

2

Was ist Persönlichkeit?

Ich beginne mit einer anscheinend einfachen Frage, die aber gar nicht so leicht zu beantworten ist. Es gibt fast so viele unterschiedliche Definitionen von Persönlichkeit, wie es Lehrbücher zu diesem Themenkomplex gibt. Dabei fallen aber natürlich auch einige Überlappungen auf, die den Kern des Begriffes Persönlichkeit betreffen. Der Bereich der Psychologie, welcher sich mit Unterschieden im menschlichen Verhalten beschäftigt, ist die *Differentielle Psychologie*. Damit ist diese die wichtigste Disziplin, um der menschlichen Persönlichkeit auf den Grund zu gehen.

Persönlichkeitspsychologen sind sich im Wesentlichen darin einig, dass der zentrale Kern der menschlichen Persönlichkeit mit dem Begriff *Trait* zu beschreiben ist. Unter Traits versteht man *zeitstabile* Eigenschaften eines Menschen, die sich entsprechend der Definition nur wenig oder langsam ändern. Zur tatsächlichen Veränderlichkeit der menschlichen Persönlichkeit werde ich später einiges erläutern (siehe Kap. 8); an diesem Punkt möchte ich zunächst darauf hinweisen, dass Persönlichkeit aus Sicht der Differentiellen Psychologie etwas ist, was einen Menschen über einen langen Zeitraum charakterisiert. Wenn Sie Ihren besten Freund oder die beste Freundin beschreiben, wer-

den Sie sicherlich merken, dass Sie dieser Person bestimmte Attribute zuschreiben, bei denen Sie davon ausgehen, dass diese Attribute für diese Person generell zutreffen. Ein Beispiel: Sie denken möglicherweise, dass Ihr Freund oder Ihre Freundin sich besonders durch große Warmherzigkeit und Hilfsbereitschaft auszeichnet. Mit dieser Beschreibung beziehen Sie sich mit hoher Wahrscheinlichkeit darauf, wie Sie diese Person *über die langen Jahre* Ihrer Freundschaft hinweg wahrgenommen haben.

Von diesem Gedanken ausgehend, komme ich automatisch zum nächsten wichtigen Bestandteil der Persönlichkeitsdefinition und des Trait-Begriffes. Persönlichkeitseigenschaften sollten sich der Definition nach auch in *unterschiedlichen Situationen* als stabil beobachten lassen. Wenn ein Mensch – als Merkmal seiner Persönlichkeit – besonders schüchtern ist, wird er das nicht nur in der Schule oder im Studium, sondern wahrscheinlich auch im Sportverein oder abends in der Disko sein, wenn er eine andere Person kennenlernt. Übrigens beziehen sich diese zeitüberdauernden Eigenschaften eines Menschen auf unterschiedliche Ebenen seines Daseins. Zeit- und situationsstabile Eigenschaften umfassen nicht nur unsere emotionalen Reaktionen im Alltag. Persönlichkeit in diesem Sinn manifestiert sich ebenfalls in der Art und Weise, wie wir denken und uns dann am Ende auch verhalten. Die zuletzt genannten Persönlichkeitsebenen nennt man in der Forschung auch kognitive (= das Denken betreffende) und behaviorale (= das Verhalten betreffende) Ebenen des menschlichen Wirkungsspektrums.

Tatsächlich zeigt die Literatur aber, dass der in Bezug auf Situationen beschriebene Sachverhalt nicht so einfach ist,

