

# Neurotischen Menschen geht es während der Coronakrise emotional schlechter

*Bericht: Westfälische Wilhelms-Universität Münster*

*Neurotische Menschen erleben während der Coronakrise mehr negative Emotionen im Alltag, sind emotional instabiler und machen sich mehr Sorgen um ihre Gesundheit. Das ergab eine Untersuchung von Psychologinnen und Psychologen der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster (WWU) und der Universität Bielefeld. Die Studie ist in der Fachzeitschrift „Journal of Research in Personality“ erschienen.*

**D**er Beginn der Corona-Pandemie im März hat den Alltag vieler Menschen grundlegend verändert. Ein normaler Arbeitsalltag, ein lebendiges öffentliches Leben und unbeschwerter Sozialkontakte erscheinen wie eine Erinnerung aus einer anderen Zeit. Um zu erforschen, wie sich diese Beschränkungen auf das emotionale Wohlbefinden auswirken, haben die Wissenschaftler eine Befragung zum Umgang mit der Pandemie durchgeführt. „Unsere Analysen ergaben, dass es den meisten Menschen trotz der Beschränkungen in dieser Zeit relativ gut ging“, erklärt Doktorandin und Studienleiterin Lara Kröncke vom Institut für Psychologie der WWU. „Diese Ergebnisse passen zu anderen Untersuchungen, die zeigen, dass die meisten Menschen besser mit den Einschränkungen zurechtkommen als gedacht.“

Die Studie bestand aus zwei Teilen und begann kurz vor Beginn des ersten Lockdowns in Deutschland am 18. März. Zunächst machten die Teilnehmer in einem Online-Fragebogen Angaben zu ihrer Person und zu ihren persönlichen Einstellungen und Verhaltensweisen im Umgang mit dem Coronavirus. In einer zweiten Phase beantworteten mehr als 1.600 Teilnehmer bis zum 3. April per Smartphone mehrmals am Tag Fragen nach den aktuellen Gefühlslagen und sozialen Kontakten.

„Es gab einige Personen, die häufiger negative Gefühle wie Angst und Unsicherheit erlebten und emotional instabiler waren, also von stärkeren emotionalen Schwankungen berichteten“, betont Lara Kröncke. Um herauszufinden, welche Personengruppen am stärksten betroffen waren, verglich die Forschergruppe den Einfluss von demographischen Merkmalen und Persönlichkeitseigenschaften auf das emotionale Wohlbefinden im Alltag. Dabei stellte sich Neurotizismus – die Tendenz unsicher und nervös zu sein und eine negative Sicht auf sich, die Welt und die Zukunft zu haben – als größter Risikofaktor für emotionale Probleme heraus: Neurotische Personen berichteten über den gesamten Studienzeitraum hinweg von mehr und stärker schwankenden negativen Gefühlen. Außerdem beschäftigten sie sich mehr mit dem

Coronavirus und machten sich mehr Sorgen um ihre Gesundheit, was wiederum negative Gefühle wie Angst, Unsicherheit und Angespanntheit verstärkte. Der Einfluss von Neurotizismus auf die Gefühlslage der Menschen war sogar höher als der Einfluss von demographischen Faktoren wie Geschlecht, Alter und Gesundheitsstatus. „Diese Ergebnisse zeigen, dass unsere Persönlichkeit einen entscheidenden Einfluss darauf hat, wie wir mit der Krise umgehen“, fasst Mitautor Prof. Dr. Mitja Back vom Institut für Psychologie der WWU die Ergebnisse zusammen.

Die Ergebnisse können genutzt werden, um Personen zu identifizieren, die ein besonders hohes Risiko für emotionale Probleme während der Corona-Krise haben. „Das ist wichtig, um gezielt Risikogruppen ansprechen zu können“, erläutert Lara Kröncke. Mit neuen Studien wollen die Forscher untersuchen, welche Maßnahmen bei diesen Personen besonders wirksam sind und wie sich das emotionale Wohlbefinden über einen längeren Zeitraum hinweg entwickelt.

Originalpublikation

Kroencke, L., Geukes, K., Utesch, T., Kuper, N., & Back, M. D. (2020). Neuroticism and emotional risk during the COVID-19 pandemic. *Journal of Research in Personality*, 89, 104038. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2020.104038>

Weitere Informationen:

---

14.12.2020

Kathrin Nolte

Stabsstelle Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Westfälische Wilhelms-Universität Münster

Quelle:

[www.idw-online.de](http://www.idw-online.de)

[www.uni-muenster.de](http://www.uni-muenster.de)