

2 Der genetische Code unserer Persönlichkeit - welche stabilen Grundmuster gibt es und warum sind sie so wichtig?

von Ralf China, Structogram Deutschland

Unsere Persönlichkeit wird von zwei maßgeblichen Komponenten bestimmt: Von unserer Biostruktur (Anlage) und unserem Charakter (Umwelt). Und anders als es immer noch gerne proklamiert wird, können sich Menschen nicht beliebig verändern, selbst wenn sie es wollen.



Die Persönlichkeitsforschung erhielt einen deutlichen Erkenntnisschub, als immer bessere Verfahren für genauere Untersuchungen des menschlichen Gehirns entwickelt wurden: Durch Hirnstrommessungen, Positronen-Emissions-Tomografie (PET) bis hin zur funktionalen Magnetresonanztomografie können wir Gehirnen quasi live bei der Arbeit zusehen. Mit diesen neuen Verfahren gelang es, zu entschlüsseln, wie das Gehirn als Steuerzentrale für Persönlichkeit und Verhalten funktioniert.

Der Erste, dem es gelang, lückenlos die funktionale Struktur des Gehirns aufzuzeigen, war der amerikanische Hirnforscher Paul D. MacLean, Direktor des Instituts für Hirn- und Verhaltensforschung am National Institute of Mental Health, Maryland. Nach mehr als 30 Jahren Forschung fand er schlüssige und naturwissenschaftlich nachprüfbare Antworten auf die Frage, wie unser Verhalten vom Gehirn gesteuert wird. Er „entdeckte, dass dabei die evolutionsbiologisch älteren Bereiche unseres Gehirns eine wichtige Rolle spielen.“

Vereinfacht gesagt, erkannte MacLean, dass sich das Gehirn aus drei unterschiedlich alten und klar voneinander abgrenzbaren Bereichen zusammensetzt. Diese drei Hirnbereiche haben unterschiedliche Funktionen beziehungsweise Aufgaben, wobei sie einander beeinflussen und funktional ergänzen. MacLean schreibt dazu: „Die von mir vorgeschlagene Einteilung mag zwar sehr vereinfachend erscheinen. Es ist und bleibt aber eine Tatsache, dass die drei grundsätzlichen Formationen für jeden erkennbar vorhanden sind und dank der ständigen Verfeinerung der anatomischen, physiologischen und chemischen Untersuchungstechniken sich heute klarer abzeichnen als je zuvor.“

Trotz oder vielleicht gerade wegen dieser Einfachheit bot MacLeans Konzept des „Triune Brain“ (drei-einiges Gehirn) völlig neue Erklärungsmöglichkeiten für menschliches Verhalten. Erstmals konnte auch die oft widerspruchsvolle Mischung von Gefühl, Emotion und Ratio naturwissenschaftlich erklärt werden. Neben der anatomischen Tatsache, dass natürlich jeder Mensch über diese drei Hirnbereiche verfügt, wurde mittels Hirnstrommessungen und PET-Aufnahmen nachgewiesen, dass das Aktivitätsniveau dieser drei Bereiche individuell unterschiedlich ist. Das individuelle Zusammenspiel dieser drei Hirnbereiche, das bei jedem Menschen verschieden ist, wird als „Biostruktur“ (Grundstruktur, die auch das Temperament umfasst) der Persönlichkeit bezeichnet.“

Diese biostrukturellen Unterschiede haben ganz praktische Auswirkungen. So hat jeder der drei Hirnbereiche einen unterschiedlich starken Einfluss auf unser Verhalten:

- das gefühlsmäßig-instinktive Stammhirn,
- das emotional-impulsive Zwischenhirn,
- das rational-kühle Großhirn.

Das individuelle Zusammenspiel dieser drei Komponenten ergibt eine Art „genetischen Fingerabdruck“ unserer Persönlichkeit.

Jeder Mensch denkt anders, das bestätigen auch Forscher der Yale University. Sie veröffentlichten 2015 ihre Erkenntnisse in der Zeitschrift Nature Neuroscience. Demnach weisen unsere Hirnaktivitäten ein charakteristisches Muster auf, das ähnlich einzigartig ist wie unser Fingerabdruck oder unsere DNA.

Diese genetisch veranlagten Persönlichkeitsmerkmale stehen im engen Zusammenhang mit den drei Hirnbereichen und bestimmen maßgeblich unsere Biostruktur und damit den stabilen Kern unserer Persönlichkeit. Sie sind der Nährboden, auf den die verschiedenen Reize und Einflüsse unserer Umwelt treffen. Dieses Zusammenwirken von Biostruktur und Charakter, das als Anlage-Umwelt-Interaktion bezeichnet wird, sorgt dafür, dass sich die gleichen Umweltbedingungen bei unterschiedlichen Individuen eben auch unterschiedlich auswirken.

Unsere Persönlichkeit wird also von zwei maßgeblichen Komponenten bestimmt: von unserer Biostruktur (Anlage) und unserem Charakter (Umwelt). Durch die Zwillingsforschung ist empirisch belegt, dass ein Mensch bereits ab dem Tag der Geburt zu weiten Teilen bestimmte Veranlagungen mitbringt. Auffällig wird das, wenn wir den Sport als Analogie heranziehen.

Während es in den Sportwissenschaften unumstritten ist, dass sich Menschen aufgrund ihrer genetisch veranlagten körperlichen Merkmale mehr oder weniger gut für bestimmte Sportarten eignen, wird diese Erkenntnis in anderen Bereichen häufig ignoriert. Niemand würde ernsthaft auf die Idee kommen, einen Langstreckenläufer zum Sumo-Ringen umschulen zu wollen. Dazu sind die jeweils notwendigen körperlichen Voraussetzungen einfach zu unterschiedlich. Selbst innerhalb einer Sportart wird ein guter Trainer seine Athleten je nach Anlage differenziert trainieren, denn trotz einer grundlegenden Übereinstimmung in vielen Merkmalen reagiert jeder anders auf bestimmte Trainingsanreize: Bestimmte Muskeln entwickeln sich mehr oder weniger gut und auch die Überlastungs- und Verletzungsrisiken sind individuell unterschiedlich. Das Prinzip der „Selbstverstärkung“ gilt für alle Lebensbereiche.

Anders, als es immer noch gerne proklamiert wird, können sich Menschen nicht beliebig verändern, selbst wenn sie es wollen. Auch bei der Frage, ob wir uns eher rational (Homo oeconomicus) oder eher emotional (Vorbild Homer Simpson) verhalten, geben unsere Gene den Rahmen vor. Deshalb ist es für die Suche nach einer persönlich passenden, wirksamen Erfolgsstrategie unverzichtbar, das persönliche Potenzial genau zu kennen – und unsere Biostruktur ist der Schlüssel dazu! Denn wie Sie sehen werden, hat diese maßgebliche Auswirkungen darauf, was uns motiviert, welche Ziele wir wahrscheinlicher erreichen können und in welchem Maße wir Disziplin und Willenskraft entwickeln können. Dabei spielen Neurotransmitter, die Botenstoffe in unserem Gehirn, eine zentrale Rolle.“