

# Liebe Leserinnen und Leser

Es gibt etwas Schönes und Verbindendes am Thema dieser *Compact*-Ausgabe: Klug durchs Leben kommt man nicht allein. Zwar begegnen wir den komplexen Problemen des Lebens mit unserem Verstand und unserem Wissen – und deswegen erzählen wir Ihnen in dieser Ausgabe von klassischen Denkfehlern, die man vermeiden sollte (S. 20), und fragen zum Beispiel, welche Ratschläge aus der Antike uns heute noch helfen (S. 72). Aber wir berichten auch davon, was echte Weisheit eigentlich ausmacht (S. 66). Und die hat nicht nur mit mir, sondern sehr viel mit meinen Mitmenschen zu tun.

Weise Menschen, so erklärt mir Judith Glück, gleichen ihre eigenen Ziele und Bedürfnisse mit denen anderer Menschen ab. Judith Glück ist Professorin für Entwicklungspsychologie an der Universität Klagenfurt und renommierte Weisheitsforscherin. Sie sagt: „Eine weise Handlung dient nie nur dem eigenen Nutzen, sondern orientiert sich an breiteren guten Ergebnissen, am Gemeinwohl, wenn Sie so wollen.“ Weise Menschen, so erzählt die Wissenschaftlerin weiter, haben auch nicht immer gleich einen Ratschlag für andere parat, sondern sind gute Zuhörer. „Sie reagieren nicht impulsiv, sie denken intensiv nach und haben das Bedürfnis, insbesondere große Lebensthemen vertiefend zu verstehen. Das heißt auch, dass sie bereit sind, ihre eigenen Handlungen zu hinterfragen, selbst wenn dabei nicht nur Positives zum Vorschein kommt. Und im Zusammenhang damit haben sie eine generelle Bereitschaft, sich nicht so wichtig zu nehmen.“

Weisheit entwickelt sich im Laufe des Lebens und speist sich aus den Erfahrungen und Erkenntnissen, die wir sammeln. Interessanterweise sind es aber nicht nur meine eigenen – häufig schwierigen – Erlebnisse, die mich weiser werden lassen; es können auch die Geschichten anderer Menschen sein: „Wenn wir Menschen befragen, was ihre Erlebnisse waren, aus denen sie Erkenntnisse gewonnen haben, dann erzählen sie manchmal auch so etwas wie: ‚Ich bin im Zug gefahren und dieser Mann hat etwas zu mir gesagt, und dann sind wir ins Gespräch gekommen, und dadurch habe ich eine ganz neue Perspektive entwickelt‘“, sagt Judith Glück. „Es sind nicht immer die großen *Life-Events*. Entscheidend ist, dass es mich auf einer emotionalen Ebene berührt, damit es mich verändert. Und dadurch werde ich auch weiser. Also ich glaube nicht, dass rein durch Bücherlesen oder Psychologiestudieren die Weisheit wirklich steigt“, sagt die Professorin und lacht.

Berührbar sein, offen für andere, die eigenen Emotionen verstehen – diese psychologische Perspektive auf Weisheit finde ich tröstlich in Zeiten, in denen es manchen klug erscheint, Einzelkämpfer für die eigenen Interessen zu sein.

Judith Glück hat mir noch vieles mehr erzählt – ob weise Menschen glücklicher sind zum Beispiel oder welche Weisheitshindernisse es im Berufsleben gibt. Das ganze Interview mit ihr finden Sie online unter [psychologie-heute.de/leben](http://psychologie-heute.de/leben). Damit und mit den drei spannenden Kapiteln dieser Ausgabe – „Denkfallen vermeiden“, „Den Dingen auf den Grund gehen“ und „Weiser werden“ – wünsche ich Ihnen viel Vergnügen und viele gute Einsichten. Ihre



Dorothea Siegle, Chefredakteurin

# Inhalt

HEFT 69 **Klug durchs Leben**

## 06 **Was in unserem Kopf vorgeht**

Eine kleine Expedition in die kognitive Psychologie



## DENKFALLEN VERMEIDEN

- 14 Wunderbares Wunschdenken**  
Von der Kraft positiver Illusionen
- 19 Wie wir uns selbst belügen**  
Drei verbreitete Formen von Selbstbetrug
- 20 „Manchmal genügt schon ein wenig Statistik“**  
Der Sozialpsychologe Richard Nisbett über Denkfehler
- 25 Die Vogel-Strauß-Strategie**  
Warum wir manches gar nicht wissen wollen
- 26 Perspektivenwechsel**  
Was wir davon haben, wenn wir unseren Blick erweitern
- 32 Die große Wissensillusion**  
Der Kognitionswissenschaftler Steven Sloman über unser begrenztes Alltagswissen
- 36 DENKFALLEN VERMEIDEN compact**  
Kurzmeldungen

## DEN DINGEN AUF DEN GRUND GEHEN

- 40 Ganz schön schlau**  
Was Intelligenz ist und was sie für unseren Alltag bedeutet
- 46 Die Kunst, Fragen zu stellen**  
Wie Erkundigungen uns weiterbringen
- 54 Lieber mal nachhaken**  
5 Nachfragen, die uns zum Kern der Dinge bringen
- 56 Ich zweifle, also bin ich**  
Über die wichtige Fähigkeit des kritischen Denkens
- 62 DEN DINGEN AUF DEN GRUND GEHEN compact**  
Kurzmeldungen

In unserer Reihe *Psychologie Heute compact* versammeln wir für Sie das Beste aus unseren Monatsheften zu einem bestimmten Thema, ergänzt durch exklusive Artikel



