

BESSER WISSEN

## ERWACHSEN MIT TEDDY?



Dass man selbst im Erwachsenenalter dem Teddy nicht einen Platzverweis fürs Bett erteilt, ist gar nicht so ungewöhnlich. »Das Kuschtier ist ein Ersatz für eine Verbindung, die im Moment nicht zu haben ist«, sagt Psychotherapeut Dr. Werner van Haren. »Wenn wir Kuschtiere aus der Kinderzeit verwahren, erinnern wir uns an stützende und nährnde Elemente aus Erfahrungen, die wir mit uns wichtigen Personen gemacht haben. Außerdem erinnern wir uns an die Freude, die wir auch schon als Kind gebraucht haben, dass wir durch dieses Kuschtier eine Stütze und Verbindung haben, die wir sonst nicht bekommen können.« Scham muss man laut Dr. van Haren nicht empfinden, wenn man den Teddy auch als Erwachsener noch braucht. »Hier entsteht eine Möglichkeit etwas zu leben, was ich mir in der Reinform in einer Beziehung so nicht gestatte. Ich erlaube mir das Bedürfnis nach Unterstützung, das Bedürfnis nach Halt. Das ist heute gar nicht so einfach für viele Menschen, sich dies in Beziehungen zu erlauben. Der Teddybär aber kann mir nichts tun, ich kann nicht in Abhängigkeit geraten und auch Beziehungsängste muss ich nicht haben.«

Gewinnspiel



REINGESCHAUT

## DER SOUND VON BECK'S LIME

Beck's kennt jeder, der in einer ordentlichen WG wohnt. Beck's Lime sollte jeder kennen, der in einer ordentlichen WG wohnt. Keine Angst, hinter Beck's Lime versteckt sich nicht das x-te Biermischgetränk. Beck's Lime ist wie dein bewährtes Beck's – und ein wenig mehr. Das »wenig mehr« ist ein Schuss Limettensaft. Der Rest bleibt Beck's, wie du es kennst: grüne Flasche, 4,9 Prozent Alkoholgehalt, typisch erfrischend herber Beck's Geschmack. Und damit nicht genug: Damit du dein Beck's Lime in passendem Ambiente genießen kannst, schicken wir dir die Sounds dieser Welt auf deine Ohren – mit schicken Kopfhörern von Scullcandy im frischen grünen Beck's Lime Look. Klick dich auf [www.audimax.de](http://www.audimax.de) und gewinne die Kopfhörer! Wo du die besten Sounds dieser Welt sonst noch erleben kannst, findest du außerdem auf [www.becks.de](http://www.becks.de).

WILDEKERLE

## »LUFTBLOCKFLÖTE WÄRE EHER SEMI-FETZIG ...«

Aline Westphals Leidenschaft gilt der Gitarre – und zwar der unsichtbaren

Eigentlich weiß sie bis heute nicht so richtig, was da eigentlich passiert ist. »Ich habe das nur durch Zufall mitbekommen. Ich hätte auch gerade auf dem Klo sein können«, sagt Aline Westphal. Was sie da beinahe verpasst hätte, war der Aufruf, doch bitte auf die Bühne zu kommen, um zur Weltmeisterin gekürt zu werden. Zur weltbesten Luftgitaristin.

Zwischen ihren ersten luftigen Akkorden 2009 vergingen nur zwei Jahre bis zum wertvollsten Titel der, tja ... der Szene? Des Sports? Der Kunstform? Ist eigentlich egal. Hauptsache, es macht Spaß und die Welt ein klein wenig friedlicher. Denn der Weltfrieden sei das große Ziel, so die Überzeugung der World Air Guitar Federation. »Es ist auch ein Ventil für so vieles«, sagt Aline. »Richtig befreiend, wie Sportersatz. Viele Sportler beschreiben, wie frei und leicht sie sich nach dem Training fühlen. Das geht mir beim Luftgitarrespielen ähnlich.« Alines Empfinden beim pantomimischen Schrammeln geht aber noch viel weiter: »Wenn ich in einem richtig guten Song drin bin und auf Wettbewerbsniveau spiele, bin ich irgendwo in einer Parallelwelt. Ich sehe das Publikum nicht und weiß einfach, was ich zu tun habe. Wenn der letzte Schlag vorbei ist, bin ich sofort wieder im Hier und Jetzt. Das klingt immer so dicke, aber es ist wirklich so«, fügt sie fast entschuldigend an. Dabei hat ihre Karriere als Luftgitaristin erst einmal ziemlich »verkopft« angefangen. Das



erste Armkreisen, der erste tonlose Anschlag, die ersten »Moves« lernte sie mit turnununterrichtsgleicher Disziplin in einer Übung zum Seminar »Medienästhetische Überlegungen zur Luftgitarre« an der Uni Hildesheim.

Was dabei am wichtigsten war: »Wir mussten erst mal eine Hemmschwelle abbauen – die ist beim Luftgitarrespielen ganz, ganz, ganz oben.«

Inzwischen ist der Studentin nichts mehr peinlich. Ihre imaginäre Gitarre baumelt ihr quasi jederzeit über die Schulter. »Wenn man das Luftgitarrespielen professionell betreibt, ist der Nebeneffekt, dass man sich bei einem rockigen Lied gar nicht mehr halten kann«, meint Aline. »Ich spiele permanent. Natürlich pose ich nicht total, aber die Finger wirbeln auf und ab oder ich schlage die Saiten locker an.« Ihre Professionalität am Luftinstrument wird sie aber nicht dahin führen, andere darin zu unterrichten: »Von Workshops halte ich überhaupt nichts. Da sitzt dann nachher Oma Breseke und ich muss ihr zeigen, wie Luftgitarre geht.« Ihr Rat an alle, die sich noch nicht recht trauen: »CD einlegen, laut aufdrehen, selber machen. Es darf einem wirklich nicht peinlich sein!«

Wieder einmal vor 5.000 Menschen richtig aufdrehen wird Aline 2012 bei der nächsten Luftgitarrenweltmeisterschaft in der finnischen Stadt Oulu. »Den Titel verteidigen«, schwärmt sie, »das kribbelt dann schon.« ■ **ib**