

PSYCHOLOGIE HEUTE

GESUNDHEIT

Neurotizismus: Im Lauf der Zeit labiler und einsamer

Wer emotional labil ist, kann schlechter mit Stress umgehen und erlebt negative Erfahrungen intensiver. Mit zunehmenden Alter verstärkt sich das sogar.

VON SUSANNE ACKERMANN

 05. JAN 2023

Menschen, die emotional sehr labil sind – sie erzielen zum Beispiel beim Neurotizismus-Persönlichkeitsfragebogen hohe Werte –, gelten als unzufrieden mit ihrem Leben. Sie können nicht gut mit Stress umgehen und erleben negative Erfahrungen intensiver als andere. Leider scheint sich dies alles im Lauf der Zeit zu verstärken, ergab nun eine Auswertung von Längsschnittdaten des Sozio-oekonomischen Panels.

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass die emotionale Labilität zunimmt, also nicht, wie manche Forschende bislang dachten, eine ausgeprägte Unzufriedenheit auf sie zurückwirkt oder sie gar verstärkt.

Kaum mehr Vertrauen in andere Menschen

Forscherin Gisela Trommsdorff und ihr Kollege Fabian Schunk werteten Daten von rund 5600 Personen aus, die über fünf Jahre befragt worden waren. Bei den neurotischsten Teilnehmenden ging die Lebenszufriedenheit deutlich zurück, nahm die Einsamkeit zu und die Anzahl der Freunde ab, ebenso verloren sie ihr Vertrauen in andere immer mehr. Die Wissenschaftlerin und der Wissenschaftler vermuten, dass ausgeprägte emotionale Labilität es den Betroffenen erschwert, sich sozial anzupassen.

Quelle

Fabian Schunk, Gisela Trommsdorff: Longitudinal associations of neuroticism with life satisfaction and social adaptation in a nationally representative adult sample. *Journal of Personality*, 2022. [DOI: 10.1111/jopy.12783](https://doi.org/10.1111/jopy.12783)

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Neuroticism

NARZISSMUS

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 GESUNDHEIT

Kassensitze sind zum Luxusgut geworden. Das stört Elena Rudolph

Junge Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten können sich die Zulassung zur Abrechnung mit gesetzlichen Krankenkassen oft nicht leisten.

2 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

3 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.