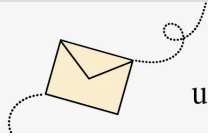


PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



LEBEN

Empfänglicher für Träume

Eine Forschergruppe untersuchte, welche Persönlichkeitsfaktoren damit zusammenhängen, ob wir uns an unsere Träume erinnern.

VON SUSANNE ACKERMANN

 08. APR 2022

Ob wir uns gut an unsere Träume erinnern, hängt zum Teil von der Persönlichkeit ab – es scheint aber auch eine Neigung zur Hochsensibilität dabei eine Rolle zu spielen. Dies berichten der Psychologe Michael Schredl und Kolleginnen und Kollegen vom Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim. Sie befragten rund 1800 Frauen und Männer in einer Onlinestudie und erhoben Daten zur Persönlichkeit sowie zu ihrer Hochsensibilität.

Etwa 50 Prozent der Befragten berichteten, sich mindestens einmal in der Woche an einen Traum zu erinnern. Am besten gelang das wie erwartet denjenigen, die auf den Big-Five-Skalen Offenheit und Extraversion hohe Werte hatten. Zusätzlich scheine – unabhängig vom nah verwandten Konzept der Offenheit – die sogenannte „ästhetische Sensitivität“ eine Rolle zu spielen, eine erhöhte Empfänglichkeit gegenüber ästhetischen Reizen, die Hochsensiblen zugeschrieben werde.

Kritikerinnen und Kritiker des Konzepts Hochsensibilität geben zu bedenken, dass unklar ist, ob diese Art der Wahrnehmung neuronale Grundlagen hat. Studienteilnehmende schätzten sich bei Fragen dazu unterschiedlich ein.

Literatur

Michael Schredl u.a.: Dream recall frequency and sensory-processing sensitivity. *Dreaming*, 2022. [DOI: 10.1037/drm0000185](https://doi.org/10.1037/drm0000185).

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

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egoomanen. ► 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 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

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

2 LEBEN

Narzissmus

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

3 GESUNDHEIT

Sich selbst beruhigen

In turbulenten Zeiten ist es besonders hilfreich zu lernen, wie man sich selbst beruhigen kann, sagt der Psychosomatiker Thomas Loew im Interview.