

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Einleitung: Bedeutung und Relevanz von Sprichwörtern – Warum nutzen wir Sprichwörter? | 1 |
| | <i>Dieter Frey</i> | |
| 2 | Sprichwörter und Psychologie - eine Annäherung | 3 |
| | <i>Julia Albrecht und Dieter Frey</i> | |
| 2.1 | Einleitung | 3 |
| 2.2 | Deutsche und internationale Sprichwörter | 3 |
| 2.2.1 | Konzeptionelle Klärung des Begriffs „Sprichwort“ | 3 |
| 2.2.2 | Sprachliche Erscheinungsformen von Sprichwörtern | 4 |
| 2.2.3 | Psychologische Funktionen hinter Sprichwörtern | 5 |
| 2.2.4 | Psychologische Funktionen von Sprichwörtern aus dem Blickwinkel sozialpsychologischer Theorien | 5 |
| 2.2.5 | Sprichwörter als Spiegel der Kultur | 6 |
| 2.2.6 | Ursprünge deutscher Sprichwörter | 7 |
| 2.2.7 | Universalität von Sprichwörtern – eines passt immer? | 8 |
| 2.3 | Volksmund und Psychologie | 8 |
| 2.3.1 | Berührungspunkte zwischen Sprichwörtern und Psychologie | 8 |
| 2.3.2 | Bisherige psychologische Forschung mit Bezug zu Sprichwörtern | 10 |
| 2.4 | Das aktuelle Projekt: Sprichwörter aus psychologischem Blickwinkel | 11 |
| 2.5 | Impulse für Forschung und Praxis | 12 |
| | Literaturverzeichnis | 13 |

I Freundschaft und Familie

| | | |
|----------|---|-----------|
| 3 | Sag mir, wer dein Freund ist, und ich sag dir, wer du bist | 17 |
| | <i>Svetlana Dominova</i> | |
| 3.1 | Einleitung | 17 |
| 3.2 | Streben nach Zugehörigkeit | 17 |
| 3.2.1 | Herkunft und Interpretation | 17 |
| 3.2.2 | Wissenschaftliche Analyse | 18 |
| 3.2.3 | Implikationen | 19 |
| 3.3 | Gegentendenz: Streben nach Individualität | 20 |
| 3.3.1 | Wissenschaftliche Analyse | 21 |
| 3.3.2 | Implikationen für die Praxis | 22 |
| 3.4 | Fazit | 22 |
| | Literaturverzeichnis | 23 |
| 4 | Gleich und Gleich gesellt sich gern | 25 |
| | <i>Clara Mihr</i> | |
| 4.1 | Einleitung | 25 |
| 4.2 | Similarity-Attraction-Effekt | 25 |
| 4.2.1 | Erklärungsansätze | 25 |

| | | |
|-------|---|----|
| 4.2.2 | Tatsächliche vs. wahrgenommene Ähnlichkeit | 26 |
| 4.3 | Komplementarität: Gegensätze ziehen sich an | 27 |
| 4.3.1 | Tribut an die Evolution. | 27 |
| 4.3.2 | Optimale Distinktheit: das Salz in der Suppe | 27 |
| 4.3.3 | Komplementaritätsansatz. | 27 |
| 4.3.4 | Extreme, nach außen wahrnehmbare Unterschiede | 28 |
| 4.4 | Weitere Einflüsse | 28 |
| 4.4.1 | Zeitkomponente: Anfängliche Verliebtheit vs. langfristige Beziehung. | 28 |
| 4.4.2 | Kultur. | 29 |
| 4.5 | Fazit | 29 |
| | Literaturverzeichnis | 30 |
| | | |
| 5 | Jeder ist sich selbst der Nächste – Eine Hand wäscht die andere | 33 |
| | <i>Manuel Stabenow</i> | |
| 5.1 | Einleitung | 33 |
| 5.2 | Handeln im Eigeninteresse | 33 |
| 5.2.1 | Wissenschaftliche Theorien | 33 |
| 5.2.2 | Empirische Überprüfung | 34 |
| 5.3 | Kooperatives Handeln | 36 |
| 5.3.1 | Wissenschaftliche Theorien | 36 |
| 5.3.2 | Empirische Überprüfung | 36 |
| 5.4 | Fazit | 37 |
| | Literaturverzeichnis | 38 |
| | | |
| 6 | Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm | 39 |
| | <i>Luisa von Albrecht</i> | |
| 6.1 | Einleitung | 39 |
| 6.2 | Anlage- und Umwelteinflüsse auf die menschliche Entwicklung | 40 |
| 6.2.1 | Methoden zur Erfassung | 41 |
| 6.2.2 | Anlage-Umwelt-Kontroverse | 41 |
| 6.2.3 | Erblichkeit von Intelligenz und ausgewählten Persönlichkeitseigenschaften | 42 |
| 6.3 | Präsenz des Sprichworts in unserem Alltag | 44 |
| 6.3.1 | Ist es sozial erwünscht, dass der Apfel nicht weit vom Stamm fällt? | 44 |
| 6.3.2 | Ist Bildung durch das Elternhaus determiniert? | 45 |
| 6.4 | Fazit | 45 |
| | Literaturverzeichnis | 46 |

