



Persönlichkeitsmerkmale

bei Menschen & anderen (Säuge-)Tieren



„Gesucht wird...“

Es war einmal der Genderwahn,
der schlich sich an Herrn Müller an,
der einen Lehrling suchen sollte
und dies per Inserat tun wollte.

„Wir suchen einen guten Mann“
fing Müller froh zu texten an.
Doch oh weh, das darf man nicht,
dass man nur EIN Geschlecht anspricht!

„Ob Mann, ob Frau, wir suchen DICH!“
probierte er es neuerlich.
Doch was, wenn auch die Reihenfolge
schon Verstimmung bringen sollte?!

Und wie war das mit jenen Leuten,
die weder **m** noch **w** sich deuten?
Oder die von **m** / **w** früher
zu weiblich / männlich tauschten lieber?

Herrn Müller lief der Schweiß herab.
Gab es denn nichts, was kurz und knapp
ganz einfach alles einbezog
und keinen um sein Recht betrog?!



„Ach Mensch, wie ist das kompliziert!“
sprach Herr Müller enerviert.
Doch dann stutzte er erfreut -
jetzt war die Lösung nicht mehr weit.

„Lieber MENSCH, DICH suchen wir!“
schrieb er nun auf sein Papier,
gefolgt von mehreren Details,
damit man von dem Job 'was weiß.

Zufrieden ging er dann ins Bett
und begann zu träumen nett.
Doch im Verlauf von dieser Nacht
ist er im Alptraum aufgewacht.

„Planet der Affen“ träumte er,
und die fanden's gar nicht fair,
dass er nur Menschen nennen ließ,
was gegen Affenrecht verstieß.....



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Was versteht man unter Persönlichkeit?



„Die Persönlichkeit eines Menschen ist eine **lebenslang andauernde Kombination von Merkmalen** des **Temperaments**, des Gefühlslebens, des Intellekts und der Art zu handeln und zu kommunizieren. (Roth 2015)“



„Der Begriff Persönlichkeit beschreibt **bestimmte Verhaltensmerkmale und Reaktionsmuster**, die sich zwischen Individuen unterscheiden, aber bei einem Individuum **über Zeit und verschiedene Situationen hinweg konstant** sind. (Bergmüller & Taborsky 2010)“



(beide Zitate aus: „Die Persönlichkeit des Hundes“ von Dr. Marie Nitzschner)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Warum ist es wichtig, die Persönlichkeit zu beachten?



„Nur wenn man die Persönlichkeitsstruktur des Hundes versteht,
kann man einen **passenden Hund**
für das eigene Lebensumfeld auswählen und
dann auch **im Umgang sowie Erziehung und Training**
bestmöglich auf die Bedürfnisse des Tieres **eingehen**.“

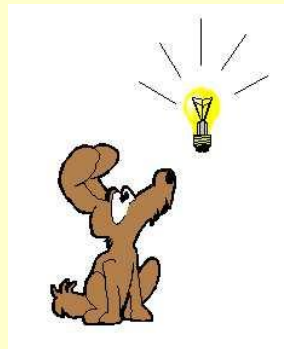
(Zitate aus: „Die Persönlichkeit des Hundes“ von Dr. Marie Nitzschner)



„In jedem lebt ein **Bild** des, der er werden soll –
solange er dies nicht ist, ist nicht sein **Frieden voll**.“



(Angelus Silesius, 1624-1677)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

Melancholiker : maximal überlegt, eher Pessimist

Pawlow: extrem hemmbarer Typ

Phlegmatiker : maximal abwartend, eher Optimist

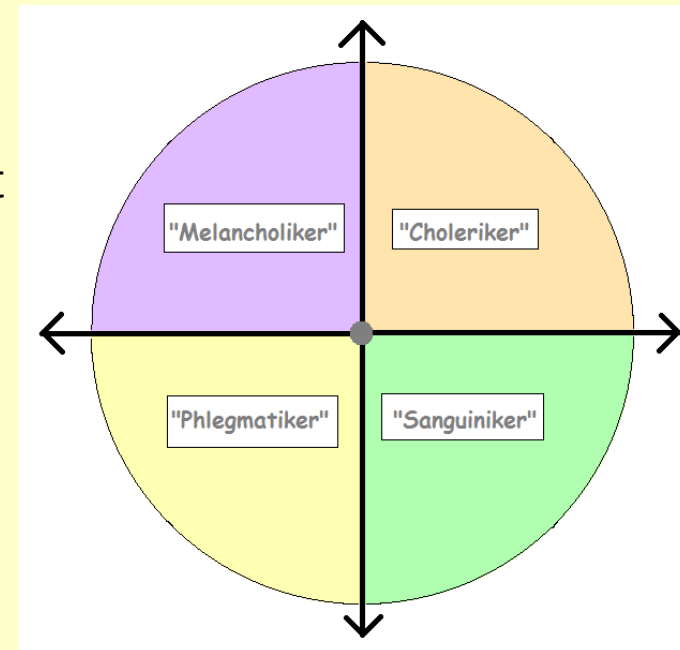
Pawlow: Mitteltyp, ruhiger gleichmäßiger
unentwegter beharrlicher Arbeiter

Sanguiniker : maximal spontan, eher Optimist

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

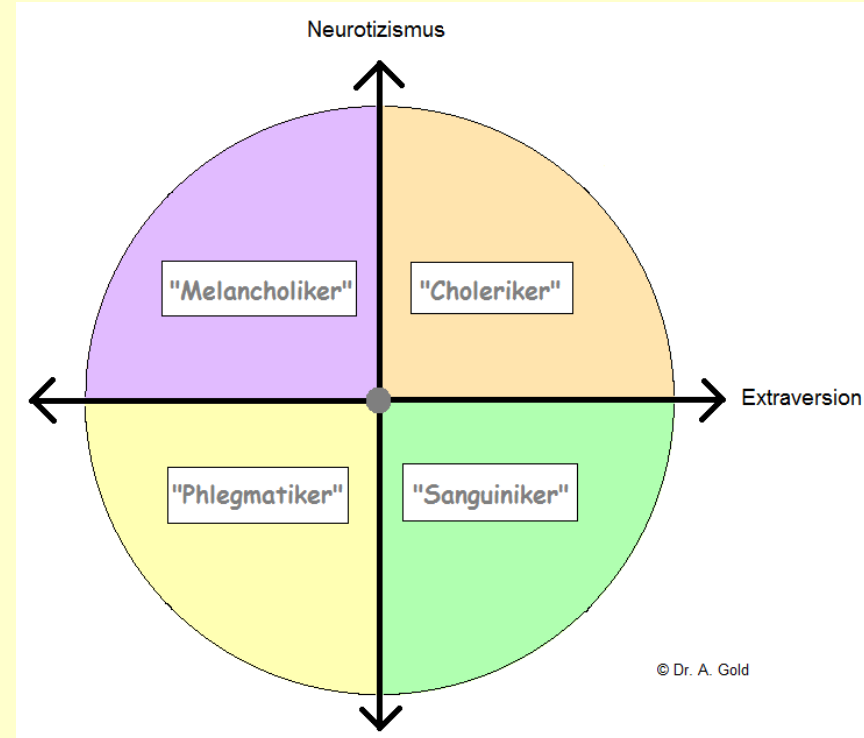
Choleriker : maximal aufbrausend, eher
Pessimist

Pawlow: extrem erregbarer Typ



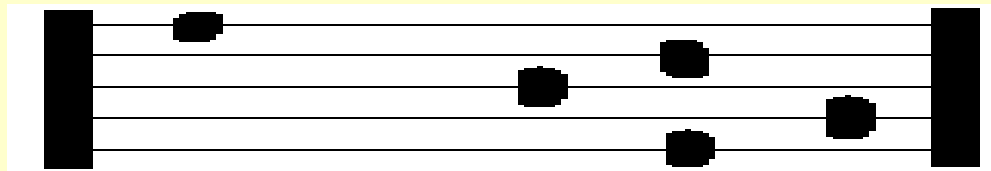
Merkmale u.a. nach Riemann oder Eysenck (Psychologen):

- **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



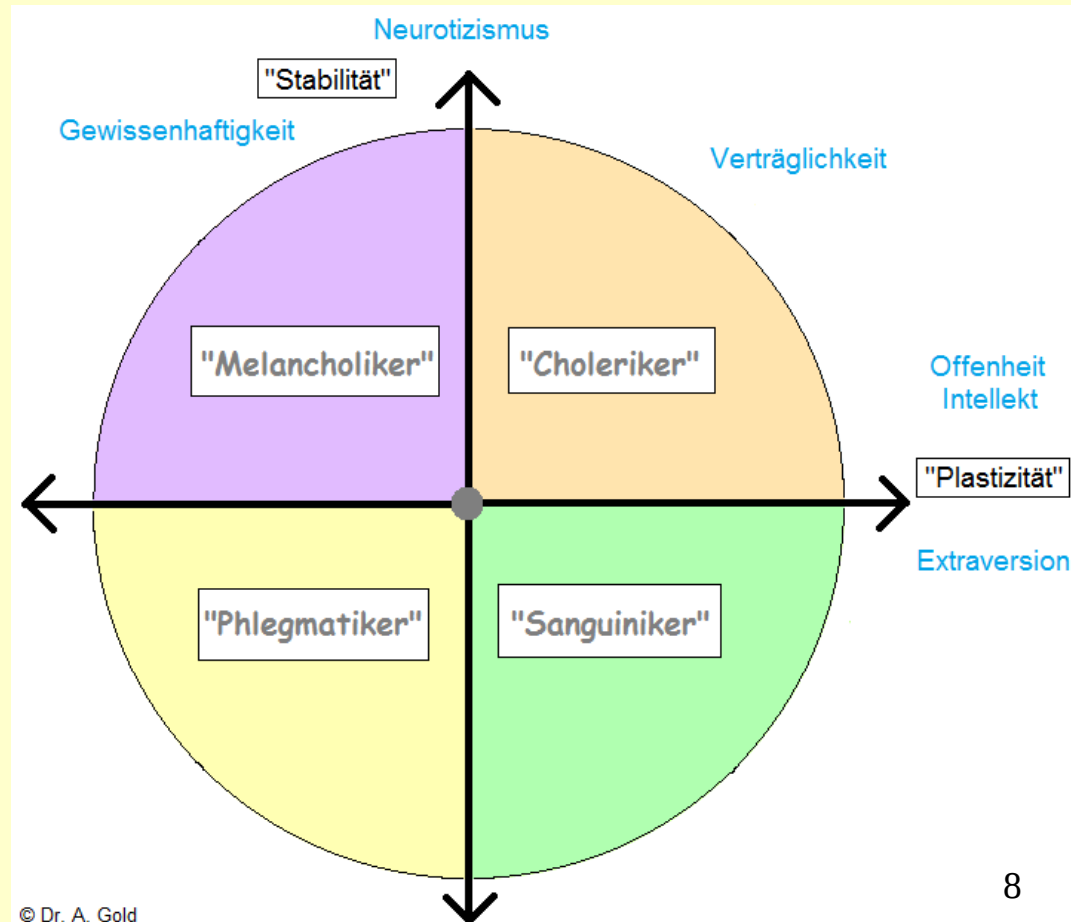
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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**

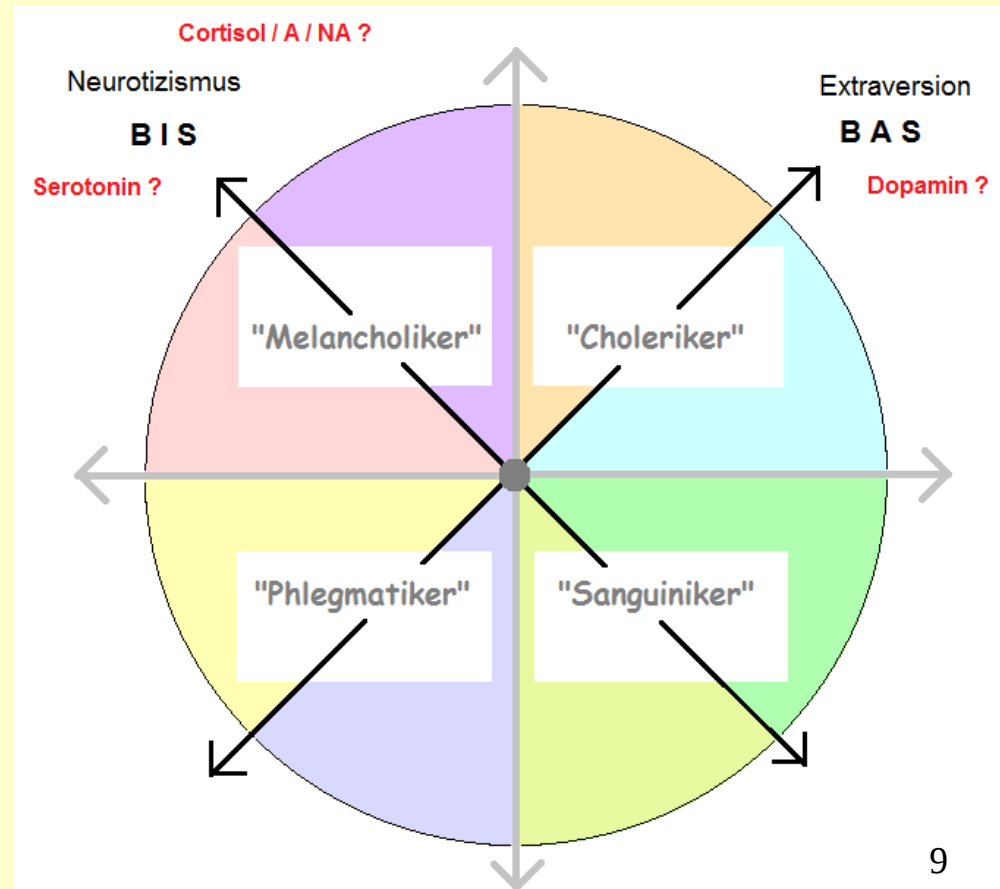
=> Dopamin?)

