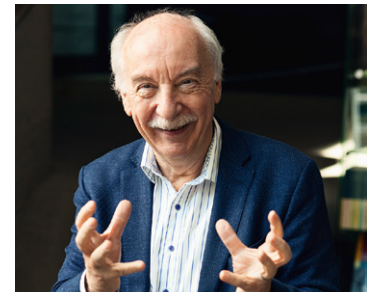


Den Vorhang lüften: Wie es gelingt, sich anderen zu öffnen Seite 12



Futter fürs Hirn, Versenkung statt Hektik: Warum Spiele boomen Seite 68

Streitbarer Geist mit trockenem Humor: Gerd Gigerenzer im Porträt Seite 58



06 Freud & Leid

Keine Angst vor dem Stottern. Kulturkur: The Lobster für Singles. Übungsplatz. Gefühlswelt. Und mehr

12 Titelthema:

Sehnsucht nach Verbundenheit

Wie wir uns öffnen und echte Nähe finden

24 Therapiestunde

Eine Architektin sucht nach einem Frühwarnsystem vor der nächsten psychotischen Krise

26 Wie der Landstrich so der Mensch

Typische Rheinländer? Ein bisschen was ist dran an den Klischees

32 Die Welt als Serie

Fortsetzung folgt: Warum Serien so beliebt sind und wie ihr Erzählmuster unsere Wahrnehmung verändert

38 Psychologie nach Zahlen

Vier Gründe, sich selbst ausgiebig im Spiegel zu betrachten

40 Zurücktreten, bitte!

Begrüßungsrituale in Coronazeiten – und was von ihnen bleiben wird

46 Im Fokus: Behördenversagen

Von der Loveparade bis zu den NSU-Morden: Wolfgang Seibel über Ursachen fataler Fehler

52 Studienplatz

Zu erschöpft, um sich zu erholen. Kaufsucht: Die Bindung an Objekte. Ehrfurcht. Männerschlaf. Und mehr

58 Das Psychologen-Porträt: Gerd Gigerenzer

Sein Kennzeichen ist der Schnauzbart. Von einem Entscheidungsforscher, der Bestseller schreibt und sich mit Nobelpreisträgern anlegt

68 Versunken im Spiel

Die guten alten Brettspiele sind wieder gefragt. Das hat vor allem psychologische Gründe

72 Psychologie der Räume

Das Wartezimmer: „Sie werden dann aufgerufen!“

74 „Dankbarkeit ist nicht positives Denken“

Psychotherapeut Henning Freund über die Chancen und Grenzen eines populären Konzepts

80 Lekys Aussichten

„Eddie, Sie alter Wuselknödel!“

82 Buch & Kritik

Warum reden wir uns etwas ein? Wie sich Therapie beiderseits anfühlt. Schmerz. Schuldgefühle. Und mehr

106 Ein Bild, zwei Fragen ...

... an Esther Schweins

In jedem Heft

03 Editorial / 04 Impressum
92 Medien / 94 Leserbrief / 96 Markt
104 Mehr Psychologie Heute
105 Vorschau