

PSYCHOLOGIE HEUTE

FEBRUAR 2018

MEHR VERSTÄNDNIS

Paare lernen
Kommunikation

BIG DATA

Was unsere digitalen
Spuren verraten

HABEN WOLLEN

Die Motive
der Sammler

DIE STÄRKE DER STILLEN

Introvertierte Menschen entdecken ihre Talente
und entwickeln neues Selbstbewusstsein

Wissen & Leben

Herausgegeben von Wulf Bertram



Wie unsere Psyche funktioniert

Wer sich selbst und andere besser versteht, hat es ein ganzes Stück weit leichter im Leben. Das neue Buch des bekannten Verhaltenstherapeuten Dr. Christmann öffnet die Türen zu den faszinierenden Facetten unserer Psyche.

2018. Ca. 216 Seiten, 8 Abb., kart.
Ca. € 19,99 (D)/€ 20,60 (A) | ISBN 978-3-608-43292-3



Viel bunte Erfahrung statt graue Theorie

Selten wurde ein Buch so konsequent aus der Praxiserfahrung heraus geschrieben: Dr. Grabe, Leiter eines psychotherapeutischen Weiterbildungsinstitutes und Chefarzt einer psychosomatischen Abteilung, schildert fern jeglicher grauer Theorie, wie erfahrene Therapeutinnen und Therapeuten arbeiten und Psychotherapie gelingt.

2017. 296 Seiten, 6 Abb., kart.
€ 19,99 (D)/€ 20,60 (A) | ISBN 978-3-608-43296-1



Wie WIR unsere Widerstandskraft wirklich stärken können

Was hat uns in die Stress-Krise geführt und wie finden wir wieder hinaus? Wenn wir den Wir-Faktor kennen und nutzen, stärken wir uns selbst und die Gesellschaft – und sind dadurch weniger angreifbar.

2017. 256 Seiten, kart.
€ 19,99 (D)/€ 20,60 (A) | ISBN 978-3-608-43225-1



Die besten Strategien individueller Schlagfertigkeit

Michael Titze, ein Pionier des therapeutischen Humors und prominenter Vertreter der „Lachforschung“ erklärt, wie Sie persönlichkeitsadäquat und humorvoll mit Kränkungen, Entwertungen und Beleidigungen umgehen können.

2017. 176 Seiten, 31 Abb., kart.
€ 19,99 (D)/€ 20,60 (A) | ISBN 978-3-608-43293-0

www.klett-cotta.de/schattauer

Wissen & Leben
Schattauer

Liebe Leserin, lieber Leser

Es geht laut zu in unserer Gesellschaft. Im Kampf um wichtige Aufmerksamkeit versuchen viele, durch offensives Selbstmarketing aus der Masse herauszustechen. Extravertierte und narzisstische Menschen sind hier eindeutig im Vorteil. Mit ihrem lauten Auftreten setzen sie Maßstäbe, denn ungebrochenes Selbstbewusstsein wird in unserer Gesellschaft honoriert und gilt als Zeichen für Normalität. Das belegen auch psychologische Studien: Den Lauten gelten die spontanen Sympathien, sie werden als kompetenter, interessanter, klüger wahrgenommen als die Leisen. Auch Personalchefs lassen sich von extravertierten Bewerbern beeindrucken, und wenn es um Beförderungen geht, haben die Stillen ebenfalls oft das Nachsehen.

