

Psychologie-Quiz - Lösungen

- 1) Richtig. Mit standardisierten Fragebögen messen Psychologen fünf Persönlichkeitsfaktoren, die jeder Mensch in unterschiedlicher Ausprägung aufweist: Die sogenannten Big Five. Ist jemand also gesellig oder schüchtern (Extraversion), kooperativ oder feindselig (Verträglichkeit), ängstlich oder selbstsicher (Neurotizismus), zuverlässig oder unachtsam (Gewissenhaftigkeit), kreativ oder engstirnig (Offenheit).
- 2) Das stimmt. Tatsächlich hat eine aktuelle Studie gezeigt, dass bei jungen Menschen, die für sechs bis zwölf Monate allein im Ausland leben, der Persönlichkeitsfaktor Neurotizismus abnimmt, während die Aspekte Verträglichkeit und Offenheit zunehmen.
- 3) Richtig. Auch wenn die wortwörtliche Übersetzung des Wortes Schizophrenie "Abspaltung der Seele" bedeutet, haben die Betroffenen nicht mehrere Persönlichkeiten. Die Persönlichkeitsspaltung gehört zu einer anderen Erkrankung: die Dissoziative Identitätsstörung, auch als Multiple Persönlichkeitsstörung bekannt. Allerdings ist umstritten, ob diese Splittung des Selbst wirklich existiert. Wer also mit dem Ausspruch "Das ist doch schizophren" etwas Absurdes oder Widersinniges meint, nutzt nicht nur eine stigmatisierende Sprachformel, sondern begeht auch einen inhaltlichen Fehler.
- 4) Richtig, denn diese Aussage ist falsch. Alkoholabhängigkeit ist eine chronische Erkrankung und hängt daher ebenso wie körperliche chronische Erkrankungen nicht von Wollen oder Nicht-Wollen ab.
- 5) Richtig. Nur noch selten liegen Patienten in einer Psychotherapie in Deutschland - und schon gar nicht mit dem Rücken zum Therapeuten. Zumeist sitzen sich Therapeut und Patient gegenüber oder schräg zueinander.
- 6) Richtig. Forscher sagen, dass Kinder, die ein Instrument zu spielen lernen, dadurch in ihrer Intelligenzentwicklung gefördert werden.
- 7) Richtig. Wer sich für andere Menschen engagiert, lebt Studien zufolge bis zu sechs Jahre länger als jene, die keinem Ehrenamt nachgehen. Das offenbarte kürzlich eine Übersichtsarbeit mit Daten von mehr als 50.000 Menschen von drei Kontinenten.

- 8) Richtig. Hirnjogging gegen Gedächtnisschwund ist ein Mythos. Allein schützt das Hirntraining nicht vor einem Abbau der Zellen im Gehirn. Vielmehr halten Kontakte zu anderen Menschen, Hobbys wie Sport oder Musik und eine gesunde Lebensweise das Gehirn fit.
- 9) Richtig. Es ist verblüffend: Geschulte Experten können die Gefühle eines Menschen anhand sogenannter Micro-Expressionen ablesen. Das sind Gesichtsausdrücke, die wir nicht kontrollieren können und die in Bruchteilen von Sekunden über unsere Gesichter huschen. Sie verraten, wann wir wirklich Trauer empfinden oder auch Zorn, wann Neid oder Scham. Um sie erkennen zu können, bedarf es jedoch jahrelangen Trainings - und meist Videoaufnahmen in Zeitlupe.
- 10) Richtig. Häufig unterschieden sich Partner nur in ihrem Geschlecht, sind sich aber in vielen anderen Eigenschaften ähnlich, wie etwa in ihrer Weltanschauung, dem Bildungsniveau und auch der physischen Attraktivität.
- 11) Richtig. Wann immer Zorn hochsteigt, hilft durchatmen und eine erfreuliche Tätigkeit. Schon in die Sonne nach draußen zu gehen oder das Lieblingseis zu essen, kann die brodelnde Wut bezähmen. Das ist eine Methode, die in der Behandlung von Menschen mit Borderline-Persönlichkeitsstörung trainiert wird. Die Betroffenen erleben oft hitzige Wutanfälle. Sie sollen sich für den Fall, dass Zorn sich anbahnt, eine Tätigkeit überlegen, die eine entgegengesetzte Emotion verlangt - also etwas, das Freude bereitet. Zugleich zeigt die Embodiment-Forschung, dass schon eine positive Bewegung, wie ein Lächeln, den Groll verdrängen kann. Während eine geballte Faust Wut schürt.

Quelle: <https://www.spiegel.de/quiztool/quiztool-61177.html?a=312>