

## Kapitel 15 – Persönlichkeit

### **15.1 – Was ist *Persönlichkeit* und welche Theorien formen unser Verständnis von Persönlichkeit?**

Die Persönlichkeit ist das charakteristische Muster des Denkens, Fühlens und Handelns einer Person. Die psychoanalytische (und später die psychodynamische) Theorie und die humanistische Theorie sind Teil unseres kulturellen Erbes geworden. Außerdem legten sie den Grundstein für spätere Theorien, wie die Persönlichkeitstheorie und die sozial-kognitive Theorie.

### **15.2 – Wie führten Sigmund Freuds Behandlungen psychischer Störungen zu seiner Sichtweise über das Unbewusste?**

Die psychodynamischen Theorien betrachten die Persönlichkeit aus der Perspektive, dass das Verhalten eine dynamische Interaktion zwischen dem bewussten und dem unbewussten Teil des Geistes ist. Diese Theorien gehen auf die Theorie der Psychoanalyse von Sigmund Freud zurück. Bei der Behandlung von Menschen, deren Störungen keine eindeutige körperliche Erklärung hatten, kam Freud zu dem Schluss, dass diese Probleme inakzeptable Gedanken und Gefühle widerspiegeln, die im Unbewussten verborgen sind. Um diesen unbewussten Teil der Psyche eines Menschen zu erforschen, setzte Freud die freie Assoziation und die Traumanalyse ein.

### **15.3 – Wie betrachtete Freud Persönlichkeit?**

Freud ging davon aus, dass die Persönlichkeit aus einem Konflikt resultiert, der sich aus der Interaktion zwischen den drei psychischen Systemen ergibt: dem Es („lustorientierte Triebe“), dem Ich („realitätsorientierte Exekutive“) und dem Über-Ich („verinnerlichte Ideale“ oder „Gewissen“).

### **15.4 – Von welchen Entwicklungsphasen ging Freud aus?**

Freud glaubte, dass Kinder fünf psychosexuelle Phasen durchlaufen (oral, anal, phallisch, Latenzphase und genital). Nach dieser Auffassung können ungelöste Konflikte in jeder Phase dazu führen, dass die lustbetonten Triebe einer Person in dieser Phase fixiert („abgewürgt“) werden.

### **15.5 – Wie wehren sich Menschen laut Freud gegen Angst?**

Für Freud war die Angst das Ergebnis von Spannungen zwischen den Anforderungen des Es und des Über-Ichs. Das Ich bewältigt diese Spannungen mit Hilfe unbewusster Abwehrmechanismen wie der Verdrängung, die er als den grundlegenden Mechanismus ansah, der allen anderen zugrunde liegt und diese erst ermöglicht.

### **15.6 – Welche seiner Ideen verwarfen bzw. akzeptierten Freuds Anhänger:innen?**

Die frühen Anhänger:innen Freuds, die Neo-Freudianer:innen, übernahmen viele seiner Ideen.

© Der/die Herausgeber bzw. der/die Autor(en), exklusiv lizenziert an Springer-Verlag GmbH, DE, ein Teil von Springer Nature 2004, 2008, 2014, 2023

Aus: Myers, D. G. & DeWall, C. N. (2023). *Psychologie* (4. Aufl.). Springer.

Sie unterschieden sich darin, dass sie den Schwerpunkt stärker auf das Bewusstsein legten und soziale Motive stärker betonten als Sex oder Aggression. Die meisten gegenwärtigen psychodynamischen Theoretiker:innen und Therapeut:innen lehnen Freuds Betonung der sexuellen Motivation ab. Sie betonen, unterstützt von aktuellen Forschungsergebnissen, dass ein Großteil unseres Seelenlebens unbewusst abläuft, und sie glauben, dass unsere Kindheitserfahrungen unsere Persönlichkeit und unsere Bindungsmuster im Erwachsenenalter beeinflussen. Viele glauben auch, dass die gemeinsame Evolutionsgeschichte der Menschen einige universelle Veranlagungen geprägt hat.

### **15.7 – Was sind *projektive Tests*, wie werden sie eingesetzt und welche Kritikpunkte gibt es an diesen?**

Mit projektiven Tests wird versucht, die Persönlichkeit zu beurteilen, indem Personen Reizmaterial gezeigt wird, das viele mögliche Interpretationen zulässt, und ihre Antworten als Hinweise auf unbewusste Motive betrachtet werden. Der Thematische Apperzeptionstest (TAT) und der Rorschach-Tintenklecks-Test sind zwei solcher Tests. Der TAT liefert eine valide und reliable Darstellung der impliziten Motive von Menschen, die über die Zeit hinweg konsistent ist. Der Rorschach-Test hat eine geringe Reliabilität und Validität, aber einige Kliniker:innen schätzen ihn als Quelle für suggestive Hinweise, als Kennenlernhilfe („Eisbrecher“) oder als aufschlussreiche Interviewtechnik.

