

Editorial



Liebe Leserinnen und Leser

Am Abend bedrängt uns einer auf der Autobahn: rast mit 240 km/h heran, fährt auf, blinkt, hupt. Am nächsten Morgen kräht eine Kundin hinter uns in der Bäckereischlange: „Ich krieg das letzte Dinkelbrot, bitte für mich reservieren!“ Und schließlich, im Büro angekommen, hat sich ein anderes Team im von uns gebuchten Konferenzraum breitgemacht und ist nicht bereit zu gehen. Nach einer solchen Serie an Erlebnissen sind viele von uns überzeugt: Es gibt immer mehr Egoistinnen und Egoisten um uns herum – und psychologische Studien scheinen diesen Eindruck zu bestätigen (siehe unsere Titelgeschichte ab Seite 12).

Wie können wir verhindern, dass Egoistinnen und Egoisten das kooperative Verhalten anderer Menschen ausnützen, ohne eine Gegenleistung zu erbringen? Diese Frage habe ich Gerhard Schurz gestellt. Er ist Inhaber des Lehrstuhls für Theoretische Philosophie an der Universität Düsseldorf und hat sich dem Thema aus evolutionärer und spieltheoretischer Perspektive genähert. „In Jäger- und Sammlergesellschaften war es üblich, dass erfolgreiche Jäger etwas von ihrer Jagdbeute abgaben“, erzählt Schurz. „So bauten sie eine gute Reputation auf und hatten dadurch wesentlich bessere Heiratschancen.“ Unser Ansehen ist auch heute noch ein wirksamer Mechanismus gegen egoistisches Verhalten: Wenn ich nie den Schnee vor meinem Haus wegschippe, werden mich mei-

ne Nachbarinnen irgendwann schief anschauen – und nicht mehr meine Blumen gießen, wenn ich in Urlaub bin.

„Die Voraussetzung dafür, dass Reputation egoistisches Verhalten reguliert, ist aber, dass man sich persönlich kennt“, sagt Schurz. Das funktioniert in der Studentinnengruppe, im Sportverein, in der Dorfgemeinschaft – aber nicht auf der Ebene der anonymen Großgesellschaft.

Deswegen regulieren moderne Staaten unkooperatives Verhalten mithilfe von Sanktionen: Wer keine Steuern bezahlt, wer schwarzfährt oder sein Auto in die Feuerwehrein-fahrt stellt, dem droht eine Strafe. Allerdings stoßen diese Sanktionssysteme an Grenzen, erklärt mir Gerhard Schurz. Die eine Grenze: Man kann nur sanktionieren, was man auch kontrollieren kann, und Kontrollen sind aufwendig. Die andere Grenze: die individuellen Grundfreiheiten in einem Rechtsstaat.

Der Philosophieprofessor gibt mir ein Beispiel: Wenn ein junger Mensch breitbeinig in der U-Bahn sitzen bleibt, während neben ihm ein alter Mann stehen muss – will man das wirklich unter Strafe stellen? Und falls ja: Wer überprüft das? Leider greift in diesem Fall auch die Reputation nicht, denn „den älteren Herrn oder die Mitreisenden sieht der junge Mann im Zweifel ja nie wieder“.

Was also tun in solchen Fällen? „Belohnungen sind wichtig“, sagt Schurz. „Und *role models* spielen eine große Rolle, um Kooperation zu erzeugen“, sagt Schurz. „Wenn das Idol des jungen Mannes – ein Rapper, eine Sportlerin – dafür werben würde, älteren Menschen seinen Platz anzubieten, dann wäre das eine starke Motivation.“

Seit dem Gespräch mit Gerhard Schurz schaue ich bei egoistischem Verhalten genauer hin und überlege: Welcher Mechanismus würde wohl hier am besten greifen? Interessante Einsichten wünscht auch Ihnen