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

=> Serotonin?)

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

=> Cortisol, Adrenalin, Noradrenalin?)



System nach Gerhard Roth (Neurobiologe):

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.

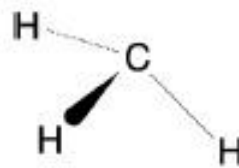
Schon sind Rezepte nicht mehr lesbar,
die uns scheinen ungenießbar.
Das kann man auch mit Genen tun:
Unlesbarkeit bringt sie zum Ruh'n.

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

Ob Eselsohr, ob Leuchttift 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)

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)

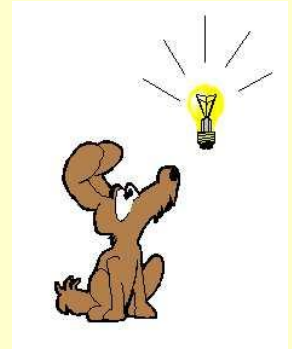
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe)

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)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

Persönlichkeitsentstehung im Einzelnen:

2) UNBEWUSSTE EMOTIONALE KONDITIONIERUNG

- entsteht durch **unbewusste** (bzw. teils bewusste, aber nicht erinnerbare) „prägende“ Lerner**erfahrungen**
- 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)

Persönlichkeitsentstehung im Einzelnen:

2) UNBEWUSSTE EMOTIONALE KONDITIONIERUNG

- entsteht durch **unbewusste** (bzw. teils bewusste, aber nicht erinnerbare) „prägende“ Lerner**erfahrungen**
- 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)

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)

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe)

Persönlichkeitsentstehung im Einzelnen:

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**

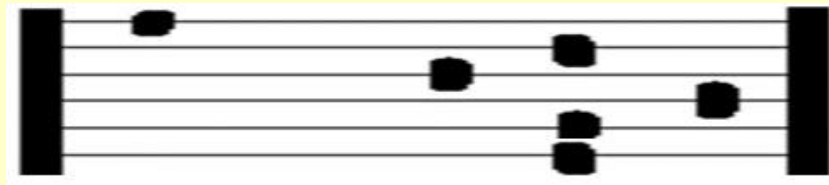
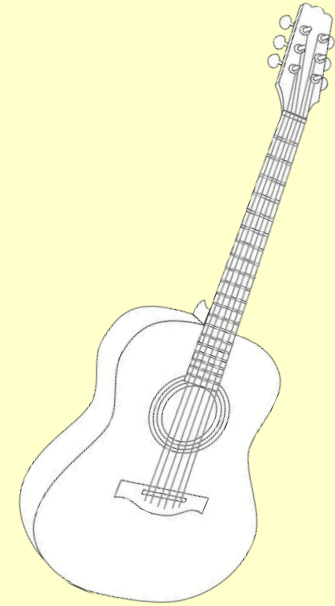


Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe)

6 psychische Grundsysteme:

- I) Stressverarbeitungssystem
- II) Internes Beruhigungssystem
- III) Internes Bewertungssystem
- IV) Impulshemmungssystem
- V) Bindungs- und Empathiesystem
- VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe)

B
a
s
i
s
y
s
t
e
m

6 psychische Grundsysteme:

- I) Stressverarbeitungssystem
 - II) Internes Beruhigungssystem
 - III) Internes Bewertungssystem
-
- IV) Impulshemmungssystem
 - V) Bindungs- und Empathiesystem
 - VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
a
s
i
s
s
y
s
t
e
m
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





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

- **IV) Impulshemmungssystem**
(**Serotonin**, **Dopamin**, **Cortisol**; auch **Testosteron**)
Impulskontrolle, Belohnungsaufschub
- **V) Bindungs- und Empathiesystem**
(v.a. **Oxytocin**, auch **Vasopressin**)
Bindungsbedürfnis („Geselligkeit“), Bindungsfähigkeit,
Mitgefühl, Kooperation
- **VI) Realitätssinn und Risikowahrnehmung**
(**Acetylcholin**, **Noradrenalin**)
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) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistisch: besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus** (optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft** (innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft** (äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)

Körperlicher „Sitz der Seele“: limbisches System

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



Eigene Interpretation (Kennzeichnung „Gold“)

entstanden aus:

wissenschaftlichen Grundlagen



Bildquelle: pixabay.com



plus

eigenen (NICHT wissenschaftlichen!)
Beobachtungen

⇒ Versuch, beides zu kombinieren

(aber: Ergebnis daraus kann immer
nur eine ungefähre Annäherung sein!)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Klassisches
Wohnmobil



City SUV,
Golf Variant o.ä.

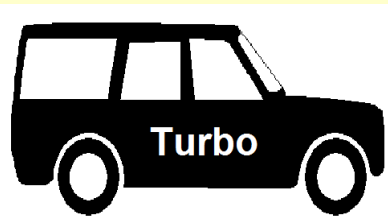


Opel Astra
Coupé o.ä.

Ford Fiesta,
Fiat Panda o.ä.



Welches Auto ist dir ganz spontan sympathisch 😊 ?



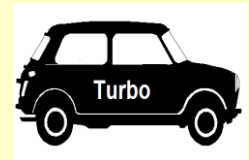
Landrover
Defender o.ä.

Großer Kombi
von BMW oder
Mercedes o.ä.



Porsche
Cabrio o.ä.

Mini,
Smart o.ä.





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
S
I
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





Objektive Situation:



Hund

Distanzveränderung?



Futter
"Positivreiz"



Feind
"Negativreiz"

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus**
(pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit, Erinnerung, Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**
(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**
(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol - wenig**

wenig Basal-Cortisol ("unbeschwert", "wenig irritierbar", "geringes Misstrauen")
("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 => Distanz egal



Bedrohungs- bzw. Bestrafungsorientierung gering
wenig misserfolgsorientiert

Neurotizismus gering
eher Optimist , "A-Typ"



feind



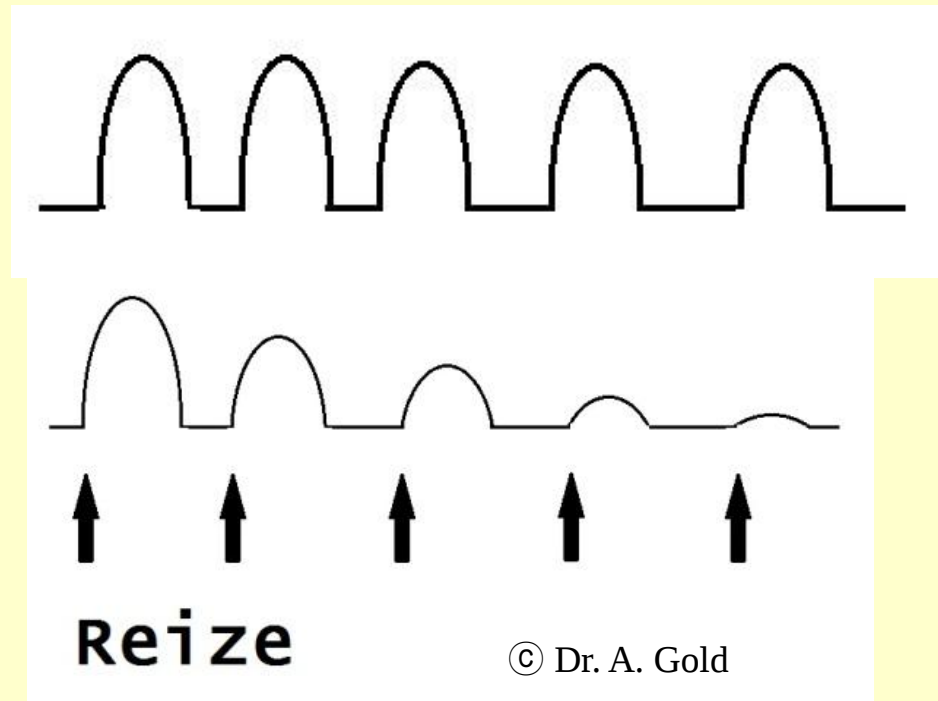
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol - wenig**

Stressreaktion auf Reiz hier:

Noradrenalin und Adrenalin steigen sofort an

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





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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 hochtouriger")

nur geringer Cortisolanstieg möglich => schlechte Hemmung der Stressreaktion

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



Hund

Distanzveränderung:

besorgt => will Distanzvergrößerung



Bedrohungs- bzw. Bestrafungsorientierung hoch
sehr misserfolgsorientiert

Neurotizismus hoch
eher Pessimist , "B-Typ"



FEIND



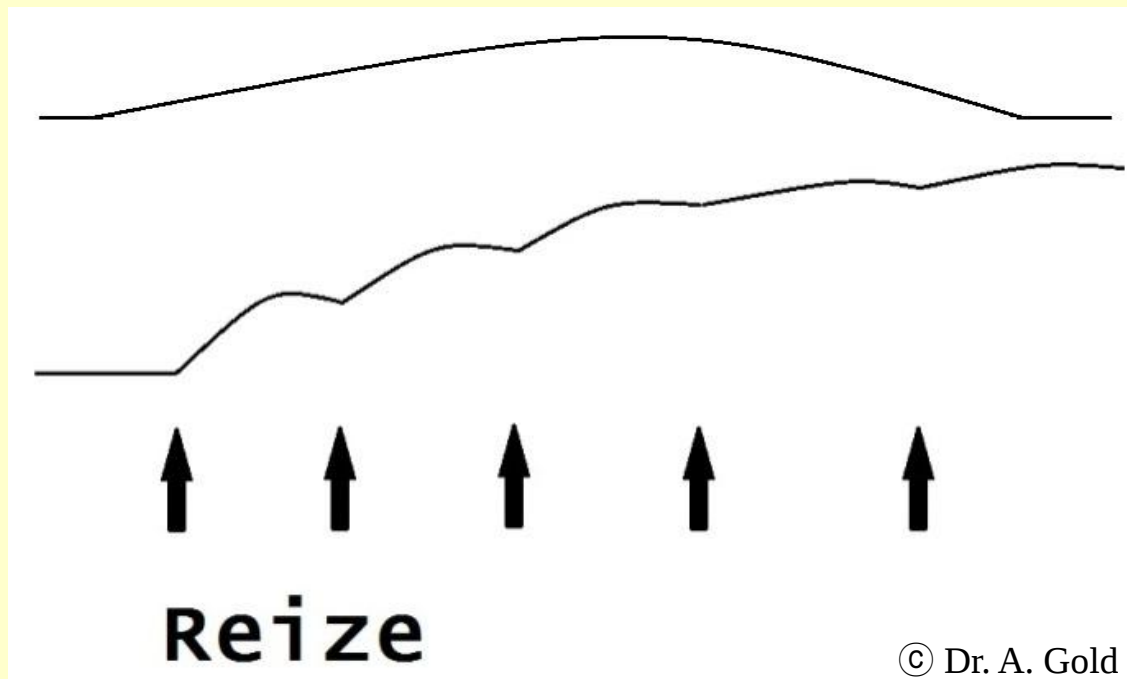
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol - viel**

Stressreaktion auf Reiz hier:

Noradrenalin und Adrenalin steigen sofort an

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





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol - gesund**

Cortisol-Typen im Vergleich (gesund)

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

→ erwartet keinen Stau oder schlechte Straßenverhältnisse (**Negativreiz-Fokus gering**), daher weniger robustes Auto mit wenig Stauraum für Proviant, steht noch in der Garage mit Motor aus (⇒ Noradrenalin ↓), Radio noch aus, ist daher von Aufmerksamkeit noch entfernt („wird schon nicht so schlimm sein, werde schon rechtzeitig ankommen, brauche keine Verkehrsnachrichten“)

→ verbraucht wenig Treibstoff und ist wendig (da leicht), bekommt daher auch in „Action“ gut die Kurve und schafft es ohne Tank-Umweg gut wieder zurück in die Garage, hat dann genügend Zeit bis zur nächsten Fahrt (gerät nicht in Überforderung / kann sich gut wieder komplett abregen)



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

→ befürchtet schlechte Straßenverhältnisse mit Stau (**Negativreiz-Fokus hoch**), daher sehr robustes Auto mit viel Stauraum für Proviant, steht bereits abfahrbereit mit laufendem Motor (⇒ Noradrenalin ↑) und Radio an auf der Straße, ist daher schon aufmerksam („könnte schiefgehen, muss Verkehrsnachrichten hören, muss zeitig los“)

→ verbraucht viel Treibstoff und ist schwerfällig (da schwer), bekommt daher in „Action“ schlecht die Kurve und schafft es nur mit Tank-Umweg wieder heim, muss dann bald schon wieder neu los (gerät leicht in Überforderung / kann sich kaum komplett abregen, bleibt immer fahrbereit)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol – viel zu wenig**

Subjektive Situation: Cortisolsystem -> kann ich überhaupt reagieren?
-> regt es mich auf?