II Geld

| | | |
|-------|--|----|
| 7 | Geld regiert die Welt | 51 |
| | <i>Laura Stina Maciejczyk</i> | |
| 7.1 | Einleitung | 51 |
| 7.1.1 | Bedeutung und Gebrauch des Sprichworts | 51 |
| 7.1.2 | Weitere Sprichwörter zum Thema Geld | 52 |
| 7.2 | Theorie und Empirie | 52 |
| 7.2.1 | Sind die Mächtigen reich oder die Reichen mächtig? | 52 |
| 7.2.2 | Wieso streben wir nach Reichtum? | 53 |

| | | |
|-------|---|----|
| 7.3 | Gültigkeit des Sprichworts | 55 |
| 7.3.1 | Geld regiert die Welt | 55 |
| 7.3.2 | ... aber Geld ist nicht das Wichtigste im Leben | 55 |
| 7.4 | Fazit | 56 |
| | Literaturverzeichnis | 57 |

| | | |
|----------|--|----|
| 8 | Geld allein macht nicht glücklich | 59 |
| | <i>Lisa Andrea Straßer</i> | |
| 8.1 | Einleitung: Wandel der Gesellschaft | 59 |
| 8.2 | Wissenschaftliche Befunde | 59 |
| 8.2.1 | Easterlin-Paradoxon | 59 |
| 8.2.2 | Geldsegen und Geldverlust | 60 |
| 8.2.3 | Gesundheit, Liebe und Glück | 61 |
| 8.3 | Exkurs: „Geld macht einsam“ und „Geld verdirbt den Charakter“ | 62 |
| 8.3.1 | Investieren von (Arbeits-)Zeit | 62 |
| 8.3.2 | Auswirkungen auf das Sozialverhalten | 62 |
| 8.3.3 | Set-Point-Theorie des Glücks | 63 |
| 8.3.4 | Bedeutung des sozialen Vergleichs | 63 |
| 8.4 | Implikationen für die Praxis | 64 |
| 8.4.1 | Individuelle Ebene | 64 |
| 8.4.2 | Politik | 64 |
| 8.4.3 | Wirtschaft | 64 |
| 8.5 | Fazit | 65 |
| | Literaturverzeichnis | 65 |

