



**Evangelische
Familienbildung**

FRANKFURT UND OFFENBACH

Die Big Five der Persönlichkeit

Was bedeuten sie?

Sind sie durch Erziehung beeinflussbar?

Was bedeuten die Big Five?

Die psychologische Forschung hat in vielen Studien festgestellt, dass sich jeder Mensch mittels fünf Dimensionen der Persönlichkeit adäquat beschreiben lässt. Dies gilt unabhängig von Geschlecht, Kultur oder Religion.

Um ein Individuum zutreffend zu charakterisieren, genügt es demnach, die Ausprägung seiner Persönlichkeit in folgenden Kategorien, den sog. Big Five, einzustufen:

- Offenheit für Erfahrungen
- Gewissenhaftigkeit
- Extraversion
- Verträglichkeit
- Emotionale Instabilität

Wie lassen sich die Big Five beschreiben?

Offenheit für Erfahrungen

Wer offen für Erfahrungen ist, begegnet seiner Umgebung aufgeschlossen und neugierig. Menschen mit geringer Offenheit verhalten sich eher konservativ und vorsichtig.

Gewissenhaftigkeit

Ein gewissenhafter Mensch handelt organisiert, zuverlässig und sorgfältig. Wer über eine geringe Ausprägung dieser Eigenschaft verfügt, verhält sich eher unbekümmert und ungenau.

Extraversion

Extrovertierte Personen bevorzugen Geselligkeit und sind anderen gegenüber zugewandt. Als introvertiert wird eingestuft, wer sich in Gruppen eher zurückhält und gerne alleine ist.

Verträglichkeit

Stehen Mitgefühl für andere und Hilfsbereitschaft bei einem Menschen im Vordergrund, wird er als verträglich eingestuft. Als wenig verträglich gelten Personen, die misstrauisch, wettbewerbsorientiert und streitbar sind.

Emotionale Stabilität

Wer hohe Werte für emotionale Stabilität erreicht, gilt als zufrieden, ausgeglichen und entspannt. Als emotional instabil werden Menschen eingestuft, die als ängstlich, nervös und angespannt wahrgenommen werden.

Die Big Five in der Erziehung am Beispiel „emotionale Stabilität“

Die Persönlichkeit eines Kindes bildet sich immer im Wechselspiel von genetischer Anlage und Umwelt, also dem familiären und weiteren sozialen Umfeld.

Wenn Kleinkinder sich z. B. darin unterscheiden, wie schnell sie Angst oder Stressgefühle empfinden, ist dies durch biologische Einflüsse bedingt und schwer änderbar.

Allerdings können Eltern den kindlichen Umgang mit negativen Emotionen beeinflussen: Wenn sie ihrem Kind vermitteln, sich durch Singen oder andere Aktivitäten abzulenken oder sich durch ruhige Worte und Atmung in stressigen Situationen zu beruhigen, unterstützen sie es dabei, ein emotional stabiler Mensch zu werden. Ähnlich verhält es sich mit den übrigen Dimensionen der Big Five.



**Evangelische
Familienbildung**

FRANKFURT UND OFFENBACH

Förderung der Persönlichkeitsdimensionen in der Erziehung



**Evangelische
Familienbildung**

FRANKFURT UND OFFENBACH

Förderung von Offenheit für Erfahrungen

Wenn Eltern ihren Kindern viele anregende kulturelle und kreative Impulse bieten, regen sie ihre Neugier auf die Welt an. Frühkindlicher Kontakt mit Büchern, gemeinsames Singen und Musizieren oder auch Museumsbesuche fördern die Entwicklung einer aufgeschlossenen Persönlichkeit.

Förderung von Gewissenhaftigkeit

Die kindliche Aufmerksamkeitsspanne ist kurz und Kleinkinder suchen rasch nach Abwechslung. Eltern können die Gewissenhaftigkeit ihres Nachwuchses verbessern, wenn sie kontinuierlich zu genauem Betrachten der Umgebung sowie konzentrierter Beschäftigung mit Spielmaterial anregen.

Förderung von Extraversion

Die Zurückhaltung oder soziale Hinwendung eines Kindes gegenüber anderen Menschen gilt in der Forschung als relativ stabiles Persönlichkeitsmerkmal. Allerdings können Eltern schüchterne Kinder dabei begleiten, sicheren Kontakt zu Gleichaltrigen und Erwachsenen aufzubauen. Wichtig ist, kleine Schritte der Hinwendung zu anderen zu fördern und zu bestärken. Gleichzeitig sollten die Kinder soziale Rückzugsmöglichkeiten finden und nicht überfordert werden.

Förderung von Verträglichkeit

Eltern, die sich selbst hilfsbereit verhalten und anderen Menschen vertrauen, wirken als wichtige Vorbilder für ihre Kinder. Wenn sie im Erziehungsalltag darauf achten, Konflikte kooperativ zu lösen und Mitgefühl für ihr Kind zu entwickeln, fördern sie diese Eigenschaften auch bei ihrem Nachwuchs.

Die Big Five helfen allen, die sich und ihre Nächsten besser kennen lernen möchten. Wer Kenntnisse über die menschliche Persönlichkeit in der Erziehung anwendet, kann die Entwicklung seiner Kinder fördern.

**EVANGELISCHE
FAMILIENBILDUNG
FRANKFURT UND
OFFENBACH**

www.familienbildung-ffm-of.de