wie dieser hier von mir zunächst zum besseren Verständnis dargestellt wurde. In einem Übersichtsartikel beschreibt der bekannte Persönlichkeitspsychologe Walter Mischel (2004), dass es im Kontext der eigenen Persönlichkeit sehr wohl inkongruentes Verhalten über unterschiedliche Situationen geben kann (und dies sogar sehr oft der Fall ist!). Dieses Phänomen ist in der Literatur auch als Persönlichkeit-Paradoxon bekannt geworden. Das heißt, eine Person verhält sich nicht in allen möglichen Situationen schüchtern, sondern immer nur, wenn sie zum Beispiel auf eine Person des anderen Geschlechts trifft (nicht aber im Umgang mit den eigenen Freunden vom gleichen Geschlecht). Um die Persönlichkeit eines Menschen einzuschätzen, müssen – neben den Eigenheiten einer Person – also auch die jeweilige Art der Situation und die vorhandenen sozialen Interaktionspartner berücksichtigt werden. Walter Mischel (2004, S. 11) schreibt: „Obwohl zu gegebenen Zeitpunkten aktivierte Kognition(en) und Affekt(e) veränderlich sind, bleibt die Art und Weise, *wie* sie sich ändern, also die Sequenz und Muster der Aktivierung, stabil und stellt die stabile Organisation innerhalb des Systems dar“. Demnach stellt Persönlichkeit ein dynamisches Konstrukt dar, welches auf unterschiedliche Situationen mit unterschiedlichen, dann aber innerhalb ähnlicher Situationen – bei deren gleicher Wahrnehmung und Entschlüsselung (Enkodierung) – mit gleichen Verhaltensweisen reagiert. Zur besseren Veranschaulichung findet sich auch Abb. 2.1.

Wichtig ist, darauf hinzuweisen, dass der Trait-Begriff von einem weiteren Begriff – nämlich dem *State*-Begriff – abzugrenzen ist. *States* beschreiben Zustände einer Person zu einem bestimmten Zeitpunkt. Darunter fällt auch die

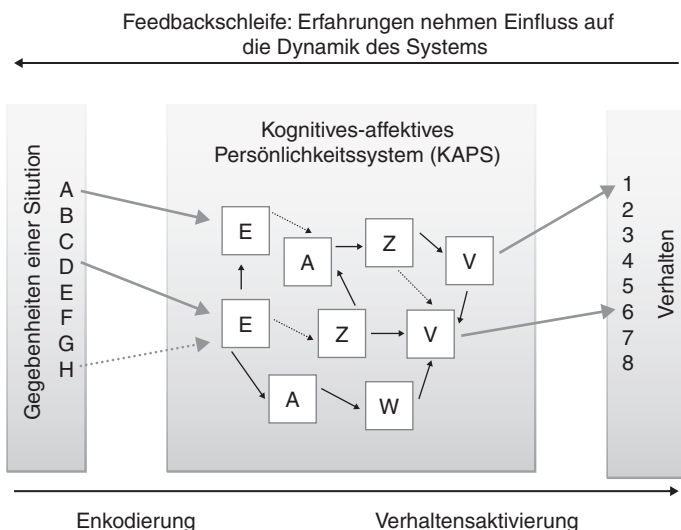


Abb. 2.1 Persönlichkeit ist nach moderner Auffassung als dynamischer Prozess zu verstehen. Unser Gehirn ist mit einem kognitiven und affektiven (affektiv=emotional) Persönlichkeitssystem ausgestattet und reagiert auf unterschiedliche Situationen mit unterschiedlichen Aktivitätsmustern, welche dann Verhalten auslösen. Das Modell funktioniert nach der Idee: Er/sie verhält sich eher nach Schema A in Situation X und eher nach Schema B in Situation Y. In ähnlichen Situationen wird allerdings ein stabiles Verhaltensmuster gezeigt. Dies bedeutet auch, dass ein gewissenhafter Mensch nicht in jeder beliebigen Situation gewissenhaft sein wird, sondern z. B. eher nur in Situationen, in denen ihm Gewissenhaftigkeit als besonders wichtig erscheint (Abbildung in Anlehnung an Mischel und Shoda 1998). Zwei weitere Anmerkungen zur Abbildung: Die gestrichelten Linien stellen beispielhaft hemmende Effekte dar. Die durchgezogenen Linien stellen aktivierende Effekte dar. Die Kästchen im KAPS stellen Elemente der menschlichen Persönlichkeit dar (*E* Enkodierung [Verarbeitung der Situation], *Z* Ziele, *E* Emotionen, *W* Werte, *V* Verhaltensaktivierung), die sich heutzutage auch in Form von Ansammlungen von Neuronen oder Neuronenaktivität in unterschiedlichen Hirnarealen untersuchen lassen. (Adaptiert nach Mischel und Shoda 1998)