III Lebengestaltung und Lebensbewältigung

| | | |
|-----------|--|----|
| 9 | Wo die Liebe hinfällt, da bleibt sie liegen | 69 |
| | <i>Wibke Erk</i> | |
| 9.1 | Einleitung | 69 |
| 9.2 | Konzeption von Liebe | 69 |
| 9.3 | Entstehung von Liebe und Partnerschaft | 70 |
| 9.3.1 | Evolutionenbiologischer Ansatz | 70 |
| 9.3.2 | Sozialpsychologischer Ansatz | 70 |
| 9.4 | Beständigkeit von Liebe und Partnerschaft | 72 |
| 9.4.1 | Evolutionenbiologischer Ansatz | 72 |
| 9.4.2 | Sozialpsychologischer Ansatz | 72 |
| 9.4.3 | Ehe und Scheidung | 75 |
| 9.4.4 | Erfolgsfaktoren für eine glückliche Partnerschaft | 76 |
| 9.5 | Fazit | 77 |
| | Literaturverzeichnis | 77 |
| 10 | Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser | 81 |
| | <i>Svetlana Jung</i> | |
| 10.1 | Einleitung | 81 |
| 10.2 | Herkunft und Interpretation | 81 |
| 10.3 | Herleitung eines Gegensprichworts | 81 |

| | | |
|--------|--|----|
| 10.4 | Psychologische Theorien | 82 |
| 10.4.1 | Theorien der Sozialpsychologie | 82 |
| 10.4.2 | Theorien der Organisationspsychologie | 83 |
| 10.5 | Psychologische Erkenntnisse | 84 |
| 10.6 | Implikationen für die Praxis und Forschung | 85 |
| 10.7 | Fazit | 85 |
| | Literaturverzeichnis | 86 |
| | | |
| 11 | Lügen haben kurze Beine – Ehrlich währt am längsten | 89 |
| | <i>Verena Speth</i> | |
| 11.1 | Einleitung | 89 |
| 11.2 | Kategorisierung und Motive von Lügen | 89 |
| 11.2.1 | Geltungslüge | 90 |
| 11.2.2 | Prosoziale Lüge | 90 |
| 11.2.3 | Antisoziale Lüge | 91 |
| 11.2.4 | Selbstlüge | 92 |
| 11.3 | Gültigkeit des Sprichworts | 92 |
| 11.3.1 | Auswirkungen von Lügen | 94 |
| 11.3.2 | Diskussion der beiden Sprichwörter | 94 |
| 11.4 | Lügendetektion | 95 |
| 11.5 | Fazit | 96 |
| | Literaturverzeichnis | 96 |

IV Zeit

| | | |
|--------|---|-----|
| 12 | Zeit ist Geld – Eile mit Weile | 101 |
| | <i>Julia Albrecht</i> | |
| 12.1 | Einleitung | 101 |
| 12.2 | Zeit aus gesellschaftlicher Perspektive | 101 |
| 12.3 | Theorie und Empirie zur Be- und Entschleunigung | 102 |
| 12.3.1 | Urteilen und Entscheiden | 102 |
| 12.3.2 | Soziale Interaktion und Gesprächsführung | 103 |
| 12.3.3 | Leistung und Kreativität | 104 |
| 12.4 | Auswirkungen erhöhten Zeitdrucks | 105 |
| 12.4.1 | Time Urgency | 105 |
| 12.4.2 | Subjektives Stresserleben | 106 |
| 12.5 | Diskussion: Weile in der Eile | 106 |
| 12.6 | Fazit | 107 |
| | Literaturverzeichnis | 108 |
| | | |
| 13 | Wenn wir nicht wahrhaft im gegenwärtigen Augenblick sind, verpassen wir alles. | 109 |
| | <i>Tamaris Böttcher</i> | |
| 13.1 | Einleitung | 109 |
| 13.2 | Herkunft und Bedeutung | 109 |
| 13.3 | Wissenschaftliche Betrachtung | 109 |
| 13.3.1 | Theorie | 110 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 13.3.2 | Empirie | 110 |
| 13.3.3 | Diskussion | 111 |
| 13.4 | Zukünftige Forschung | 112 |
| 13.5 | Implikationen für die Praxis | 113 |
| 13.5.1 | Arbeit und Wirtschaft | 114 |
| 13.5.2 | Erziehung | 114 |
| 13.6 | Fazit | 115 |
| | Literaturverzeichnis | 115 |
| | | |
| 14 | Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen | 117 |
| | <i>Thomas Andreas Diller</i> | |
| 14.1 | Einleitung | 117 |
| 14.2 | Dysfunktionaler Aufschub/Prokrastination | 118 |
| 14.2.1 | Auswirkungen | 118 |
| 14.2.2 | Theorien und Hintergründe | 118 |
| 14.3 | Funktionaler Aufschub | 119 |
| 14.3.1 | Strategischer Aufschub | 119 |
| 14.3.2 | Chronotypenforschung | 120 |
| 14.3.3 | Stress und Burn-out | 121 |
| 14.3.4 | Implikationen für die Praxis | 121 |
| 14.4 | Fazit | 122 |
| | Literaturverzeichnis | 123 |
| | | |
| 15 | Wer rastet, der rostet | 125 |
| | <i>Thomas Haimerl</i> | |
| 15.1 | Einleitung | 125 |
| 15.2 | Bedeutung und Herkunft | 125 |
| 15.3 | Gegenspruchwort: Eile mit Weile | 125 |
| 15.4 | Einbettung in psychologische Theorien | 125 |
| 15.4.1 | Kano-Modell | 126 |
| 15.4.2 | Destruktive Führung | 127 |
| 15.5 | Diskussion | 128 |
| 15.6 | Fazit | 129 |
| | Literaturverzeichnis | 130 |

