

TITEL

16 **Passiv-aggressiv**

Von verdeckt feindseligem Verhalten und wie man sich dagegen zur Wehr setzt

Von Anne Otto

26 **„Wer Konfrontation vermeidet, entwickelt verdrückte Strategien“**

Konflikttrainerin Ursula Wawrzinek über passive Aggression am Arbeitsplatz

12 **Im Fokus: „Jeder sollte sich Gedanken machen“**

Ein Gespräch mit Sylvia Kröncke, die in einer Ambulanz für Transplantationspsychologie Organspender und -empfänger berät

30 **Vielfachlieben**

Polyamorie ist eine Liebesbeziehung von mehr als zwei Menschen – lehrreich auch für Monogame

Von Franz Himpsl

38 **Schneller, als die Zeit erlaubt**

Der Psychiater und Philosoph Thomas Fuchs über die Beschleunigung des Lebens. Burnout und Depression können die Folge sein

44 **Vom Wandel einer Rolle**

Noch nie hatten Großeltern so viele Freiheiten im Kontakt mit ihren Enkeln

Von Lisa Meyer

58 **Von der Hilflosigkeit zum Glück**

Als junger Mann erforschte er, wie Menschen depressiv werden. Doch dann drehte er die Fragestellung um – Martin Seligman im Porträt

Von Annette Schäfer



TITELTHEMA

16 Sie schweigen demonstrativ. Sie stellen sich dumm. Sie fühlen sich ständig ungerecht behandelt, sagen aber nicht offen, was sie stört. Sie sind auf verstohlene Weise feindselig. Menschen mit passiv-aggressivem Auftreten bringen uns auf die Palme, denn sie lassen uns auflaufen, bieten keine Angriffsfläche. Was steckt hinter diesem Verhalten und wie können wir klug reagieren?



30 Es ist ein Beziehungsmodell, das zwar nicht verschämt, aber oft in aller Stille gelebt wird: Da ist ein Paar schon seit vielen Jahren liiert, und irgendwann tritt ein weiterer Partner hinzu, manchmal auch mehrere. Und fortan führt man eine einvernehmliche Beziehung zu dritt, zu viert, samt Bindung und Erotik: Man lebt polyamor



58 Er ist der Begründer der positiven Psychologie, die auf Optimismus, Stärken, gute Gefühle setzt. Doch privat entspricht Martin Seligman so gar nicht dem Klischee eines dauerheiteren Strahlemanns. Er ist eher still, fühlt sich am wohlsten, wenn er bei seiner Familie sein darf und nicht auf einem Podium stehen muss. „Ich bin kein sehr sozialer Mensch“, gesteht er

DOSSIER

- 68 Seelische Last:**
Wenn Arbeit krank macht
 Fehltag im Job wegen psychischer Probleme sind häufig. Nur zögerlich reagieren die Firmen – und die Psychotherapie
 Von Jochen Paulus



- 75 „Warum nicht auch die Arbeitssituation ändern?“**
 Soziologe Stephan Voswinkel über Prävention in den Betrieben

RUBRIKEN

- 28 Therapiestunde**
 Der lebende Vorwurf
 Von Wolfgang Schmidbauer
- 66 Psychologie nach Zahlen**
 Das Alter kann kommen
 Von Anna Gielas
- 76 Studienplatz**
 Wenn Disziplin unglücklich macht
 Von Frank Luerweg
- 78 Lekys Aussichten**
 Das angepampfte Herz
 Von Mariana Leky

- 3 Editorial
- 6 Themen & Trends
- 52 Körper & Seele
- 57 Cartoon
- 80 Buch & Kritik
- 91 Medien
- 92 Leserbrief
- 93 Impressum
- 94 Noch mehr Psychologie Heute
- 95 Markt
- 106 Im nächsten Heft