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

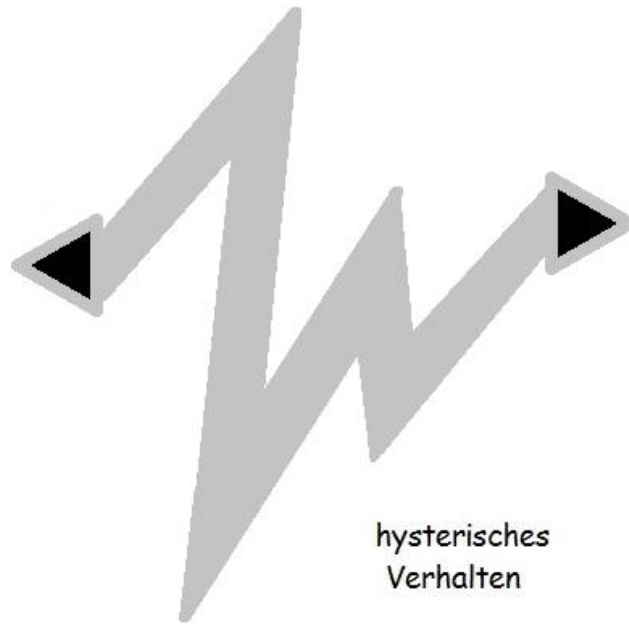
1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol** – viel zu viel

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



hysterisches
Verhalten

FEIND



© Dr. A. Gold



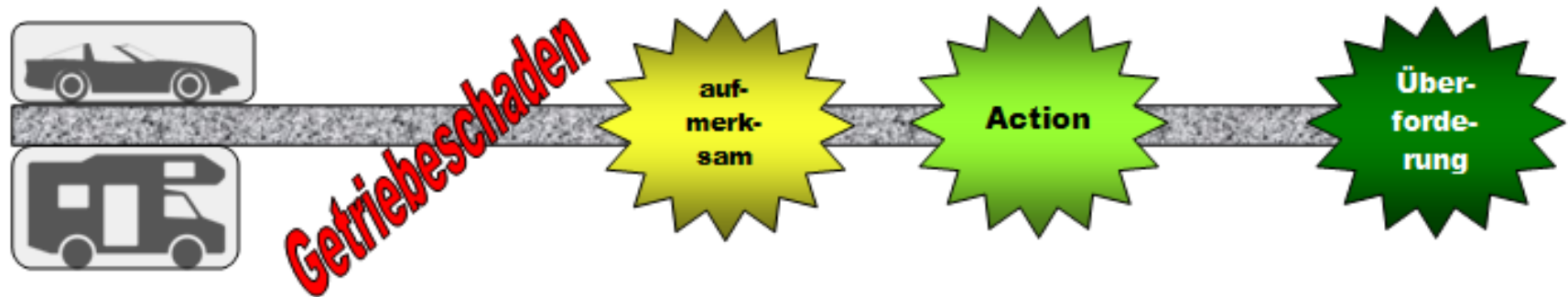
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

1) Stressverarbeitungs-System: **Cortisol - krank**

Cortisol-Typen im Vergleich (krankhaft)

Zu wenig Basal-Cortisol („Hypocortisolismus“) ⇒ gar kein Cortisolanstieg möglich ⇒ „Getriebschaden“, „Burn out“

- Motor kann nicht gestartet werden, kann daher keine Geschwindigkeit aufnehmen und keine Entfernung zurücklegen
- kann sich nicht aufregen, ist von Aufmerksamkeit (Wachheit) und „Action“ (Einsatz) weit entfernt
- keine richtige Stressreaktion und damit auch keine passende Reaktion auf Umweltreize möglich (ungenügende / falsche Reaktion sowohl in Bezug auf Verhalten wie auch auf rein körperliche Reaktionen wie z.B. Regeneration und Heilung)

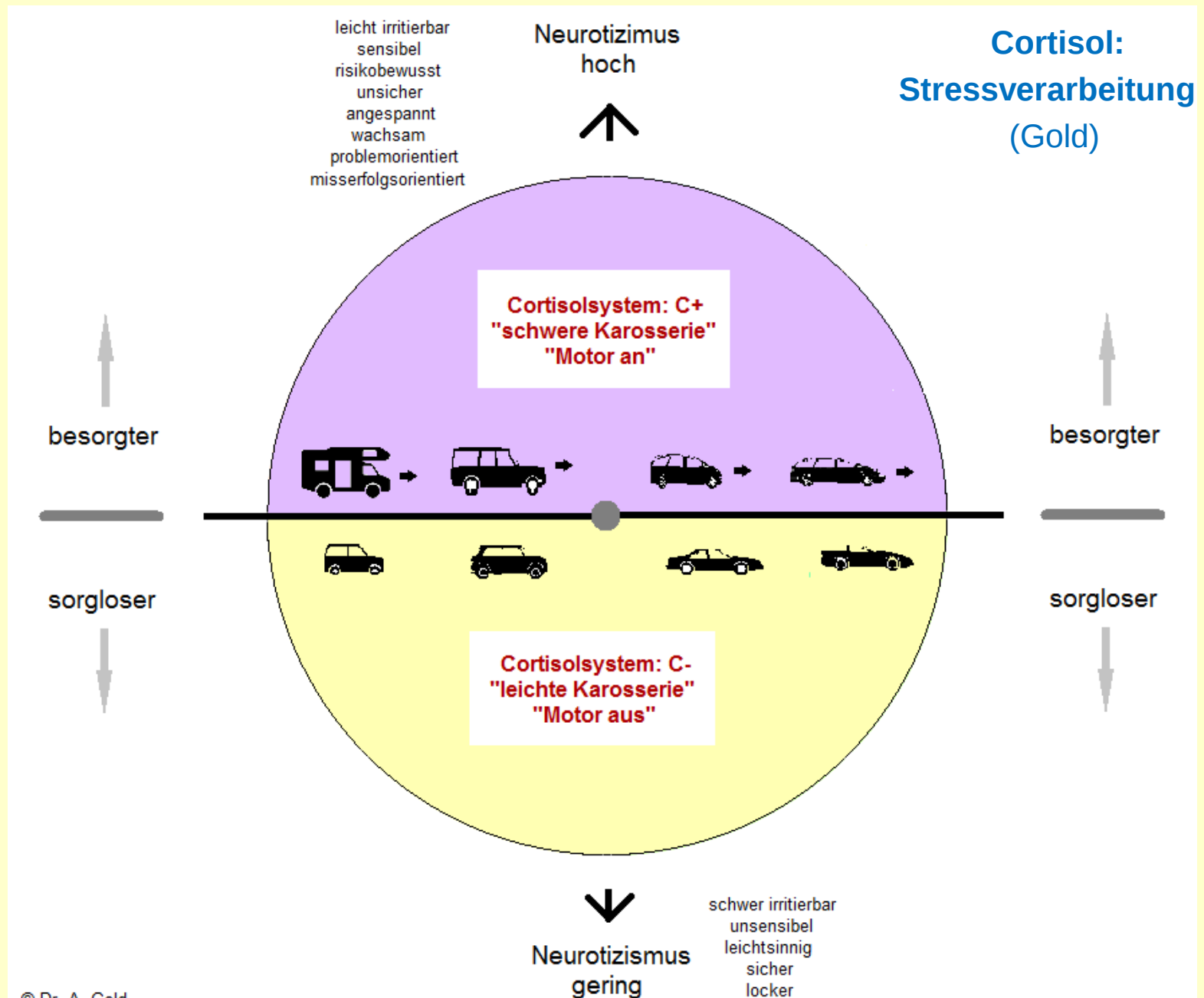


Zu viel Basal-Cortisol („Hypercortisolismus“) ⇒ Cortisol dauerhaft extrem hoch, kein zusätzlicher Cortisolanstieg möglich
⇒ ständiges „hohtouriges Fahren mit Vollgas“, „Burn on“

- ständige Höchstgeschwindigkeit mit voller Drehzahl
- 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 / falsche 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





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
a
s
i
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





Objektive Situation:



Hund

Distanzveränderung?



Futter
"Positivreiz"



Feind
"Negativreiz"

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus**

(äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus** sowie **Handlungs-Optimismus**

(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit, Erinnerung, Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**

(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**

(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



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

wenig Serotonin ("windschnittig", "wendig")

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



Hund

Distanzveränderung:

ungebremst
reagiert eher aktiv



Hemmung niedrig
eher extrovertiert, "A-Typ", Optimist



Futter



Feind

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

2) Beruhigungs- bzw. Hemmungs-System: **Serotonin** - viel

Subjektive Situation: Serotoninsystem -> will ich Handeln verzögern?

viel Serotonin ("klobig", "schwerfällig")

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



Hund

Distanzveränderung:

gebremst
reagiert eher passiv



Hemmung hoch

eher introvertiert, "B-Typ", Pessimist



Futter



Feind



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

Serotonin-Typen im Vergleich (gesund)

Wenig Serotonin (S-) ⇒ „windschnittige Karosserie“

- wird durch Windwiderstand kaum ausgebremst, kann Geschwindigkeit daher ziemlich ungehemmt steigern, verbraucht nicht viel Treibstoff und Fahren ist kaum anstrengend (*Handlungs-Pessimismus gering*)
- kann sich schnell aufregen und unverzüglich handeln („es wird mich nicht hindern“), dadurch schlechte Impulshemmung



Action

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

- wird durch Windwiderstand ausgebremst, kann Geschwindigkeit daher nur langsam steigern, verbraucht viel Treibstoff und Fahren ist anstrengend (*Handlungs-Pessimismus hoch*)
- kann sich nur langsam aufregen und verzögert handeln („es wird mich behindern“), dadurch gute Impulshemmung