V Zufriedenheit und Glück

| | | |
|-----------|---|-----|
| 16 | Jeder ist seines Glückes Schmied | 133 |
| | <i>Lara Christoforakos</i> | |
| 16.1 | Einleitung | 133 |
| 16.2 | Bedeutung und Relevanz | 133 |
| 16.3 | Psychologische Theorien | 134 |
| 16.3.1 | Selbstwirksamkeit | 134 |
| 16.3.2 | High-Performance-Zyklus | 134 |
| 16.3.3 | Gelernte Hilflosigkeit | 134 |

| | | |
|--------|--|-----|
| 16.3.4 | Veränderbare und unveränderbare Welten..... | 135 |
| 16.4 | Empirische Befunde | 135 |
| 16.4.1 | Glück durch persönliche Variablen | 135 |
| 16.4.2 | Glück durch Verhalten | 136 |
| 16.5 | Diskussion | 136 |
| 16.5.1 | Gültigkeit des Sprichworts | 136 |
| 16.5.2 | Streben nach Glück | 137 |
| 16.6 | Implikationen für die Praxis | 138 |
| 16.6.1 | Erziehung | 138 |
| 16.6.2 | Wirtschaft | 138 |
| 16.7 | Fazit | 139 |
| | Literaturverzeichnis | 139 |
| | | |
| 17 | Das Glück kommt zu denen, die lachen | 141 |
| | <i>Manuela Christine Kronseder</i> | |
| 17.1 | Einleitung: Glück als höchstes Gut | 141 |
| 17.1.1 | Selbstverwirklichung als Weg zum Glück | 141 |
| 17.1.2 | Begriffsklärung und wissenschaftliche Forschungsbereiche | 141 |
| 17.2 | Bedeutung und Interpretation des Sprichworts | 142 |
| 17.2.1 | Subjektives Wohlbefinden | 142 |
| 17.2.2 | Grundeinstellung und Verhalten | 143 |
| 17.3 | Gegensprichwörter | 144 |
| 17.4 | Psychologische Theorien und empirische Befunde | 144 |
| 17.4.1 | Neuronale Plastizität | 145 |
| 17.4.2 | Sozial-kognitive Theorie der Selbstwirksamkeit von Bandura | 145 |
| 17.4.3 | Theorie des sozialen Vergleichs | 146 |
| 17.5 | Exkurs: Glück – Anlage oder Umwelt? | 147 |
| 17.6 | Empirische Befunde und Implikationen für die Praxis | 147 |
| 17.6.1 | Auswirkungen von Glück | 148 |
| 17.6.2 | Implikationen für den Alltag | 148 |
| 17.7 | Fazit | 150 |
| | Literaturverzeichnis | 150 |
| | | |
| 18 | Lieber den Spatz in der Hand als die Taube auf dem Dach | 153 |
| | <i>Mona Maertins</i> | |
| 18.1 | Einleitung | 153 |
| 18.1.1 | Herkunft und Bedeutung | 153 |
| 18.1.2 | Gegensprichwörter | 154 |
| 18.2 | Grundlegende Theorien zu Entscheidungen | 154 |
| 18.2.1 | Zeit und Wert | 154 |
| 18.2.2 | Wahrscheinlichkeit und Wert | 156 |
| 18.2.3 | Gewinn/Verlust und Wert | 156 |
| 18.3 | Einfluss der Persönlichkeit | 158 |
| 18.4 | Situative Faktoren | 159 |
| 18.5 | Fazit | 159 |
| | Literaturverzeichnis | 160 |