### **15.8 – Wie beurteilt die heutige Psychologie Freuds Psychoanalyse?**

Die heutige Psychologie sieht es als ihr Verdienst an, dass Freud die Aufmerksamkeit auf das große Unbewusste, auf den Kampf mit Angst und Sexualität, auf den Konflikt zwischen biologischen Impulsen und sozialen Zwängen und auf einige Formen von Abwehrmechanismen gelenkt hat. Doch sein Konzept der Verdrängung und seine Auffassung vom Unbewussten als einer Ansammlung von verdrängten und inakzeptablen Gedanken, Wünschen, Gefühlen und Erinnerungen halten einer wissenschaftlichen Überprüfung nicht stand. Freud bot nachträgliche Erklärungen an, die wissenschaftlich schwer zu überprüfen sind. Die Forschung stützt viele von Freuds spezifischen Ideen nicht, wie etwa die Ansicht, dass die Entwicklung in der Kindheit festgelegt wird. (Wir wissen heute, dass Entwicklung ein Leben lang andauert.)

### **15.9 – Wie hat die moderne Forschung unser Verständnis des Unbewussten geprägt?**

Die Forschung bestätigt, dass wir keinen vollständigen Zugang zu allem haben, was in unserem Kopf vor sich geht, obwohl die heutige Wissenschaft das Unbewusste als eine separate und parallele Spur der Informationsverarbeitung betrachtet, die außerhalb unseres Bewusstseins stattfindet. Zu dieser Verarbeitung gehören Schemata, die unsere Wahrnehmungen steuern, Priming, implizite Erinnerungen an erlernte Fähigkeiten, sofort aktivierte Emotionen und Stereotypen, die unsere Informationsverarbeitung von Eigenschaften und Merkmalen anderer filtern. Die Forschung unterstützt auch die Reaktionsbildung und Projektion (der Effekt des falschen Konsenses) und die Vorstellung, dass wir uns unbewusst vor Angst schützen (wie in Experimenten zur Terror-Management-Theorie gezeigt wurde).

### **15.10 – Was verstanden humanistische Psycholog:innen unter Persönlichkeit und welches Ziel verbarg sich hinter deren Erforschung von Persönlichkeit?**

Die Sichtweise der humanistischen Psycholog:innen auf die Persönlichkeit konzentriert sich

auf das Potenzial für gesundes persönliches Wachstum und das Streben des Menschen nach Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung. Abraham Maslow schlug vor, dass die menschlichen Bedürfnisse eine Hierarchie bilden; wenn die Grundbedürfnisse erfüllt sind, streben die Menschen nach Selbstverwirklichung und Selbsttranszendenz. Carl Rogers glaubte, dass ein wachstumsförderndes Umfeld aus Akzeptanz (einschließlich bedingungsloser positiver Wertschätzung), Aufrichtigkeit und Empathie besteht. Das Selbstkonzept war sowohl für Maslow als auch für Rogers ein zentrales Merkmal der Persönlichkeit.

### **15.11 – Wie erfassten humanistische Psycholog:innen die Selbstwahrnehmung einer Person?**

Einige humanistische Psycholog:innen lehnten jede standardisierte Beurteilung ab und verließen sich auf Interviews und Gespräche. Rogers verwendete gelegentlich Fragebögen, in denen die Menschen ihr ideales und tatsächliches Selbst beschrieben, was er später zur Beurteilung des Therapiefortschritts nutzte.

### **15.12 – Inwiefern haben humanistische Theorien die Psychologie beeinflusst und welches sind die Kritikpunkte an ihnen?**

Die humanistische Psychologie trug dazu bei, das Interesse am Konzept des Selbst zu erneuern, und legte auch den Grundstein für den heutigen wissenschaftlichen Teilbereich der positiven Psychologie. Kritische Stimmen sagen, die Konzepte der humanistischen Psychologie seien vage und subjektiv, ihre Werte egozentrisch und ihre Annahmen naiv optimistisch.

### **15.13 – Wie bedienen sich Psycholog:innen sogenannter *Traits*, um Persönlichkeit zu beschreiben?**

Eigenschaftstheoretiker:innen sehen die Persönlichkeit als ein stabiles und dauerhaftes Verhaltensmuster an. Sie sind mehr daran interessiert, unsere individuellen Besonderheiten zu beschreiben, als sie zu erklären. Mithilfe der Faktorenanalyse ermitteln sie Cluster von Verhaltenstendenzen, die gemeinsam auftreten. Genetische Veranlagungen beeinflussen viele Merkmale.

### **15.14 – Was sind einige verbreitete Missverständnisse über Introversion?**

In westlichen Kulturen wird Extravertiertheit geschätzt, aber auch introvertierte Menschen haben andere, ebenso wichtige Fähigkeiten. Introvertiertheit ist nicht gleichbedeutend mit Schüchternheit, und Extravertierte sind nicht immer besser als Introvertierte in Führungspositionen oder im Verkaufserfolg. Introvertierte erzielen oft große Leistungen; viele Introvertierte sind erfolgreich.