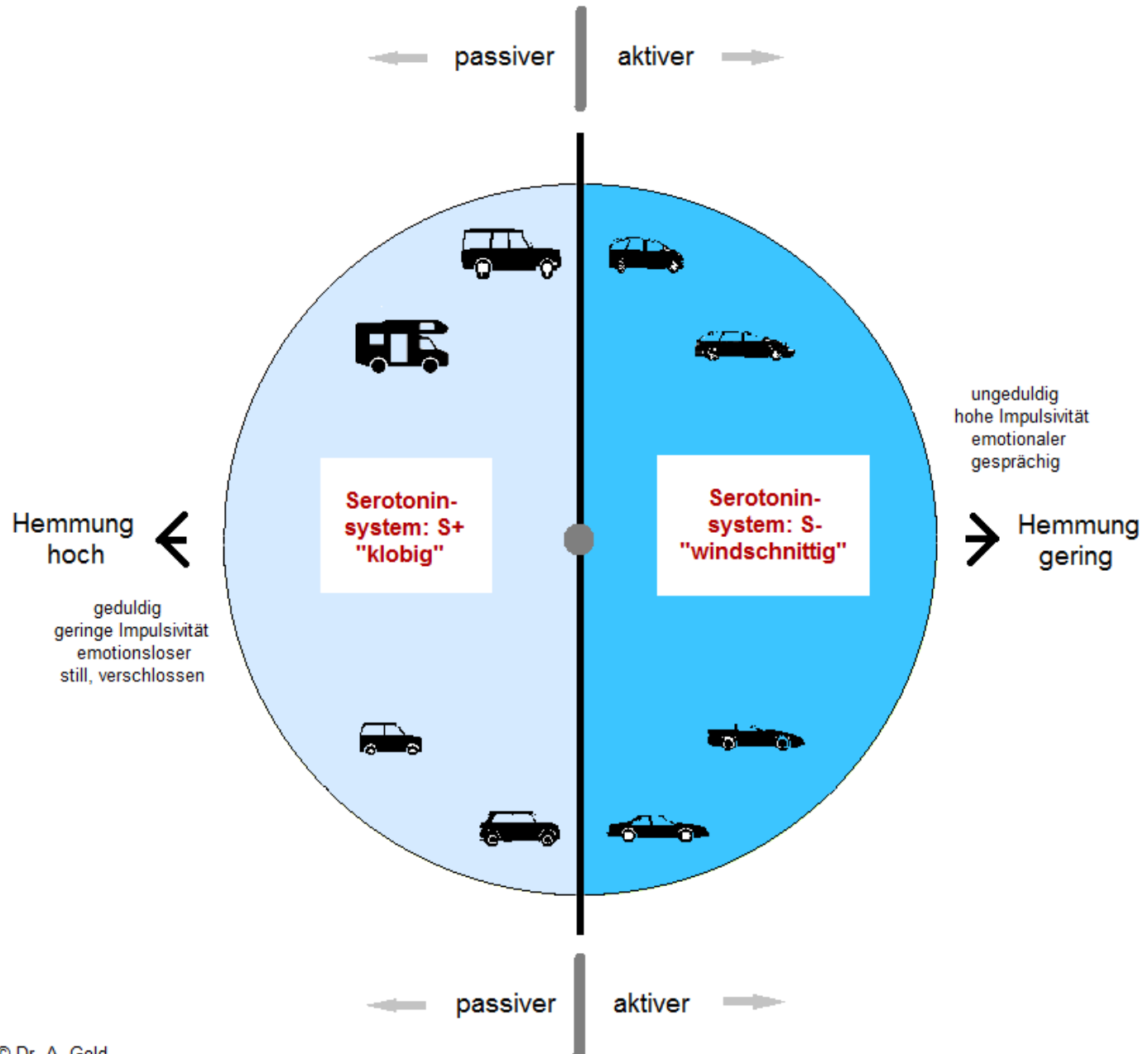


Action



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

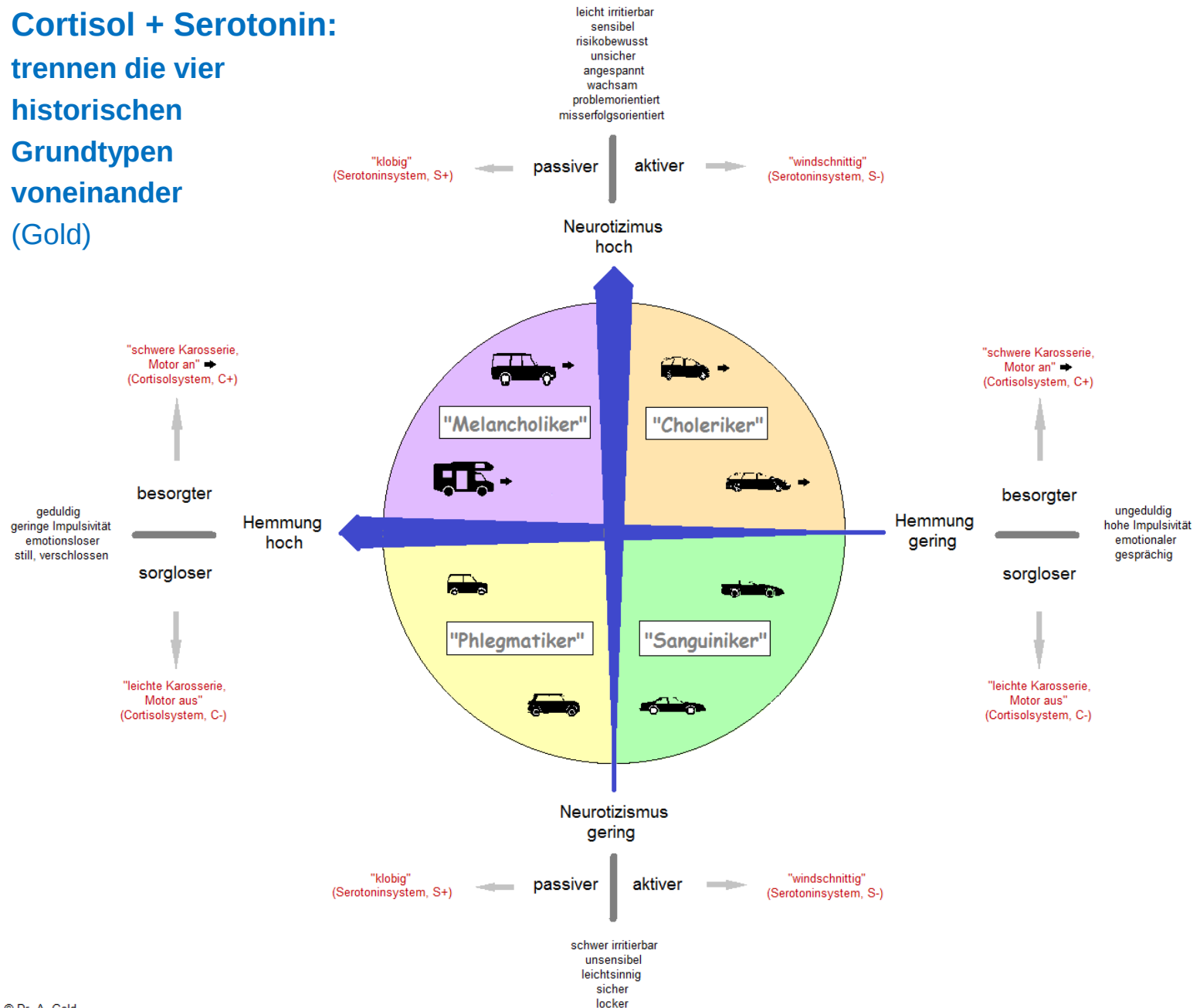
Serotonin:
Beruhigung,
Hemmung
(Gold)





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 wendige Karosserie, Motor aus“

→ plus WENIG Serotonin (S-) ⇒ „windschnittige Karosserie“

Sanguiniker

- fährt spät los (**Negativreiz-Fokus gering**), kann Geschwindigkeit aber sehr schnell steigern (**Handlungs-Pessimismus gering**) ⇒ handelt unverzüglich, wenn gestartet, insgesamt schlechte Impulshemmung (**„optimistische“ Ungeduld** ⇒ **spontanes proaktives sorgloses Handeln**)
- ist sehr wendig (leicht und windschnittig) und bekommt sehr gut die Kurve ⇒ ist daher selten in der Überforderung
- verbraucht wenig Treibstoff (leicht und windschnittig), schafft es ohne Tank-Umweg 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 wendige Karosserie, Motor aus“

→ plus VIEL Serotonin (S+) ⇒ „klobige unförmige Karosserie“

Phlegmatiker

- fährt spät los (**Negativreiz-Fokus gering**), kann Geschwindigkeit aber nicht so gut steigern (**Handlungs-Pessimismus hoch**) ⇒ handelt zögerlich, insgesamt gute Impulshemmung (**„optimistische“ Geduld** ⇒ **sorgloses Abwarten**)
- ist zwar leicht, aber unförmig und bekommt daher schlechter die Kurve, sobald aktiv, ist deswegen bei Aufregung relativ leicht in der Überforderung (regt sich aber selten auf)
- verbraucht etwas mehr Treibstoff (leicht aber unförmig), schafft es daher nicht immer ohne Tank-Umweg 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 ⇒ „schwer(fällig)e große Karosserie, Motor an“

→ **plus WENIG Serotonin (S-)** ⇒ „windschnittige Karosserie“

Choleriker

→ fährt früh los (**Negativreiz-Fokus hoch**), kann Geschwindigkeit schnell steigern (**Handlungs-Pessimismus gering**) ⇒ handelt unverzüglich, insgesamt schlechte Impulshemmung („**pessimistische**“ **Ungeduld** → **reaktives besorgtes aufbrausendes Handeln**)

→ ist zwar windschnittig, aber schwer und bekommt schlechter die Kurve, ist daher relativ leicht in der Überforderung

→ verbraucht etwas mehr Treibstoff (windschnittig aber schwer), schafft es daher nicht immer ohne Tank-Umweg 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

auf-
merk-
sam

Action

Über-
forde-
rung

Viel Basal-Cortisol (C+), nur niedriger Cortisolanstieg möglich ⇒ „schwer(fällig)e große Karosserie, Motor an“

→ **plus VIEL Serotonin (S+)** ⇒ „klobige unförmige Karosserie“

Melancholiker

→ fährt früh los (**Negativreiz-Fokus hoch**), kann Geschwindigkeit aber nicht so gut steigern (**Handlungs-Pessimismus hoch**) ⇒ handelt zögerlich, insgesamt gute Impulshemmung („**pessimistische**“ **Geduld**, „**ich könnte sonst etwas falsches tun**“ ⇒ **reaktives besorgtes Abwarten**)

→ ist schwer und unförmig und bekommt sehr schlecht die Kurve, ist daher sehr leicht in der Überforderung

→ verbraucht viel Treibstoff (schwer und unförmig), schafft es daher nur mit Tank-Umweg wieder zurück in die Garage und muss dann gleich schon wieder neu los ⇒ kann sich schlecht komplett abregen, bleibt immer fahrbereit

⇒ insgesamt sehr schlechte Stresstoleranz / Resilienz

auf-
merk-
sam

Action

Über-
forde-
rung



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
S
I
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





Objektive Situation:



Hund

Distanzveränderung?



Futter
"Positivreiz"



Feind
"Negativreiz"

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger;
äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**
(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**
(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

3) Bewertungs- und Motivations-System: **Dopamin - viel**

Subjektive Situation: Dopaminsystem -> regt es mich an? ("wanting")
-> will ich Handeln beschleunigen?

viel Dopamin ("viel PS / Turbo", vorwärtsorientiert)
("Motor" in Form von NA läuft hochtouriger)



Hund

Distanzveränderung:

Sehnsucht groß => will Distanzverkleinerung

"gibt Gas" => reagiert eher aktiv



Belohnungsorientierung hoch, sehr erfolgsorientiert

Interesse + Motivation groß
eher extrovertiert, "A-Typ", Optimist

FUTTER



© Dr. A. Gold



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

wenig Dopamin ("wenig PS", schwach vorwärtsorientiert)
("Motor" in Form von NA läuft niedertouriger)



Hund

Distanzveränderung:

Sehnsucht gering => Distanz egal
"gibt kein Gas" => reagiert eher passiv



futter

Belohnungsorientierung niedrig, wenig erfolgsorientiert

Interesse + Motivation gering
eher introvertiert, "B-Typ", Pessimist



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

Dopamin-Typen im Vergleich (gesund)

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

- ⇒ möchte viele schöne Fahrtziele erreichen, lässt sich gut begeistern (**Positivreiz-Fokus hoch**)
- ⇒ kann Geschwindigkeit durch „Gasgeben“ schnell steigern, hat viel Freude am Fahren (**Handlungs-Optimismus hoch**)
- ⇒ gute Beschleunigung, handelt schnell, hohe Impulsivität
- ⇒ sehr motiviert, ein Ziel zu erreichen



Action

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

- ⇒ hat wenig Interesse an schönen Fahrtzielen, lässt sich eher schlecht begeistern (**Positivreiz-Fokus gering**)
- ⇒ kann Geschwindigkeit durch „Gasgeben“ nur langsam steigern, fährt nicht so gerne (**Handlungs-Optimismus gering**)
- ⇒ schlechte Beschleunigung, handelt langsam, geringe Impulsivität
- ⇒ in geringerem Maß motiviert, ein Ziel zu erreichen



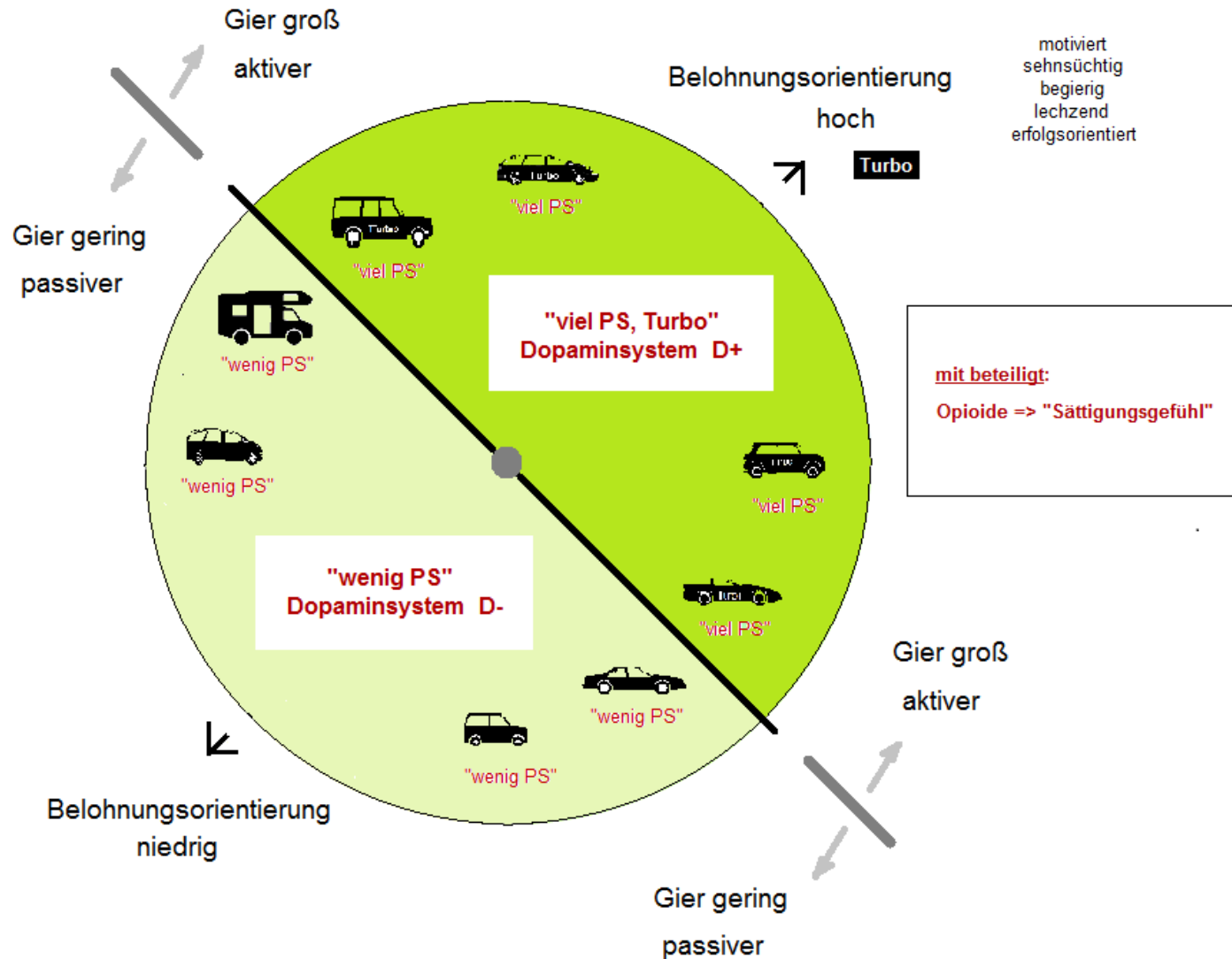
Action



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit (Gold)

