

# INTEGRATIVE THERAPIE

ZEITSCHRIFT FÜR VERGLEICHENDE PSYCHOTHERAPIE UND METHODENINTEGRATION

## Identität in Therapie und Beratung

**Heiner Keupp:** Prekäre Verortungen in der Spätmoderne:  
Zum Patchwork Personaler und Kollektiver Identitäten

**Renate Frühmann:** Kreativ arbeiten mit Identitätskrisen

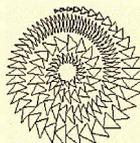
**Alfred Kirchmayr:** Humor – ein ernstheiterer Identitäts-  
Krisen-Manager. Ein Essay

**Eva Jaeggi:** „Ich helfe, also bin ich“. Identitätsprobleme der  
Helferberufe

**Hans Waldemar Schuch:** KONTROVERSE IDENTITÄTEN -  
DISPARATE IDENTITÄTEN. Einige Anmerkungen zu  
Integrationsproblemen von Muslimen

**Jutta Menschik-Bendele:** Ich bin Ich ...oder?  
Zur Bedeutung von Ideologien für die individuelle und  
kollektive Identität

**Hilarion G. Petzold:** „Zu wissen, dass wir zählen ...“  
Zum Tode von Ruth C. Cohn



**Renate Frühmann**

## **Kreativ arbeiten mit Identitätskrisen**

Als ich gestern den Anruf bekam, mit der Bitte, heute am Kongress als Keynote-Sprecherin einzuspringen, war meine erste Reaktion ganz entschieden „Nein!“, „Nein!, nein! Das bin ich nicht, das mache ich nicht! Vorträge bereite ich langfristig vor. Die müssen sitzen!“

Tief entschlossen, gestützt auf diesen subjektiven, bewährten Handlungshintergrund und Selbstattributionen, versuchte ich dieses *Nein* anzubringen, stieß aber auf einen mich kennenden Kontrahenten, der zu argumentieren wusste: „Aber DU bist doch jemand,...“ - und so begannen die Zuschreibungen: „...der aus Erfahrung sprechen kann, der reden kann, schon oft in Gruppen extemporiert hat, mit Praxis- und Theorie-Verschränkung umzugehen weiß, ...im Übrigen kennst du das Thema...“ - und so weiter, und so weiter...

Eine Fremdattribution nach der anderen stürmte auf mich ein, in welchen ich mich jedoch immer wieder auch fand. So bröckelte mein Widerstand. Mein Inneres knüpfte an viele schon überstandene SOS-Kommandos an. Die Dringlichkeit der Bitte rührte an meine Wertvorstellungen von Kollegialität und Freundschaft. Mein gesamtes Belief-System - was ich so von Menschen und mir selbst glaube - wurde abgerufen. Aus den Archiven meiner Biographie tönte der Satz: „Wenn du willst, dann kannst du doch!“ und kippte den letzten Rest meines autonomen Aufbegehrens. Kurzum: Die Falle meiner Identität hat zugeschlagen! Fremdbild und Selbstbild klappten wie Folien ineinander, wurden ident, wurden Motivation, wurden Triebfeder zu dem Handeln, das mich hier auf die Bühne bewegt hat: Ich weiß, dass meine Lust und meine Freude schon immer daran gelegen hat, Praxis und Theorie in Verbund zu setzen.

Das, was ich ihnen also jetzt anbieten kann und werde, ist, sie einzuladen in meine therapeutische Werkstatt, in den Prozess einer laufenden Therapie, die noch nicht abgeschlossen ist und der gerade in seiner Offenheit für die nachfolgenden Diskussionsgruppen Perspektiven anbieten kann, sich selbst aus ihren professionellen Hintergründen Gedanken zu machen, wie sie wohl kreativ mit dieser Krise, die ich als Identitätskrise beschreiben und schildern werde, umgehen, oder wie sie das weitere Geschehen gestalten und begreifen würden.

### **Identität**

Wie ich mich sehe/wie ich gesehen werde! Je klarer diese Selbstgefühle, Selbstwahrnehmung und Selbsterfahrungen sind, je kohärenter ich widerspiegelt werde, desto stärker wird die Gewissheit über Zeit und Raum des eigenen So-seins, umso selbst-sicherer werde ich als Mensch, umso selbst-verständlicher werde ich mir.

Habe ich mich doch verstehen gelernt. Bin ich doch verstanden worden, in vieler Art oder mich begleitender Weise.

Überall, wie wir gehört haben, wo durch äußere oder innere Lebensveränderungen, und diese sind in unserer Zeit sehr viele, sehr häufig) auch überwältigende Ereignisse, welche diese Sicherheit in Frage stellen. Es kommt zu Irritierungen, ja häufig zu Krisen. Wir werden genötigt zu Veränderungen. Wir werden, entweder in autoplastischer Weise herausgefordert, indem wir uns selbst den neuen Bedingungen anpassen - und der Mensch ist ein Anpassungswunder, sonst hätte seine Spezies wohl nicht überlebt - oder wir entwickeln Potentiale, durch die wir die Umwelt zu formen verstehen und in alloplastischer Weise<sup>1</sup> den neuen Gegebenheiten unseren Stempel aufdrücken, um verändernd in diese einzugreifen. Zumeist ist es ein untrennbares Wechselgeschehen.

