

# PSYCHOLOGIE HEUTE



**Jetzt Newsletter abonnieren**

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



BEZIEHUNG

## Was sehen Sie hier, Friedemann Schulz von Thun?

Angelehnt an den projektiven Test TAT zeigen wir prominenten Menschen jeden Monat ein Bild und bitten sie, die Szene zu deuten.

VON FRIEDEMANN SCHULZ VON THUN

 06. AUG 2021

„Spät am Abend klingelte noch das Telefon. ‚Gehst du ran?‘, fragte er und hörte dann mit halbem Ohr, wie sie ernst und eindringlich sprach. ‚Wer war denn das noch um diese Zeit?‘, fragte er, als sie ins Bad kam. ‚Hilde! Du, da spitzt sich etwas zu!‘ ‚Mit Heinz?‘ ‚Ja, das war wie ein Hilferuf – ich glaube, wir müssen da hin!‘

Sie waren seit ein paar Jahren mit Hilde und Heinz befreundet, sie mehr mit Hilde als er mehr mit Heinz. Dass es zwischen den beiden kriselt, blieb ihnen nicht verborgen. Aber jetzt dieser Anruf – das war eine neue Qualität.

„Was, jetzt noch, zu nachtschlafender Zeit? Hat sie dich denn darum gebeten?“ „Nicht direkt, aber sie war voller Wut und Angst. Da könnte was aus dem Ruder laufen – komm, wir gehen da jetzt hin!“ „Oh nee, um diese Zeit! Sehr fraglich, ob wir da willkommen wären und ob wir überhaupt helfen können!“ „Das werden wir dann sehen! Komm, raff dich auf! Wir gehen zu Fuß und sind in 20 Minuten da. Weißt du, es gibt Situationen im Leben, da muss man mal zur Stelle sein, ohne auf die Uhr zu gucken!“

Sie gehen durch die menschenleere Nacht – sie zielstrebig und entschieden vorneweg, er in ihrem Schlepptau hinterher, mit einigem Unbehagen und einigen Bedenken. Beide wissen nicht, was in dieser Nacht auf sie zukommen wird. Aber sie sind zu zweit und können einander Halt geben.“

**Was könnte Ihre Bildbeschreibung mit Ihnen persönlich zu tun haben?**

„Oha, was hat diese Geschichte mit mir zu tun? „Sei dein eigener Tiefenpsychologe!“, scheint *Psychologie Heute* zu appellieren. Also gut! Etwas Ähnliches habe ich mal erlebt, die Geschichte ist nur halb erfunden. Aber es wird in ihr etwas Typisches sichtbar, etwas Typisches für die Ehe mit meiner Frau. Bei ihr liegt mehr Initiative, Entschiedenheit und ‚Richtlinienkompetenz‘, was unser Privatleben angeht. Im Beruflichen ist das anders, aber mein Talent, ein gelingendes Privatleben zu führen, ist ‚ausbaufähig‘. Gut, wenn sie hier die Führung übernimmt, auch wenn manche Zumutung verkraftet werden muss.“

**Friedemann Schulz von Thun** ist Psychologieprofessor im -  
Ruhestand an der Universität Hamburg. Er leitet das Schulz von Thun Institut für Kommunikation und schrieb unter anderem den vierbändigen Bestseller Miteinander reden.

---

---

---

# DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

BEZIEHUNG

## **Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?**

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

## **Menschen verstehen wie die Profis**

Fünf Psychotherapeuten beschreiben Techniken und Haltungen, um andere Menschen besser zu verstehen. Und sie erklären, wie wir sie nutzen können.

BEZIEHUNG

## **Wenn er nicht so ist, wie sie ihn braucht**

Warum der Versuch, Intimität herzustellen, manchmal das Gegenteil bewirkt, zeigt Paartherapeutin Angelika Eck.

# MEISTGELESEN

**1** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

**2** GESUNDHEIT

## **Woran hat's gelegen?**

Psychologie nach Zahlen: 6 Faktoren, die über Erfolg oder Scheitern einer Psychotherapie mitbestimmen.

## **3** LEBEN

### **Resilienz lässt sich lernen**

Resilienz ist eine Frage des Bewertungsstils. Krisen standzuhalten lässt sich lernen, erklärt der Forscher Raffael Kalisch in einem Buch.