VI Gruppen: Leistung, Erfolg, Team und Kommunikation

| | | |
|-----------|--|-----|
| 19 | Vier Augen sehen mehr als zwei | 165 |
| | <i>Fiona A. Kunz</i> | |
| 19.1 | Einleitung | 165 |
| 19.2 | Anwendungsbereiche in der Praxis | 165 |
| 19.3 | Empirische Überprüfung der Praxisbeispiele | 166 |
| 19.4 | Theoretische Perspektive | 166 |
| 19.4.1 | Kognitionspsychologie | 166 |
| 19.4.2 | Sozialpsychologie | 167 |
| 19.5 | Bedingungen für die Anwendung des Vier-Augen-Prinzips | 168 |
| 19.5.1 | Aufgabencharakteristika | 168 |
| 19.5.2 | Teamzusammensetzung | 169 |
| 19.5.3 | Kultur und Führung | 169 |
| 19.5.4 | Interaktion und Kommunikation | 170 |
| 19.6 | Implikationen und Forschungsausblick | 170 |
| 19.7 | Fazit | 171 |
| | Literaturverzeichnis | 171 |
| 20 | Viele Köche verderben den Brei | 173 |
| | <i>Tabea Mehrbrodt</i> | |
| 20.1 | Einleitung | 173 |
| 20.2 | Arbeitsgruppe – die Gruppe der Köche | 173 |
| 20.2.1 | Gruppengröße | 174 |
| 20.2.2 | Gruppenzusammensetzung | 174 |
| 20.3 | Aufgabentyp – das Gericht | 174 |
| 20.3.1 | Soziale Erleichterung und Hemmung | 174 |
| 20.3.2 | Klassifikation von Aufgabentypen | 175 |
| 20.4 | Führungskräfte – der Chefkoch | 176 |
| 20.4.1 | Selbstkontrolle und geteilte Führung in der Gruppe | 176 |
| 20.4.2 | Führungsstile | 176 |
| 20.5 | Umweltfaktoren – die Küche | 177 |
| 20.6 | Diskussion – das Misslingen bzw. Gelingen des Gerichts | 177 |
| 20.6.1 | Prozessverluste | 177 |
| 20.6.2 | Prozessgewinne | 178 |
| 20.6.3 | Tatsächliche Gruppenleistung | 178 |
| 20.7 | Fazit | 178 |
| | Literaturverzeichnis | 178 |
| 21 | Erst wägen, dann wagen – Hör auf deinen Bauch | 181 |
| | <i>Annemarie Müssig</i> | |
| 21.1 | Einleitung | 181 |
| 21.2 | Entscheidungen und Entscheidungsfindung | 181 |
| 21.2.1 | Kognitiver Verarbeitungsprozess | 182 |
| 21.2.2 | Automatisierung reflektiver Prozesse | 183 |
| 21.3 | Kognitive Verzerrungen: Warum wir besser den Kopf einschalten | 183 |
| 21.3.1 | Erwartungs-Nutzen-Theorie | 183 |
| 21.3.2 | Neue Erwartungstheorie (Prospect Theory) | 184 |