Dorothea Siegle, Chefredakteurin

Impressum

REDAKTIONSANSCHRIFT Werderstraße 10, 69469 Weinheim
Postfach 1001 54, 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 Rübelsmann

CHEFREDAKTION

Dorothea Siegle
REDAKTION Susanne Ackermann, Katrin Brenner, Anke Bruder,
Henning Jansen, Pia Köhler, 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 1001 54, 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,
Meßberg 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 ABBONNEMENT 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 Aboauftrag Inland liegt eine Beilage der Verlagsgruppe Beltz in Weinheim, des Plan International Deutschland e.V. in Hamburg, des Oekom Verlags in München und der Wilhelm Egle GmbH in Pfaffenhofen bei. Wir bitten unsere Leser um freundliche Beachtung.

BILDQUELLEN Titel: Christina Baeriswyl. S. 3: Andreas Reeg. S. 4 oben: Julius Hatt. S. 4 Mitte: Martin Zinggl. S. 4 unten: Kenny Braun. S. 5 links, 12, 13, 15, 18, 21: Christina Baeriswyl. S. 5 rechts oben, 32, 33, 36: Elke Ehninger. S. 5 rechts unten, 58, 59, 63, 64, 66: Kenny Braun. S. 6: Andreas Reeg. S. 7 oben: picture alliance/PictureLux/The Hollywood Archive/R4820. S. 7 unten: IaRada/Getty Images. S. 8: Bene Rohlmann. S. 9 links: LEOcrafts/Getty Images. S. 9 Mitte: Ekaterina Elmanova/Getty Images. S. 9 rechts: Aleksey Erastov/Getty Images. S. 10 oben: Lea Brousse. S. 10 unten: Jan Rieckhoff. S. 11 oben: akg-images/Keystone. S. 11 Mitte: akg-images/Science source. S. 11 unten: akg-images/AP. S. 22: Bernd Jonkmann. S. 24: Søren/photocase.de. S. 25: Shuwal – Leuchtspur.at/photocase.de. S. 26: Fräulein.Palindrom/photocase.de. S. 28: Anton Hagen/Photocase.de. S. 30: Michel Streich. S. 31: © Armin Smailovic. S. 38, 39, 43: Gabriela Jolowicz. S. 44: Till Hafenbrak. S. 46: picture alliance/©Everett Collection. S. 47: privat. S. 52: plainpicture/mia takahara. S. 53 links oben: Calvindexter/Getty Images. S. 53 Mitte unten: estherm/photocase.de. S. 54 Mitte oben: plainpicture/Hayden Verry. S. 54 rechts unten: Beastfromeast/Getty Images. S. 55 links oben: plainpicture/clickclack. S. 55 rechts unten: privat. S. 56 rechts unten: Image Source/Getty Images. S. 57: CSA-Printstock/Getty Images. S. 68, 69, 70, 71: Shenja Tatschke. S. 69 Mitte unten: privat. S. 72: Johanna Vikell/EyeEm/Getty Images. S. 73: ISF München. S. 76: Karsten Petrat. S. 80: Jan Robert Dünnweller. S. 84: Klaus Vedfelt/Getty Images. S. 89 oben: Jan Rieckhoff. S. 93 Links oben: ©Mit Vergnügen/Grafik: ©Yawn/Artredaktion: ©Pablo Lütkenhaus. S. 93 links unten: ©2021 Between Us Co. Ltd. S. 93 Mitte oben: Luis Alvarez/Getty Images. S. 93 Mitte unten: privat. Seite 93 rechts oben: We Are/Getty Images. S. 93 unten: Annika McFarlane/Getty Images. S. 104 links oben: Mix And Match Studio/500 px/Getty Images. S. 105 links unten: Bounward/Getty Images und -VICTOR-/Getty Images. S. 105 oben rechts: DEEPOL by plainpicture/Nicolas Armer. S. 106 oben: Andrea Ventura, S. 106 unten: SWR / Peter A. Schmidt.



