

## TITEL

---

### 18 **Manipulation durchschauen**

Wie wir verhindern, von Mitmenschen gelenkt, beeinflusst und ausgenutzt zu werden

*Von Anne Otto*

### 26 **Manipulative Interaktionsmuster**

Armes Schwein und Mords-Molly: Die Spiele der Beeinflusser

*Von Anne Otto*

---

### 12 **Im Fokus: Das lange Warten**

Dietrich Munz, Chef der Psychotherapeutenkammer, über den alarmierenden Mangel an Therapieplätzen

### 28 **Ich bin dick und fühle mich gut**

Eine wachsende Bewegung verteidigt offensiv das Recht auf viele Pfunde

*Von Anke Nolte*

### 34 **Heimat und die Suche nach Identität**

Sehnen wir uns auch deshalb so nach einem vertrauten Umfeld, weil es uns an innerer Beheimatung fehlt?

*Von Daniel Hell*

### 40 **Ein Leben mit zwei Lieben**

Die Fallstricke einer neuen Beziehung nach dem Tod des Partners

*Von Anna Fröhling*

### 46 **Darf's noch eine Prise süße Musik sein?**

Experimentalpsychologe Charles Spence über den erstaunlichen Einfluss von Farben, Gerüchen und Klängen auf das Geschmackserlebnis



## TITELTHEMA

---

**18** Wir alle werden ständig von anderen beeinflusst und beeinflussen sie unse-  
rerseits. Das ist unvermeidlich im Miteinander  
und meist nicht weiter problematisch. Doch  
manche Mitmenschen setzen Manipulation  
gezielt ein, sie steuern und vereinnahmen uns.  
Wie erkennen wir solche Übergriffe? Und mit  
welchen Strategien können wir die Manipulierer  
geschickt ins Leere laufen lassen?



**28** Die Warnungen vor den Folgen von Übergewicht haben in den letzten Jahren immer schrillere Züge angenommen. Dicke Menschen fühlen sich zunehmend abgewertet und bevormundet. Eine weltweite *Fat Acceptance*-Bewegung setzt sich dagegen zur Wehr. Ihr Credo: Ich bin dick und fühle mich gut!



**64** „Das schaffst du nie!“ Wenn wir sie am wenigsten gebrauchen können, meldet sich mitunter eine notorisch nörgelnde Instanz in uns zu Wort. Dieser „innere Kritiker“ ist in Wirklichkeit ein innerer Wicht mit dem furchtsamen Blick eines Kindes. Statt ihn zu bekämpfen, sollten wir ihn beruhigen. Wie geht das?

- 58 **„Väter wollen keine Juniorpartner sein“**  
Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm erklärt, wieso es für „neue Väter“ auch „neue Mütter“ braucht
- 64 **„Das schaffst du nie“**  
Warum der innere Kritiker gar keiner ist  
Von Burkhard Düssler
- 72 **Als der Sex in die Schulen kam**  
Die Geschichte der Sexualpädagogik zeigt, wie politisch Sexualität stets war – und ist  
Von Sven Rohde

## RUBRIKEN

- 16 **Therapiestunde**  
Mein Raum, dein Raum  
Von Wolfgang Schmidbauer
- 38 **Psychologie nach Zahlen**  
Eine Frage der Werte  
Von Jochen Paulus
- 70 **Studienplatz**  
Überhöhte Ansprüche?  
Von Anna Gielas
- 78 **Lekys Aussichten**  
Schwester Gertrud und die glückliche Kindheit  
Von Mariana Leky
- 3 Editorial  
6 Themen & Trends  
52 Körper & Seele  
57 Schilling & Blum: Irgendwas mit Menschen  
80 Buch & Kritik  
91 Medien  
92 Leserbriefe  
93 Impressum  
94 Noch mehr Psychologie Heute  
95 Markt  
106 Im nächsten Heft