

SCHWARZ - WEIß - DENKER

Entweder gut oder böse

Selbstwertschwache Menschen neigen zum Schwarz-Weiß-Denken

Wenn es zum Streit mit dem Partner kommt, sehen manche Menschen gleich das Ende der Beziehung gekommen. Sie stellen die Liebe des anderen infrage. Einen Grund für dieses Katastrophisieren hat Steven Graham, Psychologieprofessor an der *Carnegie Mellon University*, entdeckt: Das Ausmaß des Selbstwertgefühls entscheidet darüber, ob eine Person sowohl die guten als auch die negativen Eigenschaften eines anderen Menschen sehen kann, oder ob sie Gutes und Schlechtes getrennt voneinander wahrnimmt. Wie Graham herausfand, speichern Menschen mit niedrigem Selbstwertgefühl die positiven und negativen Aspekte anderer in zwei völlig unterschiedlichen Gedächtnissystemen.

Wer dagegen ein starkes Selbstwertgefühl besitzt, fügt die verschiedenen Eigenschaften anderer Personen zu einem einheitlichen Bild zusammen, das den Partner insgesamt in einem freundlicheren Licht erscheinen lässt.

Steven Graham bat 70 Studierende, einen Selbstwertfragebogen auszufüllen. Anschließend präsentierte er ihnen auf dem Computerbildschirm in schneller Sequenz Wörter, die positive oder negative Persönlichkeitseigenschaften beschrieben. Die Probanden sollten möglichst schnell auf einen Knopf drücken, wenn einer dieser Begriffe eine Eigenschaft ihres Zimmergenossen beschrieb. In einem weiteren Durchgang sollten sie beurteilen, welches der präsentierten Wörter auf ihren Computer zutraf (*Journal of Personality and Social Psychology*, Bd. 90/4, 2006).

Wie Graham herausfand, benötigten Studenten mit einem niedrigen Selbstwertgefühl deutlich mehr Zeit, um die Persönlichkeitseigenschaften ihrem Zimmergenossen zuzuordnen. Schnell entscheiden konnten sie sich dagegen, wenn es um ihren Computer ging. Für den Psychologen ein Hinweis darauf, dass die Befragten negative und positive Eigenschaften von Menschen in verschiedenen Bereichen ihres Gedächtnisses speichern. Studierende,

die sich im Persönlichkeitstest als selbstwertstark herausstellten, hatten in keiner Testphase Entscheidungsschwierigkeiten. Sie wussten sehr schnell, ob eine Eigenschaft auf ihren Studienkollegen zutraf oder nicht. Sie scheinen positive und negative Persönlichkeitseigenschaften anderer nicht getrennt zu speichern – was bedeutet, dass sie schneller abgerufen werden können.

In einer anderen Studie mit 537 Teilnehmern konnte Graham zeigen,

dass selbstwertschwache Personen sich schwerer tun als selbstwertstarke, die positiven und negativen Seiten ihres Partners gleichermaßen präsent zu halten. Sie lassen sich von den „schlechten“ Seiten und Launen sehr viel mehr verunsichern und empfinden sie als bedrohlicher als jene Personen, die das Gesamtbild der Partnerpersönlichkeit vor Augen haben.

Für Graham bedeuten diese Ergebnisse: Menschen mit schwachem Selbstwertgefühl neigen zum Schwarz-Weiß-Denken. Je nachdem, wie sich der Partner verhält, betrachten sie ihre Beziehung als gut oder schlecht. Und sie schwanken in der Bewertung ihres Lebensgefährten. Selbstwertstarke Personen dagegen spalten den Partner auch in kritischen Momenten nicht in Gut oder Böse auf, sondern behalten seine Gesamtpersönlichkeit im Blick.

