

## Kapitel 13 Persönlichkeit

### 13.1 Wie entsteht Persönlichkeit?

- ▶ **Die Persönlichkeit wird durch Gene geprägt:** Die Ergebnisse von Zwillings- und Adoptionsstudien deuten darauf hin, dass 40–60 Prozent der Variation zwischen Individuen auf genetische Einflüsse zurückzuführen sind. Persönlichkeitseigenschaften werden durch multiple Gene beeinflusst, die mit der Umgebung interagieren, um generelle Dispositionen hervorzubringen. Es ist schwierig, den Einfluss spezifischer Gene auf die Persönlichkeit zu identifizieren. Einige Persönlichkeitseigenschaften, wie etwa »Novelty Seeking« (Suche nach Neuem), wurden mit einem Gen in Verbindung gebracht, das mit dem Dopaminspiegel assoziiert ist, und emotionale Stabilität mit einem Gen, das mit dem Serotoninspiegel assoziiert ist.
- ▶ **Das Temperament zeigt sich bereits im Kleinkindalter:** Das Temperament, eine biologisch basierte Persönlichkeitstendenz, ist bereits in der frühen Kindheit feststellbar und bestimmt das Verhalten bis ins Erwachsenenalter. Es gibt geschlechtsspezifische Unterschiede: Mädchen sind im Durchschnitt eher fähig, Aufmerksamkeit und Impulse zu steuern, Jungen sind aktiver und können mehr Freude durch körperliche Aktivität erlangen.
- ▶ **Das Temperament wirkt sich über die gesamte Lebensspanne aus:** Das Temperament in der Kindheit ist ein Prädiktor für Persönlichkeitseigenschaften im Erwachsenenalter.
- ▶ **Die Persönlichkeit hat adaptive Funktionen:** Persönlichkeitseigenschaften, die Überleben und Fortpflanzung fördern, sind adaptiv. Individuelle Unterschiede in der Persönlichkeit innerhalb einer Gruppe könnten vorteilhaft für das Überleben der Gruppe sein. Studien haben Belege für die Existenz grundlegender Persönlichkeitseigenschaften bei Tieren erbracht, was darauf hindeutet, dass einige Persönlichkeitseigenschaften biologisch begründet sind.

### 13.2 Welche Persönlichkeitstheorien gibt es?

- ▶ **Psychodynamische Theorien betonen unbewusste und dynamische Prozesse:** Laut Sigmund Freuds psychodynamischem Ansatz kann mentale Aktivität bewusst, vorbewusst oder unbewusst erfolgen, wobei unbewusste Kräfte das Verhalten primär bestimmen. Freud zufolge besteht die Persönlichkeit aus drei Strukturen: dem Es, dem Über-Ich und dem Ich. Das Ich vermittelt zwischen dem Es und dem Über-Ich, indem es Abwehrmechanismen benutzt, um Angst zu reduzieren, die aufgrund von Konflikten zwischen dem Es und dem Über-Ich entsteht. Freud schlug darüber hinaus fünf Stadien der psychosexuellen Entwicklung vor, das Voranschreiten durch diese Phasen wirke sich tiefgreifend auf die Persönlichkeit aus. Im Gegensatz dazu fokussierten Neo-Freudianer eher Beziehungen, insbesondere die Bindung zwischen Kindern und ihren Eltern.
- ▶ **Die Persönlichkeit spiegelt Lernen und Kognition wider:** Laut sozial-kognitiven Lerntheorien lernen Menschen Reaktionsmuster, die durch ihre persönlichen Konstrukte, Erwartungen und Werte geleitet werden. Selbstwirksamkeitserwartung ist die Erwartung, dass die eigenen Bemühungen zum Erfolg führen werden. Diese Erwartung hilft, die eigenen Ressourcen zu mobilisieren. Laut dem von Walter Mischel entwickelten kognitiv-affektiven Persönlichkeitssystem (CAPS) kann die Persönlichkeit das Verhalten von Menschen über unterschiedliche Umstände hinweg oft nicht vorhersagen. Stattdessen werden ihre Reaktionen durch ihre Wahrnehmung einer gegebenen Situation, ihre affektiven (emotionalen) Reaktionen auf die Situation, ihre Fertigkeiten im Umgang mit Herausforderungen und der Antizipation der Ergebnisse ihres Verhaltens beeinflusst.
- ▶ **Humanistische Ansätze betonen integrierte persönliche Erfahrungen:** Im Fokus humanistischer Theorien stehen Erfahrungen, Überzeugungen und eine inhärente gute Natur des Menschen. Der personenzentrierte Ansatz von Rogers beruht auf der Annahme, dass unbedingte positive Wertschätzung in der Kindheit uns ermöglicht, zu voll funktionierenden Personen zu reifen.
- ▶ **Eigenschaftsbasierte Ansätze beschreiben Verhaltensdispositionen:** Diese Persönlichkeitstheorien gehen davon aus, dass die Persönlichkeit eine Ansammlung von Eigenschaften oder Verhaltensdispositionen ist. Die Fünf-Faktoren-Theorie besagt, dass es fünf Persönlichkeitseigenschaften (»Big Five«) höherer Ordnung gibt:

