

PSYCHOLOGIE HEUTE

LEBEN

Nicht ohne meinen Teddy

Wenn Erwachsene noch an ihren Kuscheltieren hängen, wird das oft als skurril empfunden. Ab wann ist Stofftier-Abhängigkeit pathologisch?

VON CAROLIN SCHOLZ

 08. JUL 2022

Mal ehrlich: Haben Sie noch ein Kuscheltier? Obwohl Sie längst erwachsen sind? Schläft es bei Ihnen im Bett und kuscheln Sie noch manchmal damit, wenn Sie einen schlechten Tag haben? Nehmen Sie es noch mit auf Reisen? Damit zumindest wären Sie nicht allein: In einer repräsentativen Befragung der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) unter 1100 Deutschen gaben im Jahr 2013 fast ein Fünftel der Frauen und ein Zehntel der Männer an, ihr Kuscheltier noch mitzunehmen. 14 Prozent aller Befragten können nicht ohne einschlafen.

„Alle Menschen haben ein Bedürfnis, ein Verlangen nach sozial-emotionalem Kontakt“, sagt Shu-Chen Li, Professorin für Entwicklungspsychologie und Neurowissenschaft der Lebensspanne an

der Technischen Universität Dresden.

Ein Aspekt sozial-emotionalen Kontakts ist Berührung, also streicheln, kuscheln, anschmiegen. Li erzählt, dass Streicheln in einer bestimmten Geschwindigkeit Rezeptoren unter der Haut aktiviert, die Stress und negative Gefühle wie Einsamkeit lindern. Auch der Anblick einer anderen Person, die zärtlich berührt wird, löst ähnliche Reaktionen in Gehirnregionen aus, die für das Sozialverhalten wichtig sind. „Man kann spekulieren, dass das Gefühl der sanften Berührung beim Streicheln von Kuscheltieren ähnliche Auswirkungen haben könnte“, sagt Shu-Chen Li. Um dies zu überprüfen, müsste man jedoch neue empirische Studien durchführen.

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.

LEBEN

Narzissmus

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

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Narzissmus

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

2 BEZIEHUNG

"Sich in den Richtigen verlieben"

Liebesbriefe oder -E-Mails schaffen eine intensive Nähe – und ermöglichen gleichzeitig Distanz, sagt Paartherapeut Wolfgang Hantel-Quitmann

3 FAMILIE

„Es war ein stilles Entsetzen“

Der Großvater in der NSDAP, der Vater antisemitisch: Psychologie Heute-Redakteurin Susanne Ackermann erzählt, wie in ihrer Familie die NS-Zeit nachwirkt