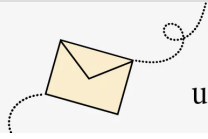


# PSYCHOLOGIE HEUTE



**Jetzt Newsletter abonnieren**

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



LEBEN

## Nostalgie: Wenn Wehmut gut tut

Wehmütig erinnern wir uns an damals: Das ist keine lähmende Fluchtreaktion, sondern ein wertvolles Gefühl, so Sozialpsychologe Constantine Sedikides.

VON ANNETTE SCHÄFER



01. JUN 2014

Constantine Sedikides und einige seiner Mitarbeiter treffen sich zum Dinner bei „Ceno“, einem beliebten Lokal in der Nähe ihrer Universität. Es ist eine internationale Truppe, die sich am runden Tisch gegrillten Wolfsbarsch, Schmorbraten und andere Leckereien schmecken lässt: Der Professor für Sozialpsychologie ist gebürtiger Grieche, sein langjähriger Mitarbeiter Tim Wildschut kommt aus den Niederlanden, ebenso wie Joost Leunissen, der erst seit ein paar Monaten dabei ist. Neben ihm sitzen Jacob Juhl aus den USA und VerBon Cheung, die aus Hongkong nach England kam. Es wird ein bisschen gefachsimpelt, man tauscht Erfahrungen über das Leben im Ausland aus und diskutiert über Politik.

Für die Journalistin aus Deutschland ist es ein Privileg, dabei zu sein. Nicht nur an diesem Abend, sondern schon den ganzen Tag begleitet sie die Forschergruppe. Wer sich für das Thema Nostalgie interessiert, ist in

Southampton am richtigen Ort. Lange, sehr lange Zeit wurde die sentimentale Sehnsucht nach vergangenen Zeiten als lähmende, gar dysfunktionale Emotion angesehen. Seitdem der Schweizer Arzt Johannes Hofer den Begriff im 17. Jahrhundert erstmals verwendete, um die körperlichen und psychischen Leiden von Söldnern zu beschreiben, betrachteten Psychologen Nostalgie als Fluchtreaktion von Menschen, die den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen sind und Angst vor der Zukunft haben. Diese Einschätzung gilt heute nicht mehr. Nostalgie wird nunmehr als eine Erfahrung angesehen, die durchaus schmerzliche Anteile hat, aber insgesamt äußerst nützlich ist.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---

---

---

## 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.

GESELLSCHAFT

### **Das Spiel mit der Psychose**

Immer mehr Computerspiele setzen sich differenziert mit psychischen Störungen auseinander. Was bedeutet das für die öffentliche Wahrnehmung?

BEZIEHUNG

### **Sich wieder nah sein**

## **SICH WIEDER NAH SEIN**

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

# MEISTGELESEN

## **1** LEBEN

### **Habe ich Borderline?**

Elinor Greenberg beschreibt die narzisstische und die Borderline-Persönlichkeitsanpassung als Reaktion auf unerfüllte kindliche Grundbedürfnisse.

## **2** GESELLSCHAFT

### **Passiv-aggressiv?**

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

## **3** LEBEN

### **Ruhe im Kopf**

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.