aktuelle Stimmung einer Person. Stellen Sie sich vor, dass Sie einen geliebten Menschen verlieren. Dieser Moment wird Sie, aber natürlich auch jeden anderen Menschen in einer vergleichbaren Situation, sehr traurig machen. Ihre Stimmung ist dann am absoluten Tiefpunkt. Persönlichkeitseigenschaften beeinflussen nun, wie sehr, und vor allen Dingen, wie lange Sie sich in einem Zustand der Trauer befinden (z. B. McCrae und Costa 1986). Umgekehrt könnte man behaupten, dass State-Messungen bei einer Person über einen längeren Zeitraum Einblicke in die Persönlichkeit geben. Wenn Sie eine Person jeden Tag fragen, wie ängstlich sie heute sei, wird der Mittelwert über alle Messungen eine Annäherung an die Frage zulassen, wie die Persönlichkeit dieses Menschen im Hinblick auf Ängstlichkeit beschaffen ist. Neuere Ergebnisse von Adam Augustine und Randy Larsen (2012) zeigen, dass Trait- und gemittelte State-Messungen, über einen längeren Zeitraum durchgeführt, im Spektrum von „moderat“ bis „hoch“ miteinander im Zusammenhang stehen. Allerdings zeigt diese Studie auch, dass die Zusammenhänge nicht perfekt ausfallen. Das heißt, beide Begrifflichkeiten, Trait und State, sind auch ein Stück weit voneinander unabhängig.

Übrigens hat die Psychologie ein recht großes Arsenal an Methoden entwickelt, um die Traits einer Person zu messen. Üblicherweise werden Fragebögen genutzt, mit denen Menschen sich selber im Hinblick auf ihre eigenen Persönlichkeitseigenschaften einschätzen können. Wollen Sie beispielsweise Traits und States unterscheiden, würden Sie der Person die Aussagen „Ich bin generell ängstlich“ (Trait) oder „Jetzt bin ich ängstlich“ (State) vorgeben. Neben Fragebögen stellen vor allem das Interview bzw. Gespräch und

gut kontrollierte Laborexperimente Möglichkeiten dar, sich der menschlichen Persönlichkeit zu nähern.

Natürlich gibt es zahlreiche Probleme bei den eingesetzten Methoden, wie z. B. soziale Erwünschtheit: Tendenzen zur sozialen Erwünschtheit beschreiben den Sachverhalt, dass Menschen dazu neigen, sich so dazustellen, wie es ihrer Meinung nach von ihnen erwartet wird. Ich werde später in diesem Buch zu diesem Punkt zurückkehren und erläutern, wie Wissenschaftler versuchen, dieses Problem in den Griff zu bekommen, und welche neuen Methoden Einblicke in die menschliche Persönlichkeit geben (siehe Kap. 19, wo die Mensch-Maschine-Interaktion in Form von Daten Spuren im Internet behandelt wird).