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

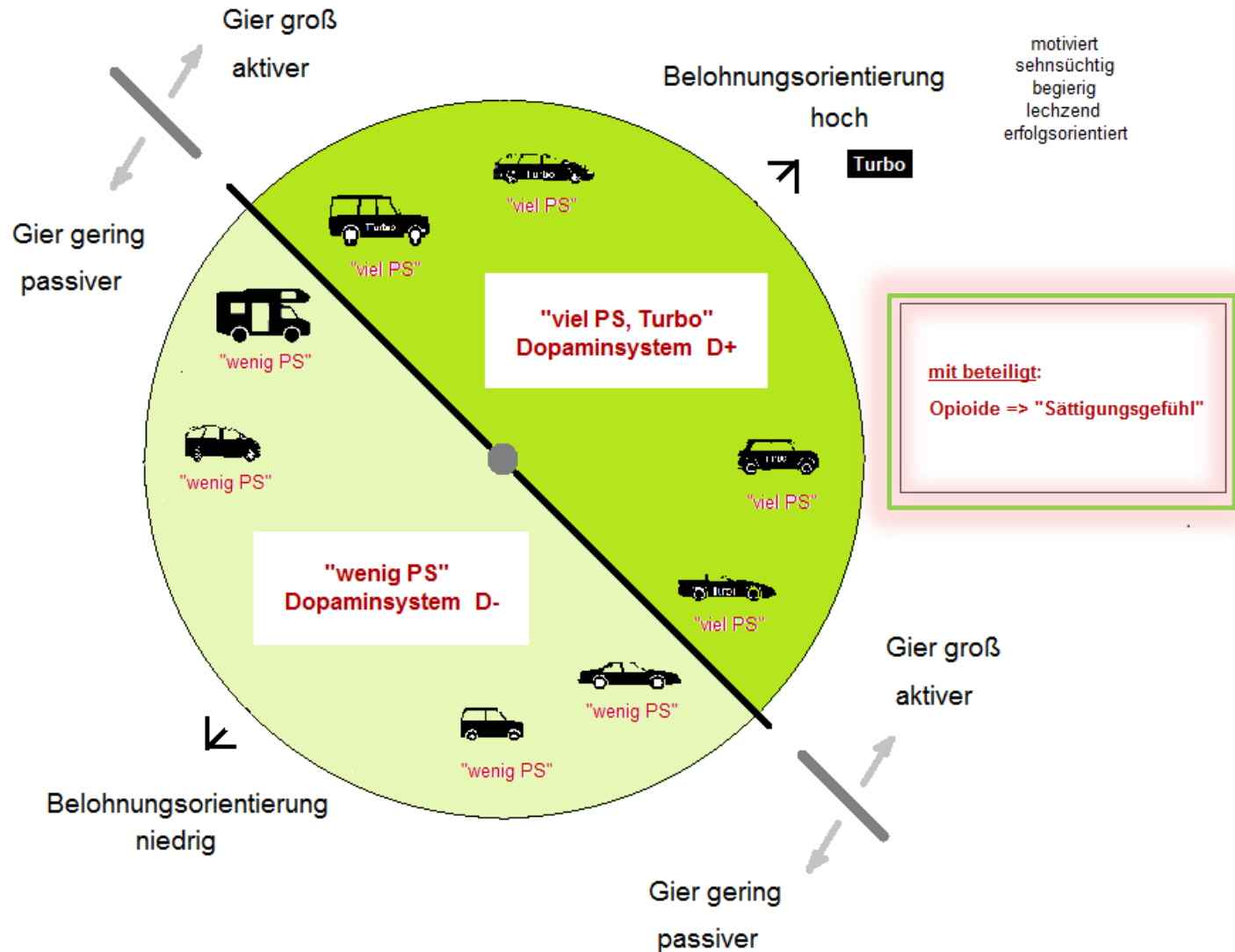




Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit (Gold)

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





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**

(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opiode → **Bedürfnisbefriedigung einfach**
(wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**

(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**

(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



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", Sehnsucht gering => Distanz egal

"gibt kein Gas" => reagiert eher passiv



Belohnungsorientierung niedrig



futter

Interesse + Motivation gering
eher introvertiert , "B-Typ"

© Dr. A. Gold



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Dopamin: Motivations-System bzw. Motivierbarkeit – **Opioide** – **wenig**

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

wenig Opioide ("großer Magen" => "braucht große Füllmenge")

=> viel Dopamin => stark belohnungsorientiert

Distanzveränderung:

"hungrig", Sehnsucht groß

=> will Distanzverkleinerung

"gibt Gas" => reagiert eher aktiv



Hund



Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
eher extrovertiert, "A-Typ"



FUTTER



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

B
A
S
I
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



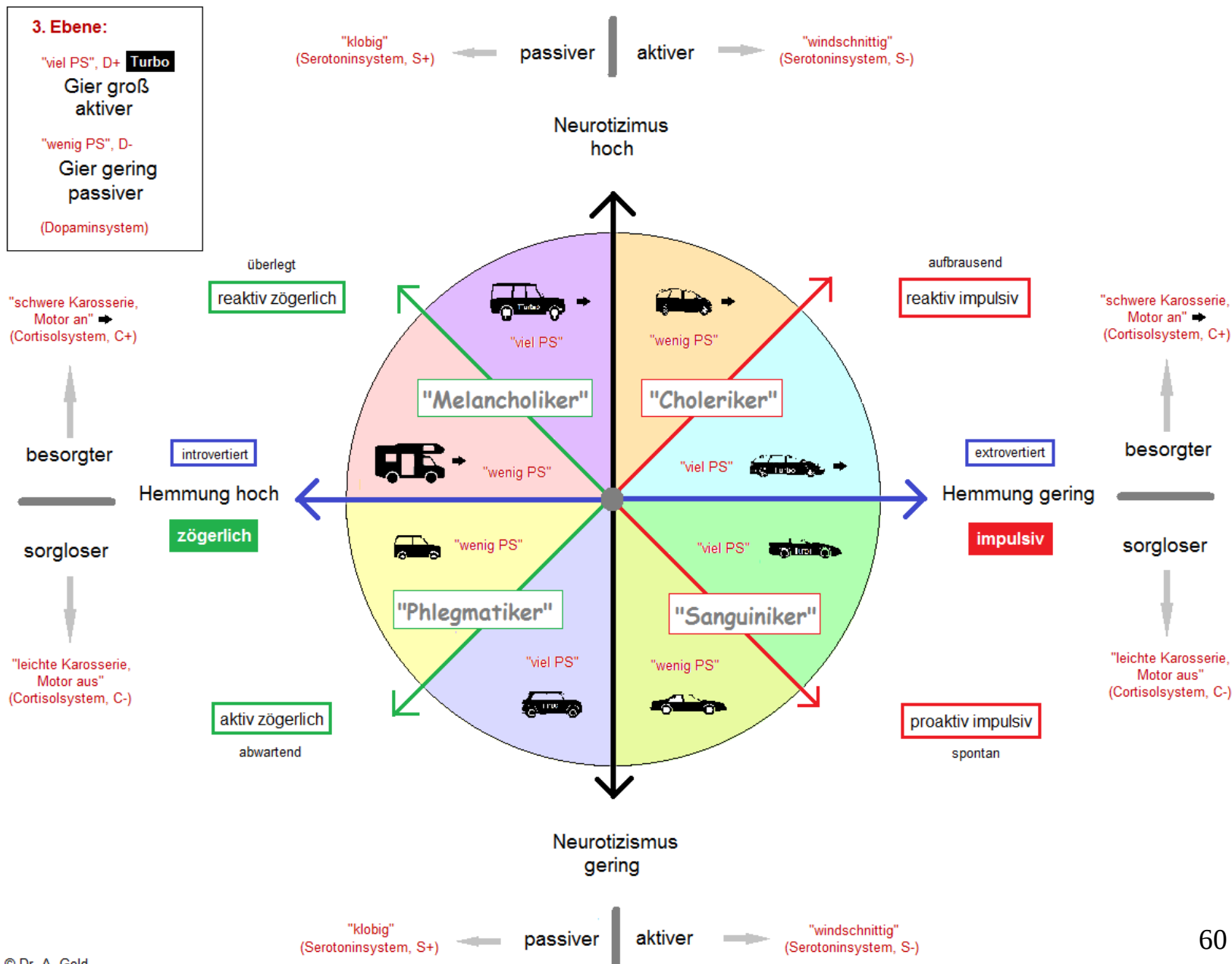


Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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
s
i
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**, aber auch **Vasopressin**): 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) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**
(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**
(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

5) Bindungs- und Empathie-System: **Oxytocin** - viel

Subjektive Situation: Oxytocinsystem -> bin ich gesellig?

viel Oxytocin (sehr gesellig)

=> viel Dopamin, stark belohnungsorientiert



Hund

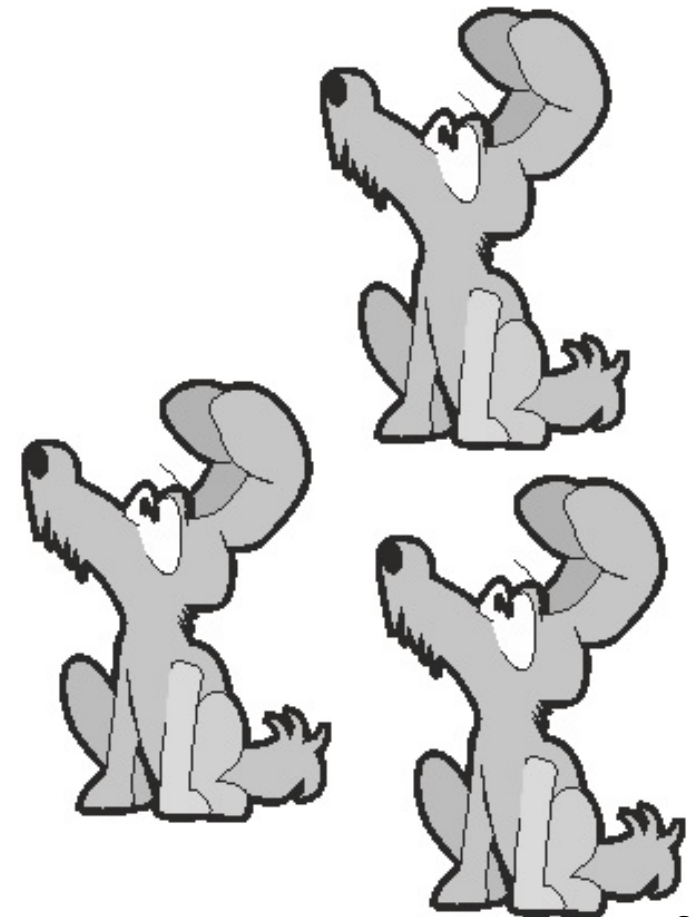
Distanzveränderung:

"hungrig nach Sozialkontakt"
=> will Distanzverkleinerung



soziale Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

wenig Oxytocin (wenig gesellig)

=> wenig Dopamin, schwach belohnungsorientiert



Hund

Distanzveränderung:

"wenig hungrig nach Sozialkontakt"

=> Distanz egal



soziale Belohnungsorientierung niedrig



Interesse + Motivation gering
introvertiert , "B-Typ"



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**
(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**
(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



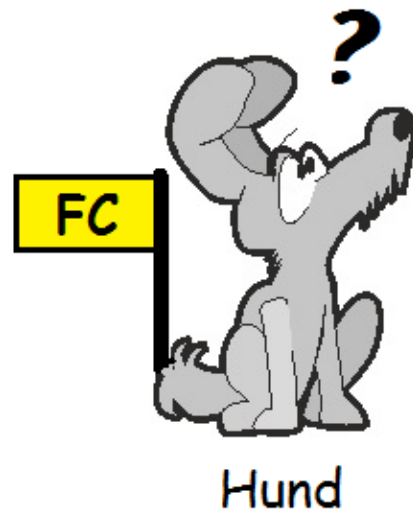
Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

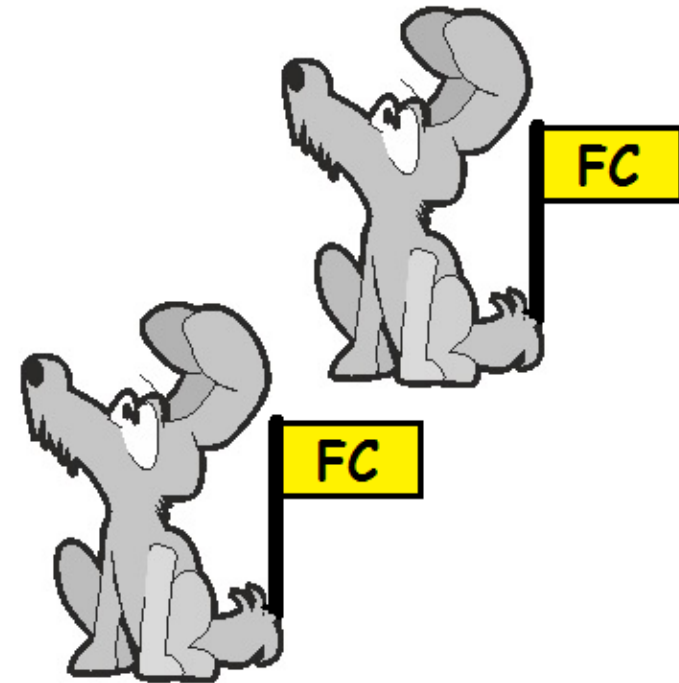


Distanzveränderung:
"hungrig nach Peergroup"
=> will Distanzverkleinerung

← →

soziale Belohnungsorientierung hoch

Interesse + Motivation groß
extrovertiert, "A-Typ"



