

PSYCHOLOGIE HEUTE

LEBEN

Die Stärke der Stillen

Introvertierte Menschen standen lange im Schatten. Zunehmend aber entdecken die Stillen ihre Stärken und entwickeln ein neues Selbstbewusstsein.

VON ANNE OTTO

 10. JAN 2018

Viele Jahre hielt Tanja Bartos (Name geändert) sich selbst für wenig belastbar. Sobald sich die 42-Jährige auf Feiern oder Tagungen in großen Gruppen aufhielt, fühlte sie sich nach kurzer Zeit müde und überfordert. Außerdem redete sie dort, wie auch sonst, nicht viel, es fiel ihr schwer, mit Fremden in Kontakt zu kommen. Und als die Architektin zu Beginn ihres Berufslebens zunächst in einem Großraumbüro landete, konnte sie sich nur mit großer Mühe konzentrieren. „Dass ich mich dort...

Sie wollen den ganzen Artikel downloaden? Mit der PH+-Flatrate haben Sie unbegrenzten Zugriff auf über 2.000 Artikel. Jetzt bestellen

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Machen wir unsere Kinder zu „Überleistern“?

Die Gesellschaft macht Kinder zu „Überleistern“, sagt die Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm. Welche Formen es gibt und was Eltern tun können.

2 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

3 BEZIEHUNG

Toxische Beziehung

Wenn der Partner sich immer öfter abwertend verhält, stellt sich die Frage, wie man Liebe wieder ins Gleichgewicht bringt – oder hinter sich lässt.