Wen wundert es da, dass all jene, die eher leise daherkommen, sich bislang nicht offen und selbstbewusst zu ihrer Persönlichkeit bekennen wollen. Weil sie fürchten, als „seltsam“ aufzufallen, passen sie sich der extravertierten Norm an – meist unter großem Kraftaufwand und begleitet von dem belastenden Gefühl, „nicht richtig“ und Angehörige einer Minderheit zu sein. Doch die Gruppe der Introvertierten ist weder klein – schätzungsweise 30 bis 50 Prozent der Bevölkerung gehören dazu –, noch hat sie Grund zum Versteckspiel. Zwar können die Stillen mit der schnellen, forschen Art der Extravertierten nicht mithalten, aber das müssen sie auch nicht. Sie haben andere wertvolle Stärken, die nun zunehmend entdeckt werden: Introvertierte punkten im Beruf und in privaten Beziehungen unter anderem mit Sorgfalt, Substanz und Einfühlungsvermögen (siehe Titelgeschichte ab Seite 18). Dieser Perspektivenwechsel ist ermutigend. Haben zurückhaltende Menschen bislang ihre Eigenschaften als Defizit betrachtet, können sie diese nun voller Selbstbewusstsein als wichtige Ressource begreifen und lernen, sich auf eine ihnen gemäße Weise in Szene zu setzen.

Übrigens profitieren auch extravertierte Menschen von den neuen Erkenntnissen. Denn längst hat sich die Haltung „Schaut mal her, wie toll ich bin!“ als kontraproduktiv herausgestellt, wenn es um Lebenszufriedenheit geht: Erschöpfung, Stress, Entfremdung, Burnout, Selbstisolation und Überforderung sind als Folgekosten eines zu dick aufgetragenen Selbstbewusstseins entlarvt. Von den Introvertierten

können die Extravertierten lernen, dass sie nicht immer mit anstrengendem Trara ihre Stärken herausstellen müssen, sondern dass man auch mit Zurückhaltung und leisem Auftritt erfolgreich seine Ziele erreicht.

Beste Beispiele dafür sind introvertierte Persönlichkeiten wie der Schauspieler Matthias Brandt, der Regisseur Steven Spielberg, Apple-Mitbegründer Steve Wozniak oder die Schriftstellerin Joanne K. Rowling. Auch Joachim Meyerhoff, gefeierter Autor und Schauspieler am Wiener Burgtheater, gehört zu den Scheuen. Auf der Schauspielschule, so schreibt er in seinem Buch *Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke* (Kiepenheuer & Witsch, Köln 2015), wollte er sich „zehn Schutzschichten mehr zulegen, mich mit Theaterschminke zukleistern, unter Perücken abtauchen und mich hinter dicken Brillengläsern verschansen. Ich wollte auf der Bühne stehen und dabei nicht gesehen werden. Ich wollte inkognito sein.“ – 2017 wurde Meyerhoff für seine Soloperformance in dem Stück *Die Welt im Rücken* als Schauspieler des Jahres ausgezeichnet.



u.nuber@beltz.de

Annula Nuber

TITEL

18 Die Stärke der Stillen

Zunehmend erkennen stille Menschen ihre besonderen Talente und entwickeln ein neues Selbstbewusstsein

Von Anne Otto

12 Im Fokus: „Politiker ohne Größenwahn sind selten“

Welche Menschen sich selbst überschätzen und warum das nicht in jedem Fall schlecht ist, erklärt der Psychotherapeut Theodor Itten

28 Unsere Spuren im Netz

Wissenschaftler werten „Big Data“ aus, um unser Verhalten zu erforschen.

Unbedenklich ist das nicht

Von Ingrid Glomp

34 Sammellust und Sammelwut

Manche Menschen bewahren alles Mögliche auf. Warum tun sie das? Woher kommt die grenzenlose Leidenschaft für Dinge?

Von Dagmar Weidinger

37 „Horten findet im Stillen statt“

Wann Sammeln pathologisch wird, erklärt der Psychologe David Mataix-Cols

40 Gestatten, Ihr zukünftiges Selbst

Wer werde ich in zehn oder zwanzig Jahren sein? Eine Beschäftigung mit dieser Frage ermöglicht sinnvolle Entscheidungen in der Gegenwart

Von Klaus Wilhelm

44 „Ein Leben ohne Enttäuschungen ist ein totes Leben“

Der Philosoph und Jesuit Michael Bordt ist überzeugt: Enttäuschungen bringen uns im Leben voran



