

Persönlichkeitsmerkmale

bei Menschen & anderen (Säuge-)Tieren



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Temperamentelehre (Hippokrates, Galen => „Säftelehre“):

Melancholiker : maximal überlegt, eher Pessimist

Pawlow: extrem hemmbarer Typ

Phlegmatiker : maximal abwartend, eher Optimist

Pawlow: Mitteltyp, ruhiger gleichmäßiger unentwegter beharrlicher Arbeiter

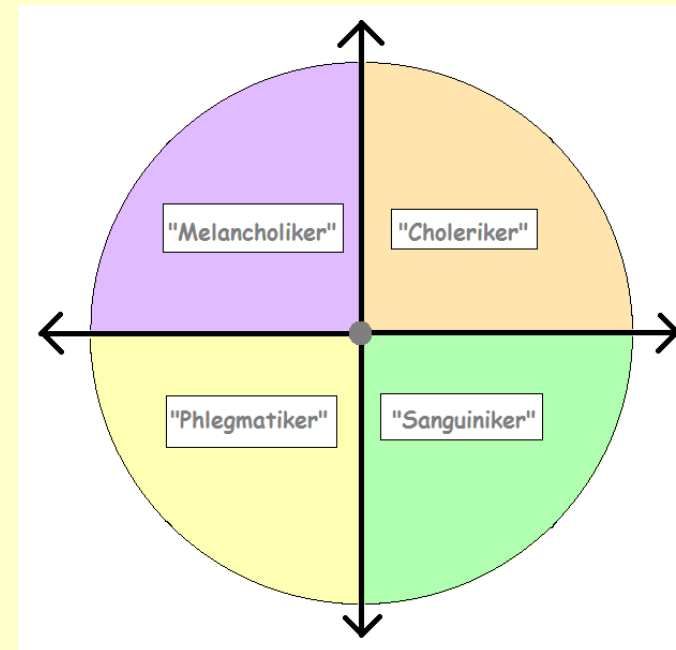
Sanguiniker : maximal spontan, eher Optimist

Pawlow: Mitteltyp, feuriger sehr produktiver Arbeiter, aber nur, wenn er viel und interessante Arbeit hat

Choleriker : maximal aufbrausend, eher

Pessimist

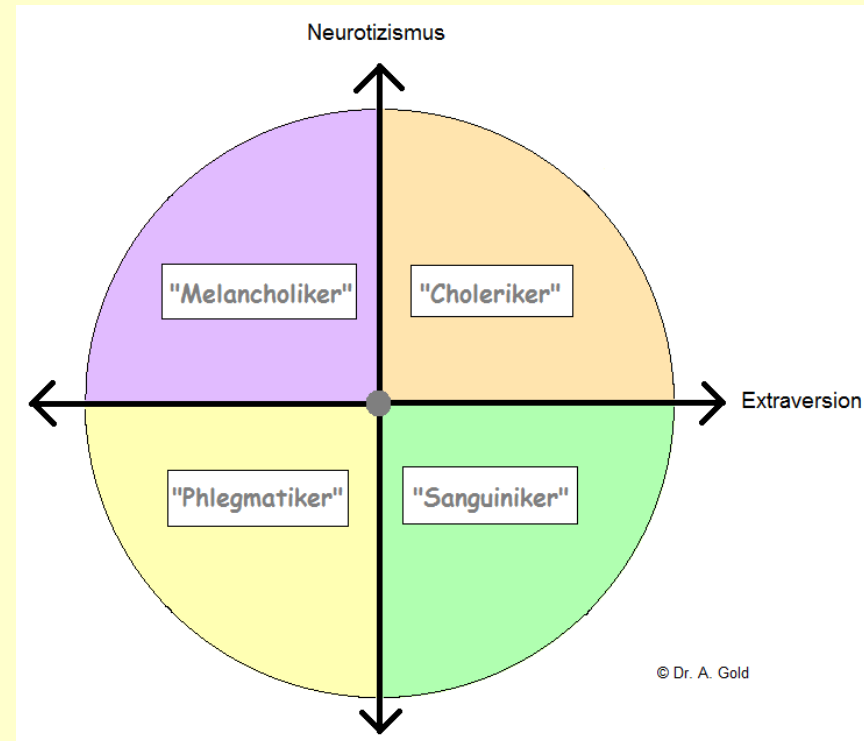
Pawlow: extrem erregbarer Typ



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

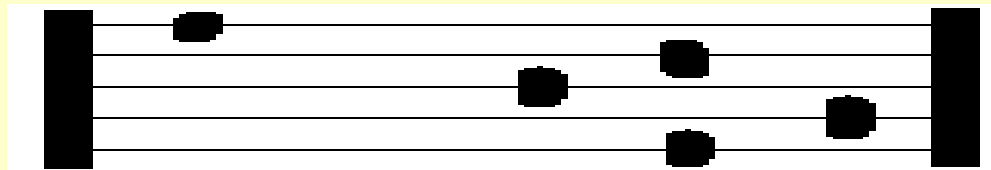
Merkmale u.a. nach Riemann oder Eysenck (Psychologen):

- **Melancholiker**: souverän, selbständig, unabhängig, scharfe Beobachtungsgabe, unsentimental, Neigung zu Rücksichtslosigkeit, geringere Bindungsfähigkeit
- **Phlegmatiker**: Stabilität, Ausdauer, Strebsamkeit, Fleiß, Zielstrebigkeit, planvolles Handeln, Konsequenz, Zähigkeit, wenig Emotionalität
- **Sanguiniker**: große Risikofreude, unternehmungslustig, mitreißend, charmant, lebhaft, spontan, geringeres Durchhaltevermögen, ungeduldig, eher optimistisch, neugierig, eigenwillig, wagemutig, improvisiert gern
- **Choleriker**: einfühlsam, empathisch, fürsorglich, hilfsbereit, verständnisvoll, sehr anhänglich, anspruchslos, eher pessimistisch, große Gefühlstiefe und Emotionalität



System der „Big Five“ nach Costa und McCrae (Psychologen):

- 1) **Extraversion**: gesprächig, aktiv, energisch, offen, dominant, enthusiastisch, sozial, abenteuerlustig
- 2) **Verträglichkeit**: mitfühlend, herzlich, warm, großzügig, vertrauensvoll, hilfsbereit, freundlich, kooperativ, feinfühlig
- 3) **Gewissenhaftigkeit**: organisiert, sorgfältig, effektiv, verantwortlich, zuverlässig, praktisch, überlegt
- 4) **Neurotizismus**: angespannt, ängstlich, nervös, launisch, besorgt, empfindlich, furchtsam, selbstbemitleidend, instabil, mutlos, verzagt
- 5) **Offenheit / Intellekt**: breit interessiert, phantasievoll, intelligent, originell, wissbegierig, intellektuell, künstlerisch, erfinderisch, weise

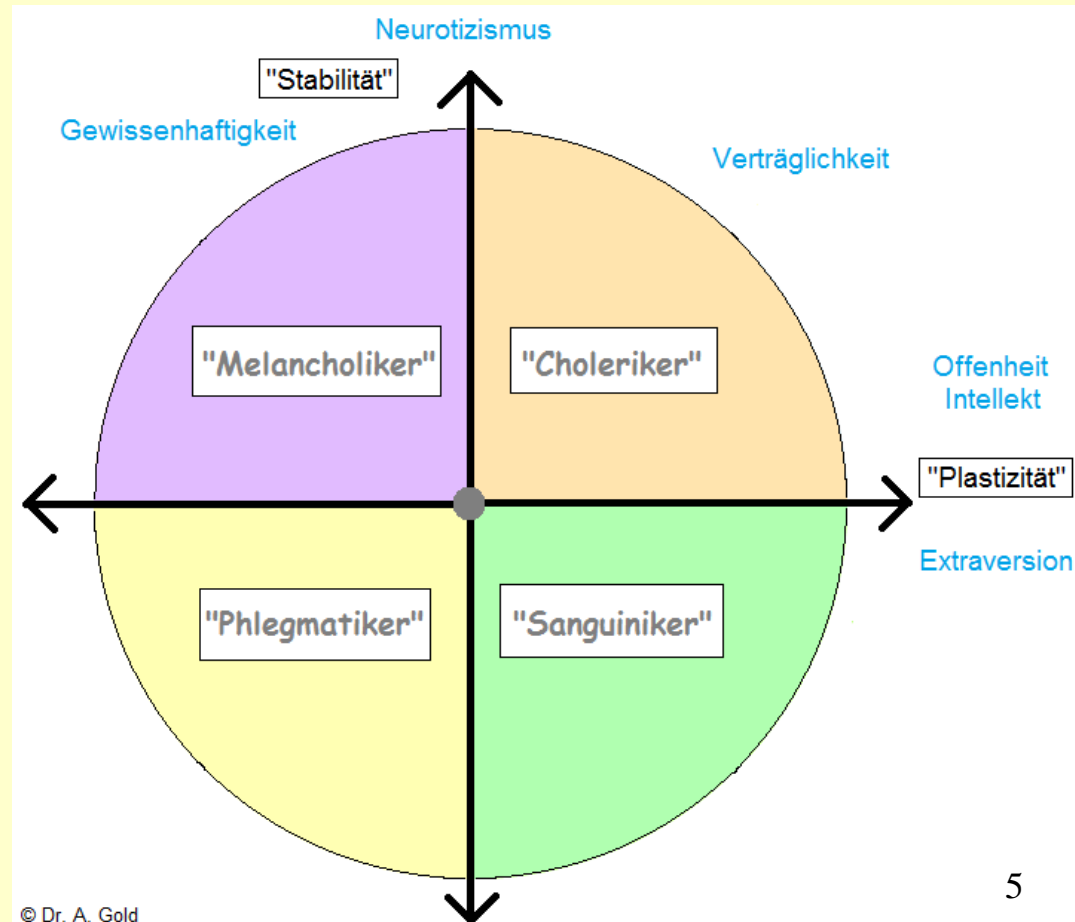


Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach DeYoung („Supermerkmale“) (Psychologe):

- **„Stabilität“** mit Durchhalten, Vorrasschauen, Risikovermeidung, Passivität (entspricht „Neurotizismus-Achse“ bei Eysenck)
- **„Plastizität“** mit Impulsivität, Bindungsfähigkeit, Getriebensein, Sensationslust, Neu-Gier, Risikosuche, Aktivität (entspricht „Extraversions-Achse“ bei Eysenck)

=> beinhaltet die einzelnen sich z.T. überschneidenden Komponenten des Big-Five-Modells



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gray (Psychologe) :

=> versuchte Verbindung mit Neurotransmittersystemen

BAS (behavioral activation system, **Belohnungsorientierung**

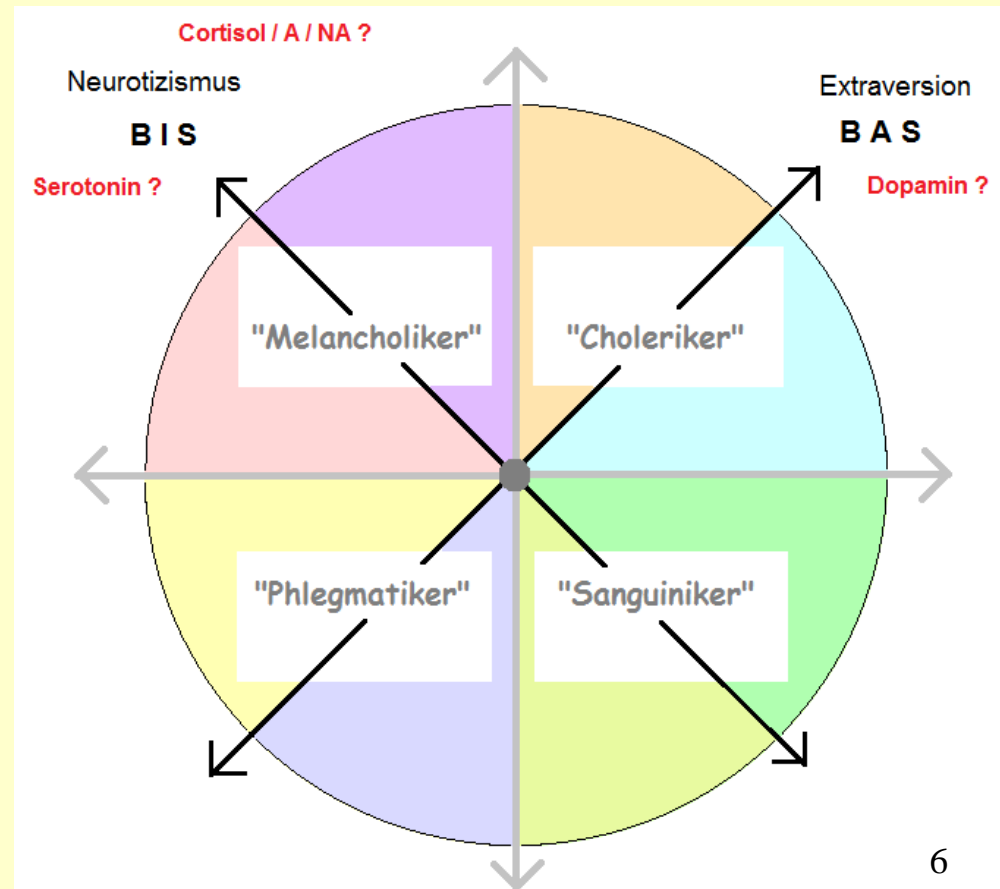
=> Dopamin?)