| | | |
|--------|---|-----|
| 21.3.3 | Kognitive Heuristiken | 185 |
| 21.3.4 | Hypothesentheorie der sozialen Wahrnehmung | 185 |
| 21.3.5 | Theorie der kognitiven Dissonanz | 186 |
| 21.3.6 | Theorie der kognizierten Kontrolle | 186 |
| 21.4 | Erfahrungswerte: Wann wir unserem Bauch vertrauen können | 186 |
| 21.4.1 | Begrenzte Rationalität (Bounded Rationality) | 187 |
| 21.4.2 | Satisficing vs. Optimizing | 187 |
| 21.4.3 | Komplexe Entscheidungssituationen | 187 |
| 21.5 | Fazit | 188 |
| | Literaturverzeichnis | 188 |
| | | |
| 22 | Eine Kette ist nur so stark wie ihr schwächstes Glied | 191 |
| | <i>Marcel Obermeier</i> | |
| 22.1 | Einleitung | 191 |
| 22.2 | Gültigkeit des Sprichworts | 191 |
| 22.2.1 | Soziales Faulenzen | 191 |
| 22.2.2 | Trittbrettfahren und Trotteleffekt | 192 |
| 22.2.3 | Herdenverhalten und Hidden Profile | 192 |
| 22.2.4 | Das 2-6-2-Prinzip | 193 |
| 22.3 | Gegenspruchwort: Verbunden werden auch die Schwachen mächtig | 193 |
| 22.3.1 | Psychologischer Nutzen von Gruppen | 194 |
| 22.3.2 | Köhler-Effekt und soziale Erleichterung | 194 |
| 22.3.3 | Die Kehrseite der Medaille – Stanford-Prison und Gruppendenken | 195 |
| 22.4 | Fazit | 195 |
| | Literaturverzeichnis | 196 |

VII Entwicklung und Lernen

| | | |
|--------|--|-----|
| 23 | Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr | 199 |
| | <i>Jana Geelink</i> | |
| 23.1 | Einleitung | 199 |
| 23.2 | Kritische Phasen in der Entwicklung | 199 |
| 23.3 | Lernfähigkeit und Alter | 201 |
| 23.3.1 | Intelligenz als Einflussfaktor auf Lernfortschritte | 201 |
| 23.3.2 | Informationsverarbeitung, Gedächtnis und selbstwirksame Kognitionen als Einflussfaktoren auf Lernfortschritte | 202 |
| 23.3.3 | Lernfähigkeit älterer Personen im Vergleich zu jüngeren | 202 |
| 23.3.4 | Kompensationsmöglichkeiten älterer Menschen | 203 |
| 23.3.5 | Konstanzen und Instabilitäten im Lebenslauf | 204 |
| 23.4 | Diskussion und Implikationen für die Praxis | 205 |
| 23.5 | Fazit | 206 |
| | Literaturverzeichnis | 206 |
| | | |
| 24 | Was man gern macht, macht man gut | 209 |
| | <i>Stefanie Kosel</i> | |
| 24.1 | Einleitung | 209 |