TITELTHEMA

18 **Introvertierte unterscheiden sich in Verhalten und Vorlieben stark von den lauten, geselligen Extravertierten. Ihre „stillen“ Eigenschaften wurden bislang oft mit Schwäche, Schüchternheit oder Empfindlichkeit gleichgesetzt. Kein Wunder, dass sich viele introvertierte Menschen für „nicht richtig“ hielten. Doch inzwischen hat sich die Wahrnehmung verändert: Die Welt entdeckt die Introvertierten. Und die Introvertierten ihre Stärken**



34 Ob Bücher, Modellautos, Bierkrüge, Autogrammkarten oder Gemälde: Viele von uns sammeln etwas. Welche Objekte wir begehren, ist individuell sehr unterschiedlich; mancher sammelt gar nur digital. Allen Sammlern gemein ist jedoch die Leidenschaft, mit der sie erworbene Schätze hüten und neue entdecken. Warum tun wir das? Was gefällt uns daran? Und wann wird Sammeln krankhaft?



58 Manchmal gerät das Leben ins Stocken oder verlangt eine Richtungsänderung. In solchen Situationen bietet Biografiearbeit eine Unterstützung. Sie hilft, sich des eigenen Lebenswegs bewusstzuwerden, den roten Faden darin zu erkennen und Ressourcen sichtbar zu machen

- 58 Den Faden des eigenen Lebens erkennen**
Biografiearbeit ermöglicht die Aussöhnung mit dem persönlichen Lebensweg
Von Sven Rohde
- 64 Wenn ein Wort das andere ergibt**
Paare können Verständnis füreinander entwickeln. Gesprächstechniken allein reichen allerdings nicht aus
Von Michael Kraske
- 72 Einsam sein**
Niemand ist geschützt vor Einsamkeit. Damit der Zustand nicht chronisch wird, sollten Betroffene rechtzeitig gegensteuern
Von Wolfram Eberhardt

RUBRIKEN

- 16 Therapiestunde**
Welche Botschaft hat die Angst?
Von Margarethe Schindler
- 70 Psychologie nach Zahlen**
Zwillingswörter
Von Thomas Saum-Aldehoff
- 78 Pehnts Alltag**
„Ich habe beschlossen ...“
Von Annette Pehnt

- 3 Editorial
6 Themen & Trends
52 Körper & Seele
57 Schilling & Blum: Irgendwas mit Menschen
80 Buch & Kritik
91 Medien
92 Leserbriefe
93 Impressum
94 Im nächsten Heft
95 Markt
106 Noch mehr Psychologie Heute



Das hast du gut gemacht!

„Du bist schlau“ oder „Andere halten dich für clever“: So oder ähnlich sollten kleinere Kinder besser nicht gelobt werden. Denn zwei psychologische Studien zeigen, dass diese Art der Anerkennung Drei- und Fünfjährige gleichermaßen dazu verleitet zu schummeln – obwohl sie ausdrücklich aufgefordert worden waren, es nicht zu tun. Besser sei es, so die Empfehlung, den Nachwuchs für seine konkrete Leistung zu loben.

In den beiden Versuchen spielten die Psychologen mit je 300 Kindern ein Spiel, bei dem sie erraten sollten, ob eine Karte, die der Versuchsleiter zunächst versteckt hielt, größer oder kleiner als sechs sein würde. Dabei lobten die Forscher einen Teil der Kinder während der ersten Spielrunden, sie seien „clever“, oder sagten ihnen, es gehe ihnen der Ruf voraus, „schlau“ zu sein. Die anderen Kinder erhielten entweder gar keine Rückmeldung oder eine irrelevante. Einer weiteren Gruppe sagte man, sie mache ihre Sache gut. Kurz vor dem letzten Durchgang erklärten die Versuchsleiter den Kleinen, sie hätten jetzt die letzte Chance, genügend richtige Versuche zu erzie-

len, um eine Belohnung zu bekommen. In dem Moment klingelte das Handy, und die Forscher erklärten, sie gingen kurz telefonieren. Zudem forderten sie die Kinder auf, nicht zu schummeln.