BIS (behavioral inhibition system, **passives Vermeidungsverhalten**

=> Serotonin?)

FFFS (fight-flight-freezing-system, **Stressverarbeitung**

=> Cortisol, Adrenalin, Noradrenalin?)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Persönlichkeitsentstehung Übersicht:

1) KERNPERSÖNLICHKEIT bzw. TEMPERAMENT

stark genetisch determiniert, aber bereits vor der Geburt epigenetisch modifiziert

2) UNBEWUSSTE EMOTIONALE KONDITIONIERUNG

entsteht durch unbewusste (bzw. teils bewusste, aber nicht erinnerbare) „prägende“ Lernerfahrungen

3) BEWUSSTES EMOTIONAL-SOZIALES LERNEN

entsteht durch bewusste, in der Regel sozial-emotional vermittelte Erfahrungen („Erziehung“, „Sozialisation“)

4) KOGNITIVE EBENE (beim Menschen: kognitiv-sprachlich)



E-PI-GE-NE-TIK

(ein BIO-Gedicht ☺)

Stellst du dich mal ganz furchtbar an,
dann bist du einfach ganz arm dran,
sagt irgendjemand prompt zu dir,
denn du kannst gar nichts dafür.

Dein Opa war genauso schon
und nicht viel besser dessen Sohn,
der ja nun mal den Vater ist
und dir vererbt hat diesen Mist.

Deine Gene sind halt schlecht,
trotz viel Mühe wirst du's echt
nicht besser schaffen noch im Leben.
- Soll's wirklich keine Lösung geben?!

Selbst WENN dein Vater mit vererbt hat,
was dir selbst nun gar nicht gut tat,
müssen's nicht nur Gene sein:
„Epigenom“ mischt sich mit ein!

oder:



Gene sind auch nur Möglichkeiten

Wie ein Kochbuch sind die Gene,
mit Rezepten, was man nehme,
um Vor-, Haupt-, Nachspeisen zu machen,
damit gelingen solche Sachen.

Was nicht geschrieben auf den Seiten,
können wir nicht zubereiten.
Das trifft auch für die Gene zu:
was GAR nicht da ist, ist tabu.

Doch WAS da steht in unsrem Buch
wird noch lange nicht zum Fluch.
Manche unbeliebten Seiten
lassen sich mit Trick vermeiden.

Klebe Seiten fest zusammen,
radiere aus so manchen Namen,
andre sind von selbst verblichen
oder werden durchgestrichen.

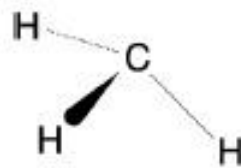
Schon sind Rezepte nicht mehr lesbar,
die uns scheinen ungenießbar.
Das kann man auch mit Genen tun:
Unlesbarkeit bringt sie zum Ruh'n.

Mögen wir Rezepte gerne,
wollen wir schon aus der Ferne
immer wieder Zugriff haben –
hier kommt „Markierung“ dann zum Tragen.

Ob Eselsohr, ob Leuchtstift drauf,
ob kleine Zettel drin zuhauf –
das, was wir ganz wichtig finden,
können wir dann wiederfinden.

Auch ändern können wir Details:
hier paar Gramm mehr, dort weniger als
ursprünglich mal angegeben –
und so ist's auch in unsrem Leben.

Doch WIE malt man denn Gene „bunt“?!
Wie radiert man? Klebt man? Und
wie geht das mit den „Eselsohren“?!
Dazu ist „Umwelt“ auserkoren.



Je nachdem, was wir erleben,
wem wir Aufmerksamkeit geben,
wie wir handeln, lieben, denken,
können wir die Gene lenken.

Hier ein kleiner Anhang mehr,
schon liest man das Gen nicht mehr.
Da ein kleiner Baustein fort,
dann wird gelesen jener Ort.

Das Kochbuch unsres eignen Lebens
ist auch dann niemals vergebens,
wenn manchmal Schlechtes drinnen steht,
denn jetzt wissen wir: es geht!

Es geht, dass wir auch Auswahl haben
unter den Rezeptvorgaben
und in unsren Lebenswochen
unser Lieblingsmenü kochen.

Gene sind nur Möglichkeiten,
ein „Menü“ zuzubereiten.
Was wir draus machen immerfort?
„E-pi-ge-ne-tik“ heißt das Wort ☺.

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

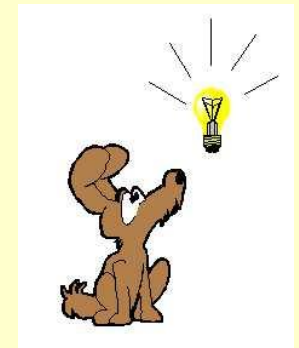
Persönlichkeitsentstehung im Einzelnen:

1) KERNPERSÖNLICHKEIT bzw. TEMPERAMENT

- stark genetisch determiniert, aber bereits vor der Geburt epigenetisch modifiziert
- elementare affektive Verhaltensweisen und Empfindungen
- völlig unbewusst und kaum durch Erfahrung, Willen oder Erziehung beeinflussbar
- Physischer „Sitz“: **untere limbische Ebene** (vegetativ-affektiv)

2) UNBEWUSSTE EMOTIONALE KONDITIONIERUNG

- entsteht durch unbewusste (bzw. teils bewusste, aber nicht erinnerbare) „prägende“ Lernerfahrungen
- Entwicklung in den ersten 3 Lebensjahren (Mensch)
- zusammen mit 1) der Kern unserer Persönlichkeit
- Belohnungs- und Motivationssystem, Empathievermögen
- Physischer „Sitz“: **mittlere limbische Ebene** (emotionale Konditionierung)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Persönlichkeitsentstehung im Einzelnen

3) BEWUSSTES EMOTIONAL-SOZIALES LERNEN

- entsteht durch bewusste, in der Regel sozial-emotional vermittelte Erfahrungen („Erziehung“, „Sozialisation“)
- Entwicklung ab dem 3. bis 18.-20. Lebensjahr (Mensch)
- sozial relevante Persönlichkeitsmerkmale, „Gruppenregeln“, Körpergefühl, Schmerzempfindung, Risikowahrnehmung und –bewertung, Impulskontrolle
- physischer „Sitz“: **obere limbische Ebene** (sozial vermittelte Emotionen und Motive)

4) KOGNITIVE EBENE *(beim Menschen: kognitiv-sprachlich)*

- Entwicklung ab dem 4. Lebensjahr (Mensch)
- Realitätssinn, Ich-Bewusstsein, Arbeitsgedächtnis, Intelligenz, Handlungsplanung, Problemlösung (Mensch: auch Sprache)
- „intelligenter neutraler Berater“ (*„willst du diese Folgen?“*)
- physischer „Sitz“: **Großhirnrinde im engeren Sinn**





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
S
-
S
Y
S
T
E
M

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → *Pessimismus* („besorgt“) – *Optimismus* („sorglos“)

Serotonin → *Hemmung hoch* („passiv“) – *bzw. gering* („aktiv“)

Dopamin → *Interesse / Gier hoch* („motiviert“) – *bzw. gering* („unmotiviert“)

Endogene Opiode → *Bedürfnisbefriedigung einfach* („wenig hungrig“) –
bzw. schwierig („sehr hungrig“)

Oxytocin → „*gesellig*“ („sozial“) – „*ungesellig*“ („unsozial“)

Vasopressin → „*kooperativ*“ („familiär“) – „*unkooperativ*“ („unfamiliär“)

Acetylcholin → *Aufmerksamkeit + Erinnerung + Grübeln* ↑ („nachdenklicher“) –
bzw. ↓ („gedankenloser“)

Noradrenalin → *aktuelle Handlungsbereitschaft* („Gasgeben“, „Motor-Drehzahl“)

Körperlicher „Sitz der Seele“: limbisches System



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
N
-
N
N
Y
N
+
N
E
E

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Cortisol-Typen im Vergleich (gesund)

Wenig Basal-Cortisol (C-), hoher Cortisolanstieg möglich ⇒ „leichte kleine Karosserie, geringer Verbrauch, Motor aus“

⇒ erwartet gute Straßenverhältnisse ohne Stau („optimistisch“), daher weniger robustes Auto mit wenig Stauraum für Proviant („wird schon gutgehen“)
⇒ „steht noch in der Garage, Motor noch aus“, ist daher von Aufmerksamkeit noch entfernt („komme schon noch rechtzeitig an“ ⇒ „sorglos, zufrieden“, hohe Motivation, das aktuelle eigene Verhalten beizubehalten)
⇒ „verbraucht wenig Treibstoff, schafft es daher ohne Umwege gut wieder zurück in die Garage, hat dann genügend Zeit bis zur nächsten Fahrt“ ⇒ kann sich gut wieder komplett abregen



Viel Basal-Cortisol (C+), nur niedriger Cortisolanstieg möglich ⇒ „schwere große Karosserie, hoher Verbrauch, Motor an“

⇒ befürchtet schlechte Straßenverhältnisse mit Stau („pessimistisch“), daher sehr robustes Auto mit viel Stauraum für Proviant („könnte schiefgehen“)
⇒ „steht bereits abfahrbereit mit laufendem Motor auf der Straße“, ist daher schon aufmerksam („muss dringend los, komme sonst zu spät“ ⇒ „unruhig, unzufrieden“ ⇒ hohe Motivation, das aktuelle eigene Verhalten anzupassen)
⇒ „verbraucht viel Treibstoff, schafft es daher nur mit Umweg über Tankstelle wieder heim und muss dann gleich schon wieder neu los“ ⇒ kann sich kaum komplett abregen, „bleibt immer fahrbereit“





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

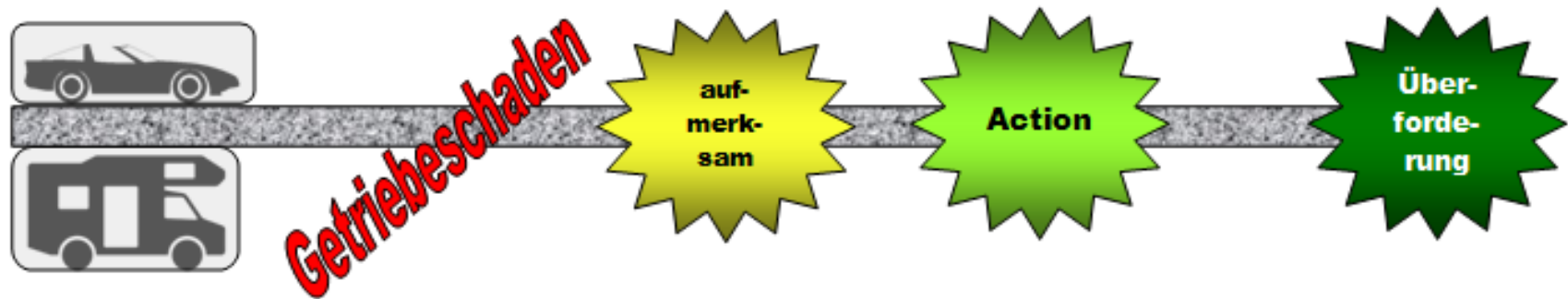
Cortisol-Typen im Vergleich (krankhaft)

Zu wenig Basal-Cortisol => gar kein Cortisolanstieg möglich => „Getriebschaden“

=> „Motor kann nicht gestartet werden“, kann daher keine Geschwindigkeit aufnehmen und keine Entfernung zurücklegen

=> kann sich nicht aufregen, ist von Aufmerksamkeit (Wachheit) und „Action“ (Einsatzbereitschaft) weit entfernt

=> keine richtige Stressreaktion und damit auch keine passende Reaktion auf Umweltreize möglich (zu schwache Reaktion sowohl in Bezug auf Verhalten wie auch auf rein körperliche Reaktionen wie z.B. Regeneration und Heilung)



Zu viel Basal-Cortisol => Cortisol dauerhaft extrem hoch, kein zusätzlicher Cortisolanstieg möglich

=> ständiges „hohtouriges Fahren mit Vollgas“

=> ständige Höchstgeschwindigkeit

=> ist ständig aufgeregt und „in Action“, aber auch immer direkt an bzw. schon in der Überforderung, daher „kopfloses“ Verhalten wahrscheinlich

=> ständige ausgeprägte Stressreaktion, ständig am Rand der Überforderung, damit ebenfalls keine passende Reaktion auf Umweltreize möglich (zu starke Reaktion sowohl in Bezug auf Verhalten wie auch auf rein körperliche Reaktionen wie z.B. Regeneration und Heilung)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Objektive Situation:



Hund



Futter

Annäherung?