Offenheit für Erfahrungen, Gewissenhaftigkeit, Extraversion, Verträglichkeit und Neurotizismus. Studien untermauern diese Theorie, z. B. konnten bildgebende Verfahren Aktivität in unterschiedlichen Gehirnregionen basierend auf Persönlichkeitseigenschaften zeigen. Laut Eysencks Persönlichkeitsmodell gibt es drei biologisch basierte Persönlichkeitseigenschaften höherer Ordnung: Introversion/Extraversion, emotionale Stabilität und Kontrolliertheit. In Grays Modell besteht das Verhaltensnäherungssystem aus den Gehirnstrukturen, die Organismen veranlassen, sich im Streben nach Belohnungen Reizen anzunähern. Das Verhaltenshemmungssystem ist mit ängstlicher Besorgtheit verbunden und hemmt das Reagieren.

### 13.3 Wie stabil ist die Persönlichkeit?

- ▶ **Menschen verhalten sich manchmal inkonsistent:** Laut Mischels Konzept des Situationismus spielen Situationen bei der Vorhersage von Verhalten eine größere Rolle als Persönlichkeitseigenschaften. Die Person-Situation-Debatte dreht sich um die Frage, ob Persönlichkeitseigenschaften oder Situationen bei der Vorhersage von Verhalten wichtiger sind. Studien deuten darauf hin, dass Persönlichkeitseigenschaften in der Tat Verhalten vorhersagen, wenn man sie über längere Zeit beurteilt.
- ▶ **Verhalten wird durch die Interaktion zwischen Persönlichkeit und Situation beeinflusst:** Der Interaktionismus basiert auf der Annahme, dass Verhalten sowohl durch Situationen als auch durch Dispositionen bestimmt wird. Die meisten eigenschaftsbasierten Theorien nehmen einen interaktionistischen Standpunkt ein. Starke Situationen wie etwa Beerdigungen diktieren größtenteils das Verhalten und maskieren Unterschiede in der Persönlichkeit. Schwache Situationen wie etwa das Zusammensein mit Freunden ermöglichen mehr Flexibilität im Verhalten und fördern Unterschiede in der Persönlichkeit zutage.
- ▶ **Persönlichkeitseigenschaften sind relativ zeitstabil:** Viele Studien zeigen, dass Persönlichkeitseigenschaften über die Lebensspanne hinweg konstant sind. Aber auch wenn Eigenschaften stabil sind, können sie sich verändern, z. B. durch Veränderungen in der Selbstwahrnehmung, die durch Lebensereignisse hervorgerufen werden.
- ▶ **Entwicklung und Lebensereignisse verändern Persönlichkeitseigenschaften:** Die meisten Veränderungen in der Persönlichkeit finden zwischen dem 20. und dem 40. Lebensjahr statt, vermutlich wegen der großen Anzahl bedeutsamer Lebensereignisse in dieser Zeitspanne. Häufige entwicklungsbezogene Veränderungen in den Persönlichkeitsfaktoren der Big Five sind eine mit zunehmendem Alter geringere Ausprägung von Neurotizismus, Extraversion und Offenheit sowie eine stärkere Ausprägung von Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit.
- ▶ **Die Kultur beeinflusst die Persönlichkeit:** Kulturübergreifende Forschungen deuten darauf hin, dass die Persönlichkeitsfaktoren der Big Five universell sind. Die Struktur der Persönlichkeit ist kulturübergreifend stabil, auch wenn Selbstberichte hinsichtlich bestimmter Eigenschaften sich über Kulturen hinweg unterscheiden. Diese Unterschiede könnten auf unterschiedliche Maßstäbe für die Selbstberichte zurückzuführen sein.