Trotzdem mogelten die als „clever“ gelobten Kinder am häufigsten und drehten die verdeckte Karte doch um. Auch diejenigen, denen man den Ruf bescheinigt hatte, schlau zu sein, schummelten deutlich stärker als die anderen. Die Psychologen vermuten, dass diese Kinder unbedingt gewinnen wollten, um so ihrem Image gerecht zu werden. Außerdem könnte die Zuschreibung einer stabilen Fähigkeit wie „clever“ zu einem Gefühl der Überlegenheit führen, so dass die Kinder glaubten, es stehe ihnen zu, sich über Regeln hinwegzusetzen. SAC

Li Zhao u.a.: Praising young children for being smart promotes cheating. *Psychological Science*, 9/2017. DOI: 10.1177/0956797617721529

Li Zhao u.a.: Telling young children they have a reputation for being smart promotes cheating. *Developmental Science*, 7/2017. DOI: 10.1111/desc.12585

Nur die Anerkennung einer Leistung tut Kindern gut, Lob für Fähigkeiten nicht



Autos, Kaffee, Schokolade –
bevorzugen Partner in
Beziehungen die gleichen

Marken? Falls nicht, könnte dies

zum Problem werden, dann nämlich, wenn es in der Beziehung ein Machtgefälle gibt. Plötzlich fällt es dem weniger Einflussreichen unangenehm auf, wenn der andere stets nur seinen Wunschkaffee kauft, ohne an den Partner zu denken. In sechs Studien mit Paaren und Einzelpersonen wiesen britische Psychologen dies nach. Die einflusslosen Partner kann dieses Verhalten dauerhaft unzufrieden machen.

DOI: 10.1093/jcr/ucx079

101

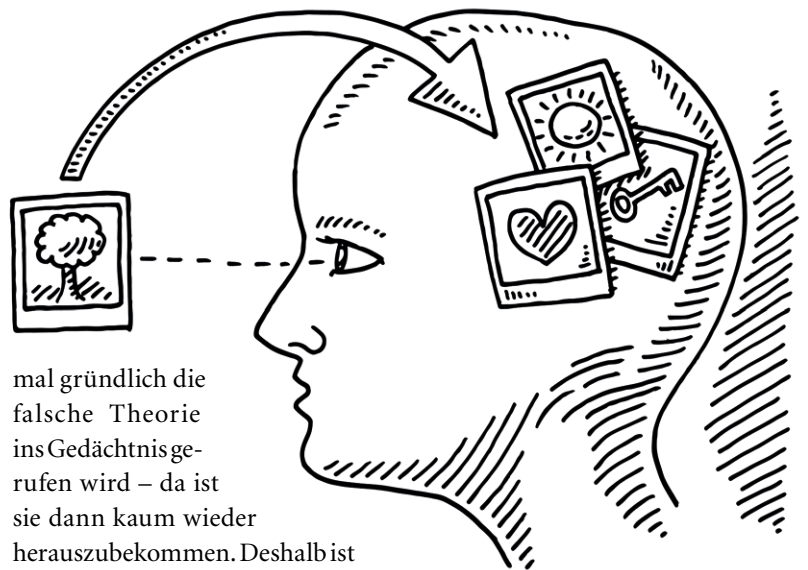
Minuten – so viel Freizeit gönnten sich junge Väter von Neugeborenen an arbeitsfreien Tagen, etwa am Wochenende, heißt es in einer Tagebuchstudie mit 52 Doppelverdienerpaaren. Die Frauen gönnten sich nur 49 Minuten Erholung, während ihr Partner auf das Baby aufpasste. Den Rest der babyfreien Zeit waren die Frauen mit Hausarbeit beschäftigt. Die Forscher stellten fest, dass die Paare sich die Hausarbeit an Arbeitstagen fair teilen, aber an freien Tagen die Frauen mehr machten.