Feind

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol

Subjektive Situation: Cortisolsystem -> kann ich überhaupt reagieren?
-> will ich weg?

zu wenig Cortisol (kein Cortisolanstieg möglich => krankhaft: Morbus Addison, NNR-Schwäche)
("Motor" in Form von NA kann nicht gestartet werden, "Getriebebeschaden")



Hund

(schläft oder ist teilnahmslos bis komatös)

keine Reaktion



feind



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol - wenig

wenig Basal-Cortisol ("nimmt es leicht", "unbeschwert", "wenig irritierbar")
("leichte kleine Karosserie"; "Motor" in Form von NA läuft niedertouriger)
hoher Cortisolanstieg möglich => gute Hemmung der Stressreaktion
("Motor" in Form von NA zwischendurch auch mal aus)



Hund

Distanzveränderung:
wenig besorgt => will nicht weg
Annäherung ungehemmt (BIS -)



Bedrohungs- bzw. Bestrafungsorientierung gering
wenig misserfolgsorientiert

Neurotizismus gering
Optimist , "A-Typ"



feind



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

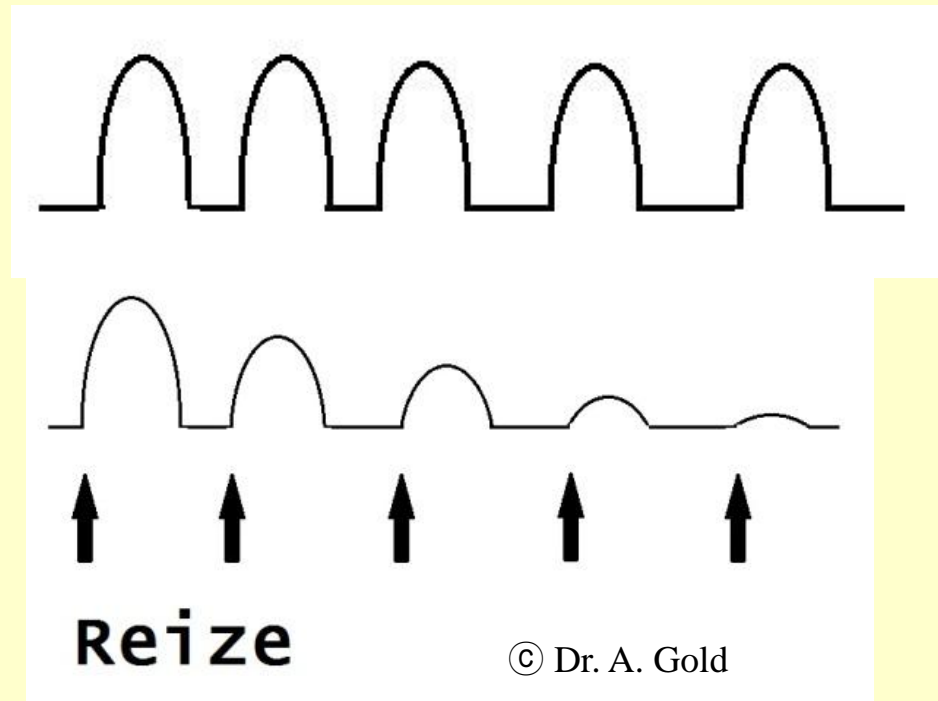
System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol - wenig

Stressreaktion auf Reiz hier:

Noradrenalin und Adrenalin steigen sofort an

→ **Cortisol** zeigt nach ca. 20min hohen Anstieg und beendet dadurch über Rückkopplung die gesamte Stressreaktion schnell wieder





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol - viel

viel Basal-Cortisol ("nimmt es schwer", "beschwerlich", "stark irritierbar")

("schwere große Karosserie", "sicherer Streitwagen"; "Motor in Form von NA läuft hochoffener")

nur geringer Cortisolanstieg möglich => schlechte Hemmung der Stressreaktion

("Motor" in Form von NA nie ganz aus)



Hund

Distanzveränderung:

besorgt => will weg
Annäherung gehemmt



Bedrohungs- bzw. Bestrafungsorientierung hoch
sehr misserfolgsorientiert

Neurotizismus hoch
Pessimist, "B-Typ"



Feind



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

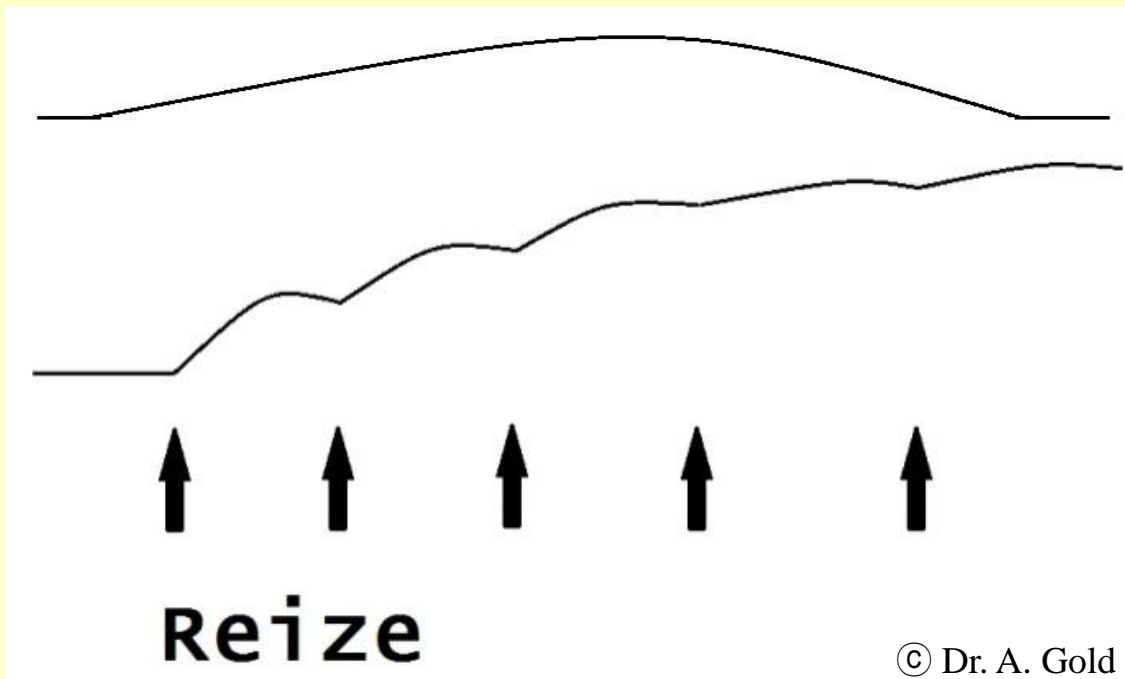
System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol - viel

Stressreaktion auf Reiz hier:

Noradrenalin und Adrenalin steigen sofort an

→ **Cortisol** zeigt nach ca. 20min nur flachen Anstieg und kann dadurch die Stressreaktion über Rückkopplung nur schwer wieder beenden





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

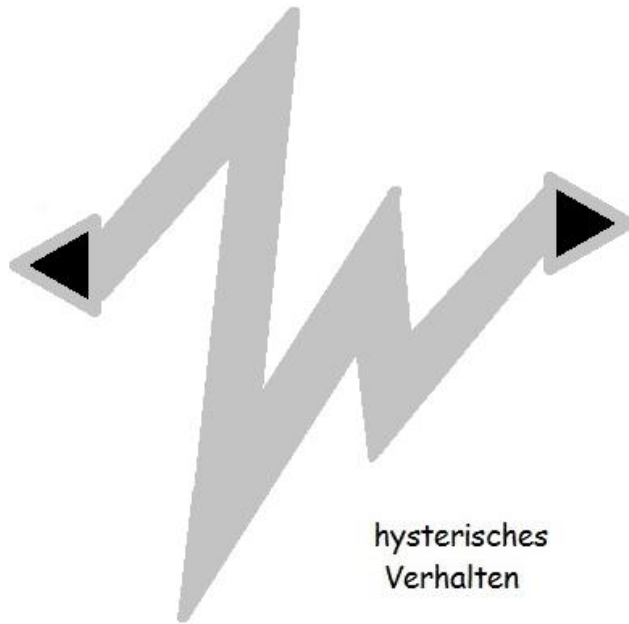
1) Stressverarbeitungs-System: Cortisol – zu viel

zu viel Basal-Cortisol (stark erhöht => krankhaft: Morbus Cushing, "Pseudo-Cushing", schwerer unlösbarer Dauerstress)

Cortisol dauerhaft erhöht => dauerhafte Stressreaktion ("Motor" in Form von NA läuft ständig mit maximaler Drehzahl, ist kaum noch steuerbar)



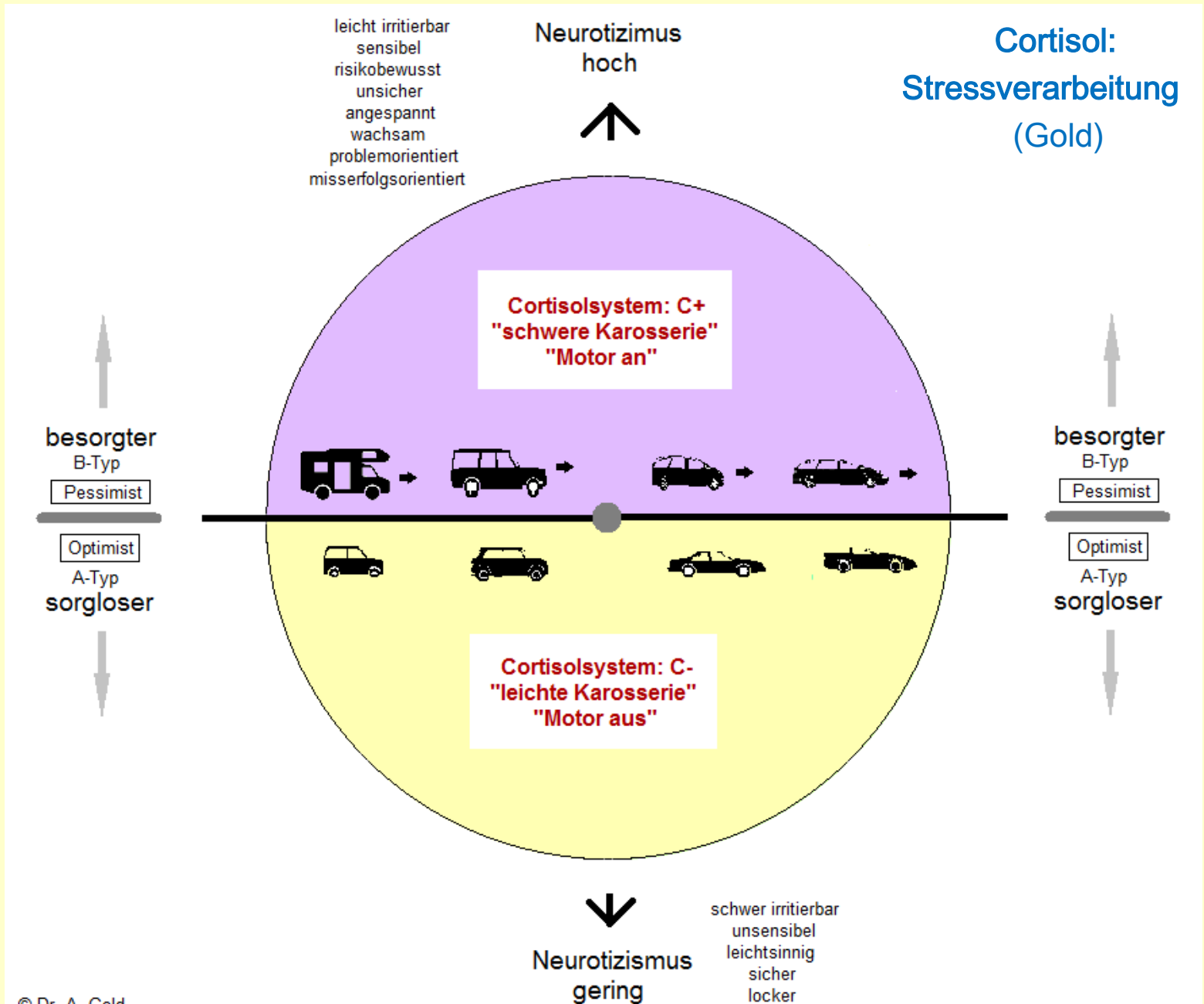
Hund



© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

BRUNNEN

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Serotonin-Typen im Vergleich (gesund)