| | | |
|--------|--|-----|
| 24.2 | Leistungsfähigkeit und -bereitschaft | 209 |
| 24.2.1 | Etwas gern tun = gute Leistung | 210 |
| 24.2.2 | Etwas gern tun ≠ gute Leistung | 211 |
| 24.2.3 | Etwas ungern tun = gute Leistung | 212 |
| 24.3 | Exkurs: Schwierigkeits- und Zeitempfinden | 213 |
| 24.3.1 | Schwierigkeit – Was man gern tut, geht leicht von der Hand | 213 |
| 24.3.2 | Zeit – Was man gern tut, ist schnell getan | 214 |
| 24.4 | Diskussion | 214 |
| 24.4.1 | Mehrwert der Psychologie | 214 |
| 24.4.2 | Implikationen für die Praxis | 215 |
| 24.5 | Fazit | 215 |
| | Literaturverzeichnis | 216 |
| | | |
| 25 | Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit dem ersten Schritt | 217 |
| | <i>Felix Schwindl</i> | |
| 25.1 | Einleitung | 217 |
| 25.1.1 | Herkunft und kultureller Stellenwert | 217 |
| 25.1.2 | Interpretation des Sprichworts | 217 |
| 25.2 | Befunde aus der Psychologie und mögliche Erklärungsansätze | 218 |
| 25.2.1 | Theorie des regulatorischen Fokus | 218 |
| 25.2.2 | Core Self-Evaluations | 218 |
| 25.2.3 | Lernen am Modell | 219 |
| 25.2.4 | Construal Level Theory | 219 |
| 25.3 | Implikationen für die Praxis | 220 |
| 25.4 | Fazit | 220 |
| | Literaturverzeichnis | 221 |
| | | |
| 26 | Wer schön ist, ist auch gut | 223 |
| | <i>Miriam Weber</i> | |
| 26.1 | Einleitung: Schönheit und Attraktivität | 223 |
| 26.2 | Empirische Befunde: Ist schön auch gut? | 223 |
| 26.2.1 | Kindliche Entwicklung | 224 |
| 26.2.2 | Gesundheit und Partnerschaft | 224 |
| 26.2.3 | Gleichgeschlechtliche Interaktionen | 225 |
| 26.2.4 | Akademischer und beruflicher Kontext | 225 |
| 26.3 | Diskussion | 226 |
| 26.4 | Implikationen für die Praxis | 226 |
| 26.5 | Fazit | 227 |
| | Literaturverzeichnis | 227 |
| | | |
| 27 | Nur unter Druck entstehen Diamanten – In der Ruhe liegt die Kraft | 229 |
| | <i>David Schnell</i> | |
| 27.1 | Einleitung | 229 |
| 27.2 | Leistung im Arbeitskontext | 229 |
| 27.2.1 | Leistungssteigerung: Nur unter Druck entstehen Diamanten | 229 |
| 27.2.2 | Achtsamkeit: In der Ruhe liegt die Kraft | 230 |
| 27.2.3 | Synthese | 231 |
| 27.3 | Randbedingungen für Leistungserbringung | 232 |
| 27.3.1 | Persönlichkeitsfaktor Selbstwirksamkeit | 232 |

| | | |
|--------|-----------------------------------|-----|
| 27.3.2 | Soziale Faktoren..... | 232 |
| 27.3.3 | Psychologische Distanz..... | 233 |
| 27.4 | Fazit | 234 |
| | Literaturverzeichnis | 234 |

VIII Kommunikation

| | | |
|-----------|--|-----|
| 28 | Reden ist Silber, Schweigen ist Gold | 239 |
| | <i>Stefanie Benedikter</i> | |
| 28.1 | Einleitung | 239 |
| 28.2 | Wissenschaftliche Betrachtung | 239 |
| 28.2.1 | Persönlichkeit: Introversion vs. Extraversion | 240 |
| 28.2.2 | Verhalten: Zurückhaltung vs. aktive Kommunikation/Proaktivität | 242 |
| 28.3 | Implikationen für die Praxis | 243 |
| 28.3.1 | Erziehung..... | 243 |
| 28.3.2 | Arbeitsplatz | 244 |
| 28.4 | Fazit | 245 |
| | Literaturverzeichnis | 245 |
| 29 | Kindermund tut Wahrheit kund | 247 |
| | <i>Sebastian Müller</i> | |
| 29.1 | Einleitung: Zeugenaussagen von Kindern vor Gericht | 247 |
| 29.1.1 | Stellenwert von Augenzeugenberichten | 247 |
| 29.1.2 | Kinder als Opfer von Straftaten | 247 |
| 29.2 | Glaubwürdigkeit | 248 |
| 29.2.1 | Interpretation durch das Gericht | 248 |
| 29.2.2 | Fähigkeit zur Lüge | 248 |
| 29.2.3 | Einfluss durch Erwachsene | 248 |
| 29.3 | Gedächtnisprozesse | 249 |
| 29.3.1 | Entwicklung des Gedächtnisses | 249 |
| 29.3.2 | Verzerrende Einflüsse auf das Gedächtnis | 251 |
| 29.4 | Diskussion | 252 |
| 29.5 | Fazit | 253 |
| | Literaturverzeichnis | 253 |
| 30 | Geteiltes Leid ist halbes Leid | 255 |
| | <i>Juliane Schünke</i> | |
| 30.1 | Einleitung | 255 |
| 30.2 | Aufrechterhalten der inneren Balance | 255 |
| 30.3 | Leid mit nahestehenden Menschen teilen | 256 |
| 30.3.1 | Emotionen unterdrücken oder neu bewerten | 256 |
| 30.3.2 | Emotionen vertrauter Menschen wahrnehmen | 257 |
| 30.4 | Leid mit fremden Menschen teilen | 258 |
| 30.4.1 | Unterdrücken von Emotionen in einer Interaktion | 258 |
| 30.4.2 | Folgen des Unterdrückens von Emotionen | 258 |
| 30.4.3 | Exkurs: Psychotherapie | 259 |
| 30.5 | Diskussion | 259 |