### 13.4 Wie wird die Persönlichkeit beurteilt?

- ▶ **Die Persönlichkeit beinhaltet sowohl einzigartige als auch verbreitete Eigenschaften:** Idiographische Ansätze in der Persönlichkeitsbeurteilung sind personenzentriert. Das bedeutet, sie konzentrieren sich auf das individuelle Leben und die einzigartigen Eigenschaften jeder Person. Nomothetische Ansätze befassen sich mit der individuellen Variation in Eigenschaften, die allen Menschen gemein sind. Menschen definieren sich selbst typischerweise anhand zentraler Persönlichkeitseigenschaften. Diese Kerneigenschaften eignen sich, um Verhalten vorherzusagen. Sekundäre Persönlichkeitseigenschaften sind dagegen nicht-essenziell. Dieselbe Persönlichkeitseigenschaft kann für eine Person zentral und für eine andere Person sekundär sein.
- ▶ **Es werden vielfältige Methoden zur Beurteilung der Persönlichkeit eingesetzt:** Die Persönlichkeit lässt sich durch diverse Maße erfassen. Projektive Maße wie der Rorschach- und der Thematische Apperzeptions-Test erfassen unbewusste Prozesse, indem sie die Teilnehmer mehrdeutige Reize interpretieren lassen. Selbstberichtsbasierte Maße wie das NEO-FFI oder der MMPI sind relativ direkte Persönlichkeitsmaße in Form von Fragebö-

gen. Lebensgeschichtliche Daten und Verhaltensbeobachtungen können ebenfalls Persönlichkeitseigenschaften aufzeigen.

- ▶ **Beobachter können Persönlichkeitseigenschaften präzise beurteilen:** Freunde können das Verhalten einer Person eventuell besser vorhersagen als die Person selbst. Dieser Effekt könnte darauf basieren, dass Menschen ihrem eigenen Verhalten weniger Aufmerksamkeit widmen, oder auch auf Verzerrungen in der Selbstwahrnehmung.

### 13.5 Woher wissen wir etwas über unsere eigene Persönlichkeit?

- ▶ **Unsere Selbstkonzepte bestehen aus Selbstwissen:** Alles, was eine Person über sich selbst weiß, bildet ihr Selbstkonzept. Das Selbstschema ist der kognitive Aspekt des Selbstkonzeptes. Es hilft dem Individuum, selbstrelevante Informationen effizient und rasch zu verarbeiten, und scheint dabei mit Aktivität in den Frontallappen zusammenzuhängen. Das aktive Selbstkonzept ist die unmittelbare Erfahrung, die eine Person von ihrem Selbst hat; es variiert von Situation zu Situation.
- ▶ **Das wahrgenommene soziale Ansehen beeinflusst die Selbstwertschätzung:** Selbstwertschätzung (auch Selbstwertgefühl) ist der bewertende Aspekt des Selbstkonzeptes. Es wurden diverse Theorien vorgeschlagen, um die Grundlage der Selbstwertschätzung zu erklären, darunter die Soziometer-Theorie (Selbstwertschätzung ist ein Mechanismus, um die Wahrscheinlichkeit eines sozialen Ausschlusses zu überwachen) und die Terror-Management-Theorie (Selbstwertschätzung verleiht unserem Leben Sinn und senkt die Angst vor der eigenen Sterblichkeit). Auch wenn Selbstwertschätzung mit Glücksgefühl assoziiert ist, steht es nur in geringem Maße mit objektivem Lebenserfolg in Zusammenhang.
- ▶ **Menschen nutzen mentale Strategien, um ein positives Selbstempfinden aufrechtzuerhalten:** Zu diesen unbewussten Strategien zählen z. B. soziale Vergleiche und selbstwertdienliche Verzerrungen.
- ▶ **Es gibt kulturelle Unterschiede im Selbst:** Studien zeigen Kulturunterschiede in Bezug darauf, wie das Selbst interpretiert wird. So neigen Menschen aus westlichen Kulturen etwa dazu, unabhängig und eigenständig zu sein und ihre Individualität zu betonen. Menschen aus östlichen Kulturen neigen dazu, eingebundener zu sein und ihr Empfinden, Teil eines Kollektivs zu sein, zu betonen.