Wenig Serotonin (S-) ⇒ „windschnittige Karosserie“

⇒ kann Geschwindigkeit ungehemmt steigern

⇒ kann sich schnell aufregen und unverzüglich handeln, schlechte Impulshemmung



Action

Viel Serotonin (S+) ⇒ „klobige unförmige Karosserie“

⇒ wird durch Windwiderstand ausgebremst, kann Geschwindigkeit daher nur langsam steigern

⇒ kann sich nur langsam aufregen und verzögert handeln, gute Impulshemmung



Action



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

2) Beruhigungs- bzw. Hemmungs-System: Serotonin

Subjektive Situation: Serotoninsystem -> wie schnell reagiere ich?

(Reizverarbeitung => reagiere ich eher aktiv oder passiv? rege ich mich eher schnell oder langsam auf bzw. ab?)

viel Serotonin ("klobig", "schwerfällig")

("Motor" in Form von NA läuft noch zu niedertourig)



Hund

Distanzveränderung:

verzögert, Hemmung hoch
reagiert eher passiv und wenig emotional



Hemmung hoch
introvertiert, "B-Typ"



Futter



Feind



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

2) Beruhigungs- bzw. Hemmungs-System: Serotonin - wenig

wenig Serotonin ("windschnittig", "wendig")

("Motor" in Form von NA läuft hochtourig genug)



Hund

Distanzveränderung:
unverzögert, Hemmung gering
reagiert eher aktiv und sehr emotional



Hemmung niedrig
extrovertiert, "A-Typ"



Futter



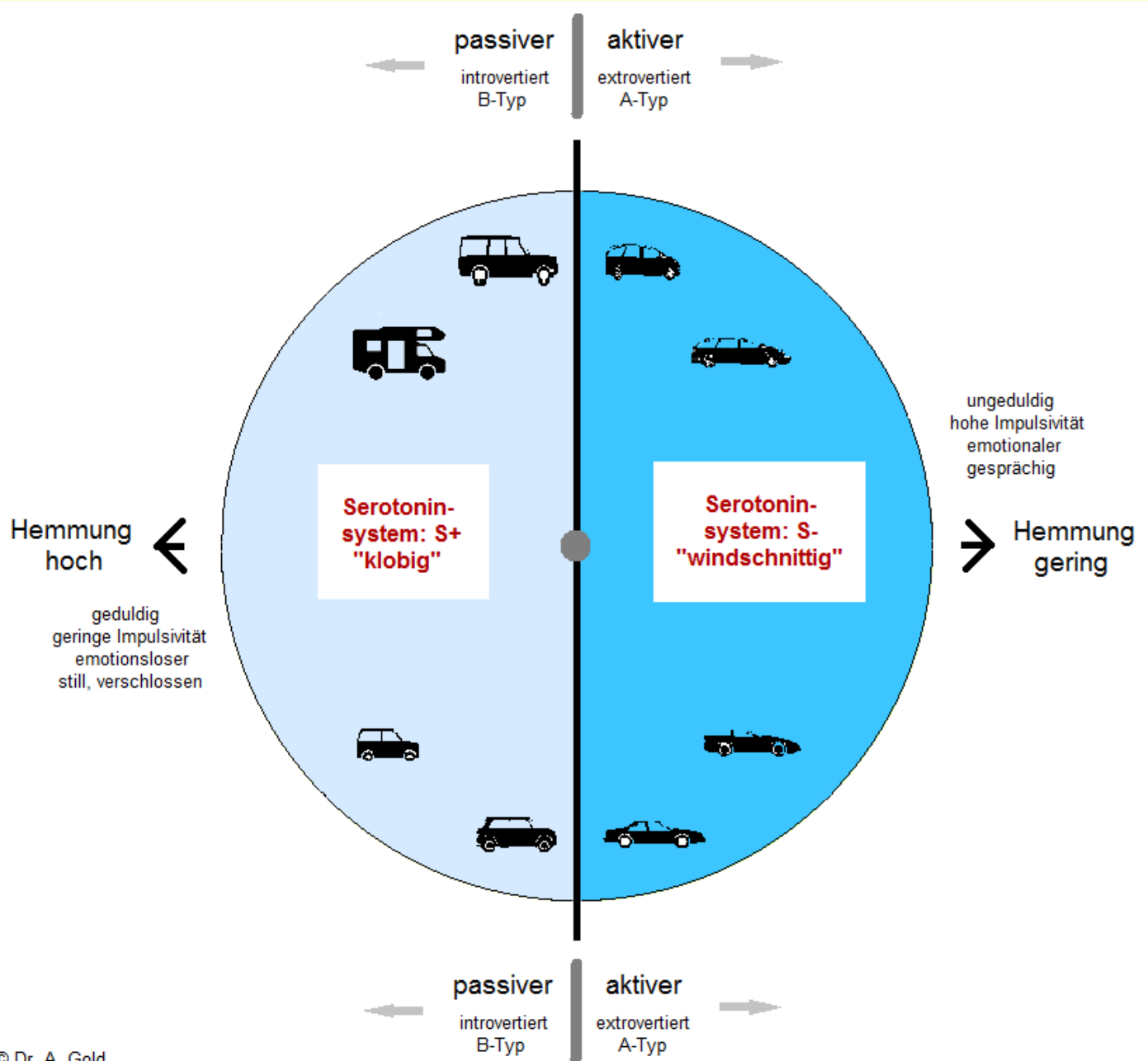
Feind

© Dr. A. Gold

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



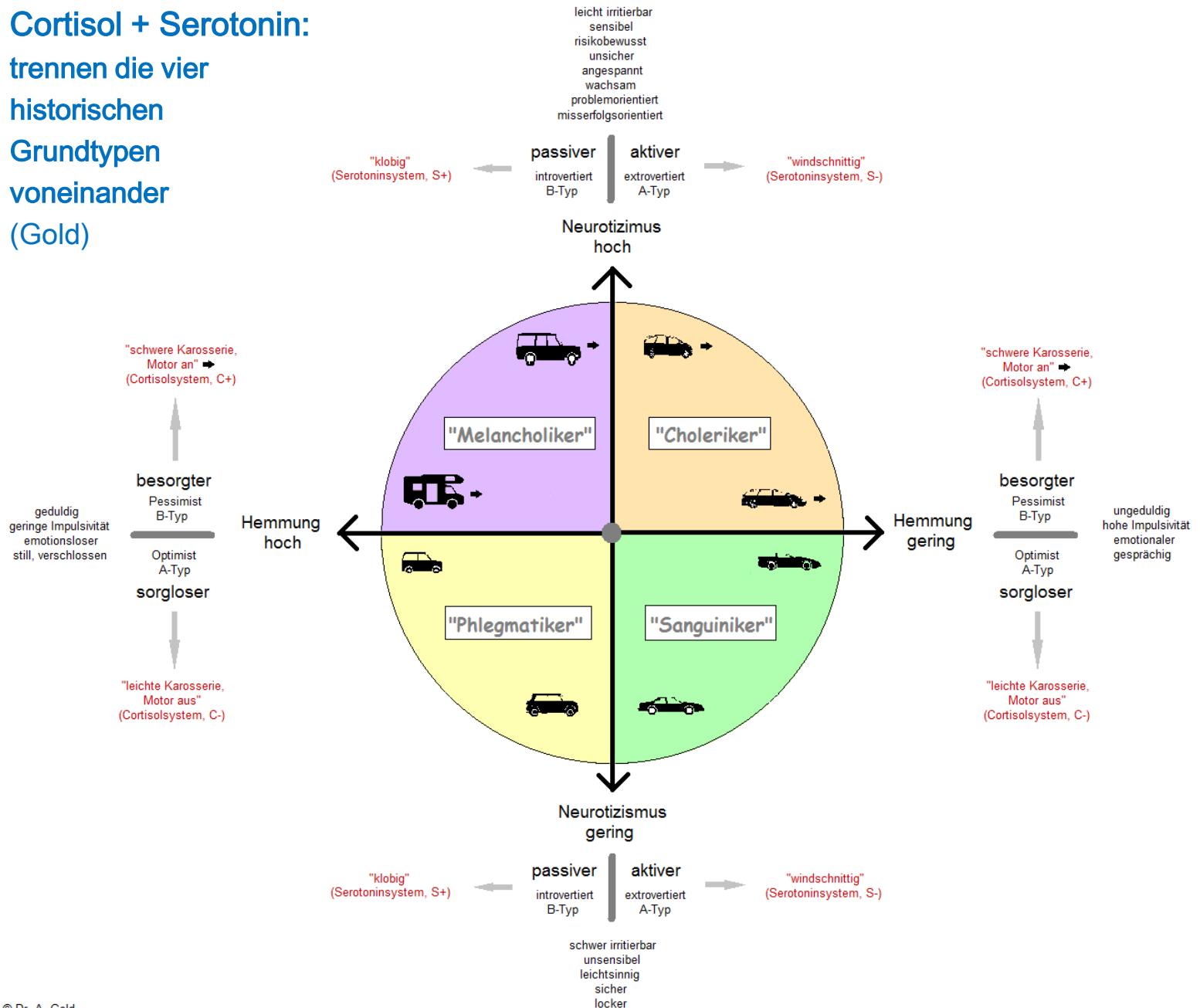
Serotonin:
Beruhigung,
Hemmung
(Gold)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Cortisol + Serotonin: trennen die vier historischen Grundtypen voneinander (Gold)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Cortisol + Serotonin: trennen die vier historischen Grundtypen voneinander (Gold)

Kombination Cortisol-Typen (C-) mit Serotonin-Typen (gesund)

Wenig Basal-Cortisol (C-), hoher Cortisolanstieg möglich ⇒ „leichte kleine Karosserie, geringer Verbrauch, Motor aus“
→ **plus WENIG Serotonin (S-)** ⇒ „windschnittige Karosserie“ **Sanguiniker**

⇒ fährt spät los (Optimist), kann Geschwindigkeit aber sehr schnell steigern ⇒ handelt unverzüglich, sobald er losfahren will, insgesamt schlechte Impulshemmung („optimistische“ Ungeduld ⇒ spontanes sorgloses Handeln)
⇒ „bekommt sehr gut die Kurve“ ⇒ ist daher selten in der Überforderung
⇒ „verbraucht wenig Treibstoff, schafft es ohne Umwege gut wieder zurück in die Garage, hat dann genügend Zeit bis zur nächsten Fahrt“ ⇒ kann sich sehr gut komplett abregen

⇒ insgesamt sehr gute Stresstoleranz / Resilienz



Wenig Basal-Cortisol (C-), hoher Cortisolanstieg möglich ⇒ „leichte kleine Karosserie, geringer Verbrauch, Motor aus“
→ **plus VIEL Serotonin (S+)** ⇒ „klobige Karosserie“ **Phlegmatiker**

