



Liebe Leserinnen und Leser

Was haben die Filme *Denn sie wissen nicht, was sie tun*, *La Boum* und der jüngste Oscar-Gewinner *Coda* gemeinsam? Sie alle sind Coming-of-Age-Filme, also Erzählungen über das Heranwachsen. Am Institut für deutsche Sprache und Literatur II an der Universität zu Köln arbeitet Frank Münschke als wissenschaftlicher Mitarbeiter und hat gerade seine Doktorarbeit eingereicht über Außenseiterfiguren im deutschen Jugendfilm der Gegenwart. Ich habe ihn gefragt: Was macht eigentlich einen Coming-of-Age-Film aus? „Es geht immer um Identitätsfindung“, sagt Münschke. „Je nach Film unterscheiden sich Raum und Zeit der Handlung, aber die Geschichten drehen sich immer um adoleszente Krisen, um Selbstfindungsprozesse.“

Der Wissenschaftler skizziert mir die typischen drei Kapitel, aus denen viele Coming-of-Age-Filme bestehen: „Im ersten Teil werden die Figuren eingeführt, man lernt ihre Lebenswelt kennen, Familie, Freunde und Schule. Im zweiten Akt beginnen die Konflikte: Die Protagonistinnen oder Protagonisten wollen sich verändern, testen Grenzen aus und geraten in Auseinandersetzungen. Und im dritten Teil kommt klassischerweise die Auflösung: Die zentrale Figur trifft eine Entscheidung und entwickelt sich weiter.“

Nicht alle Filme des Genres enden positiv, *Elephant* über den Amoklauf an der amerikanischen Highschool Colum-

bine endet mit einem Massaker, in *Homevideo*, einem deutschen Film aus dem Jahr 2011, begeht Jakob Suizid. Aber die meisten Coming-of-Age-Erzählungen zeigen eine geglückte Entwicklung, die Hauptfigur ist gereift: „Man sieht es häufig durch die Körperlichkeit“, sagt Frank Münschke. „Oft stehen sensible Figuren im Mittelpunkt der Erzählung, Außenseiter, die am Ende stärker und selbstbewusster sind.“

Interessanterweise sind die meisten Filme und Netflix-Serien über das Erwachsenwerden heute unpolitisch, „es ist nur selten der Fall, dass die adoleszente Krise als Metapher für eine Krise der Gesellschaft steht“, sagt Münschke. In der Regel spielen die Filme in einer weißen Mittelschicht, die Hauptfiguren sind weder *people of color* noch engagiert im Kampf gegen soziale Ungerechtigkeit oder den Klimawandel.

Wenn ich nur fünf Coming-of-Age-Filme sehen könnte, welche fünf sollten es sein, frage ich Frank Münschke zum Abschluss. Seine Aufzählung: *Denn sie wissen nicht, was sie tun* aus dem Jahr 1955, *Almost Famous – Fast berühmt* von Cameron Crowe von 2000, *Vielleicht lieber morgen* (2012), *Tschick* als populärer deutscher Film und schließlich *Call Me by Your Name*, ein romantisches Drama aus dem Jahr 2017.

Es sind Filme, die nicht nur Jugendliche schauen, sondern vor allem Erwachsene, die sich in die Zeit ihrer Jugend zurückversetzen. Wir alle haben erstaunlich viele und erstaunlich intensive Erinnerungen an die Jahre zwischen 15 und 25, die Forschung nennt dieses Phänomen *reminiscence bump*, Erinnerungshügel. Stärker noch als in der Kindheit entwickelt sich in dieser Phase, wer wir unser Leben lang sein werden – und vieles erleben wir zum ersten Mal. „Die Zeit, als alles neu war“, haben wir daher unsere Titelgeschichte genannt. Eine spannende Entdeckungsreise wünscht Ihnen

Dorothea Siegle, Chefredakteurin

Aktuell: Texte zu den Folgen von Krieg und Vertreibung finden Sie auf psychologie-heute.de. Und auf Seite 46 ein Gespräch mit einem Archäologen, ob Gewalt im Laufe der Menschheitsgeschichte weniger geworden ist

Impressum

REDAKTIONSANSCHRIFT Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Postfach 100154, 69441 Weinheim, Telefon 0 62 01/60 07-0
Fax 0 62 01/60 07-382 (Redaktion), Fax 0 62 01/60 07-310 (Verlag)
redaktion@psychologie-heute.de

