



HANDELN  
WIR  
GEMEINSAM  
UM BRUSTKREB  
ZU BESIEGEN

Folgen Sie uns unter  
BCAcampaign.com

#BCAstrength

ESTÉE LAUDER COMPANIES  
KAMPAGNE  
BEWUSSTSEIN  
FÜR BRUSTKR



lustaufsleben.at › Spirit & Soul

## Sternschnuppen-Nacht: Wünsch dir was!

veröffentlicht am 11. 8. 2016 von Silvia Kluck



© iStock/cjwhitewine

**Es ist wieder soweit: In der Zeit vom 11. bis 13. August sind 2016 wieder Sternschnuppen am Nachthimmel zu erwarten. Doch worin liegt der Reiz, Leuchterscheinungen am nächtlichen Himmel zu beobachten? Können Sternschnuppen tatsächlich Wünsche erfüllen? Und warum darf man Wünsche eigentlich nicht verraten? Psychologin Mag. Christina Beran klärt auf!**

### Warum glauben wir an die magische Kraft von Sternschnuppen?

**Christina Beran:** Dies hat einen kulturellen Hintergrund. In unseren Breiten kennt man das Märchen Sterntaler: Ein armes Mädchen wird mit Sternen, die vom Himmel fallen und sich dann in Goldtaler verwandeln, beschenkt. Die Vorstellung, dass tatsächlich Sterne vom Himmel fallen und Sternenstaub auf uns herabfällt, macht uns glücklich und ist ein romantisches Erlebnis.

”

**Es ist nicht auszuschließen, dass beim Fall einer Sternschnuppe ein bisschen Sternenstaub auf uns**



SPIRIT & SOUL

### STEHEN MÄNNER WIRKLICH AUF „DÜMMERE“ FRAUEN?

Tatsache oder Klischee? Wir haben nachgefragt...



SPIRIT & SOUL

### VERSTEHEN SIE "IHN" IM BETT?

Was Männer beim Sex wirklich meinen, wenn Sie folgende Sätze sagen...

SPIRIT & SOUL

### LET'S TALK ABOUT SEX: HARMONIE FEHLT

Psychotherapeutin Dr. Monika Wogrolly

“

Der Glaube an Magie und Zauberei kommt daher, dass in uns allen immer noch ein inneres Kind wohnt. In der Kindheits-Phase ist magisches Denken noch vorstellbar, man glaubt an Wunder und die Tatsache, dass alles möglich ist. Deshalb ist der Glaube an manche Dinge, wie „man soll auf Holz klopfen, um Unheil zu vermeiden“ oder „man darf nicht auf Querstreifen treten“, in vielen von uns verankert. Auch darf man seine Wünsche ja bekanntlich nicht verraten. . .

#### Warum ist das so?

**Beran:** Es geht um Macht, aber um eine gute Art von Macht. Ganz nach dem Motto: „Ich weiß etwas, was du nicht weißt.“ Wir haben ein Geheimnis, es ist unser Schatz und wir hüten es. Vielleicht teilen wir es mit der besten Freundin oder einer nahestehenden Person, ansonsten darf es niemand wissen. Dabei geht es auch um Besitz und um die Tatsache: „Ich habe mehr als du“. Da spiegelt sich auch deutlich das innere Kind in uns wieder.

*Anmerkung der Redaktion: Die Selbsterfüllende Prophezeiung nach Paul Watzlawick besagt, dass ein Szenario der Zukunft, welches man vorhersagt, tatsächlich eintritt. Beispiel: Die Angst vorm Stürzen führt bei Senioren zu erhöhter Sturz-Wahrscheinlichkeit.*

#### Was hat es mit selbsterfüllenden Prophezeiungen auf sich?

**Beran:** Die Tatsache, dass Phänomene wirklich eintreten, je stärker man daran glaubt, hat mit selektiver Wahrnehmung zu tun: Wenn wir uns ein Ziel setzen, richten wir uns nach diesem Ziel aus und das erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass es erreicht wird. Zudem nehmen wie dann die Erfüllung des Ziels eher wahr.

#### Geht mit dem Erwachsenwerden der Glaube an Magisches verloren?

**Beran:** Mit dem Erwachsenwerden kommt automatisch: Verantwortung übernehmen und mit Konsequenzen rechnen. Viele versuchen, ihre Jugend und Unschuld zu bewahren und das innere Kind zu schützen. Doch zum gesunden Erwachsenwerden gehört dazu, dass man aus Erfahrungen lernt und Enttäuschungen verkraften kann. Das heißt aber nicht, dass man aufgeben muss!

”

**Ein Wunsch kann auch immer dazu beitragen, dass man weiß, was man will!**

“



Mag. Christina Beran ist Psychologin. Kontakt: Professional Psychology, Sebastian Kneipp Gasse 8/33-34, 1020 Wien  
© © Lisa Sperber



#### NEUES AUS DEM NETZWERK

Wien bekommt Apple-Store  
(e-media.at)

Wann, wenn nicht jetzt?  
(yachtrevue.at)

Rindsgulasch mit Knödeln  
(gusto.at)

trend 39/2016: Niki Lauda - Gegen den Strom  
(trend.at)

Dan Browns ‚Inferno‘: Tom Hanks rettet im dritten Teil der Robert-Langdon-Serie wieder die Welt  
(tv-media.at)

Automatisierung: "Die Arbeit geht uns nicht aus"  
(profil.at)

Verkehrsregeln in Österreich: 10 hartnäckige Irrtümer  
(autorevue.at)

Bewirb dich jetzt und werde mit WOMAN zum Video-Star!  
(woman.at)

Lehre vs. Studium: Was sich bezahlt macht  
(news.at)