⇒ fährt spät los (Optimist), kann Geschwindigkeit nicht so gut steigern → handelt zögerlich, insgesamt gute Impulshemmung („optimistische“ Geduld, „vielleicht löst sich das Problem von ganz alleine“ → sorgloses Abwarten)
⇒ „bekommt schlechter die Kurve“, sobald aktiv, ist daher bei Aufregung relativ leicht in der Überforderung (regt sich aber selten auf)
⇒ „verbraucht etwas mehr Treibstoff, schafft es daher nicht immer ohne Umwege wieder zurück in die Garage, nimmt sich dann aber genügend Zeit bis zur nächsten Fahrt“ → kann sich relativ gut komplett abregen

⇒ insgesamt relativ gute Stresstoleranz / Resilienz





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Cortisol + Serotonin: trennen die vier historischen Grundtypen voneinander (Gold)

Kombination Cortisol-Typen (C+) mit Serotonin-Typen (gesund)

Viel Basal-Cortisol (C+), nur niedriger Cortisolanstieg möglich ⇒ „schwere große Karosserie, hoher Verbrauch, Motor an“
→ **plus WENIG Serotonin (S-)** ⇒ „windschnittige Karosserie“ **Choleriker**

⇒ fährt früh los (Pessimist), erreicht damit recht früh hohe Geschwindigkeit, obwohl er diese nicht so gut steigern kann → handelt unverzüglich, insgesamt schlechte Impulshemmung („pessimistische“ Ungeduld → besorgtes aufbrausendes Handeln)
⇒ „bekommt schlechter die Kurve“, ist daher relativ leicht in der Überforderung
⇒ „verbraucht etwas mehr Treibstoff, schafft es daher nicht immer ohne Umwege wieder zurück in die Garage und muss dann gleich schon wieder neu los“
⇒ kann sich relativ schlecht komplett abregen, „bleibt immer fahrbereit“

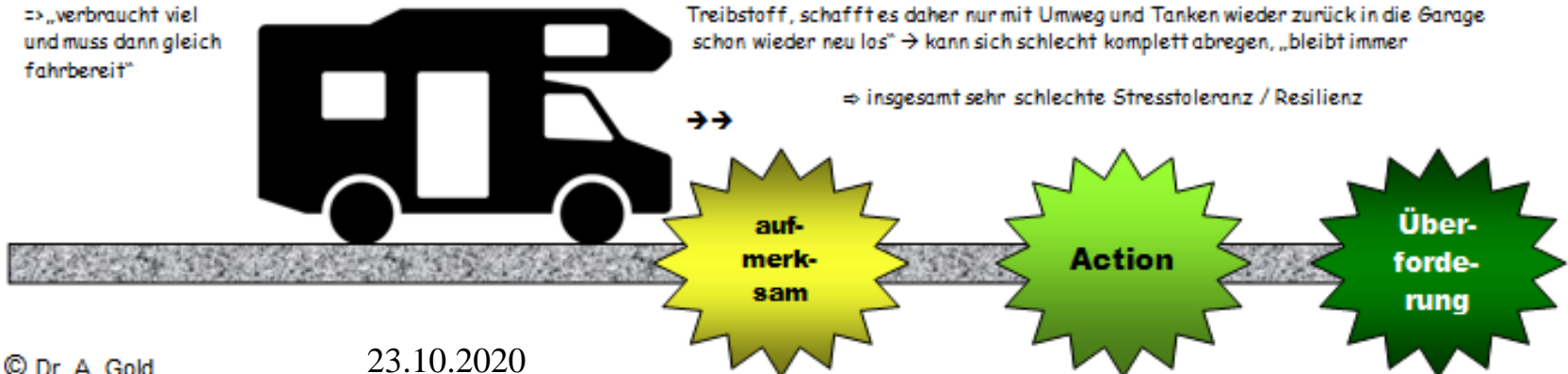
⇒ insgesamt relativ schlechte Stresstoleranz / Resilienz



Viel Basal-Cortisol (C+), nur niedriger Cortisolanstieg möglich ⇒ „schwere große Karosserie, hoher Verbrauch, Motor an“
→ **plus VIEL Serotonin (S+)** ⇒ „klobige Karosserie“ **Melancholiker**

⇒ fährt früh los (Pessimist), erreicht aber keine hohe Geschwindigkeit, weil er diese nur sehr schwer steigern kann → handelt zögerlich, insgesamt gute Impulshemmung („pessimistische“ Geduld, „ich könnte sonst etwas falsches tun“ → besorgtes Abwarten)
⇒ „bekommt sehr schlecht die Kurve“, ist daher sehr leicht in der Überforderung
⇒ „verbraucht viel Treibstoff, schafft es daher nur mit Umweg und Tanken wieder zurück in die Garage schon wieder neu los“ → kann sich schlecht komplett abregen, „bleibt immer fahrbereit“

⇒ insgesamt sehr schlechte Stresstoleranz / Resilienz





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
N
N
N
Y
N
+
E
E
E

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Dopamin-Typen im Vergleich (gesund)

Viel Dopamin (D+) ⇒ „sportliches Getriebe mit viel PS, Turbo“

⇒ kann Geschwindigkeit durch „Gasgeben“ je nach Karosserietyp schnell bis sehr schnell steigern, prinzipiell gute Beschleunigung

⇒ kann sich schnell aufregen bzw. handelt schnell, hohe Impulsivität

⇒ kann sehr motiviert sein, ein Ziel zu erreichen, „begeisterungsfähig“



Action

Wenig Dopamin (D-) ⇒ „Getriebe mit wenig PS“

⇒ kann Geschwindigkeit durch „Gasgeben“ nur langsam steigern, prinzipiell schlechte Beschleunigung

⇒ kann sich nur langsam aufregen bzw. handelt langsam, geringe Impulsivität

⇒ in geringerem Maß motiviert, ein Ziel zu erreichen, weniger begeisterungsfähig



Action



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

3) Bewertungs- und Motivations-System: Dopamin

Subjektive Situation: Dopaminsystem -> will ich hin? ("wanting")

viel Dopamin ("viel PS / Turbo", stark vorwärtsorientiert)

("Motor" in Form von NA läuft hochtouriger)



Hund

Distanzveränderung:

"hungrig", Sehnsucht groß, will hin
Annäherung wahrscheinlich



Belohnungsorientierung hoch, sehr erfolgsorientiert

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"



FUTTER



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

3) Bewertungs- und Motivations-System: Dopamin - wenig

wenig Dopamin ("wenig PS", schwach vorwärtsorientiert)

("Motor" in Form von NA läuft niedertouriger)



Hund

Distanzveränderung:

"satt", Sehnsucht gering, will nicht hin
Annäherung unwahrscheinlich (BAS -)



Belohnungsorientierung niedrig, wenig erfolgsorientiert

Interesse + Motivation gering

introvertiert , "B-Typ"

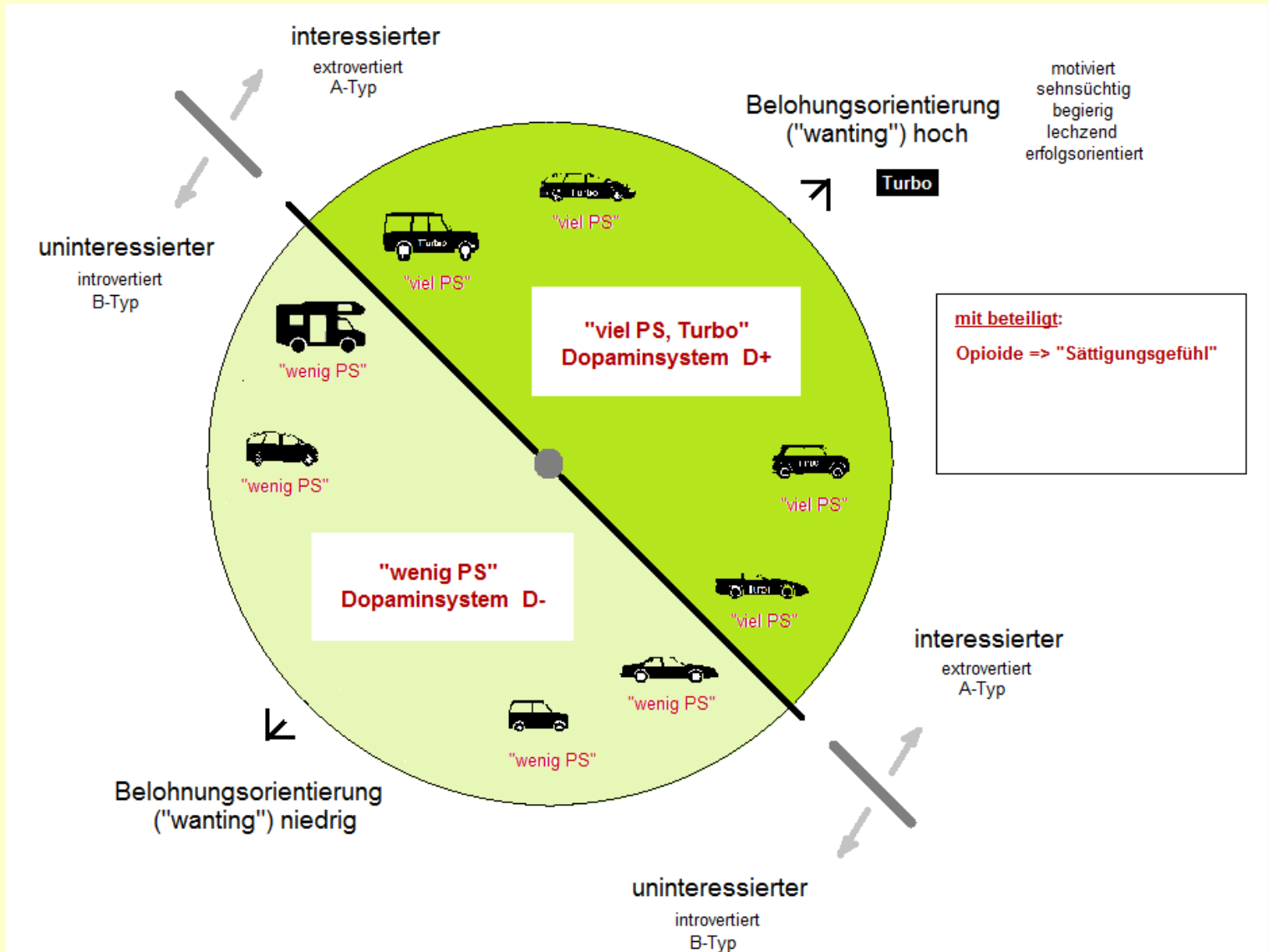
Futter



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit (Gold)

(= 3. Dimension => Modell ist eigentlich kein Kreis, sondern eine Kugel !)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit – Opiode – wenig

Subjektive Situation: Opioidsystem -> wie schnell werde ich satt?
(Reizbefriedigung, "liking")

wenig Opiode ("großer Magen" => "braucht große Füllmenge")
=> viel Dopamin => stark belohnungsorientiert



Hund

Distanzveränderung:
"hungrig", will hin
Annäherung wahrscheinlich (BAS +)



Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"



FUTTER



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit – Opioide – viel

viele Opioide ("kleiner Magen" => "braucht nur kleine Füllmenge")

=> wenig Dopamin => schwach belohnungsorientiert



Hund

Distanzveränderung:

"satt", will eher nicht hin
Annäherung unwahrscheinlich (BAS -)



Belohnungsorientierung niedrig

Interesse + Motivation gering

introvertiert, "B-Typ"



Futter

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
N
N
N
Y
N
+
N
E
E
N

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

3. Ebene:

interessiert

"viel PS", D+ Turbo
extrovertiert
"gieriger"

uninteressiert

"wenig PS", D-
introvertiert
(Dopaminsystem)

"schwere Karosserie,
Motor an" →
(Cortisolsystem, C+)

besorgter
angespannt
locker
sorgloser

"leichte Karosserie,
Motor aus"
(Cortisolsystem, C-)

"klobig"
(Serotoninsystem, S+)

passiver
introvertiert

aktiver
extrovertiert

"windschnittig"
(Serotoninsystem, S-)

