

Was wissen wir über unsere Persönlichkeit?

In seinem Roman "Die Wahlverwandtschaften" legte Goethe diese Aussage der Figur Ottilie in den Mund. Ohne dieses Zitat weiter ausschweifend philosophisch zu betrachten (kann der menschliche Geist seinen eigenen Geist erklären? Und wenn er sich nicht selbst erklären kann, kann er überhaupt irgendetwas erklären?), lohnt es sich vielleicht einen Blick in die heutige Wissenschaft zu werfen.

"Das eigentliche Studium der Menschheit ist der Mensch."

Viele wissenschaftliche Disziplinen beschäftigen sich mit Fragen rund ums "Menschsein", so auch die Psychologie. Jene hat sich zur Aufgabe gemacht, **menschliches Erleben und Verhalten** erklären zu wollen.

Die Persönlichkeitspsychologie, als eine Teildisziplin, beschäftigt sich - grob gesagt - mit der Individualität von Menschen. Dazu werden empirische Mittel, wie beispielsweise Fragebögen oder Verhaltensbeobachtungen, verwendet. Die meisten Menschen haben wahrscheinlich eine Vorstellung davon, was Persönlichkeit ausmacht. In der Persönlichkeitspsychologie wird Persönlichkeit aufgefasst als die nichtpathologischen (also nicht klinisch auffälligen, "krankhaften") individuellen Besonderheiten eines Menschen, im Vergleich zu einer bestimmten Referenzgruppe.

Diese Besonderheiten äußern sich meist in Form des Verhaltens der Menschen (z.B. zeigt sich Ängstlichkeit etwa durch zitternde Hände oder unruhige Stimme), sodass sie prinzipiell auch von außen beobachtbar sind. Wichtig bei dieser Auffassung von Persönlichkeit ist die Tatsache, dass Persönlichkeit stets im Vergleich zu einer Referenzgruppe betrachtet wird. Das heißt, ich vergleiche mich mit Menschen ähnlichen Alters und Kultur. Inwiefern unterscheide ich mich also von meinem "Durchschnittsfreund"? Bin ich ängstlicher als der Durchschnitt meines Jahrgangs?

Desweiteren wird Persönlichkeit als relativ überdauernde Eigenschaft gesehen, die eine gewisse **Stabilität** aufweist. Dies erscheint wahrscheinlich relativ einleuchtend. Personen, die sich im Laufe ihres Lebens von Grund auf verändern, kennt man normalerweise nur wenige. Oft bleiben gewisse Grundmuster der Persönlichkeit über die Zeit erhalten. Das heißt allerdings nicht, dass Veränderungen auszuschließen sind. Vor allem über längere Sicht, kann sich dadurch unsere Persönlichkeit verändern.

Wie kann man solche Aussagen überhaupt treffen?

Ein wesentlicher Ansatz der Persönlichkeitspsychologie, um Persönlichkeit in Worte und Zahlen fassen zu können, ist das Konzept der sogenannten "**Big Five**". Nach diesem Ansatz unterscheiden sich Personen vor allem im Hinblick auf 5 verschiedene Persönlichkeitsmerkmale, die sich ihrerseits in weitere Unterkategorien gliedern lassen:

1. **Neurotizismus** (z.B. Nervosität, Ängstlichkeit, Erregbarkeit)
2. **Extraversion** (z.B. Geselligkeit, Aktivität)
3. **Verträglichkeit** (z.B. Wärme, Hilfsbereitschaft, Toleranz)
4. **Gewissenhaftigkeit** (z.B. Ordentlichkeit, Beharrlichkeit, Zuverlässigkeit)
5. **Offenheit für Erfahrung** (z.B. Allgemeinbildung, Kreativität, Kunstempfinden)

Diese fünf Merkmale wurden in verschiedenen Kulturen vorgefunden und so für sinnvoll eingeschätzt. Sicherlich hat auch dieser Ansatz seine Schwächen.

Es gibt eine Reihe interessanter wissenschaftlicher Befunde zu den Big Five. Unter anderem hat man erforscht, inwiefern sie sich im Laufe des Lebens verändern. Man findet hierbei folgendes:

1. **Neurotizismus nimmt ab.**
2. **Gewissenhaftigkeit nimmt zu.**
3. **Verträglichkeit nimmt zu.**

Im Durchschnitt werden Menschen also im Laufe des Lebens weniger neurotisch, gewissenhafter und verträglicher. Diese Ergebnisse beziehen sich auf Mittelwerte und ihre Veränderung, einzelne Personen können sich natürlich auch ganz anders entwickeln.

Was aber gezeigt werden kann ist ein allgemeiner Trend. Und dieser scheint doch eine recht positive Bilanz für das Altern aufzuzeigen.

Wenn Sie mehr über Ihre Persönlichkeit herausfinden möchten, so können Sie sich unseren Persönlichkeits-Selbsttest anschauen. Bitte klicken Sie dazu [HIER](#).

Dort geben wir Ihnen ein ausführliches **Feedback zu Ihrer Persönlichkeit**.