# WEISER WERDEN

- 66 Inneres Wachstum**  
Was Weisheit ausmacht und wie man sie fördern kann
- 71 Fünf Tipps für die eigene Entwicklung**  
Vom guten Umgang mit kritischen Lebensereignissen
- 72 Lernen von Sokrates & Co**  
Ein Gespräch mit dem Philosophen Albert Kitzler über Lebenskunst
- 78 Wie aus heiterem Himmel**  
Rätselhafte Aha-Momente: Was über sie bekannt ist
- 82 Die chinesische Kunst der List**  
Der Sinologe Harro von Senger über Denken und Planen im Reich der Mitte
- 88 WEISER WERDEN compact**  
Kurzmeldungen

03 Editorial  
05 Impressum  
90 Medien  
95 Cartoon  
96 Markt



**Best.-Nr.: 47269**  
**ISBN 978-3-407-47269-4**

**REDAKTION**

Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
Postfach 100154, 69441 Weinheim  
Telefon: 06201/6007-0  
Telefax: 06201/6007-382 (Redaktion), 6007-310 (Verlag)

**PSYCHOLOGIE-HEUTE.DE**

**HERAUSGEBER UND VERLAG**

Julius Beltz GmbH & Co. KG, Weinheim  
Geschäftsführerin der Beltz GmbH: Marianne Rübemann

**CHEFREDAKTEURIN** Dorothea Siegle

**VERANTWORTLICHE COMPACT-REDAKTEURIN** Anke Bruder

**MITARBEIT** Mathias Zabeck (Schlussredaktion)

**REDAKTIONSASSISTENZ**

Johanna D'Alessandro, Kerstin Panter

**LAYOUT, HERSTELLUNG** Eva Fischer, Gisela Jetter,  
Johannes Kranz

**ANZEIGEN** Claudia Klinger

c/o Psychologie Heute  
Postfach 100154, 69441 Weinheim, Telefon: 06201/6007-386  
Fax: 06201/6007-9331

**FRAGEN ZU ABONNEMENT UND EINZELHEFTBESTELLUNG**

Beltz Kundenservice, Postfach 100565, 69445 Weinheim  
Telefon: 06201/6007-330 | Fax: 06201/6007-9331  
E-Mail: medienservice@beltz.de | psychologie-heute.de

**DRUCK** Druckhaus Kaufmann, 77933 Lahr

**VERTRIEB ZEITSCHRIFTENHANDEL**

DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co KG  
Meßberg 1, 20086 Hamburg, Telefon 040/30191800

**COPYRIGHT:** Alle Rechte vorbehalten. © Beltz Verlag, Weinheim.  
Alle Rechte für den deutschsprachigen Raum bei Psychologie Heute. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandtes Material übernimmt die Redaktion keine Gewähr. „Die in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Übersetzung, Nachdruck – auch von Abbildungen –, Vervielfältigungen auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege oder im Magnettonverfahren, Vortrag, Funk- und Fernsehsendung sowie Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen – auch auszugsweise – bleiben vorbehalten. Von einzelnen Beiträgen oder Teilen von ihnen dürfen nur einzelne Kopien für den persönlichen und sonstigen Gebrauch hergestellt werden.“ Gerichtsstand: Weinheim a. d. B.

**BILDQUELLEN**

Titel: Silke Weinsheimer. S. 3: Andreas Reeg. S. 4 links, 12: Martin Harvey/Getty Images. S. 4 rechts, 38: Photoschmidt/Getty Images. S. 5, 64: plainpicture/Joseph Fox. S. 6, 7, 9: Anthony Harvie/Getty Images. S. 14, 15, 17: We Are/Getty Images. S. 19: PressureUA/Getty Images. S. 20, 89: plainpicture/Kniel Synnatzschke. S. 22, 32: DEEPOL by plainpicture. S. 24: privat. S. 25: Anton Hallmann. S. 26, 28, 29: Alashi/Getty Images. S. 33, 34: Europäisches Patentamt. S. 35: privat. S. 36 oben: Vladimir Sukhachev/Getty Images. S. 36 unten: Katflare/Getty Images. S. 37 oben: RichVintage/Getty Images. S. 37 unten: Lemono/Getty Images. S. 40: plainpicture/Sarah Eick. S. 43: hktch/photocase. S. 46, 47, 48, 49: VictoriaBar/Getty Images. S. 54: Everything Bagel/Getty Images. S. 56, 57: Gunther Kleiner / EyeEm/Getty Images. S. 59: Marcos Osorio/Stocksy. S. 62 oben: cydonna/photocase. S. 62 unten: Malte Mueller/Getty Images. S. 63 links: tomozina/Getty Images. S. 63 rechts: Catherine Falls Commercial/Getty Images. S. 66: DEEPOL by plainpicture/Frederic Cirou. S. 69: Ekin Ozbicer/Getty Images. S. 73, 75: Silke Weinsheimer. S. 77: privat. S. 78, 79, 80: Yaroslav Danylchenko/Stocksy. S. 82: 1970s/Getty Images. S. 86: business bestseller Günther Reisp. S. 88 oben: plainpicture/harry + lidy. S. 88 unten: AveCalvar/photocase. S. 90: plainpicture/Frauke Thielking. S. 91 unten: picture alliance/dpa | Frank Rumpfenhorst. S. 91 oben: Olga Ubirailo/Getty Images. S. 92: Andy Ryan/Getty Images. S. 93: Runeer/Getty Images. S. 94: Alma Haser/Getty Images. S.95: Holga Rosen.