Claire M. Kamp Dush u.a.: What are men doing while women perform extra unpaid labor? Leisure and specialization at the transitions to parenthood. *Sex Roles*, 2017. DOI: 10.1007/s11199-017-0841-0

Fake? Einfach kontern reicht nicht

Die Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln kann Autismus auslösen – das glauben viele Menschen noch immer. Dabei wurde die Studie mit dieser Behauptung längst zurückgezogen. Wissenschaftler stellten in einer Metaanalyse mit fast 7000 Teilnehmern fest: Werden Falschinformationen wie diese einfach nur als falsch gebrandmarkt, halten andere um so stärker daran fest. Wer jemanden dazu bringen will, eine Überzeugung aufzugeben, muss ein einleuchtendes Gegenmodell präsentieren.

Warum ist das so? Die Forscher prüften die Reaktionen auf falsche Behauptungen, etwa über die Gesundheitsfürsorge oder Raubüberfälle. Fazit: Gegenaufklärung geht schief, wenn dabei noch ein-



mal gründlich die falsche Theorie ins Gedächtnis gerufen wird – da ist sie dann kaum wieder herauszubekommen. Deshalb ist es nötig, eine überzeugende Gegendarstellung vorzulegen. Wenn alles gutgeht, kann diese in den Köpfen die Stelle der alten, falschen Überzeugung einnehmen. JOCHEN PAULUS

Man-pui Sally Chan u.a.: Debunking: A meta-analysis of the psychological efficacy of messages countering misinformation. *Psychological Science*. Online first, 9/2017. DOI: 10.1177/0956797617714579



G8 oder G9 – sind acht oder neun Jahre bis zum Abitur besser? Forscher haben eine erste Antwort auf diese Frage: Neun Jahre könnten sinnvoller sein. Dabei verglichen die

Wissenschaftler die Intelligenz von G8- und G9-Schülern kurz vor dem Übergang in die Oberstufe. Es zeigte sich: Die G9-Schüler, die schon ein Jahr mehr auf dem Buckel hatten, schnitten durchweg besser ab. Der Intelligenzunterschied lasse sich nicht auf das Alter zurückführen, heißt es.

DOI: 10.1016/j.cogdev.2017.08.012

Vertrauen Sie gern Ihrem Bauchgefühl? Leider, so zeigt eine Studie, hat dies wenig damit zu tun, wie gut Ihre Intuition wirklich ist. Die Psychologen stellten Probanden Aufgaben, die mit Intuition zu lösen waren. Dann fragten sie, in welchem Umfang die Befragten ihr Bauchgefühl einsetzten und wie sehr sie ihrer Intuition vertrauten. Ergebnis: Es fand sich kein Unterschied in der Leistung zwischen Teilnehmern, die viel auf ihre Intuition hielten, und anderen, die sie für unwichtig erachteten.

DOI: 10.1177/1948550617706732



Wird jemand bevorzugt?

Sie haben sich für den Abend mit einer Bekannten verabredet – doch diese sagt ab mit der Begründung, sie wolle lieber allein sein. Oder Ihre Bekannte erklärt, eine Freundin habe nur an diesem Abend Zeit, so dass sie sich lieber mit dieser Freundin treffen wolle anstatt mit Ihnen. Was wäre unangenehmer für Sie? Vermutlich die zweite Variante, stellen Forscher fest. In vier Studien setzten die Psychologen rund 600 Teilnehmer auf unterschiedliche Art diesen Szenarien aus: entweder einer vergleichenden oder einer nicht-vergleichenden Absage, in Face-to-Face-Situationen oder per Rating, außerdem einer imaginären Zurückweisung, bei der keine Ursache dafür mitgeteilt wurde. Anschließend wurde gemessen, wie sich die Teilnehmer fühlten: Die Absagen zugunsten anderer führten in deutlich stärkerem Ausmaß dazu, dass sich die Probanden ausgeschlossen und nicht zugehörig fühlten und ein stärkeres Bedürfnis hatten zu erfahren, warum ihnen abgesagt wurde. SAC

Sebastian Deri, Emily M. Zitek: Did you reject me for someone else? Rejections that are comparative feel worse. Personality and Social Psychology Bulletin, 2017. DOI: 10.1177/0146167217726988



Die Algarve für Genießer

Entdecken Sie mit Wikinger Reisen die Algarve aktiv & entspannt.