PSYCHOLOGIE-HEUTE.DE

HERAUSGEBER UND VERLAG

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

CHEFREDAKTION

Dorothea Siegle

REDAKTION Susanne Ackermann, Katrin Brenner, Anke Bruder,

Anne Kratzer, Thomas Saum-Aldehoff, Eva-Maria Träger

MITARBEIT Jana Hauschild (Textredaktion), Gabriele Meister (Textredaktion),

Dr. Annette Schäfer (Korrespondentin USA), Mathias Zabeck (Schlussredaktion)

HERSTELLUNG UND LAYOUT Eva Fischer, Gisela Jetter, Johannes Kranz

REDAKTIONSASSISTENZ Johanna D'Alessandro, Kerstin Panter

ANZEIGEN

Claudia Klinger

Postfach 100154, 69441 Weinheim, Telefon 0 62 01/60 07-386

Anzeigenschluss: 7 Wochen vor Erscheinungstermin

GESAMTHERSTELLUNG Druckhaus Kaufmann, 77933 Lahr

VERTRIEB ZEITSCHRIFTENHANDEL DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG,

Meißberg 1, 20086 Hamburg, Telefon 0 40/30 19 18 00

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 Fernsehendung sowie Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen – auch auszugsweise – bleiben vorbehalten.

FRAGEN ZU ABONNEMENT 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

Umrrechnungskurs. Nähere Infos unter psychologie-heute.de

Psychologie Heute kann im Abonnement oder als Einzelheft direkt beim Verlag bestellt werden. Das Abonnement ist nach der Laufzeit von 6 Monaten jederzeit kündbar.

BILDQUELLEN Titel: Julia Sellmann (Bildredakteur: Tobias Laukemper). S. 3: Andreas Reeg. S. 4 oben, 8: Klawe Rzczy. S. 4 Mitte: privat. S. 4 unten: Johannes Kranz. S. 5 links, 12, 13, 14, 15, 19, 22: Frauke Ditting. S. 5 Mitte, 41, 42: Luisa Jung. S. 5 rechts, 58, 59, 63, 64, 65: Amelie Niederbuchner. S. 6: Anne Gabriel-Jürgens. S. 7 oben: DEEPOL by plainpicture/Petra Stockhausen. S. 7 unten: DankaLilly/Getty Images. S. 9 links: vector_ann/Getty Images. S. 9 Mitte: HADIIA POLIASHENKO/Getty Images. S. 10 oben: Lea Brousse. S. 10 unten, 89: Jan Rieckhoff. S. 11 oben: Rick Friedman/Kontributor/Getty Images. S. 11 Mitte: ullstein bild. S. 11 unten: Jens Gyarmaty. S. 23: privat. S. 24: Fizkes/Getty Images. S. 25: Dan Kenyon/Getty Images. S. 26: Martí Sans/Stocksy. S. 27, 105 rechts: Pietro Karras/Stocksy. S. 28: Clair Whipp/Stocksy. S. 29: Tuutikka/Getty Images. S. 30: Michel Streich. S. 31: Sabine Hämmerle. S. 32, 33: Mario Wagner. S. 35: privat. S. 38: Till Hafenbrak. S. 46: ak-images/Giuseppe Rava. S. 47: privat. S. 52: Tuul & Bruno Morandi/Getty Images. S. 53 Mykyta Dolmatov/Getty Images. S. 54 oben: In8finity/Getty Images. S. 54 Mitte: Appleuzr/Getty Images. S. 54 unten: Education Images/Kontributor/Getty Images. S. 55 oben: plainpicture/Jean Marmeisse. S. 55 unten: privat. S. 56: misterQM/Photocase. S. 57 oben: Lucas1989/Photocase. S. 57 unten: CSA Images/Getty Images. S. 68, 69, 70, 71: Dorothea Huber. S. 72: Michael Regan/Getty Images. S. 73: privat. S. 75: Tina Berning. S. 80: Jan Robert Dünneweller. S. 81: Markus Kirchgessner. S. 84: AlonzoDesign/Getty Images. S. 93 links oben: Bamberger Psychoapokalypse. S. 93 Mitte oben: plainpicture/Strohenke. Seite 93 rechts oben: Danielfela/Getty Images. S. 93 links unten: dearphotograph.com. S. 93 Mitte unten: clayrotledge.com. S. 93 rechts unten: Smartboy10/Getty Images. S. 97 oben: Andrea Ventura. S. 97 unten: privat. S. 105 unten: Bounward/Getty Images und VICTOR/Getty Images.



