

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---


LEBEN

---

## Ganz ehrlich?

Offen miteinander zu reden ist nicht immer einfach. Aber es lohnt sich offenbar, ergab eine Studie.

VON SUSANNE ACKERMANN

 13. FEB 2019

Stets vollkommen ehrlich mit anderen zu sein, das vermeiden wir eher – manchmal fürchten wir, unhöflich zu sein, auf Unverständnis, Ärger und Ablehnung zu stoßen. Aber offenbar sind diese Erwartungen falsch, ergab eine Studie.

Die Psychologen brachten Teilnehmer in einem Feldexperiment sowie im Labor in verschiedene Gesprächssituationen und forderten sie auf, entweder stets absolut ehrlich, jeweils sehr freundlich oder einfach wie immer zu sein. Dabei definierten die Forscher Ehrlichkeit als Übereinstimmung mit den eigenen inneren Überzeugungen, Gedanken und Gefühlen, unabhängig davon, ob diese richtig oder falsch waren.

## Überraschend angenehm

Die Teilnehmer fanden die ehrlichen Gespräche viel angenehmer als gedacht und reagierten weniger negativ als befürchtet auf offene Kritik. Die grundehrlichen Unterhaltungen erhöhten das Wohlbefinden, wurden als sehr sinnvoll empfunden und stärkten das Gefühl, mit dem Gesprächspartner verbunden zu sein.

Emma Levine, Taya R. Cohen: You can handle the truth: Mispredicting the consequences of honest communication. SSRN, 2018.DOI: 10.2139/ssrn.2910067

---

---

# DIE REDAKTION EMPFIEHLT

---

GESELLSCHAFT

## **Ernste Warnsignale**

Psychologische und psychotherapeutische Fachgesellschaften sehen Stimmungswandel im Umgang mit der Corona Krise

LEBEN

## **Resilienz lässt sich lernen**

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

BEZIEHUNG

## **Liebe ich einen Narzissten?**

Buchbesprechung: Bärbel Wardetzki zeigt Wege aus der narzisstischen Beziehungsfalle.

# MEISTGELESEN

## **1** BEZIEHUNG

### **Nicht mehr erreichbar**

Eine Trennung ohne Ansage, das sogenannte Ghosting, scheint besonders in noch sehr jungen Beziehungen häufiger zu werden. Was hat es damit auf sich?

## **2** 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.

## **3** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

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