- 8-tägige geführte Reise
- Einfache Panoramawanderungen entlang traumhafter Strände, Bootsausflug zur Insel Culatra
- Komfortables Vier-Sterne-Hotel in Strandnähe
- Flug, Übernachtungen, Halbpension, deutschsprachige Wikinger-Reiseleitung

ab 1.048 €



Jetzt informieren!
www.wikinger.de

WIKINGER REISEN
 Urlaub, der bewegt.

Infos und Kataloge erhalten Sie unter www.wikinger.de oder 02331 – 9046
 Wikinger Reisen GmbH
 Kölner Str. 20 · 58135 Hagen



Ganz zufrieden im Hier und Jetzt

Wo sind Sie gerade mit Ihren Gedanken, in der Zukunft oder eher in der Vergangenheit? Eins von beiden ist sehr wahrscheinlich, vermuten Achtsamkeitsforscher. Doch offenbar stimmt diese Vermutung so nicht, stellen US-amerikanische Psychologen in einer Studie fest: Ihre Versuchsteilnehmer verbrachten nämlich den größten Teil ihrer Zeit gedanklich in der Gegenwart – und das machte sie zwar nicht glücklicher, wohl aber zufriedener.

Die Probanden füllten zunächst die *Satisfaction with Life Scale* aus. Sodann schickten die Forscher den Teilnehmern eine Woche lang täglich fünf Kurznachrichten mit einem Link zu einem Fragebogen. Darin wollten die Psychologen wissen, wie sich die Probanden in dem Moment fühlten. Sie ließen die Teilnehmer zudem angeben, ob ihre Gedanken gerade auf die Gegenwart, die Zukunft oder die Vergangenheit gerichtet waren. Weiterhin ermittelten die Forscher, ob und in welchem Umfang die Befragten gerade in negative Grübeleien verfangen wa-

ren. Nach dieser Untersuchungsphase füllten die Befragten erneut die Skala zur Lebenszufriedenheit aus.

Die Teilnehmer berichteten, so das Ergebnis, ihre Gedanken 66 Prozent ihrer Zeit auf die Gegenwart zu richten, die übrigen 34 Prozent befanden sie sich in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Außerdem grübelten die Probanden umso weniger, je stärker ihre Gedanken auf das Hier und Jetzt fokussiert waren, und diese Befragten waren zufriedener mit ihrem Leben als diejenigen, die häufiger grübelten und sich gedanklich seltener in der Gegenwart aufhielten. Offenbar macht der Fokus auf das Hier und Jetzt aber nicht glücklicher – wie häufig behauptet wird. Umgekehrt wird ein Schuh daraus: Genau dann, wenn wir uns gerade glücklich fühlen, können wir uns besonders gut auf das Hier und Jetzt konzentrieren. SAC

Peter Felsman u.a.: Being present: Focusing on the present predicts improvements in life satisfaction but not happiness. *Emotion*, 17/7/2017. DOI: 10.1037/emo0000333



FOTO: MARQUIS DE VALMONT / PHOTOCASE.DE

Schönheit braucht Ruhe

Für Immanuel Kant lag es auf der Hand: Die Freude über ein schönes Bild ist anders als die über ein leckeres Stück Torte. Für den berühmten Philosophen beruhte die Freude an etwas Schöнем auf konzentrierter Reflexion. Dagegen habe der Genuss eines süßen Desserts nichts mit Schönheit zu tun. Psychologen stellten diese Annahmen auf den Prüfstand und bestätigten: „Wir scheinen Schönheit tatsächlich zu erfahren, indem wir darüber reflektieren.“ Allerdings wäre Kant irritiert: Manche Teilnehmer erlebten auch Erfahrungen wie das Lutschen eines Bonbons als schön – es erinnerte sie an ihre Kindheit.