Neurotizismus
hoch

überlegt
reaktiv zögerlich

"viel PS"
"Melancholiker"

"wenig PS"
"Choleriker"

aufbrausend
reaktiv impulsiv

"schwere Karosserie,
Motor an" →
(Cortisolsystem, C+)

introvertiert
Hemmung hoch
grübelt viel
zögerlich

"wenig PS"
"Phlegmatiker"

"viel PS"
"Sanguiniker"

"wenig PS"
"Sanguiniker"

extrovertiert
Hemmung gering
grübelt wenig
impulsiv

besorgter
angespannt
locker
sorgloser

aktiv zögerlich
abwartend

"viel PS"
"Phlegmatiker"

"wenig PS"
"Sanguiniker"

proaktiv impulsiv
spontan

"leichte Karosserie,
Motor aus"
(Cortisolsystem, C-)

Neurotizismus
gering

"klobig"
(Serotoninsystem, S+)

passiver
introvertiert

aktiver
extrovertiert

"windschnittig"
(Serotoninsystem, S-)

4) Impuls- hemmungs- System:

Cortisol
+
Serotonin
+
Dopamin
(Gold)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
N
N
N
Y
N
+
N
E
E
N

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

5) Bindungs- und Empathie-System: Oxytocin, Vasopressin

Subjektive Situation: Oxytocinsystem -> bin ich gesellig?

viel Oxytocin (sehr gesellig)

=> viel Dopamin, stark belohnungsorientiert



Hund

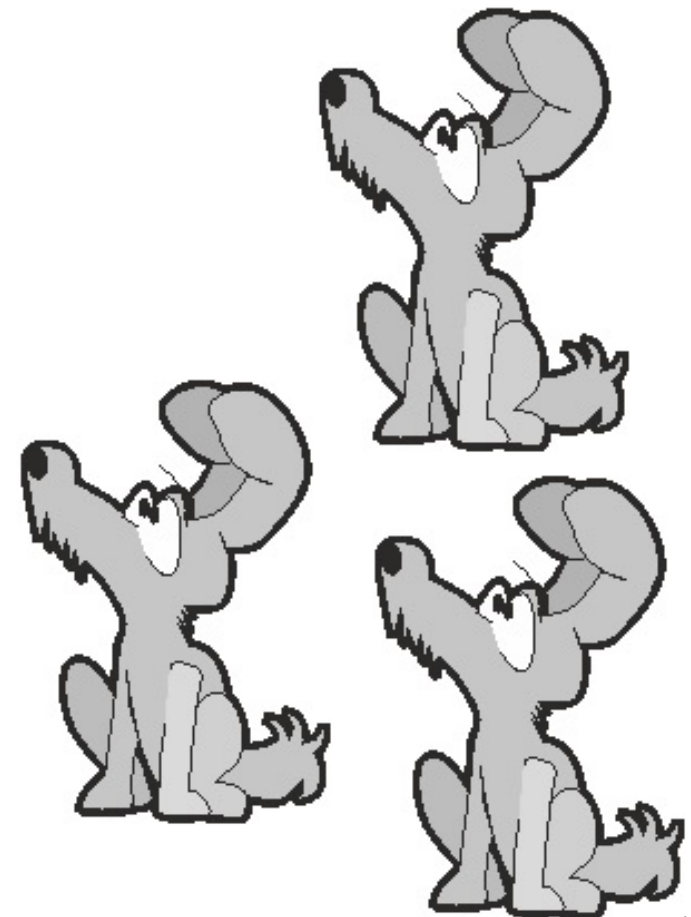
Distanzveränderung:

"hungrig nach Sozialkontakt", will hin
Annäherung wahrscheinlich (BAS +)



Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

5) Bindungs- und Empathie-System: **Oxytocin** – wenig

wenig Oxytocin (wenig gesellig)

=> wenig Dopamin, schwach belohnungsorientiert



Hund

Distanzveränderung:
"wenig hungrig nach Sozialkontakt",
will eher nicht hin
Annäherung unwahrscheinlich (BAS -)



Belohnungsorientierung niedrig



Interesse + Motivation gering
introvertiert , "B-Typ"



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

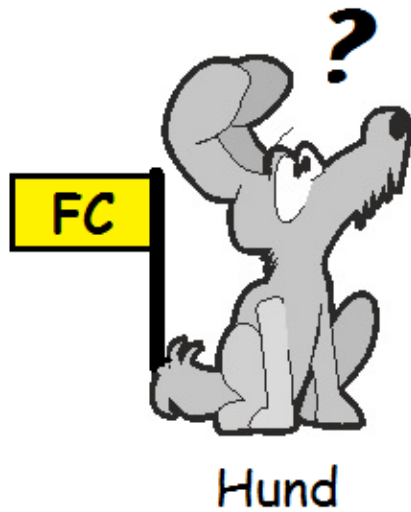
System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

5) Bindungs- und Empathie-System: Vasopressin – viel

Subjektive Situation: Vasopressinsystem -> wie wichtig sind mir Kooperation und Abgrenzung? (wie wichtig ist mir meine "Peergroup"?)

viel Vasopressin ("Peergroup" sehr wichtig)

=> viel Dopamin, stark belohnungsorientiert

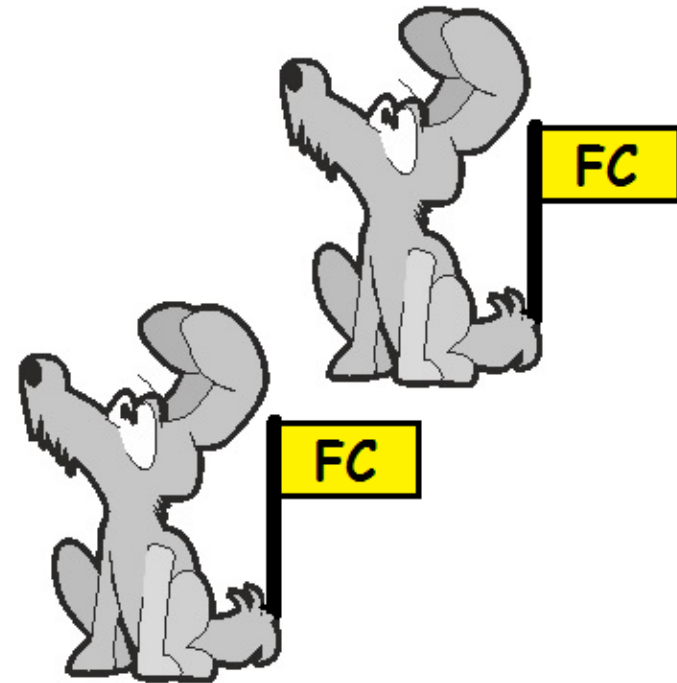


Distanzveränderung:
"hungrig nach Peergroup", will hin
Annäherung wahrscheinlich (BAS +)



Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"



© Dr. A. Gold



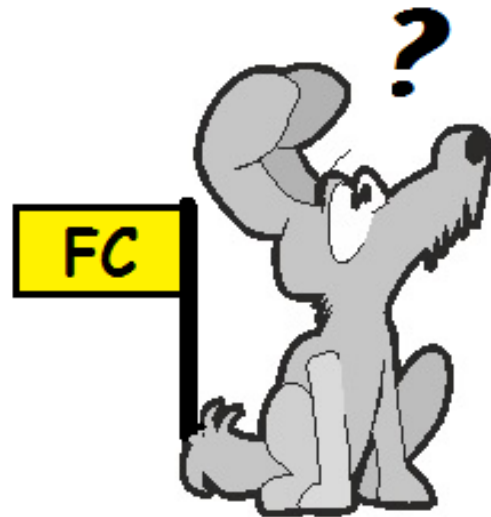
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

5) Bindungs- und Empathie-System: Vasopressin – wenig

wenig Vasopressin ("Peergroup" weniger wichtig)

=> wenig Dopamin, wenig belohnungsorientiert



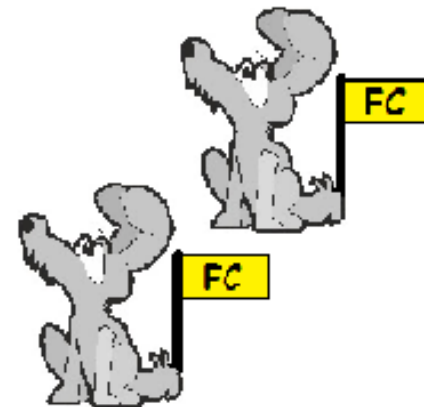
Hund

Distanzveränderung:
"wenig hungrig nach Peergroup",
will eher nicht hin
Annäherung unwahrscheinlich (BAS -)



Belohnungsorientierung niedrig

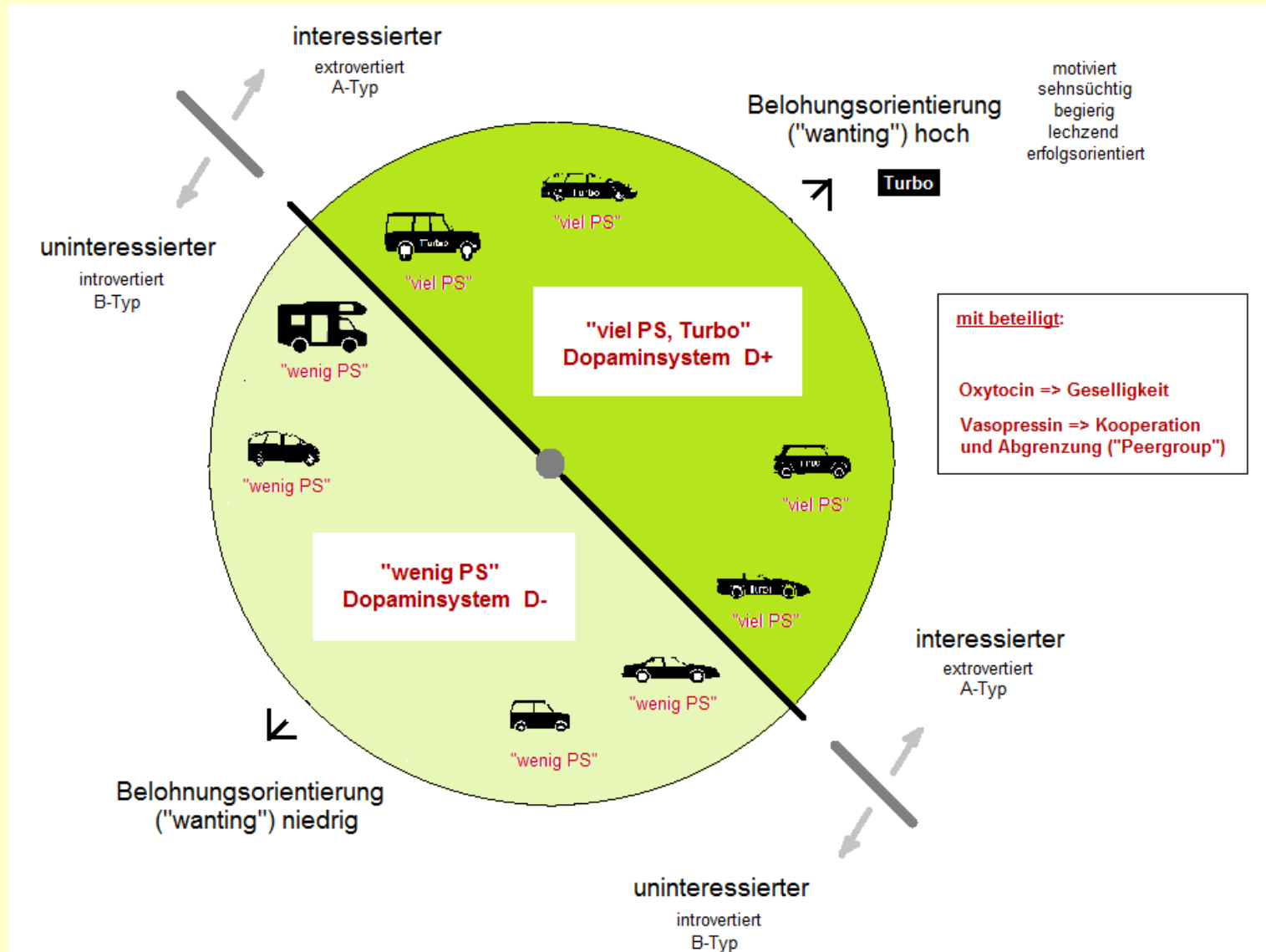
Interesse + Motivation gering
introvertiert , "B-Typ"





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Oxytocin und Vasopressin: Bindung und Empathie (Gold)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

- **I) Stressverarbeitungssystem** (v.a. Cortisol): Aufregen und wieder Abregen, allgemeine Stresstoleranz („Resilienz“)
 - **II) Internes Beruhigungssystem** (v.a. Serotonin): Selbstbeherrschung, Selbstberuhigung bzw. Dämpfung („erst mal abwarten, bevor ich mich aufrege“), aber auch Besorgnis („lieber erst mal gar nichts tun als etwas falsches“)
 - **III) Internes Bewertungssystem** (v.a. Dopamin): Belohnungsempfänglichkeit, Motivation bzw. Motivierbarkeit
-
- **IV) Impulshemmungssystem** (Serotonin, Dopamin, Cortisol; auch Testosteron): Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
 - **V) Bindungs- und Empathiesystem** (v.a. Oxytocin): Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit, Mitgefühl, Kooperation
 - **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung** (Acetylcholin, NA): Steuerung von Aufmerksamkeit, Lernen, Gedächtnis, Risikoabwägung, Konzentrationsvermögen





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

6) Realitätssinn- und Risikowahrnehmungs-System: Acetylcholin (+NA)

Subjektive Situation: Acetylcholinsystem -> wie lange denke ich über einen Reiz nach?