So leicht das klingt - unseren Gestaltungskräften nach innen und nach außen sind jedoch Grenzen gesetzt. Von Diskontingenz, Fragmentierungen, Zerstreuungen, Brüchen war schon vorher die Rede, welche das Gefühl von Bewusstheit und Einheit, Kohärenz und nacherlebbarer Entwicklungslogiken verstören. Es kommt auch zur Zerstörung von innen. Bis hin zur Frage: „Brauchen wir solche Kontinuitäten?“ Sind wir nicht auf einem Weg zur Patchwork-Persönlichkeit als viel besser beheimatete Persönlichkeitsstruktur? Wird nicht die Gesundheit von morgen sich daraus definieren, ob wir in „balancierender Identität“<sup>2</sup> viele Felder zu betreten vermögen? Wird der Charakter von Menschen, wie sich in einer bestimmenden Weise zeigt, indem man Merkmale zuordnen kann, nicht - wie es bei Perls<sup>3</sup> unterstellt wurde - als ein pathologisches Phänomen angesehen, wo wir nur in Rollenzuschreibungen und Rolleneinengungen ein Dasein fristeten, das einem Prokrustesbett gleicht?

Eine zu große Herausforderung der Wandelbarkeit und der Anpassungsnotwendigkeiten hat aber Schattenseiten. Häufig sind Stress, Konflikte, Entfremdung, ja Krisen die Folge. Unsere äußeren und inneren Ressourcen stützen uns nicht mehr. Erlernte Bewältigungs- und Handlungsstrategien greifen nicht mehr in der Herausforderung von Veränderungen. Sie bringen keine Lösung mehr. Der Organismus, der Leib, der Mensch entwickelt Symptome - es kann zu Erkrankungen kommen. Kurzum, das sind dann die Situationen, in welchen PatientInnen unsere therapeutischen Praxen besuchen.

Im Einverständnis mit meiner Patientin beschreibe ich hier einen noch laufenden Therapieprozess in freilich anonymisierter Darstellung.

Lea ist so jemand! 27jährig, schwarzhäutig, jung, von gesunder Ausstrahlung. Hübscher „Jüngling“, denke ich als ersten Eindruck. Sie erzählt schwankend

---

<sup>1</sup> Petzold 1993, Bd. II, 562/580

<sup>2</sup> Krappmann 1978

<sup>3</sup> Perls 1976

zwischen Ruhe und der Grenze zur Panikattacke. Sie spricht vom Gefühl, nicht mehr zu wissen, wer sie ist, sie komme sich oft so fremd vor zwischen den Menschen, spiele zwar noch immer eine gute Rolle, habe sich den Anforderungen gut gefügt, alle gut gemeistert, aber solange sie sich erinnert, habe sie immer wieder das Gefühl gehabt, nicht hierher zu gehören. Sie lebt in einer lesbischen Beziehung, was ihr - wie sie selbst betont - keine Schwierigkeiten macht. „Das passt!“ Eine erste Schilderung über sich bringt zu Tage, dass sie, als älteres von zwei Mädchen, Vatis Liebling von klein auf war, der sie besonders gern mochte, weil sie seine Interessen teilte. Sie lag mit ihm in der Autowerkstatt unter den Fahrzeugen, schraubte, ölte, lötete, putzte Zylinder, saß schon jung hinterm Steuer, kletterte mutig auf die höchsten Bäume, hielt auch sportlich mit: Bergsteigen, Touren gehen, Langlaufen, Abfahrtslauf.

Die Welt der Mutter, welche sich mehr in der jüngeren Schwester wiederfand - blondlockig, mädchenhaft - und die Allianz des Vaters mit der knabenhaften Tochter klafften stark auseinander. Soweit die Bilanz des ersten Gespräches. Sie wollte auch nie ein Mädchen sein! In der Pubertät hatte sie ihre aufkeimenden Brüste mit Bandagen zurückgebunden und sie im Schlabberpullover versteckt. Auf meine Frage, ob die Eltern, speziell der Vater, sich nicht einen Sohn gewünscht hätten, reagierte sie erstaunt: „Nein, es wäre für ihn in Ordnung gewesen, dass sie ein Mädchen sei.“ Ihr Studium als Informatikerin hat sie zügig abgeschlossen, aber in ihrem Leben käme immer wieder die beängstigende Frage auf: „Wer bin ich eigentlich? Wohin gehöre ich?“

Schon dieser kurze Aufriss der Lebensgeschichte mag ihnen klar machen, dass diese junge Frau in einer Identitätskrise steckt. Die Ängste und Panikattacken sind nachvollziehbar, die Gefühlsreaktionen auf Verunsicherung und Verwirrung, die sich quer durch die ganze Person dieser Frau ziehen, und deren Wurzeln und Ursachen sie sich aber in keiner Weise bewusst ist, geschweige denn, dass sie willentlich Veränderungen zu setzen vermag.

Wir begeben uns auf eine gemeinsame Entdeckungsreise, die heute noch nicht abgeschlossen ist, wo mir klar ist, dass Erzählen und Reden nur ein Teil des Weges sein kann, weil die Sprache allein nicht reichen wird, nicht reichen kann, um die Erlebniswelt wiederzugeben, die voll von Gefühlen, Bildern, Szenen, Bruchstücken, Atmosphären und Ahnungen ist, wo die Erinnerung nur ungeordnete Fragmente aufkommen lässt, die keine Sinnzusammenhänge bieten oder vielfach überhaupt unzugänglich sind. Kurzum: Ich weiß, dass ich viel mit kreativen Medien arbeiten werde. Medien, die die Brücke sind zwischen dem Raum der Gefühle, für die noch keine Worte, keine Sprache gefunden wurden (die meisten Gefühle sind ja doch versprachlichbar), und der Kommunikation.