ISSN 0340-1677



Die polnische Illustratorin **Ewelina Karpowiak** illustriert jeden Monat das historische Streiflicht in der Rubrik „Freud & Leid“. Sie hat großes Interesse an Themen aus dem Bereich Psychologie und Psychiatrie, hat Freud und Sartre, Jung und Fromm gelesen. Es macht ihr Freude, jeden Monat mit *Psychologie Heute*-Grafikerin Eva Fischer eine Bebilderung zu erarbeiten: „Es ist spannend – und manchmal sehr herausfordernd“, schreibt sie uns **Seite 8**



Geschichte und besonders die Evolutionsgeschichte des Menschen sind so etwas wie ein Steckpferd von **Angelika Friedl**. Einige Themen und Beispiele in dem Interview *Gewalt in der Geschichte* waren ihr daher schon vertraut. Bei der Geschichte Japans musste sie dagegen passen. Diese Wissenslücke wurde nun – zumindest zu einem kleinen Teil – behoben **Seite 46**



Psychologie Heute-Redakteur **Thomas Saum-Aldehoff** entwickelte schon in jungen Jahren – noch vor der unvermeidlichen Karl-May-Phase – eine Leidenschaft für Science-Fiction, die er sich bis heute bewahrt hat. Zu seinem Kummer stößt er damit im Freundeskreis auf nachsichtiges Amüsement. Nun suchte er Beistand bei dem Verleger und Autor Sascha Mamczak, einem der besten Kenner des Genres, und fragte ihn, was es mit dieser Faszination wohl auf sich hat **Seite 58**

Inhalt



Gesehen und anerkannt werden: Das ist die Voraussetzung für ein zufriedenes und motiviertes Arbeiten
Seite 40

Es müssen nicht immer Ufos sein: Sascha Mamczak über den *sense of wonder* in der Science-Fiction
Seite 58



Alles war aufregend, das Leben lag vor uns: Die Zeit zwischen 15 und 25 ist der Schlüssel für unseren Entwicklungsweg Seite 12

06 Freud & Leid

Unser Start ins Heft – hier geht es um Ängste, Übungsplätze und Worte für die Ewigkeit

12 Titelthema:

Die Zeit, als alles neu war
Warum uns die Lebensjahre zwischen 15 und 25 so stark prägen

24 Makellos ist ja wohl das Mindeste

Leistung statt Liebe: Das Drama perfektionistischer Menschen

30 Therapiestunde

Die Vernunft sagt: Impfen!
Was sträubt sich da in ihr?

32 „Angriffe auf die Seele“

Volker Münch rechnet mit der Digitalisierung ab

38 Psychologie nach Zahlen

Erstbeste Traumpaare: Warum wir an Beziehungen festhalten

40 Die Großartigkeit des anderen

Anerkennung beflügelt. Vorgesetzte sollten das verinnerlichen

46 Im Fokus:

Gewalt in der Geschichte

Archäologe Mark Hudson über brutale und friedliche Epochen

52 Studienplatz

6 Seiten mit der neusten Forschung aus der Psychologie

58 Psychologie und Literatur

Sascha Mamczak: Science-Fiction als Türöffner für den Kopf

68 Scheiße, was flucht ihr ständig?

Über Tabuwörter und warum wir sie trotzdem benutzen

72 Psychologie der Räume

Diesmal: das Fußballstadion
Eine Frage des Glaubens

74 Drogentrips gegen die Schwermut

LSD, Psilocybin, Ecstasy:
Psychotherapie mit Psychedelika

80 Das Blaue vom Himmel

Andreas Maiers Monatskolumne:
Der Verlust des Gewesenen

82 Buch & Kritik

Für Sie rezensiert: Die wichtigsten psychologischen Neuerscheinungen

106 Ein Bild, zwei Fragen ...

... an Bodo Kirhhoff

In jedem Heft

03 Editorial / 04 Impressum
93 Mehr Medien / 94 Leserbrief
95 Markt / 104 Mehr Psychologie
Heute / 105 Vorschau