In dem vorliegenden Kapitel wurde ein wichtiger Sachverhalt bisher nicht angesprochen. Persönlichkeit lässt sich in die Begrifflichkeiten *Temperament* und *Charakter* aufgliedern. In der biosozialen Theorie der Persönlichkeit gehen die Forscher um den US-Psychiater Robert Claude Cloninger (Cloninger et al. 1993) davon aus, dass das Temperament eines Menschen bereits in frühen Kindheitsjahren oder sogar direkt nach der Geburt stabil zu beobachten ist. Nicht umsonst charakterisieren wir Babys und Kleinkinder schon sehr früh und schreiben den jungen Erdenbürgern ein ruhiges oder eher unruhiges Temperament zu. Das Temperament sollte der Idee nach sehr stabil sein und wäre demnach maßgeblich durch unsere Genetik mitbestimmt. Dazu passt, dass es u. a. Jerome Kagan (1997) gelang, bei vier Monate alten Babys bereits das Temperament zu bestimmen. So reagierten Babys auf grell gefärbte Spielzeuge, indem sie unterschiedliche Anzeichen von Stress zeigten; daraus ließ sich gut vorhersagen, wie diese Kinder ein paar

Jahre später auf neuartige und stressige Situationen reagierten. Der Temperament-Begriff wird übrigens später durch die Panksepp'schen Primäremotionen näher ausgestaltet (siehe Kap. 14 und das darauf folgende Intermezzo); er entspricht in einigen Merkmalen dem affektiven Teil des kognitiven-affektiven Persönlichkeitssystems (KAPS) von Walter Mischel und Yuichi Shoda (1998) in Abb. 2.1.

Es ist aber anzumerken, dass sich Menschen von ihrer Geburt an (oft gerade in der Pubertät; vgl. Canals et al. 2005) aufgrund von Lernerfahrungen und Umwelteinflüssen in ihrer Persönlichkeit verändern; eine Stabilisierung scheint insgesamt erst im jungen Erwachsenenalter zu erfolgen (siehe auch Kap. 8). Dieser eher veränderliche und durchs Leben geformte Bestandteil der menschlichen Persönlichkeit wird Charakter genannt. Als wichtige Umwelteinflüsse sind zunächst die eigene Familie, mit zunehmendem Alter dann natürlich auch der Freundeskreis, die Schule, das Studium und der Arbeitsplatz mit all seinen sozialen Interaktionen zu nennen.

Die strikte Unterteilung in Temperament und Charakter bringt aber auch Probleme mit sich. Zwillingsstudien konnten beispielsweise nachweisen, dass ein substanzieller genetischer Einfluss nicht nur in interindividuellen Differenzen in Temperament-, sondern auch Charaktereigenschaften zu beobachten ist (z. B. Ando et al. 2004). Dies würde man aufgrund der Konzeption so nicht unbedingt erwarten. Weiteres zu dem Themenkomplex „Genetik und Umwelt“ findet sich in diesem Buch ab Kap. 9.

Zusammenfassung

Der zentrale Begriff in der Persönlichkeitsforschung ist der Begriff Trait. Hiermit wird beschrieben, dass bestimmte Eigenschaften einer Person zeit- und situationsüberdauernd sind und sich in emotionalen und kognitiven Variablen und schließlich auch im beobachtbaren Verhalten niederschlagen. Tatsächlich verhalten sich Menschen aber oft in unterschiedlichen Situationen nicht immer konsistent. Dieses Paradoxon lässt sich ein Stück weit auflösen, wenn man berücksichtigt, dass Menschen zwar oft unterschiedliche Verhaltensweisen zeigen, sich in ähnlichen Situationen aber eher ähnlich verhalten (z. B. ist er immer gegenüber Frauen schüchtern, niemals aber, wenn er mit den eigenen männlichen Freunden unterwegs ist). Der moderne Persönlichkeitsbegriff ist dementsprechend auch dynamischer Natur. Zusätzlich lässt sich die menschliche Persönlichkeit in die Bestandteile Temperament und Charakter zerlegen, wobei Ersteres bereits im frühen Alter mehr durch die Genetik und Letzteres im Erwachsenenalter mehr durch die Umwelt geprägt wird.

Persönlichkeit – Auf der Suche nach unserer
Individualität

Montag, C.

2016, XI, 174 S. 19 Abb. in Farbe., Softcover

ISBN: 978-3-662-48894-2