Im Einsatz kreativer Medien<sup>4</sup> bevorzuge ich in Anfangssituationen eine gewisse Alltagsnähe. Ich weiß, es war in den Anfängen der Gestalttherapie modern, gleich mittels Techniken in Dialog zu treten. (Z.B. erinnere ich mich noch an Zeiten der Gestalttherapie, wo jemand mich begrüßte und sagte: „Mein linker Fuß weint“.) Solche Phänomene zeugen von einer Tradition, wo die Therapie natürlich auch schon an Sprachverformungen mitgewirkt hat. (Ich hab damals vorgeschlagen, ob wir uns nicht zunächst einfach begrüßen können.)

Also ich bevorzuge bei der Wahl kreativer Medien vor allem am Anfang eine gewisse Alltagsnähe, um befremdliche Sprünge für die Patienten zu vermeiden und sie nicht allzu schnell aus ihren bisherigen Kommunikationsmustern zu reißen. Damit kann man in Ausbildungs- und Selbsterfahrungsgruppen experimentieren, wo innerlich starke Menschen neugierig sind auf neue Erlebnisse und Abenteuer, Überraschungen und Methoden. In einer Patientenbeziehung, wo ich eine Form von Kontakt und Beziehung aufbauen möchte, in der PatientInnen zu mir vorerst Vertrauen fassen sollen, bleibe ich möglichst zuerst einmal bei Kommunikationsmustern, die man kennt oder die nur geringfügig abweichen von Vertrautem.

Hier bitte ich die Patientin zuerst einen Erlebnislauf zu schreiben. Ich erkläre, dass dies kein normaler Lebenslauf sein muss und sich insofern unterscheidet, als vornehmlich in diesem Erlebnislauf jene Situationen wichtig wären, welche für sie von Bedeutung sind, wo sie meint, dass diese ihr Leben bestimmt oder beeinflusst haben.

Dieser Zugang zur Biographie, welchen ich ihr anbiete, folgt zwei therapeutischen Indikationen: zum einen die Lebenserzählung, die Narrative<sup>5</sup> weiterhin in Fluss zu bringen, darüber, was die Patientin ihrem Leben als bedeutsam zuschreibt. Dies gewährt uns einen Einblick in das innere Drehbuch, denn was sie daraus entnimmt, hat zumeist narrative Gestalt. Die darin vorkommenden Erzählungen sind die Kristallisationskerne, um die sich Erfahrungen in ähnlicher und wiederkehrender Weise bündeln, die uns später Aufschluss geben können, über ihr Selbstbild und ihre Identität. Erzählungen, die ihr Belief-System entlarven werden - das, was sie von sich glaubt, was sie gelernt hat, was ihr Leben nachhaltig beeinflusst hat, nicht nur im familiären Bereich, sondern auch im Bereich von Sozialisation unter Geschwistern, Schule, Kindergärten, Ausbildung bis zu dem jetzigen Lebenszeitpunkt.

In der Integrativen Therapie können wir solche Techniken – Panoramatechniken<sup>6</sup> - vielfältig einsetzen, überall dort, wo es darum geht, Exzentrizität zu gewinnen, d.h. Überblick. Wo ich aus den unmittelbaren Verwirrungen meiner Erfahrungen, in der ich keine Orientierung mehr habe, eine Daraufricht, eine Übersicht, eine Ansicht brauche, um erste Ordnungen einzuziehen, denen ich entlanggehen kann. Man

---

<sup>4</sup> Petzold/Orth 1990

<sup>5</sup> Petzold 1993, Bd. I, 373

<sup>6</sup> Petzold 1993, Bd. III, 910

kann solche Lebenspanoramen malen, man kann sie collagentechnisch aufarbeiten usw. Das ist Teil von Identitätsarbeit, nämlich, dass wir gemeinsam und miteinander beginnen, den Lebenslauf des Einzelnen verstehen zu lernen.

Lea ist übrigens noch dabei zu schreiben. Sie hat mich gefragt, ob sie fertig werden müsste, was ich natürlich verneine und ihr sage, sie solle sich ihre Zeit nehmen. Sie ist darüber sehr erleichtert und meint: „Gott sei Dank, denn ich würde gar nicht so gerne aufhören, denn beim Schreiben kommt so viel, und ich kann noch gar nicht alles sagen, aber es ist spannend - und das fand ich wunderschön! Wie ein Ariadefaden, wo ich gar nicht weiß, wo der hinführt, aber etwas beruhigt mich da.“

Schon vom Phänomenologischen her ist hier zu sehen, wie in der subjektiven Zuordnung oder Anordnung oder Auffädung von bruchstückhaft durcheinander schwirrenden Lebenserinnerungen Ordnungsprinzipien gut tun. In dieser Übung beginnt sie sich mit ihren Erlebnissen zu identifizieren. Ihre Identität - und in diesem Fall die verunsicherte Identität – beginnt sich scheinbar auf einer Ebene zu beruhigen. Dies bestätigt die Wahl des Mittels.