ISSN 0340-1677



Menschen dieser Ausgabe



Jörg Scheller lehrt für gewöhnlich an der Zürcher Hochschule der Künste, spielt Heavy Metal und coacht als Fitnesstrainer Leidenswillige. Für diese Ausgabe hat er sich auf ungewohntes Terrain begeben und die zunehmend formalisierte Kunst des Flirtens analysiert. Schellers Vorschlag: mehr romantische Ironie wagen! **Seite 24**



Seit einiger Zeit beschäftigt sich die Journalistin **Christina Fleischmann** mit PMDS. Was sie erstaunlich findet: Kaum jemand hat von der prämenstruellen dysphorischen Störung gehört, dabei dürften allein in Deutschland mehrere hunderttausend Frauen betroffen sein. Für die Autorin Grund genug, in dieser Ausgabe darüber zu schreiben **Seite 38**



Die besten Fotoporträts sind eine Gemeinschaftsarbeit zwischen dem Menschen vor und dem hinter der Linse, meint **Kenny Braun**. In dieser Hinsicht hatte der texanische Fotograf mit James Pennebaker, den er in seiner Wohnung in Austin ablichtete, einen dankbaren Mitstreiter: „Er fühlt sich sehr wohl in seiner Haut und war enthusiastisch bei der Sache“ **Seite 58**

Inhalt

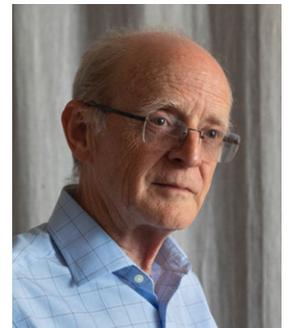


„Du organisierst den Kindergeburtstag und ich mach meine Radtour“:
Vom Umgang mit egoistischen Menschen – vor allem solchen, die uns
nahestehen Seite 12



Hebt die Stimmung
und auch die
Kreativität steigt:
Über die unter-
schätzte Ressource
Humor am Arbeits-
platz Seite 32

Seine Hobbys:
Daten, skurrile
Ideen und Ukulele.
Ein Porträt des
texanischen
Psychologen
James Pennebaker
Seite 58



06 Freud & Leid

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

12 Titelthema: Egoisten

Ich, ich, ich! Was schützt vor
rücksichtslosem Verhalten?

24 Hier wird geflirtet

Schäkern nach Ratgeber ist öde.
Ein Ausweg: romantische Ironie

30 Therapiestunde

Ein brutaler Traum vom Tod
der Eltern: Was bedeutet er?

32 Es darf gelacht werden

Humor im Betrieb: Von der
Produktivität der Albernheit

38 Die Wucht des Zyklus

Prämenstruelle dysphorische
Störung: Das verharmloste Leid

44 Psychologie nach Zahlen

Warum wir unser Verhalten nicht
ändern – und Anreize oft scheitern

46 Im Fokus: Ex-Neonazis

Politikwissenschaftler Daniel Köhler
über rechtsextremistische Milieus

52 Studienplatz

6 Seiten mit der neuesten
Forschung aus der Psychologie

58 Das Porträt

James Pennebaker:
Der Schriftgelehrte

68 „Putzen gibt uns ein Höchstmaß an Kontrolle“

Psychologin Annegret Wolf
über eine verkannte Tugend

72 Psychologie der Räume

Diesmal: das Homeoffice.
Zwischen Küche und Karriere

74 Erste Hilfe für die Seele

Kurse für Laien zum Beistand
in psychischen Notlagen

80 Das Blaue vom Himmel

Andreas Maiers Monatskolumne:
Fahrradfahren, zoologisch

82 Buch & Kritik

Für Sie rezensiert: Die wichtigsten
psychologischen Neuerscheinungen

106 Ein Bild, zwei Fragen ...

... an Denis Scheck

In jedem Heft

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