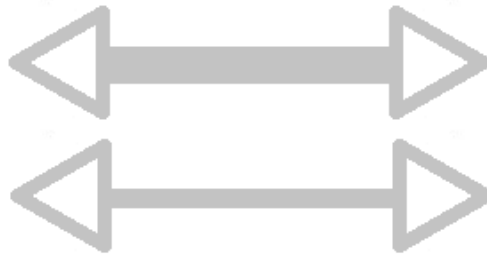
viel Acetylcholin (langsame und gründliche geistige Reizverarbeitung)
("grübelt viel", "stark mit Gedanken bepackt", "Elefantengedächtnis")



Hund

Distanzveränderung:

verzögert
(reagiert eher passiv)



introvertiert
"B-Typ"



Futter



Feind

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

6) Realitätssinn- und Risikowahrnehmungs-System: Acetylcholin - wenig

wenig Acetylcholin (schnelle und oberflächlichere geistige Reizverarbeitung)

("grübelt wenig", "wenig mit Gedanken bepackt")



Hund

Distanzveränderung:

unverzögert
(reagiert eher aktiv)



extrovertiert
"A-Typ"



Futter



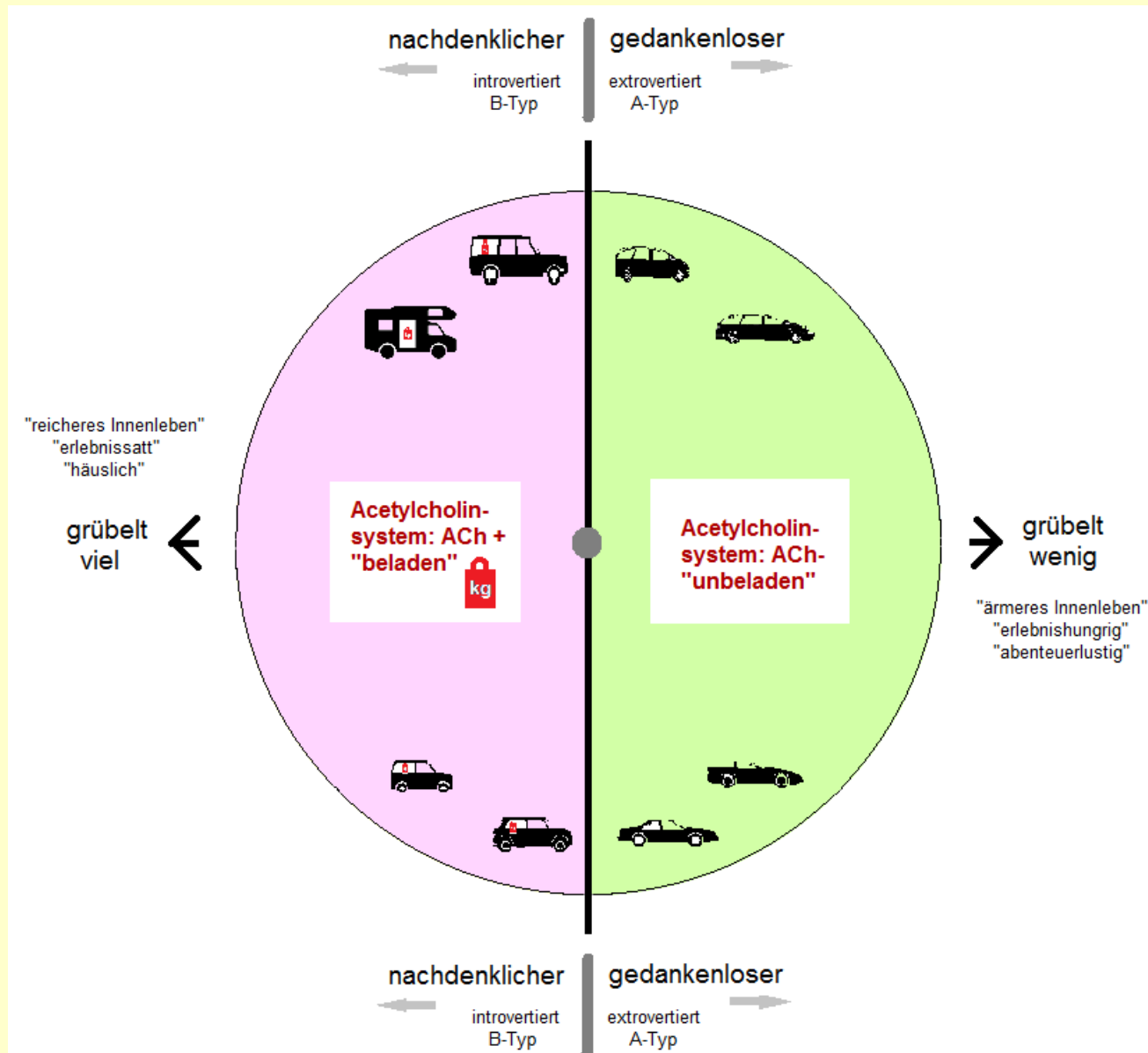
Feind

© Dr. A. Gold

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Acetylcholin: Aufmerksamkeit, Grübeln, Gedächtnis (Gold)



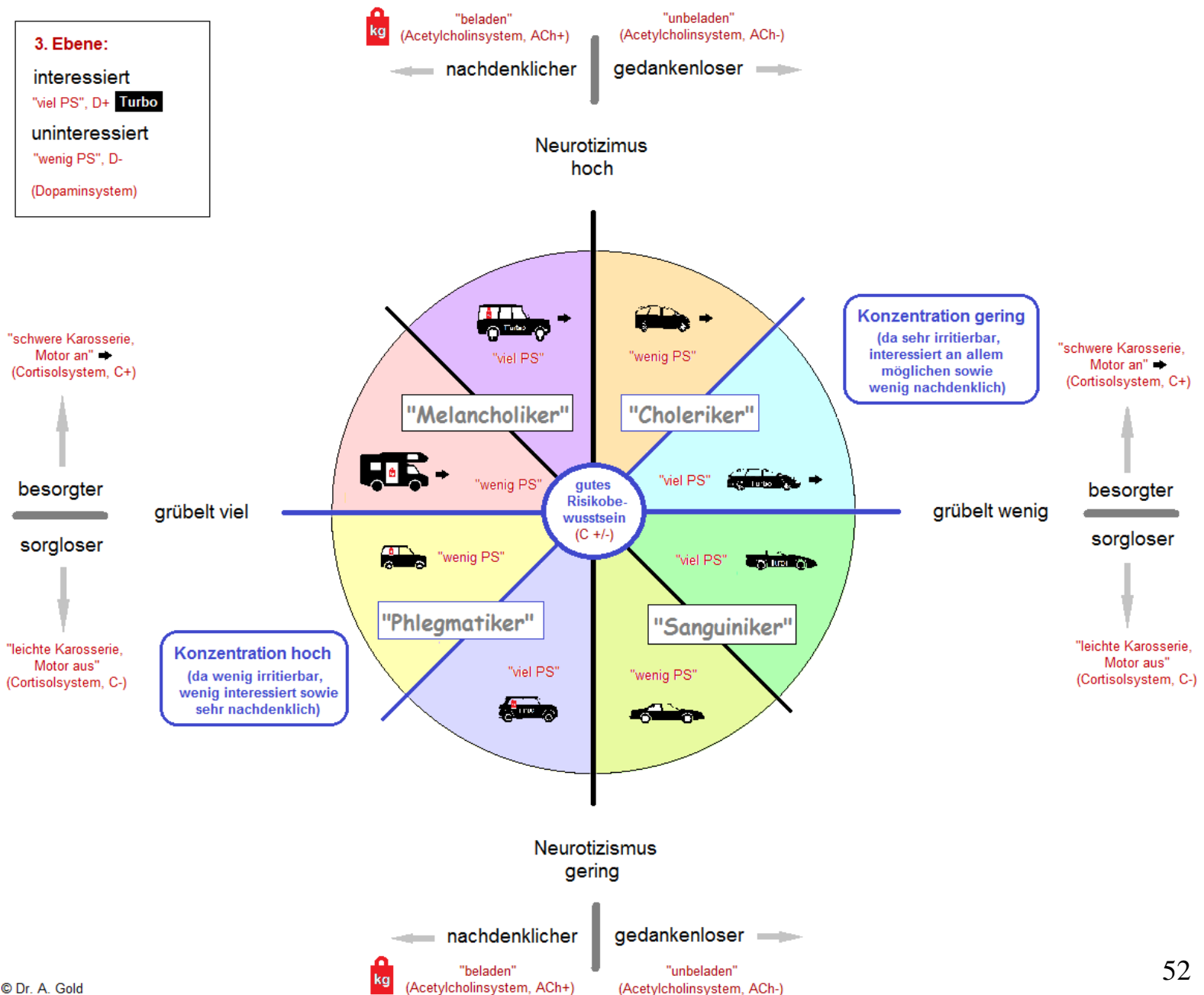
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Acetylcholin:
verstärkt
Konzentration
und Risiko-
bewusstsein
(Gold)

(gute
Konzentration
und guter
Realitätssinn
bei guter
„Balance“ der
drei Basis-
Systeme)

3. Ebene:
interessiert
"viel PS", D+ **Turbo**
uninteressiert
"wenig PS", D-
(Dopaminsystem)



3. Ebene:
motiviert
 "viel PS", D+ Turbo
unmotiviert
 "wenig PS", D-
 (Dopaminsystem)

"klobig" (Serotoninsystem, S+) ← passiver → aktiver → "windschnittig" (Serotoninsystem, S-)

BAS: "Aktivierbarkeit"
 BAS + : unsicher, aktiver, motiviert
 BAS - : sicher, passiver, unmotiviert
BIS: "Hemmbarkeit"
 BIS + : unsicher, passiver, unmotiviert
 BIS - : sicher, aktiver, motiviert

ee = "schwere Karosserie, Motor an" (Cortisolsystem, C+)

↑
 unsicher
besorgter

↓
 sorgloser
 sicher

Ee = "leichte Karosserie, Motor aus" (Cortisolsystem, C-)