Einer weiteren therapeutischen Hypothese folgend, nämlich dass die Geschlechtsdiffusion Kern der Identitätskrise von Lea ist, und erste Wurzeln bereits in der Erwartungshaltung, im Erwartungshorizont ihres Elternhauses zu suchen sind, (was Lea ja vehement verneinte: „Ich konnte ein Mädchen sein und wollte kein Mädchen sein!“) - bitte ich sie zu einem anderen Zeitpunkt der Therapie, sich vorzustellen, ihre Mutter sei schwanger mit ihr und würde mit dem Vater zusammen ein Gespräch führen, was dies nun wohl für ein Kind werden soll.

Die Technik des Rollenspieles<sup>7</sup> ist sattsam bekannt, hier eingesetzt gilt es, die Rollenvorstellungen, die sich Lea zumindest von Vater und Mutter durch Erfahrung, Projektion, Worte, Erzählungen gemacht hat, noch einmal zu erleben: welche Überschrift und Mitgift hat sie erhalten zu dem, was sie werden sollte.

In der Gestalt der Mutter kommt einfach Freude auf das Kind. Wenn es ein Mädchen würde, sollte es blondlockig und liebenswürdig sein. Auch ein Bub dürfte es werden, aber der hätte dann wohl schwarze Haare. Wie die Natur manchmal spielt: Schwesterchen ist blondlockig und füllt die Rolle der kleinen Elfe. Meine Patientin kommt schwarzhaarig zur Welt und bringt schon qua Ausstattung ein Repertoire mit, auf das man wunderbar die Rollenzuschreibung des Knaben legen kann, der dem Vater ähnlich ist.

Lea ist übrigens äußerst verwundert über die eigenen Aussagen im Rollenspiel und völlig verblüfft. Sie sagt nur: „Dann hab ich ja alles gemacht, was die wollten“, und sinkt sehr kläglich in sich zusammen und meint dann verwirrt: „Ich bin ja doch ein Mädchen, oder?“

<sup>7</sup> Moreno 1962

Tief ist in dieser kleinen Szene die Rollenverwirrung – die sexuelle Verwirrung - deutlich und prägnant.<sup>8</sup> Nicht nur für mich als Deutende, als vielleicht Vom-Leben-einiges-Wissende, als Zuschreibende, sondern auch für Lea, die sich selbst aus ihrer Erfahrung plötzlich deutlich macht, wie sie das Vorstellungsbild des Elternhauses zum Leben, zum Geschlecht nachvollzogen hat. Mit *Petzold*<sup>9</sup> bekommt das Kind in der Welt der Identitätserfahrungen in den verbalen und nonverbalen Handlungsdialogen Rollen zugeschrieben. Es vermag zwar diese Rollen aktiv erst später wahrzunehmen und sich spielend darin hineinzubegeben. Eingebettet in das zugeschriebene Drehbuch aber beginnt es im Spiel des Lebens die Rollen zu verleiblichen, sie werden ihm auf den Leib geschrieben und sind somit nicht mehr nur Erwartungen, diffuse abstrakte Konstrukte oder Attributionen - du bist lieb - sondern werden konkret in Haltung, Verhalten und Handlungsmustern<sup>10</sup>.

Und Lea hat gespielt. Vaters Bub unter dem Auto, Vaters Glanz in den Augen bei ihren knabenhaften Tätigkeiten. Ein Beispiel der Gazing-Dialogues – der Blickdialoge, die ja in der frühen Kindheit beginnen, wo der antwortende, freudig spiegelnde Blick der Mutter, später auch des Vaters, der Umwelt, der Gesellschaft, immer wieder Bestätigungen verteilen: „Du bist es, so wollen wir dich, so bist du!“ und in uns die Resonanz erzeugen „Ja, das bin ich!“ Je größer die Dissonanz zu dem, was mir zugesprochen und dem, wie ich mich selbst erlebe wird, umso stärker wächst die Entfremdung – das „falsche Selbst“. Es ist hier nicht nur vorübergehende Identifikation, sondern die Vorbereitung auf eine Geschlechterrolle, wenn der Vater lobt: „Wie ein Bua!“, wenn das stumme Einverständnis beim Verfolgen von Fußballspielen, die gemeinsame Verachtung den zimperlichen Weibern gegenüber den Alltag durchzieht. Szenen um Szenen tauchen im Therapieverlauf auf. Immer mehr wird sichtbar, wie Lea sich auch körperlich von der mitgegebenen Mädchenhaftigkeit und der Mädchenrolle entfernt.

Wir arbeiten mit Kinderfotos. Fotos sind eine wunderbare, vielleicht die einzige Möglichkeit, die Zeit zum Stillstand zu bringen und ermöglichen uns, sich in mehreren Lebensphasen mit Identität zu beschäftigen. Wie hab ich damals ausgesehen? Wie hab ich mich damals gesehen? Wie sehe ich mich heute? Das biographische Arbeiten mit Bildern ist eine der wesentlichen Passagen, die wir gerne einsetzen, wenn es um Identitätsarbeit geht, wenn ich mein So-geworden-sein unter der Zeitzugehörigkeit des Fotos verfolgen und neu interpretieren kann. Auch die Art und Weise wie mein Fotograf mich sah, kann aufschlussreich sein. Dies betrifft nicht nur das Bild von mir selbst, sondern jedes Foto (außer es ist eine Aneinanderreihung von Portraitfotos) ist ja umgeben von einer ganzen Szene, von ganzen Atmosphären.

