

# Inhalt

<b>Vorwort zur neunten Auflage</b> .....	9
<b>Vorwort zur ersten Auflage</b> .....	11
<b>1 Persönlichkeit, Anlage und Umwelt</b> .....	19
Wie erfasst man »Persönlichkeit«? .....	19
Temperament .....	26
Die Bedeutung frühkindlicher Einflüsse und der Bindungserfahrung .....	29
Intelligenz und Begabung .....	36
Wie wird Intelligenz definiert und gemessen? .....	38
Welche neurobiologischen Grundlagen hat die allgemeine Intelligenz? .....	41
Sind Intelligenz und Begabung angeboren oder erworben? .....	44
Zusammenfassung .....	52
<b>2 Ein Blick in das menschliche Gehirn</b> .....	54
Der allgemeine Aufbau .....	54
Die Großhirnrinde .....	58
Das limbische System .....	65
Zwischenhirn und Hirnstamm .....	71
Die Bausteine des Gehirns .....	76
Gehirnentwicklung .....	80
<b>Exkurs 1: Methoden der Hirnforschung</b> .....	89
<b>3 Ich, Bewusstsein und das Unbewusste</b> .....	95
Ich-Zustände .....	95
Bewusstsein .....	100
Was gehört zum Unbewussten? .....	102
Das Vorbewusstsein .....	105
Wie, wann und wo entsteht im Gehirn das Bewusstsein? ..	106
Wie steuert das Unbewusste das Bewusstsein? .....	110
Wo existiert das Vorbewusste? .....	113

<b>4</b>	<b>Die Verankerung der Persönlichkeit im Gehirn .....</b>	<b>114</b>
	Die vier Ebenen der Persönlichkeit .....	116
	Wie diese vier Ebenen die Entwicklung unserer Persönlichkeit bestimmen .....	122
	Die Grundlagen von Persönlichkeitsstörungen .....	137
	Zusammenfassung: Vier Einflusskräfte formen die Persönlichkeit .....	141
	<b>Exkurs 2: Verstand oder Gefühle – ein kleiner Blick in die Kulturgeschichte .....</b>	<b>145</b>
<b>5</b>	<b>Ökonomie und Psychologie der Entscheidungsprozesse</b>	<b>150</b>
	Die Theorie rationalen Handelns und ihre Kritik .....	150
	Entscheidungs-Heuristiken .....	158
	Möglichkeiten und Grenzen bewusster Entscheidungen ..	162
	Der Umgang mit komplexen Geschehnissen .....	168
	Bauchentscheidungen, Kopfentscheidungen – oder etwas Drittes? .....	173
<b>6</b>	<b>Psychologie und Neurobiologie von Verstand und Gefühlen .....</b>	<b>177</b>
	Wo im Gehirn sitzen Verstand und Vernunft? .....	179
	Was sind Gefühle und wo im Gehirn sitzen sie? .....	182
	Das limbische System als Entstehungsort der Gefühle .....	185
	Das zerebrale Belohnungs- und Belohnungs- erwartungssystem .....	191
	Das ökonomische und das soziale Gehirn .....	197
<b>7</b>	<b>Was uns Handlungspsychologie und Neurobiologie über die Steuerung von Willenshandlungen sagen .....</b>	<b>205</b>
	Das Rubikon-Modell der Handlungspsychologen .....	209
	Was passiert im Gehirn bei Willenshandlungen? .....	213
	Woher weiß das limbische System, was zu tun ist? .....	222
<b>8</b>	<b>Welches ist die beste Entscheidungsstrategie? .....</b>	<b>227</b>
	Der Nachteil der »Bauchentscheidungen« .....	231
	Die Falle des ersten Eindrucks .....	235
	Die Vor- und Nachteile rationaler Entscheidungen .....	239

Über die Vor- und Nachteile intuitiven Entscheidens .....	243
Persönlichkeit und Entscheidung .....	247
<b>Exkurs 3: Wie veränderbar ist der Mensch? Ein zweiter Blick in die Kulturgeschichte .....</b>	<b>249</b>
Erziehungsoptimismus als »Staatsreligion« .....	257
<b>9 Persönlichkeit, Stabilität und Veränderbarkeit .....</b>	<b>262</b>
Lebensläufe – wissenschaftlich untersucht .....	263
Wie eine gewalttätige Persönlichkeit entsteht .....	264
Wovon hängt die Zufriedenheit ab, und wie beständig ist sie? .....	268
Bereiche der Veränderbarkeit des Menschen .....	273
<b>10 Veränderbarkeit des Verhaltens aus Sicht der Lernpsychologie .....</b>	<b>277</b>
Bestrafung .....	280
Belohnungsentzug .....	284
Vermeidungslernen .....	285
Belohnung .....	287
Weitermachen, wenn die Belohnung ausbleibt .....	291
<b>11 Motivation und Gehirn .....</b>	<b>296</b>
Motive und Persönlichkeit .....	302
Kongruenz und Inkongruenz von Motiven und Zielen ....	308
Merksätze zur Belohnung .....	313
<b>12 Einsicht und Verstehen .....</b>	<b>319</b>
Warum ist es schwierig, andere zu verstehen und ihnen Einsicht zu vermitteln? .....	320
Jeder lebt in seiner Welt .....	323
Die Gründe von Nichtverstehen .....	330
<b>13 Über die grundlegende Schwierigkeit, sich selbst zu verstehen .....</b>	<b>336</b>
Selbsttäuschung und Selbsterkenntnis .....	343
Selbsttäuschungen besonderer Art .....	347
Die drei Arten des Verstehens .....	351

<b>14 Was können wir tun, um andere zu ändern? .....</b>	<b>354</b>
Erste Strategie: Der Befehl von oben .....	355
Zweite Strategie: Der Appell an die Einsicht .....	357
Dritte Strategie: Orientierung an der Persönlichkeit .....	358
Der Vorgesetzte – eine Frage des Vertrauens .....	360
Der Vorgesetzte als Vorbild .....	364
Wie gehe ich mit den unterschiedlichen Typen von Mitarbeitern um? .....	365
<b>15 Möglichkeiten und Grenzen der Selbstveränderung .....</b>	<b>369</b>
Tiefgreifende Persönlichkeitsveränderungen und ihre Ursachen .....	370
(Selbst-)Veränderung allein und in der Partnerbeziehung	373
Selbstmotivation .....	378
<b>16 Persönlichkeit und Freiheit .....</b>	<b>383</b>
Worum geht es überhaupt bei der modernen Debatte um die Willensfreiheit? .....	384
Die Unzulänglichkeiten des traditionellen Willensfreiheitsbegriffs .....	386
Freiheit und Determinismus .....	388
<b>17 Zusammenfassung .....</b>	<b>394</b>
Ein neues Menschenbild? .....	394
Ist der Mensch nichts anderes als sein Gehirn? .....	399
Literaturzitate und weiterführende Literatur .....	403
Personenregister .....	418
Sachregister .....	420