Hemmung hoch

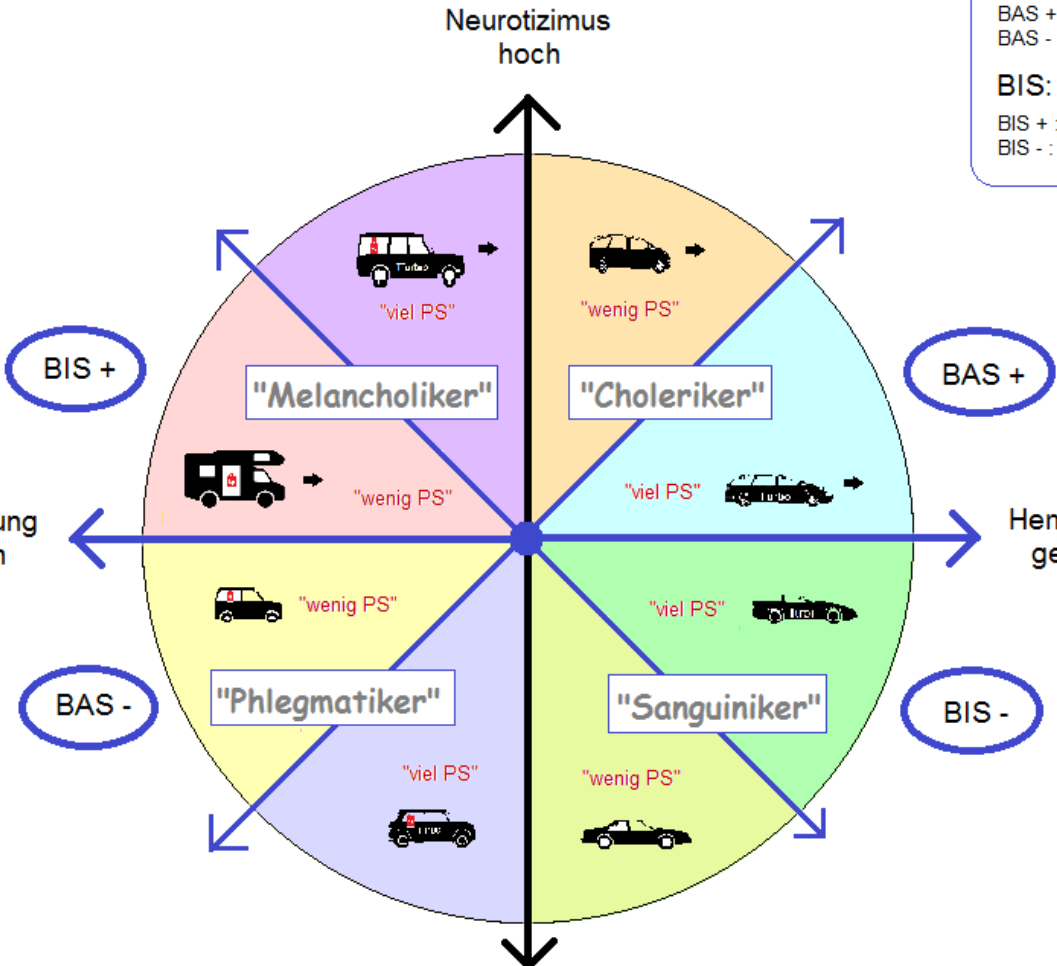
Hemmung gering

ee = "schwere Karosserie, Motor an" (Cortisolsystem, C+)

↑
 unsicher
besorgter

↓
 sorgloser
 sicher

Ee = "leichte Karosserie, Motor aus" (Cortisolsystem, C-)



"klobig" (Serotoninsystem, S+) ← passiver → aktiver → "windschnittig" (Serotoninsystem, S-)

3. Ebene:

"viel PS", D+ **Turbo**
extrovertiert, motiviert
A-Typ

"wenig PS", D-
introvertiert, unmotiviert
B-Typ

(Dopaminsystem)



"beladen" (Acetylcholin, ACh+)
nachdenklich
B-Typ

"klobig" (Serotonin, S+)
introvertiert
B-Typ

"windschnittig" (Serotonin, S-)
extrovertiert
A-Typ

"unbeladen" (Acetylcholin, ACh-)
gedankenlos
A-Typ

A-Typ - B-Typ - Kontinuum (Gold)

"schwere Karosserie,
Motor an" →
(Cortisol, C+)

Pessimist
B-Typ

Optimist
A-Typ

"leichte Karosserie,
Motor aus" →
(Cortisol, C-)

passiv, geduldig
Hemmung
hoch
grübelt viel

B-Typ

überlegt

BIS +



"viel PS"

BBA



"wenig PS"



"wenig PS"

BBA

BAS -

abwartend
konzentriert

Neurotizismus
hoch

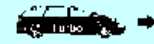
unkonzentriert
aufbrausend

BAS +

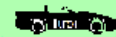


"wenig PS"

BBA



"viel PS"



"viel PS"

BAA

AAA

BIS -

spontan

Neurotizismus
gering

aktiv, impulsiv
Hemmung
gering
grübelt wenig

A-Typ

"schwere Karosserie,
Motor an" →
(Cortisol, C+)

Pessimist
B-Typ

Optimist
A-Typ

"leichte Karosserie,
Motor aus" →
(Cortisol, C-)



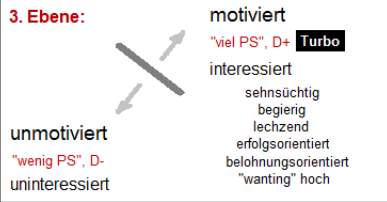
B-Typ
nachdenklich
"beladen" (Acetylcholin, ACh+)

introvertiert
B-Typ
"klobig" (Serotonin, S+)

extrovertiert
A-Typ
"windschnittig" (Serotonin, S-)

A-Typ
gedankenlos
"unbeladen" (Acetylcholin, ACh-)





● = "Big Five"

Zusammenfassung (Gold)

Neurotizismus

pessimistisch, leicht irritierbar, sensibel, feinfühlig, reizbar, nervös, empfindlich, unsicher, angespannt, ängstlich, furchtsam, risikobewusst, vorsichtig, wachsam, misserfolgsorientiert, problemorientiert, unzufrieden

"passive" Offenheit ("formbar")

"passive" Verträglichkeit ("ordnet sich ein")

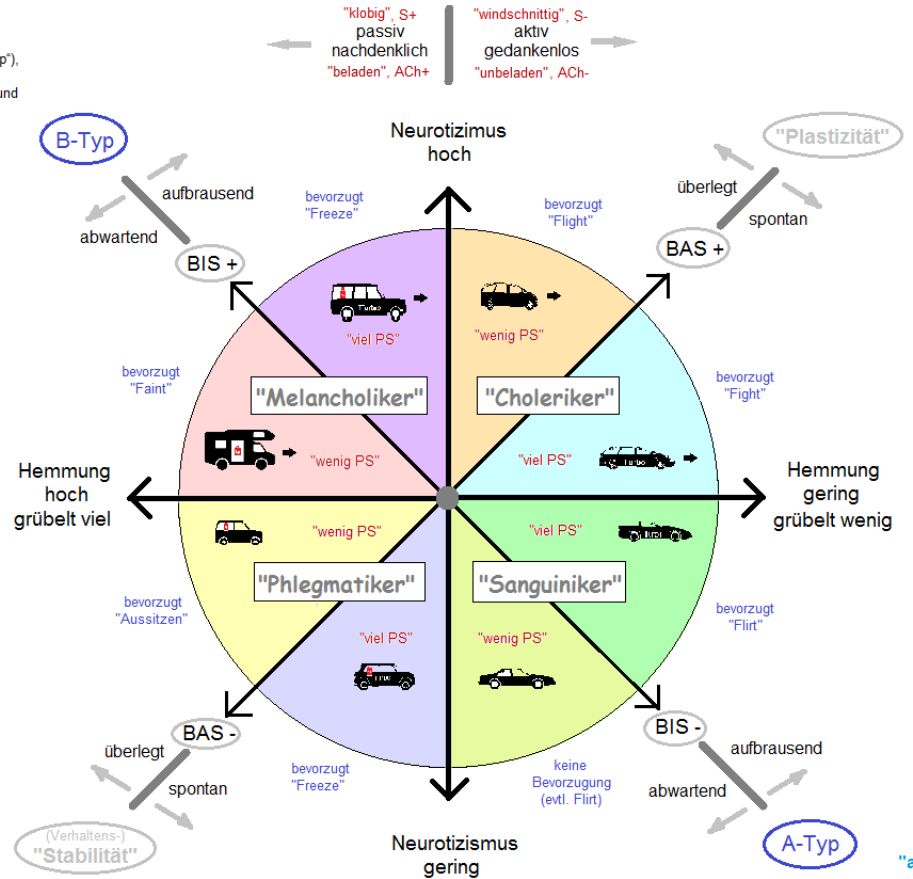
reaktiv impulsiv (Pawlow: „extrem erregbarer Typ“), schlechte Konzentration, gut aktivierbar, gut „formbar“, hohe Plastizität („passive“ Offenheit) => sehr guter „Mitmacher“, nett, bewundernd, nicht gut lösungsfähig, da unentschlossen: „welches Ziel?“ („hin oder weg?“) => „unselbständig“

Gewissenhaftigkeit

reaktiv zögerlich, gut hemmbar (Pawlow: „extrem hemmbarer Typ“), kontrolliert, organisiert, sorgfältig, planend, effektiv, zuverlässig, genau, überlegt, verantwortlich, gewissenhaft, lösungsorientiert und lösungsfähig (durch Nachdenken) => „selbständiger Denker“

introvertiert, zögerlich, ruhig, geduldig, zurückhaltend, reserviert, emotionslos, still, verschlossen, zurückgezogen nicht sehr breit interessiert, dafür tiefergehende Spezialinteressen, „reiches Innenleben“, „erlebnissatt“, „häuslich“, „unattraktiv“

extrovertiert, impulsiv, ungeduldig, emotional, gesprächig, belohnungsorientiert, sehnsüchtig, begierig, lechzend, erlebnishungrig, abenteuerlustig, erfolgsorientiert, breit interessiert, einfallreich, wissbegierig, „gescheit“, „intelligent“, gesellig, sozial, kooperativ, freundlich, herzlich, großzügig, hilfsbereit, mitfühlend



proaktiv zögerlich, schlecht aktivierbar („bequem“), gute Konzentration (Pawlow: „ruhiger gleichmäßiger unentwegter beharrlicher Arbeiter“), schlecht „formbar“ => hohe (Verhaltens-)Stabilität, nur bedingt lösungsfähig, da zu geringe Plastizität („weiß nicht, wann Anpassung nötig“) => „bedingt selbständig“ („Aussitzer“)

proaktiv impulsiv, unordentlich, vergesslich, schlecht hemmbar, kontrollierend, bestimmt, energisch, „dominant“, enthusiastisch (Pawlow: „feurer sehr produktiver Arbeiter, aber nur, wenn er viel und interessante Arbeit hat“), kann gut motivieren („mitreizend“), „aktive“ Offenheit („formend“), originell, lösungsorientiert und lösungsfähig (durch Handeln) => „selbständiger Macher“

optimistisch, vertrauensvoll, zufrieden, locker, kaum irritierbar, unsensibel, leichtsinnig, unverantwortlich

Verträglichkeit
Offenheit
Extraversion



Die Beurteilung



Eines Tages kam eine externe Expertenkommission zu einer Mannschaft, um deren Leistungen zu bewerten.

Einer nach dem anderen wurde von ihr beäugt und danach das Urteil über ihn abgegeben.

„Du bist groß und breit und gut gebaut.“

„Du bist zwar etwas dünn, kannst aber gut in die Ferne sehen.“

„Du bist wendig und flexibel.“

„Mit deiner Hilfe kann man Probleme gut umgehen.“

„Du bist akribisch und vorausschauend.“

„Du sorgst dafür, dass ihr nicht übersehen werdet.“

Doch dann blieb die Kommission stirnrunzelnd stehen und sah missbilligend auf ein Mannschaftsmitglied herab:

„Du hängst ja hier nur faul herum!“

„Du bist doch unnötiger Ballast!“

„Die anderen müssen dich dauernd mitschleppen!“

„Du siehst noch nicht mal gut aus!“

„Du bist viel zu einseitig!“

„Die anderen arbeiten und du bewegst dich nicht!“

„Dich kann man doch getrost einsparen!“

Da kam der Kapitän der Mannschaft hinzu und sprach:

„Ja, ich brauche den Rumpf, den Mast, das Segel, das Ruder, die Navigation und die Beleuchtung. Mit ihnen komme ich schnell und weit und sicher vorwärts.“

Aber ich wäre ein dauerhaft Getriebener, hätte ich meinen Mitarbeiter nicht, den ihr da so leichtfertig und einfältig kritisiert.

Ohne einen Anker gibt es keinen Halt!“

Und dann verschonte er die Kommission von seinem Schiff und segelte langsam in den Sonnenuntergang hinein.

Vielen Dank für das Interesse!