---

<sup>8</sup> Ferenczi 1932

<sup>9</sup> Petzold 1993, Bd. II, 770-788

<sup>10</sup> Petzold 1993, Bd. II, 333ff

Es ist ein Unterschied, ob ein Kinderbild mich auf dem Eisbärenfell des 20. Jahrhunderts anlacht, wo dahinter in bürgerlicher Behaglichkeit ein Kamin flackert, oder ob ich ein Arbeiterkind vor einer Karre stehen sehe, welches mich mit großen Augen ansieht. In den Szenen sind auch die ganzen Milieus vorhanden, die natürlich für das, was der Mensch über sich selbst lernt, mitprägend sind. An den Kinderfotos zeigt sich eindrücklich, wie bei Lea schon „Brüderchen und Schwesterchen“ nebeneinander stehen. Die Schwester ist eineinhalb Jahre jünger. Lea, als kleines Mädchen, ist schon nicht mehr als Mädchen zu erkennen.

Sie beginnt sich darin auch als Bub zu sehen, in den Bildern von sich selbst, die heute zum Selbstbild geworden sind. Verwirrung, Traurigkeit, Trotz, Zorn wechseln in Abständen bei diesen Betrachtungen. Sie verteidigt, was sie doch selbst lebt und gefühlt hat - ein Bub zu sein. Sie will ihr Selbstbild schützen, das sie aber nicht mehr beherbergt, im Gegenteil, dieses hat sie ihren Körper selbst fremd werden lassen. In der Forschung ist dies als Prozess der Entfremdung vom eigenen Körper bekannt. Wer den eigenen Körper ablehnt und anästhesiert, wer seinen Gefühlen nicht mehr Zugang bietet, der entfremdet sich auch in der Welt, der fühlt sich unbehaust in sich selbst und damit auch im Leben.<sup>11</sup>

Lea verteidigt ihr Selbstbild nicht gegen mich, sondern gegen sich selbst. Jetzt erkennt sie, dass sie körperlich Mädchen war und Frau ist, wie sehr sie dies auch zu überspielen und zu leugnen versuchte. In dieser Phase der Therapie mehren sich die Angstzustände. Der drohende Identitätsverlust wird deutlich. Das diffuse Gefühl von Fremdheit, welches sie in Therapie begeben ließ, wird zur klaren Krise. Noch will, noch kann sie den Lebenstrug, in dem sie sich eingerichtet hat, das Haus, das nun zum Gefängnis wurde, nicht aufgeben. Immer wieder biete ich ihr vorsichtig Brücken an, die ihr deutlich machen können, dass sie alles, was sie erlernt hat, worauf sie so stolz ist, nicht notwendigerweise aufzugeben braucht, in der Erkenntnis und Annahme weiblich zu sein - ihre angeborene Körperlichkeit anzunehmen.

Auch hier greifen wir immer wieder nach Medien, denn sie sind Botschaften, die Bewusstes und Unbewusstes verschränken, die mehr als das, was ich intendiere - sagen will - transportieren. Sie sind Botschaften über mich. Sie sind Botschaften an mich und die Welt. Sie sind Botschaften von mir und an andere. Ich schlage ihr vor, aus Journalen Fotos mitzubringen, wie sie denn, wenn sie doch Frau sein wollte, sich das vorstellen würde. Wir haben ja - Gott sei Dank - zur Zeit eine hochgradig differenzierte Gesellschaft, in der viele Frauenbilder Platz haben, wo nicht eine kollektive Konserve alle zwingt, so und nicht anders zu sein, und so dachte ich, durch die erweiterte Auswahl könnten wir vielleicht ihr Repertoire an Phantasie und Vorstellungen anregen. Plastisch war, dass sie das Bild einer Astronautin mit in die nächste Therapiesitzung brachte. Durch dieses Symbol wurde deutlich, dass Lea

<sup>11</sup> Vgl. *Petzold* 1993, 1206ff

versteckt hinter einer dicken Schutzhülle – dem Weltraumanzug – ihr Zuhause, weit entfernt von der Mitte der Gesellschaft, noch immer im Weltraum sieht.

Für den nächsten Schritt in der therapeutischen Begleitung setzte ich eines der großen Medien in der Therapie (einen meiner Lieblingszugänge zum Unbewussten) meiner Patientin ein. Es sind die Träume, die ich immer wieder aktiviere bzw. anfrage. Ich nenne sie die „Seelenpost“, bzw. mit *Petzold*<sup>12</sup> in der Integrativen Therapie, die „Via Regia zur Kreativität“ des Menschen. Dort wo in den Fragmenten der Nacht und den Tagesresten Geschichtliches, Gegenwärtiges, Zukünftiges wild durcheinander purzeln, sich zu neuen Mäandern zusammensetzen, die wir oftmals nicht verstehen, und die wir gemeinsam enträtseln können. Wo innere Möglichkeiten des Tagesbewusstseins sich mit Bildern der Nacht durchtränken, mit unseren Erfahrungen und Erinnerungen vermengen und daraus neue Kreationen erwachsen, die uns möglicherweise Lösungen anbieten. Zumindest aber tiefere Einblicke geben können, in welchen unlösbar scheinenden Konflikten, Ängsten, Freuden oder Hoffnungen etc. unsere Patienten verstrickt sind.