### **15.15 – Was sind *Persönlichkeitsinventare* und was sind deren Stärken und Schwächen in ihrer Funktion als Werkzeuge zur Erfassung von *Traits*?**

Persönlichkeitsinventare (wie beispielsweise das MMPI) sind Fragebögen, bei denen Personen auf Items antworten, mit denen ein breites Spektrum von Gefühlen und Verhaltensweisen erfasst werden soll. Die Testaufgaben werden empirisch abgeleitet, und die Tests werden objektiv ausgewertet. Objektivität ist jedoch keine Garantie für Validität; Menschen können

ihre Antworten verfälschen, um einen guten Eindruck zu erwecken (sie können dann aber auf einer Lügenskala, die die Verfälschung bewertet, hohe Werte erreichen).

### **15.16 – Welche Traits scheinen die brauchbarste Information über Persönlichkeitsvarianten bereitzustellen?**

Die Big-Five-Persönlichkeitsfaktoren – Offenheit, Gewissenhaftigkeit, Extraversion, Verträglichkeit und Neurotizismus (OCEAN) – bieten derzeit die beste Annäherung an die grundlegenden Merkmalsdimensionen. Diese Faktoren sind recht stabil und scheinen in allen Kulturen vorhanden zu sein. Viele Gene, von denen jedes einen kleinen Einfluss hat, beeinflussen unsere Eigenschaften, und die Heritabilität liegt im Allgemeinen bei etwa 40 Prozent je Dimension.

### **15.17 – Wird das Konzept der zeitlichen und situativen Stabilität der Persönlichkeitsmerkmale durch die Forschung gestützt?**

Die durchschnittlichen Eigenschaften einer Person bleiben im Laufe der Zeit stabil und sind in vielen verschiedenen Situationen prognostizierbar. Die Eigenschaften können jedoch nicht das Verhalten in einer konkreten Situation vorhersagen.

### **15.18 – Wie interpretiert die sozial-kognitive Perspektive die Persönlichkeitsentwicklung und auf welche Weise untersucht sie das Verhalten?**

Albert Bandura schlug als Erster die sozial-kognitive Perspektive vor, die die Wechselwirkungen zwischen unseren Merkmalen und Situationen betont. Sozial-kognitive Forschung wendet Prinzipien des Lernens, der Kognition und des sozialen Verhaltens auf die Persönlichkeit an. Der reziproke Determinismus beschreibt die Interaktion und den gegenseitigen Einfluss von Verhalten, interner Kognition und Umwelt. Bei Bewertungssituationen mit simulierten Bedingungen wird das Prinzip genutzt, dass die Handlungen einer Person in ähnlichen Situationen der beste Prädiktor für zukünftiges Verhalten sind.

### **15.19 – Welche Kritikpunkte wurden am sozial-kognitiven Ansatz geäußert?**

Der sozial-kognitive Ansatz baut auf etablierten Konzepten des Lernens und der Kognition auf und sensibilisiert die Forschung für die Art und Weise, wie Situationen Individuen beeinflussen und von ihnen beeinflusst werden. Es wurde bemängelt, dass die Bedeutung unbewusster Motive, Emotionen und biologisch geprägter Eigenschaften unterschätzt wird.

### **15.20 – Wieso hat die Psychologie so viel Forschung über das Selbst hervorgebracht? Wie wichtig ist das Selbstwertgefühl für die Psychologie und das menschliche Wohlbefinden?**

Das Selbst ist das Zentrum der Persönlichkeit und organisiert unsere Gedanken, Gefühle und Handlungen. Die Beschäftigung mit dem eigenen Selbst motiviert uns zu einer positiven Entwicklung, aber wenn wir uns zu sehr auf uns selbst konzentrieren, kann dies zu einem Spotlight-Effekt führen. Ein hohes Selbstwertgefühl korreliert mit weniger Anpassungsdruck, mit Ausdauer bei schwierigen Aufgaben und mit Glück. Die Richtung der Korrelation ist jedoch unklar. Anstatt den Selbstwert unrealistisch zu unterstützen, ist es besser, die Leistungen der

Kinder zu belohnen und so das Gefühl der Kompetenz zu fördern.

**15.21 – Auf welche Weise offenbaren exzessiver Optimismus, die Schwierigkeit, unsere eigene Inkompetenz zu erkennen, und selbstwertdienliche Verzerrungen den Preis des Selbstwertgefühls, und wie unterscheidet sich ein defensives Selbstwertgefühl von einem sicheren Selbstwertgefühl?**

Übermäßiger Optimismus kann zu Selbstgefälligkeit führen und uns daran hindern, echte Risiken zu erkennen, während die Blindheit gegenüber der eigenen Inkompetenz dazu führen kann, dass wir immer wieder die gleichen Fehler machen. Die Tendenz, uns selbst als besser als der Durchschnitt zu betrachten oder unsere Erfolge zu würdigen, aber unsere Misserfolge nicht zu tadeln, wird als selbstsüchtig bezeichnet (self-serving bias). Ein negatives Selbstwertgefühl ist zerbrechlich, konzentriert sich darauf, sich selbst zu erhalten, und sieht Versagen oder Kritik als Bedrohung an. Ein gefestigtes Selbstwertgefühl gibt uns das Gefühl, so akzeptiert zu werden, wie wir sind.