| | | |
|------|-----------------------------------|-----|
| 30.6 | Fazit | 259 |
| | Literaturverzeichnis | 260 |

IX Abschließende Bemerkungen

| | | |
|--------|--|-----|
| 31 | Bewusst kommunizieren: Zum Einfluss von Sprichwörtern auf das Erleben und Verhalten | 263 |
| | <i>Martin Fladerer und DieterFrey</i> | |
| 31.1 | Einleitung | 263 |
| 31.2 | Sender-Empfänger-Modelle der Kommunikation | 263 |
| 31.2.1 | Anatomie einer Botschaft | 264 |
| 31.2.2 | Glaubwürdigkeit des Senders | 265 |
| 31.2.3 | Weitere Einflussfaktoren | 265 |
| 31.3 | Bewusste Kommunikation | 266 |
| 31.3.1 | Situationsreflexion | 266 |
| 31.3.2 | Selbstklärung | 266 |
| 31.3.3 | Strukturierte Kommunikation | 266 |
| 31.4 | Fazit | 267 |
| | Literaturverzeichnis | 267 |
| 32 | Ausgewählte Lebensweisheiten als Handlungsanweisungen für ein positives Leben | 269 |
| | <i>Christina Franze und DieterFrey</i> | |
| 32.1 | Einleitung | 269 |
| 32.2 | Interpretation und Diskussion ausgewählter Lebensweisheiten | 269 |
| 32.2.1 | Du verhörst dich, weil du mich verhörst und nicht hörst: Hypothesentheorie der sozialen Wahrnehmung | 269 |
| 32.2.2 | Zwei hören die gleiche Sinfonie, doch das gleiche nie: Hypothesentheorie der sozialen Wahrnehmung | 270 |
| 32.2.3 | Niemand außer dir kann dich glücklich oder unglücklich machen: Attributionstheorie, Theorie der gelernten Hilflosigkeit und der kognizierten Kontrolle | 271 |
| 32.2.4 | Wenn du gut hinhörst, wird immer irgendwo ein Vogel singen: transaktionales Stressmodell und die Rolle von Ressourcen | 272 |
| 32.2.5 | Jeder ist seines Glückes Schmied: Konzept der Selbstwirksamkeit | 273 |
| 32.3 | Fazit | 274 |
| | Literaturverzeichnis | 274 |
| 33 | Großmütterliche Weisheit vs. wissenschaftliche Weisheit: Die Wahrheit ist ein Plural | 275 |
| | <i>Dieter Frey und JuliaAlbrecht</i> | |
| 33.1 | Was war die Kernidee des aktuellen Projekts? | 275 |
| 33.2 | Was lernen wir aus dem Projekt? Wie können wir Sprichwörter verwenden? | 275 |
| 33.3 | Welchen Nutzen hat der psychologische Blick auf Sprichwörter? | 276 |
| | Serviceteil | 279 |
| | Stichwortverzeichnis | 280 |