Einer der Träume von Lea ist, dass sie zusammen mit Mädchen in einer Runde sitzt, die Seltsames treiben, eigentlich sich nur sanft bewegen. Sie ist dabei und gehört nicht dazu. Mit schrecklichen Gefühlen von Fremdheit erwacht sie, und Angstgefühle stecken ihr im Hals. Nebst der assoziativen Erzählung über die Schulzeit, wo sie sich auch lieber den Jungen angeschlossen hätte, beschwört sie wieder die Zeiten herauf, in der sie nichts anzufangen wusste mit Mädcheninteressen. Auch die Pubertät, - diese Identitätskrise, die an allen Säulen der Identität<sup>13</sup> rüttelt, - wo unser Körper Sturm läuft, wo unsere Rollen der Kindheit schwinden, wo die Sexualität wie eine Welle aufkeimt und anfragt, in welcher Form wir sie leben werden, wo sich bisherige Freundeswelten verabschieden und sich neue auf tun. Wo die Wertewelt der Eltern angegriffen wird, wir dagegen neue Konstrukte zu formen versuchen, wo wir aber noch in Abhängigkeit zu den materiellen Gütern des Elternhauses nicht alles ausprobieren können und oftmals gar nicht ausprobieren dürfen. Oder wo Gedanken über die Welt, wer bin ich, wer hat mich geschaffen, wo geht es hin, anfangen, uns heftig zu beschäftigen. Wir formen, suchen und finden uns ein in neuen Rollen der Erwachsenenwelt, von welchen wir gleichermaßen geformt werden.

Aber Lea hat diese Zeit nicht nützen können. Sie hat ihre Rolle weiter tradiert. Sie hat sie verstärkt. Was natürlich möglich war: Schlabberpullover und versteckte Mädchenbrüste und schlafender, schlurfender Gang, sowie „Nonkonformisten-Jeans“ gehören ja zum Alltagsbild - sie ist nicht aufgefallen, nichts davon. Es war kein Protest darin, es war eine Fortsetzung der Zerstörung oder Verstörung ihres Rollenbildes als Mädchen.

---

<sup>12</sup> *Petzold* 1977, 147-175

<sup>13</sup> *Petzold* 1993, Bd. II, 596ff

Ich lasse sie, geleitet durch den Traum, in die Rolle einer der Mädchen in der Runde schlüpfen. Sie hat sehr lange gezögert und gesagt, sie kann das nicht. Erst meine Einladung, es doch wie ein Regisseur auszuprobieren, mit dem Hinweis, sie könne jeder Zeit wieder aussteigen, lässt sie Mut fassen, von ihren alten Vorstellungen abzugehen und einfach auszuprobieren, zu experimentieren. Die Förderung der Expression, die Neuorientierung in unbekanntem Verhaltensweisen: Alles das ist Therapie, alles das ist auch Identitätsarbeit.

Am Anfang war Lea sehr steif, aber dann fing sie plötzlich an zu kichern und mit diesem Kichern ist sie in dieses „Weiche“ gekommen. Sie hat mich an 11 bis 13jährige Mädchen erinnert, bei denen plötzlich alles lustig sein kann, jede Bemerkung untereinander kann heftige Lachsalven zur Folge haben. In diese Phase tritt sie ein, diese Atmosphären bringt sie mit. Ihr Körper wird dabei weich und biegsam, geschmeidig. Das Trotzige, Knabenhafte fällt von ihr ab, und fast wie in Trance erwacht sie aus diesem kurzen Einstieg und sagt: „Was war denn das jetzt?“ Ich hab mich gehütet, sie mit Deutungen dieses Erlebnisses schon zu ernüchtern. Sie strahlte so rosig nach dieser Erfahrung, so dass ich dachte, es wäre viel zu früh, dies schon in die Kommunikation, in Worte zu kleiden, und wir hielten deshalb nur fest: „Was immer es war, es hat Spaß gemacht!“ Und mit diesem „es hat Spaß gemacht“ war ein Freiraum geöffnet, der nicht schon wieder zugeschrieben wurde, wo nicht schon wieder definiert war: was ist männlich, was ist weiblich - alles was konflikthaft für sie ist. Es gelang die Einladung in einen neuen Freiraum für Erlebnisse, Einblicke und Ausblicke.

In einer anderen Phase berichtete sie von einer Panikattacke am Morgen. Wiederum frage ich sie, ob sie einen Traum hatte, und es scheint fast wie ein Schlüsseltraum, der die ganze Dramatik ihres Skripts, ihres Drehbuches in ergreifender Weise enthüllt. Es heißt aber noch nicht, dass er ihr Leben verändert oder gewandelt hat. Aber es ist das Drehbuch, das uns beiden vor Augen liegt und an dem wir beide nicht mehr vorbei kommen: Sie träumt, sie steht wie sie heute ist, am Rande eines Schwimmbeckens. Ein kleiner Junge schwimmt am Grund. Er sieht wie tot aus. Er hängt im Abzugsloch des Schwimmbades. Sie überlegt, ob sie ihn retten soll oder nicht. Sie weiß nur: „Ich kann ihn aber auch nicht sterben lassen!“ Sie springt hinein, beatmet ihn unter Wasser, taucht auf, und dann reicht sie ihm dargebotenen Händen, mit dem Gedanken: „Jetzt kümmert ihr euch darum, ich kann nicht mehr!“ Dann überlegt sie im Traum, warum der kleine Junge da wohl hineingesprungen ist, sieht einen Schlüssel am Grund und zögert, ob sie nach diesem Schlüssel tauchen soll. Soweit die Traumsequenz.