© Dr. A. Gold

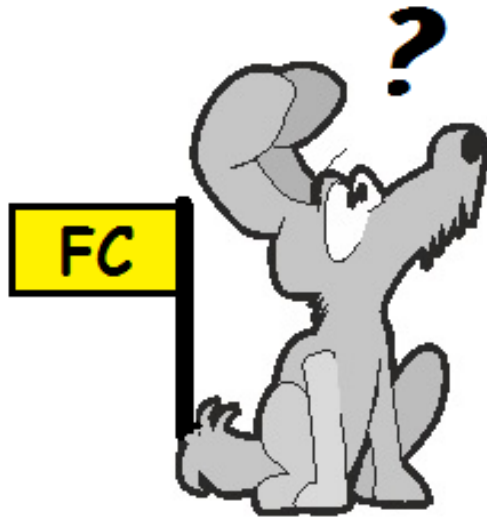


Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

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

wenig Vasopressin ("Peergroup" weniger wichtig)

=> wenig Dopamin, wenig belohnungsorientiert



Hund

Distanzveränderung:

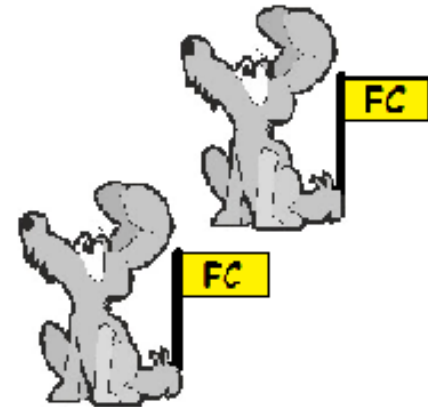
"wenig hungrig nach Peergroup",

=> Distanz egal



soziale Belohnungsorientierung niedrig

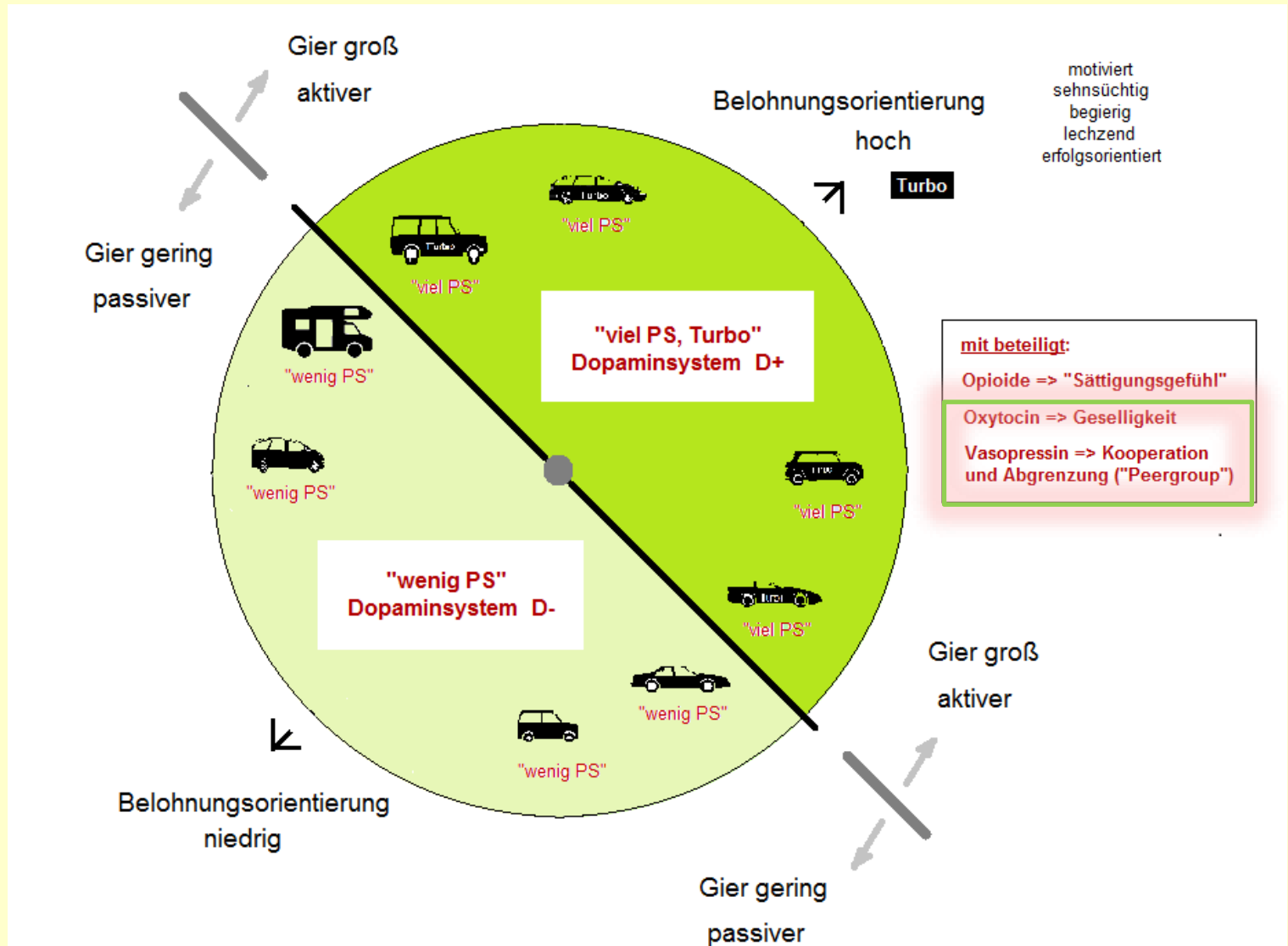
Interesse + Motivation gering
introvertiert , "B-Typ"





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

B
A
S
I
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) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft** (innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft**
(äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

6) Realitätssinn- und Risikowahrnehmungs-System: **Acetylcholin** - viel

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

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



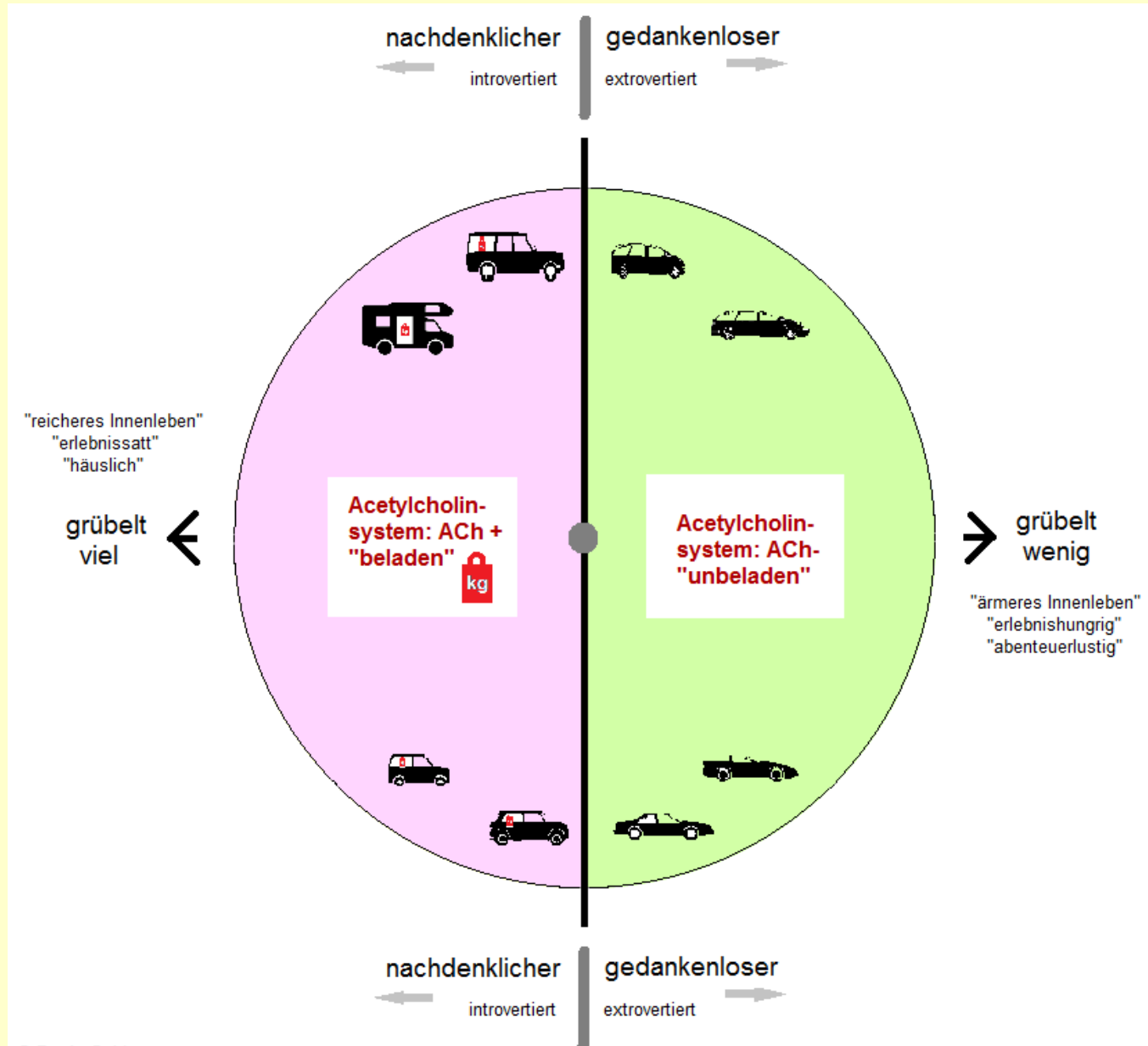
Feind

© Dr. A. Gold

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

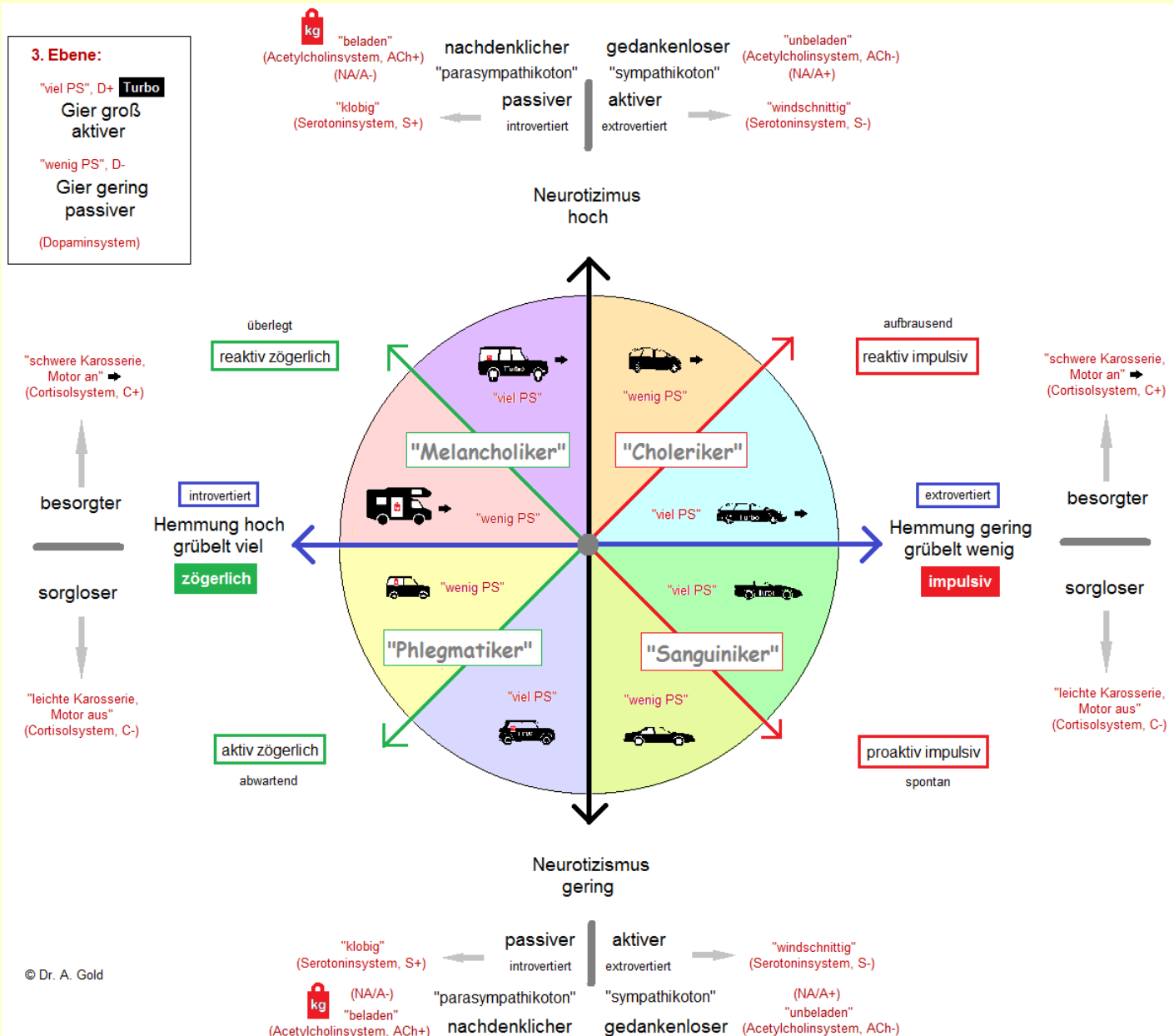


Acetylcholin: Aufmerksamkeit, Grübeln, Gedächtnis (Gold)



Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Acetylcholin: (selektive) Aufmerksamkeit, Konzentration, Grübeln (Gold)





Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

System nach Gerhard Roth (Neurobiologe): 6 psychische Grundsysteme

„Buchstaben“ der Seelensprache

Cortisol (inklusive CRF) → **Bedrohungs - (Negativreiz-) Fokus** (pessimistischer, besorgter, wachsamer)

Serotonin → **Handlungs-Pessimismus** (äußerlich passiver: verzögertes gebremstes Handeln)

Dopamin → **Begierde- (Positivreiz-) Fokus sowie Handlungs-Optimismus**
(optimistisch: interessierter, gieriger, motivierter, sehnsüchtiger; äußerlich aktiver: beschleunigtes Handeln)

Endogene Opioide → **Bedürfnisbefriedigung einfach** (wird schneller „satt“)

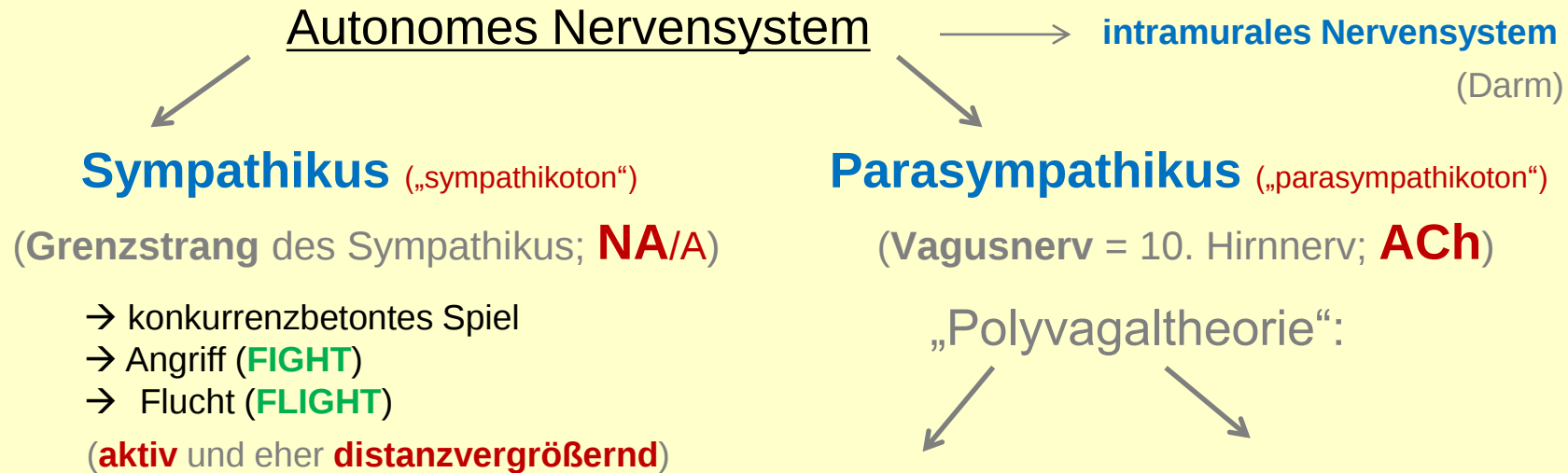
Oxytocin → **Geselligkeit** („sozialer“)

Vasopressin → **Kooperation** („familiärer“)

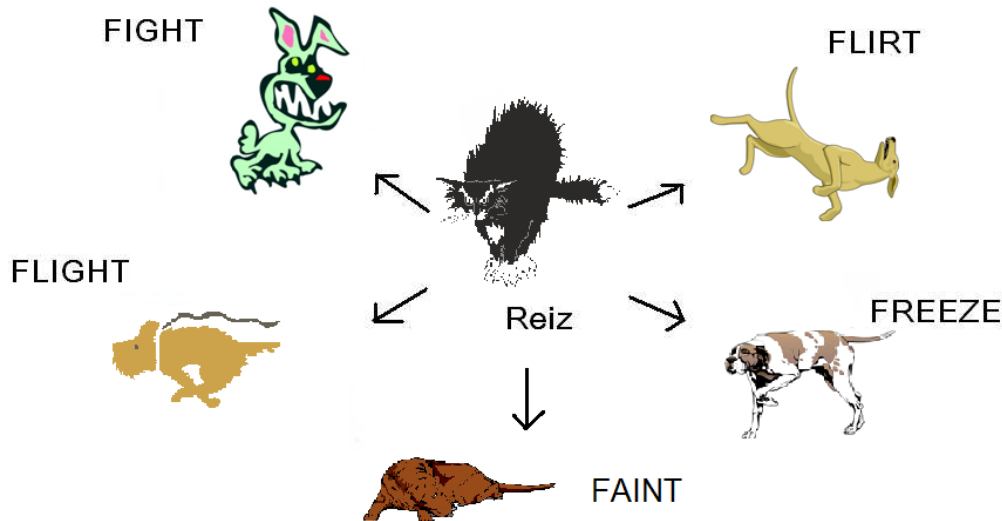
Acetylcholin → **Aufmerksamkeit , Erinnerung , Grübeln: „innere“ Handlungsbereitschaft**
(innerlich aktiver, nachdenklicher, introvertierter: „*parasympathikoton*“)

Noradrenalin (inklusive Adrenalin) → **Wettstreit, Kampf, Flucht: „äußere“ Handlungsbereitschaft** (äußerlich aktiver, handlungsbereiter, extrovertierter: „*sympathikoton*“)

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren



5-F-Schema der Bedrohung



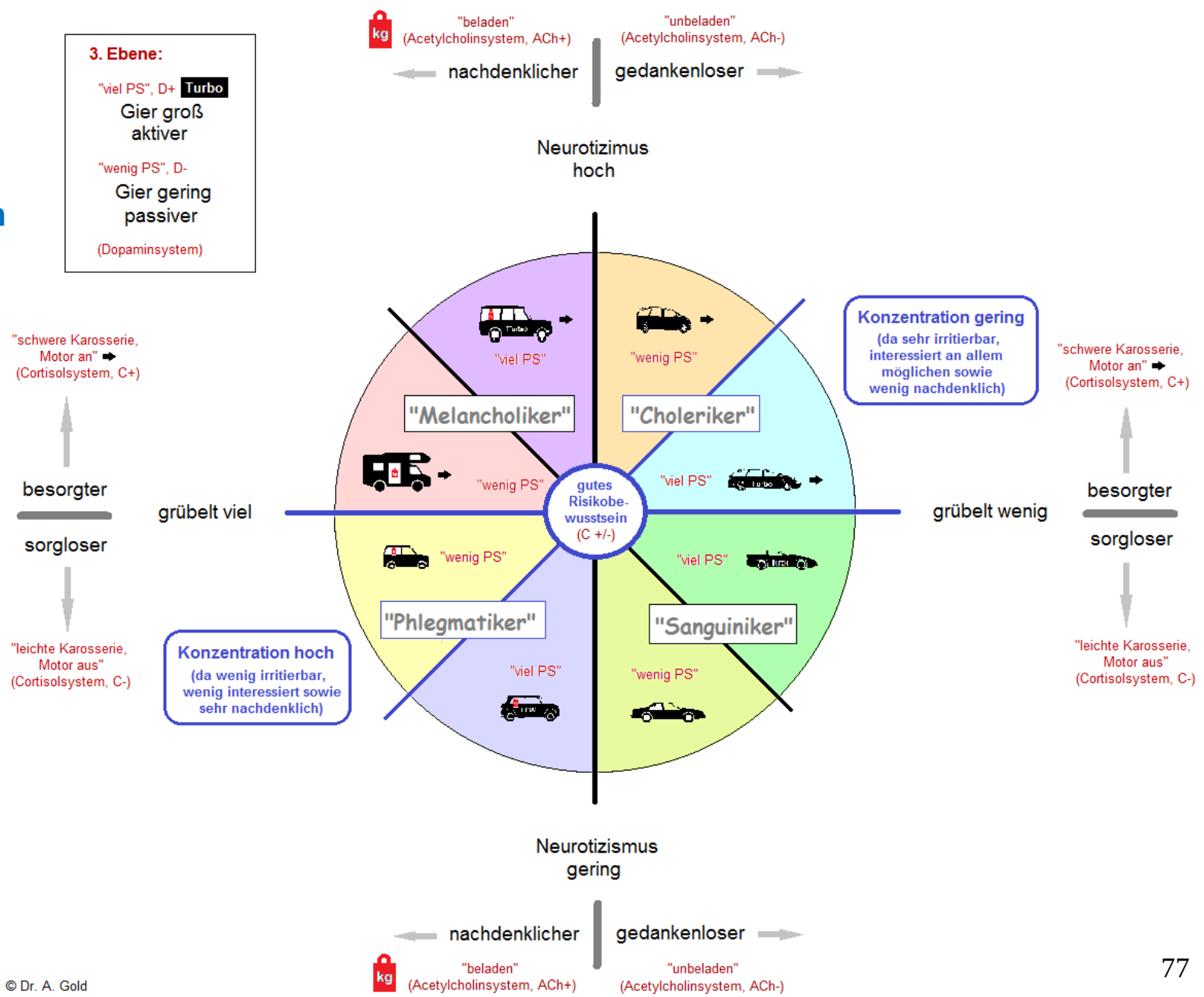


Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Konzentration
und Risiko-
bewusstsein
(Gold)

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

3. Ebene:
"viel PS", D+ Turbo
Gier groß
aktiver
"wenig PS", D-
Gier gering
passiver
(Dopaminsystem)

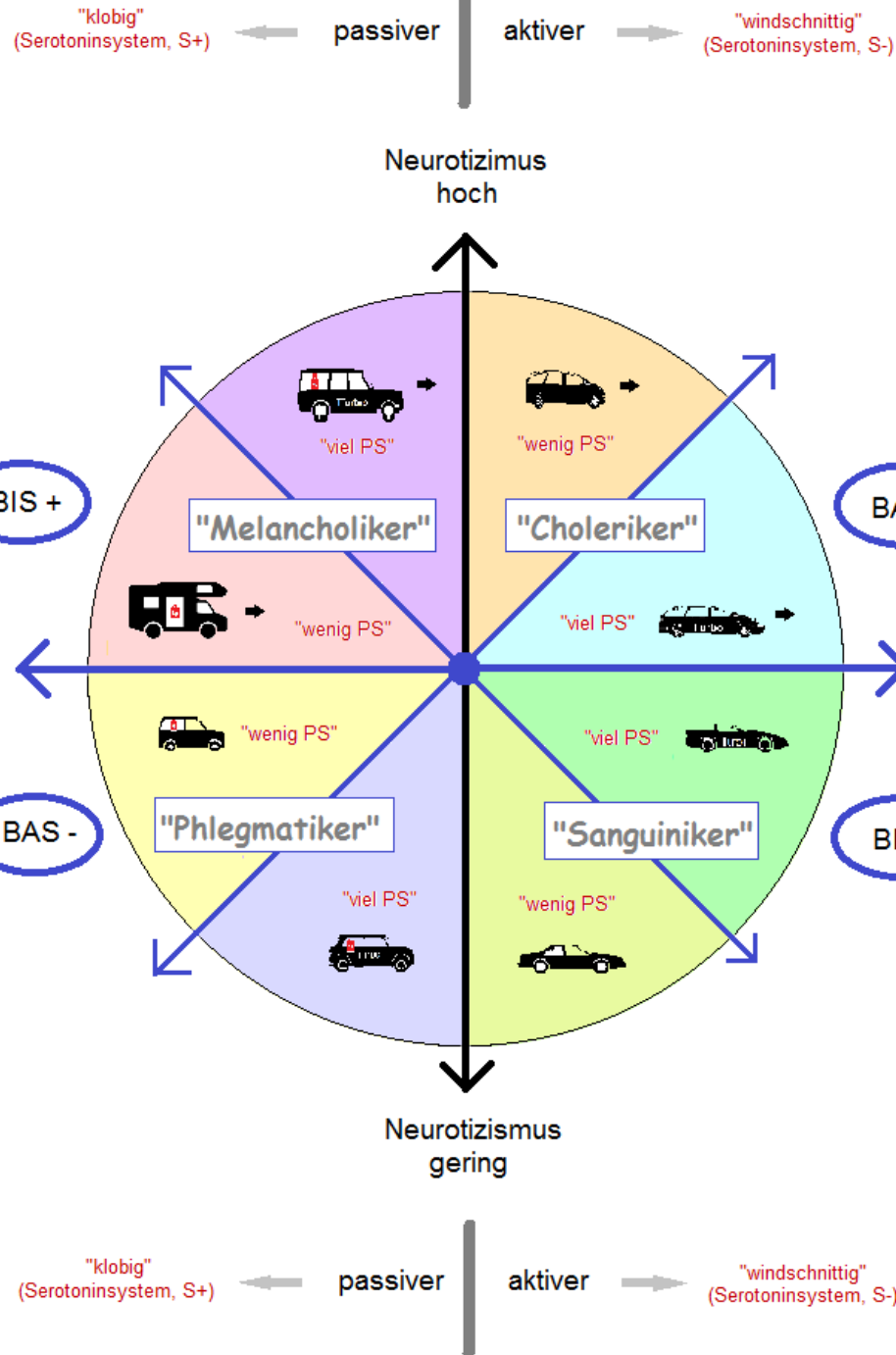


3. Ebene:

"viel PS", D+ **Turbo**
Gier groß
aktiver

"wenig PS", D-
Gier gering
passiver

(Dopaminsystem)



BAS: "Aktivierbarkeit"

BAS + : aktiver, gieriger, besorgter
BAS - : passiver, wenig gierig, sorgloser

BIS: "Hemmbarkeit"