Die Forscher zeigten den Probanden Bilder, die diese zuvor als „bewegend schön“ bewertet hatten, neutrale Fotos von Möbeln, ließen sie Bonbons kosten und flauschige Teddys fühlen. Die Teilnehmer bewerteten den Genuss und die Schönheit des Erlebens. Im zweiten Teil lenkten die Forscher ihre Probanden mit einer kniffligen Konzentrationsaufgabe ab. Daraufhin fanden die Probanden die „bewegend schönen“ Bilder weniger schön. Offenbar können wir also tatsächlich Schönheit mehr genießen, wenn wir nicht abgelenkt sind.

ANNA GIELAS

Aenne Brielmann, Denis Pelli: Beauty requires thought. *Current Biology*, 27/2017. DOI: 10.1016/j.cub.2017.04.018

Gemeinsame Werte stärken die Wirtschaft

Gemeinsame Werte verbinden Menschen – und fördern offenbar die Wirtschaftskraft. Forscher der Universität Groningen fanden dies in einer Metaanalyse heraus, in der sie die Diversität von Werten mit der Ökonomie einer Region in Beziehung setzten. Das Ergebnis: Die ökonomische Entwicklung einer Gesellschaft hängt offenbar auch davon ab, wie stark Werte geteilt werden. Und je unterschiedlicher diese Vorstellungen in einer Gemeinschaft sind, desto niedriger ist die Wirtschaftskraft – gemessen am Pro-Kopf-Bruttoinlandsprodukt – und desto schlechter funktionieren staatliche Institutionen und die Versorgung mit öffentlichen Gütern.

Die Wissenschaftler werteten Daten von 250 Regionen aus 21 Ländern der Europäischen Union sowie eine europäische Studie aus, bei der mehr als 31 000 Personen zu ihren kulturellen Meinungen befragt worden waren. Gemessen wurden Werte wie Vertrauen und die Einstellung der Befragten zu Arbeit, Demokratie, Marktwirtschaft und der Rolle der Geschlechter. Bei allen fünf Kategorien bestätigte sich, dass nicht geteilte Werte mit einem geringeren Pro-Kopf-Einkommen einhergingen.

KATHARINA WETZEL

Sjoerd Beugelsdijk u.a.: Value diversity and regional economic development. *The Scandinavian Journal of Economics*, 2017. DOI: 10.1111/sjoe.12253



LIEBE IST ...

In welchen Situationen fühlen Menschen sich geliebt? Zumindest in westlichen Gesellschaften scheint das Verständnis davon ähnlich zu sein. Romantik ist dabei nicht das Wichtigste

Die Quellen zu dieser Infografik finden Sie unter: www.psychologie-heute.de/literatur. Illustration: Anton Hallmann. Text: Eva-Maria Träger



Wenn jemand anruft, um sich zu erkundigen, wie's einem geht



Schöne Stunden mit jemandem zu teilen



Unterstützung zu bekommen, ohne dass eine Gegenleistung verlangt wird



Zeichen der Zuneigung zu empfangen, wie ein Lächeln oder einen liebevollen Blick



Ein Kind, das sich ankuscht

Zeit mit dem Nachwuchs zu verbringen



Wenn sich das Haustier freut, Herrchen – oder Frauchen – wiederzusehen



Eindeutig: wenn jemand „Ich liebe dich“ sagt



In schweren Zeiten Mitgefühl zu erhalten



Behandelt zu werden, als sei man etwas Besonderes



Bei Krankheit umorgt zu werden

Alles sagen zu können, was man denkt, ohne verurteilt zu werden