Es gibt viele Techniken, sich den Träumen zu nähern. Eine vertraute und eine der bekanntesten ist die Identifikationstechnik.<sup>14</sup> Dort, wo man nicht nur assoziativ

<sup>14</sup> Perls 1969

zuschreibend attribuiert, sondern wo man sich der Erfahrung der Symbole aussetzt und daraus integrieren kann, was man oft im verbalen, reflektierten Leben nicht wahrhaben kann oder will und auch durch Tabus oder Erziehung verbotene, abgespaltene Gefühle sich wieder aneignen kann.

In der Formation des Schwimmbeckens sagt sie nur drei Sätze: „Ich bin für andere da. Die sollen sich tummeln in mir, wenn sie dazu Lust haben.“ Beide sind wir bestürzt von der Wucht der Sätze, in welchen gerade dieses Mitmachen, dieses zu Diensten sein, dieses Rollen-Dienen des kleinen Mädchens zu Tage tritt. Das Mädchen, das da gar nicht mehr fragt oder gefragt wird, wer es denn ist oder sein will, sondern in dem sich die Phantasie-Genüsse (es ist viel zu einspurig das nur dem Vater zuzuschreiben) zum Beispiel des Vaters bereits prägend ausgewirkt haben.

Identifiziert mit dem kleinen Jungen beginnt sich die Szene dramatisch zuzuspitzen. Es erfasst sie eine unendliche Müdigkeit. Sie sagt: „Ich kann nicht mehr, ich will nicht mehr. Ich komm dort nicht hin.“ Wobei das „Dort“ noch unbekannt war. Das „Dort“, wonach der kleine Junge getaucht war, hat noch kein Gesicht. In dieser Müdigkeit, in dieser Traurigkeit hab ich sie verweilen lassen. Wieder in Bezug zum Leben sagt sie: „Manchmal fühle ich mich so, als könnte ich etwas nicht mehr.“ Klagt und beklagt sie bereits ihre alte Identität und steht schon auf der Schwelle, eine bestimmte Rolle in Frage zu stellen, die für sie identitätstragend war und ihr bisher alle Sicherheiten geboten hat.

Sie übergibt diesen kleinen Jungen im Traum den dargebotenen Händen – es bleibt meiner Patientin überlassen, ob es die Rückgabe der elterlichen Vorstellungen an diese ist, ob es eine Bitte an mich innerhalb der Therapie symbolisiert und vieles andere mehr. Dieses Motiv hab ich nicht weiter verfolgt, weil sie selbst nicht daran hängen geblieben ist. „Warum bin ich überhaupt getaucht? Was ist der Schlüssel?“ sind stattdessen Leas Fragen. Hier reißt der Traum ab, und mit kreativen Medien haben wir die Möglichkeit weiter zu phantasieren, weiter zu entwickeln, weiter zu kreieren, und ich lass sie mit Hilfe von Tagtraumtechnik<sup>15</sup> abtauchen. Sie erreicht den Grund und findet den Schlüssel und sieht plötzlich, dass hier kein Absaugrohr war, sondern ein Raum, eine Umkleidekabine. Ich lasse sie den Raum betreten und sie sperrt auf, und heraus fallen goldene Päckchen, und sie meint: „Ich glaub, ich bin jetzt am Ziel!“ Ich frage sie, ob sie nicht ein Päckchen aufmachen möchte? (Meine Überlegung war, ob da vielleicht Frauenkleider oder Mädchenattribute drin sind.) Sie macht das Päckchen auf, und heraus kommt Pech und Schwefel - „Ein Geschenk, das sich nicht erfüllt hat!!!!“ Ein sozialisierter Verrat an sich selbst, der nur scheinbar ans Ziel brachte und zur Belohnung Angst und Schrecken – Panikattacken zur Folge hatte!

---

<sup>15</sup> Brandauer 1986

Wie schon eingangs betont: „Wir sind gemeinsam auf einer Reise.“ Ich weiß, dass die lineare Ableitung einer Identitätsattribution alleine durch die ödipale Situation mit dem Vater nicht geklärt werden kann. Wo ist die Mutter? Wo ist deren Ausfall - die Verweigerung, ein gutes Attribut oder Angebot als Frau zu geben? (Bei diesem Thema waren wir noch gar nicht.) Wieso kann sie sich dort nicht identifizieren, sich nichts abholen für ihre Geschlechtlichkeit? Ich weiß nicht, ob die Archive der Genetik sie nicht schon ausgestattet haben in Richtung Homosexualität. Es ist ja wirklich auch eine unglaubliche Mühsal, wie oft durch Sozialisation und Enkulturation geschlechtsbestimmende Merkmale oder Entwicklungen zugeschrieben werden, ohne dass man anerkennt, dass Menschen auch mit anderer Bestimmtheit und Besonderheit auf die Welt kommen. Ich weiß auch noch nicht viel über die Beziehung mit ihrer Partnerin - ob sie das „andere Frau sein“ nun sucht über ihre Partnerin oder überhaupt eine Form von „Mannsein“ leben kann mit einer Frau. All das liegt noch im Dunkeln dessen, was wir vielleicht gemeinsam erarbeiten werden. Ich weiß nur und damit schließe ich die Vorgeschichte auch schon ab, dass sie letztens zu mir kam und sagte, sie wollte mit ihrer Freundin zu einer Hochzeit gehen und sich zum ersten Mal Mädchenkleider kaufen. Sie sei von Geschäft zu Geschäft gegangen: Eine unheimliche Traurigkeit und Leere habe sie erfüllt, weil sie überhaupt nicht wüsste, was zu ihr passt.