BIS + : passiver, besorgter, wenig gierig
BIS - : aktiver, sorgloser, gieriger



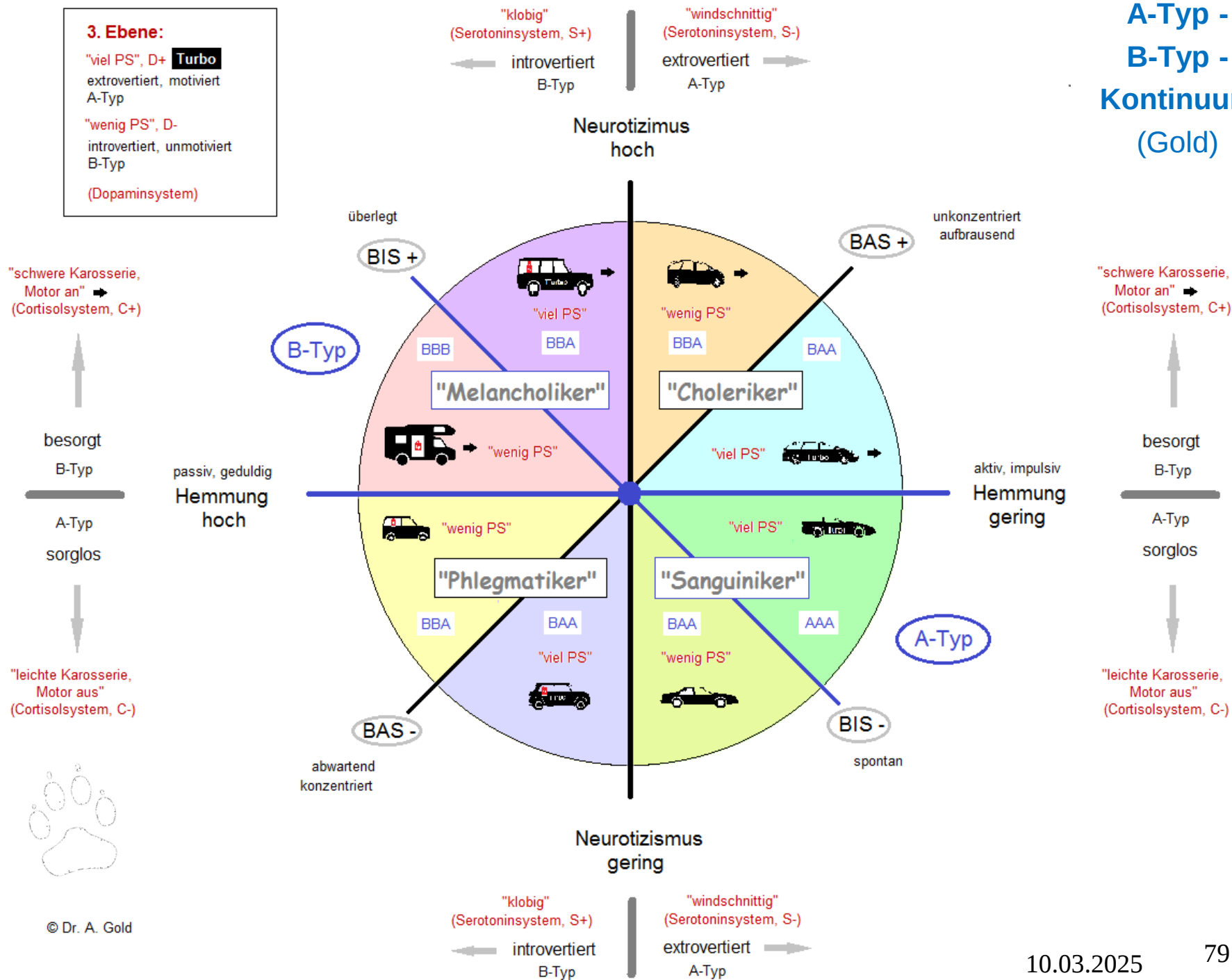
A-Typ - B-Typ - Kontinuum (Gold)

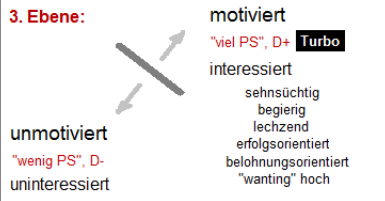
3. Ebene:

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

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

(Dopaminsystem)





● = "Big Five"

Neurotizismus

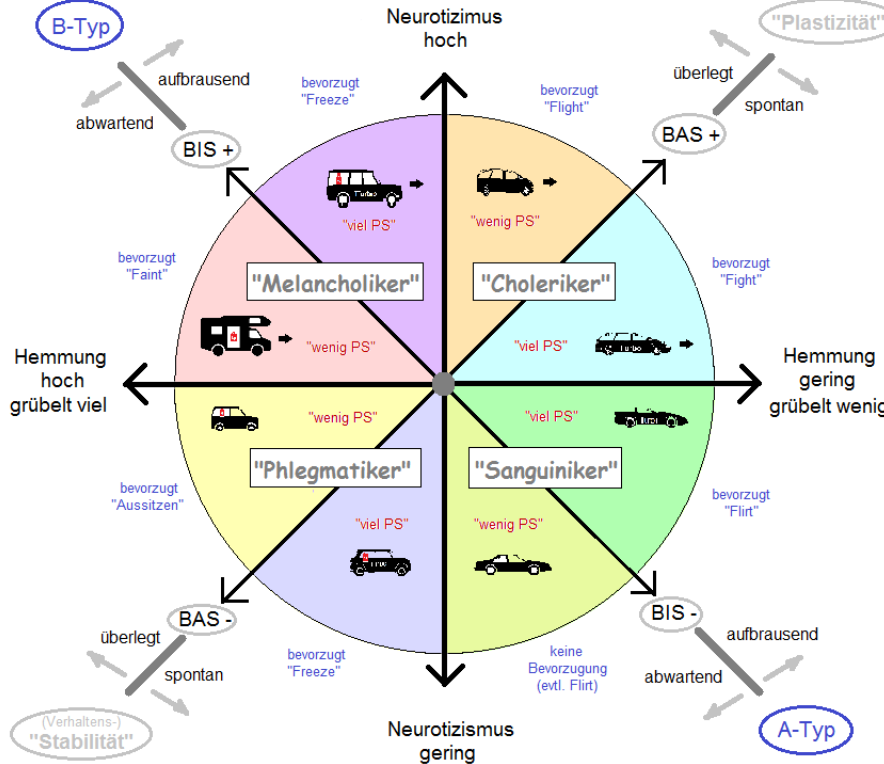
pessimistisch, leicht irritierbar, sensibel, feinfühlig, reizbar, nervös, empfindlich, unsicher, angespannt, ängstlich, furchtsam, risikobewusst, vorsichtig, wachsam, misserfolgsorientiert, problemorientiert, unzufrieden

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“

besorgt
"schwere Karosserie, Motor an" => C+
"leichte Karosserie, Motor aus", C-
sorglos



"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“

Verträglichkeit
Offenheit
Extraversion

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

"aktive" Offenheit
("formend")

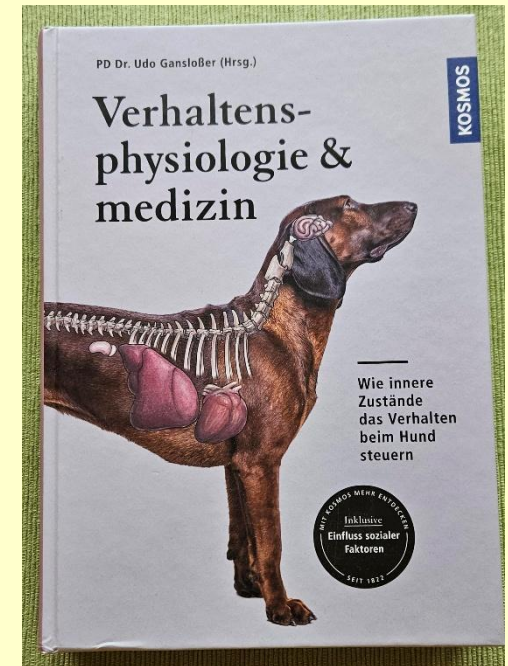
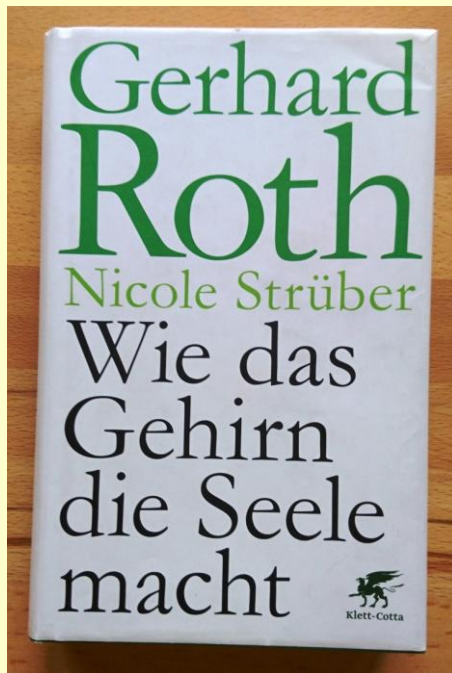
"aktive" Verträglichkeit
("ordnet ein")

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 („mitreißend“), „aktive“ Offenheit („formend“), originell, lösungsorientiert und lösungsfähig (durch Handeln) => „selbständiger Macher“

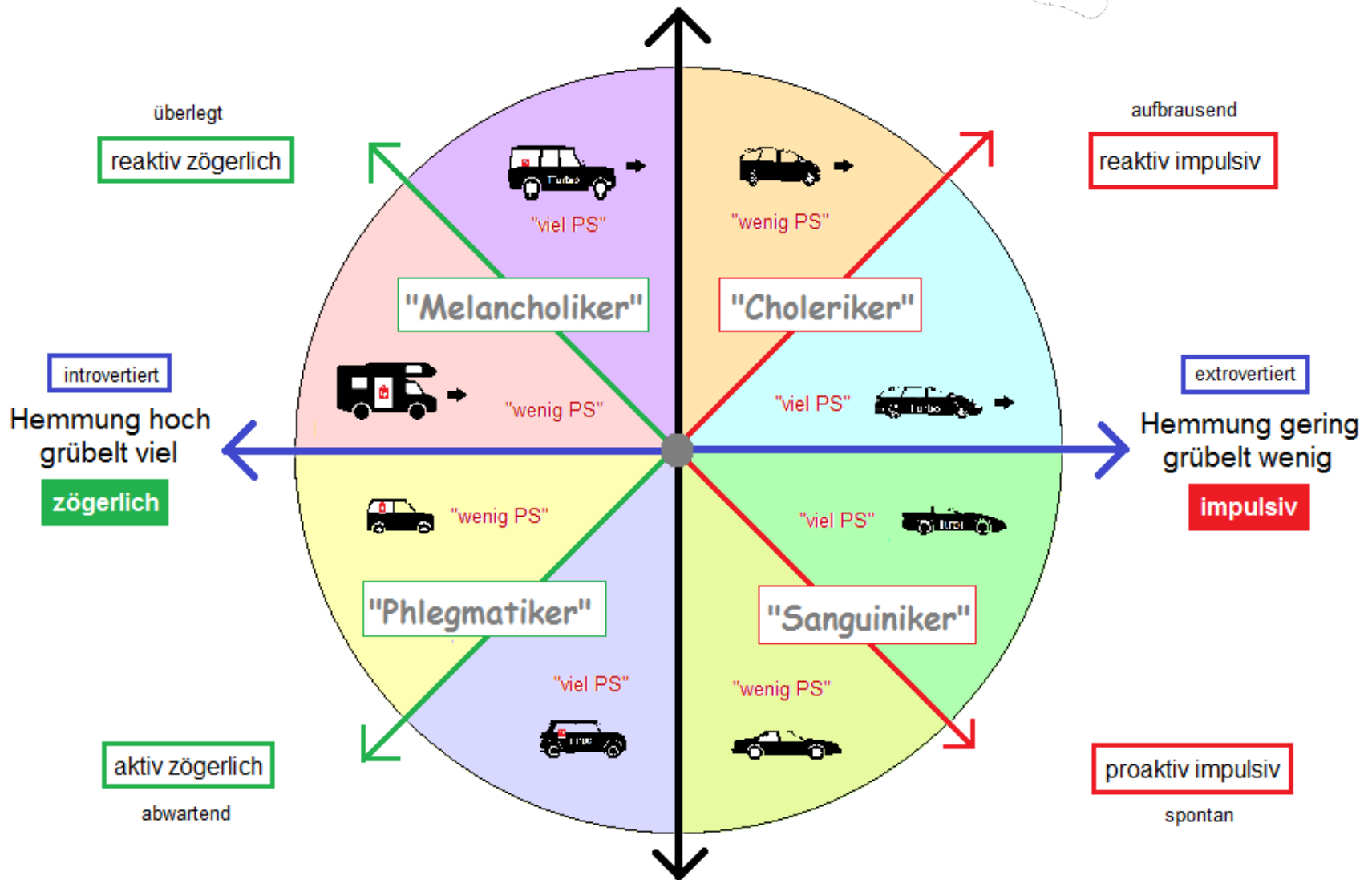
optimistisch, vertrauensvoll, zufrieden, locker, kaum irritierbar, unsensibel, leichtsinnig, unverantwortlich

Persönlichkeitsmerkmale bei Menschen und anderen (Säuge-)Tieren

Hauptquellen und zum Weiterlesen:



Neurotizismus
hoch



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!