Ich hatte nur gesagt, dass ich mir das sofort vorstellen könne. Worauf sie mich ganz erstaunt ansah, aber verstand, als ich ihr erklärte: „Ja, du hast mit diesen Dimensionen überhaupt weder gespielt, noch geübt, noch kopiert. Wie willst du denn das gleich können? Hast du denn keine Freundinnen, keine Beraterinnen, eine Styling-Beraterin, irgendjemanden Wissenden?“

Implikat: Kreativität und Identität entwirft sich nicht nur aus Selbstentdeckung, sondern dort, wo Defizite sind, bedarf es der Mitaktivität, der Mitkreativität und „Kokreativität“<sup>16</sup> des anderen. Letzter Stand ist: Sie hat ihre Freundin zum *Modebummel* eingeladen. Ich weiß noch nicht, wie die Entwicklung ist, wie es weiter geht.

Es ist wirklich offen! Wir haben genügend gesellschaftliche Konserven: ob sie morgen eine zufriedene, knabenhafte, sich mehr übers „Männliche“ definierende Frau ist, die sich aber hier zuhause fühlt. Ob sie eine Wandlung durchmacht und eine neue weibliche Identität findet, die sie vielleicht auch in eine andere Partnerwahl bringt. Ich weiß es nicht, und ich muss es nicht wissen. Es ist ihr Weg, ihr Weg aus der Angst, aus der Fremdheit hin zur Zugehörigkeit, unter meinen begleitenden Angeboten, die hoffentlich genügend Spielraum geben. SPIEL-Raum, in welchem kreative Medien auch ein Schwerpunkt therapeutischer Begleitung bleiben werden und helfen können, neue Rollen, neue Bewegungsmöglichkeiten in dieser Welt zu

<sup>16</sup> *Iljine/Petzold/Sieper* 1990

erlernen, um darin einen passenden Ort und Vergewisserung für sich zu finden, wo sich Lea in sich und mit anderen Menschen zu Hause fühlen kann!

### **Zusammenfassung: Kreativ arbeiten mit Identitätskrisen**

In vorliegendem Artikel wird anhand eines Beispiels sowohl ein Ausschnitt aus einem laufenden Therapieprozess beschrieben, als auch der Einsatz kreativer Medien im Umgang mit Identitätskrisen aufgezeigt.

**Schlüsselwörter:** Selbstattribution/Fremdattribution, Identität, Narrative, Panoramatechnik, Traumarbeit

### **Summary: Creative Working dealing with Identity Crises**

In the present article the author describes a cutting from a running therapy process (case study) and the usage of creative Medias in dealing with identity crises.

**Keywords:** Self Attribution/External Attribution, Identity, Narrative, Panorama Technique, Dream Work

## **Literatur**

- Brandauer Doris* (1986): Integration in der Gestalttherapie. In: *Singer, J.L./Pope, K.S.*: Imaginative Verfahren in der Psychotherapie. Paderborn: Junfermann, 431-451.
- Ferenczi Sandor* (1932): Sprachverwirrungen zwischen dem Erwachsenen und dem Kinde. In: *Schriften II*, 1972, 303-316.
- Iljine Vladimir N./Petzold Hilarion G./Sieper Johanna*: Kokreation – die leibliche Dimension des Schöpferischen – Aufzeichnungen aus gemeinsamen Gedankengängen. In: *Petzold Hilarion G. / Orth Ilse* 1990, 203-213.
- Krappmann Lothar* (1969): Soziologische Dimensionen der Identität. Stuttgart: Klett.
- Moreno Jacob L.* (1962): Rollentheorie und das Entstehen des Selbst. In: *Petzold Hilarion/Matthias Ulrike* (1982): Rollenentwicklung und Identität, 291-296.
- Perls Frederick S.*: Gestalttherapie n Aktion. Stuttgart: Klett, 1974.
- Perls Frederick S.*: Grundlagen der Gestalttherapie. München: Pfeiffer, 1976.
- Petzold Hilarion G.* (1977): Theorie und Praxis der Traumarbeit in der Integrativen Therapie. In: *Integrative Therapie* 3, 147-175.
- Petzold Hilarion G./Orth Ilse* (1990): Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Bd. I u. II. Paderborn: Junfermann.
- Petzold Hilarion G.* (1993): Integrative Therapie. Bd. I. Zeit, Zeitqualitäten, Identitätsarbeit und biographische Narration. Chronosophische Überlegungen. Paderborn: Junfermann, 33-397.
- Petzold Hilarion G.* (1993): Integrative Therapie. Bd. I, Identitätsarbeit und Sinnerfassungskapazität. Paderborn: Junfermann, 368-394.
- Petzold Hilarion G.* (1993): Integrative Therapie. Bd. II. Das Pathogenesemodell der Entwicklungsnoxen. Paderborn: Junfermann, 566.
- Petzold Hilarion G.* (1993): Körperbilder in der Integrativen Therapie. Bd. III. Paderborn: Junfermann, 1201-1230.

**Korrespondenzadresse:**

Dr. Renate Frühmann

Marx-Reichlichstraße 12/13  
5020 Salzburg  
Österreich

Telefon: 0664 505 888 6

**E-Mail-Adresse:**

fruehmann@gmx.at