

# 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



## Editorial

### Identität in Therapie und Beratung

Menschen fühlten sich früher mehr zu Lebensräumen, zu Berufsständen oder zur Familie zugehörig und verstanden sich weniger als einzigartige Individuen. In den letzten Jahrzehnten wurde die Individualität immer wichtiger und damit wurde die Zuordnung schwieriger. Das war einerseits eine Befreiung, andererseits entstand ein neues Problemfeld. „Wer bin ich, und wenn ja, wie viele?“, so lautet auch der Titel eines Bestsellers. Über Identität wurde noch nie so viel nachgedacht, gerungen, gesprochen und geschrieben wie heute.

Wir wollen dazugehören, und wir wollen einzigartig sein. Das kann einen konstruktiven Widerspruch ergeben, das kann aber auch immer wieder zu Verwirrungen führen, bei uns und bei unseren Mitmenschen: „Wer bist du?“ – „Ja, wer bin ich eigentlich?“

Und diese Verwirrung, die manchmal den Charakter einer Krise annimmt, erfasst alle Lebensbereiche. Viele Menschen zögern z.B. bei der Antwort auf die Frage: „Was sind Sie von Beruf?“ - Denn sie haben mehrere Berufe. Immer mehr Menschen haben das Gefühl, sich ständig neu definieren zu müssen. In einer solchen vielfältigen Subjekthaftigkeit erhöht sich auch die Selbstverantwortung, manchmal bis zur Überforderung. Das ist einer der Gründe, warum das Thema Identität in dem Blickfeld von Beratung, Supervision und Therapie bleibt. Eine risikoreiche Folge liegt auch darin, dass Menschen auf der Suche nach Halt gebender Zugehörigkeit für Ideologien ausnützlich sind.

Aus der Perspektive der „Persönlichkeitstheorie der Integrativen Therapie“ konstituiert sich Identität im Zusammenwirken von Leib und Kontext im Zeitkontinuum (diese Zeitschrift 2004, Vol. 30, No. 4, 395ff; 2005, Vol. 31, No. 4, 374ff). Identität erwächst aus dem Miteinander im sozialen Netzwerk in reziproken Prozessen. Sie entsteht prozessual in der Konvergenz von Selbst-Identifikation (Selbst-Attribution) und Identifizierung durch andere (Fremd-Attribution) und deren kognitive Einschätzung (appraisal) und emotionaler Bewertung (valuation).

Identität entsteht in dialektischen Prozessen: So gewinnt das Ich einerseits Bilder über das Selbst aus dem Selbsterleben und attribuiert diese dem Selbst. Andererseits erfährt das Ich im Sozialisationsprozess aus dem Außenfeld Fremdattributionen und gleicht diese mit vorhandenen Selbstbildern ab.

Die vor dem Hintergrund biographischen Selbst- und Kontextwissens kognitiv wahrgenommenen und emotional bewerteten Selbst- und Fremdattributionen werden internalisiert. So entsteht in Prozessen der „Identitätsarbeit“ aus einer „Hermeneutik des Subjekts“ seine personale Identität. Identität ist, so gesehen, im Kern Ergebnis

eines Prozesses, in dem sie sich immer wieder aufs Neue im jeweiligen Wahrnehmen, Verarbeiten und Handeln konstituiert. Ihre Stabilität wird einerseits durch das Leibselbst und andererseits durch die Permanenz des sozialen und ökologischen Umfeldes bewirkt.

Identität ist in die Dynamik des Entwicklungsgeschehens von Lebenslauf im Lebenskontext „eingelassen“. In den unterschiedlichen Phasen des Entwicklungskontinuums und der Veränderung des Lebenskontextes ergeben sich Identitätsstrukturen von unterschiedlicher Komplexität und Qualität.

Im Gegensatz zur oft verbreiteten Vorstellung fördert nicht Ab- und Ausgrenzung die eigene Identität, sondern umgekehrt: „Angrenzung“, Integration, Inklusion fördert unsere Identität.

Sie ruht aus Sicht der Integrativen Therapie auf fünf „Säulen“, die sich aus der Dialektik der Identifikation und der Identifizierung konstituieren. Entscheidend für die Zuschreibung von außen ist, dass sie von Personen kommt, die aus einem für die zu beschreibende Person relevanten Umfeld stammen:

1. **Leiblichkeit:** Das ist mein individueller Leib (Körper-Seele-Geist-Einheit) – das, was ich von mir erlebe und nach außen hin „verleibliche“, mir aber auch als Identifizierung zugeschrieben wird.
2. **Soziales Netzwerk:** Das ist der soziale Kontext, das soziale Netz, dem ich zugehöre und der/das mir zugehört – meine Familie, meine Freunde, meine Kollegen.
3. **Arbeit, Leistung und Freizeit:** In ihnen verwirkliche ich mich, und durch sie werde ich identifiziert.
4. **Materielle Sicherheit und milieuökologische Bezüge:** mein Haus, meine Heimat, mein Verhältnis zur Natur und die mir zugeschriebenen Verhältnisse.
5. **Wertorientierungen:** Weltanschauliche und religiöse Überzeugungen, die ich bei mir sehe und die mir attribuiert werden.

Im Ansatz der Integrativen Therapie werden leibtheoretische, sozialisations- bzw. enkulturationstheoretische, ökologisationstheoretische Diskurse (diese Zeitschrift, 2006, Vol. 32, No. 1/2, 62ff) zusammengeführt und durch die empirische Entwicklungspsychologie der Lebensspanne abgesichert. Diese umfasst die Entwicklung von Kognitionen, Emotionen, Volitionen sowie die Entwicklung der Kommunikation – vom Säuglingsalter bis zum hohen Senium. Demnach ist der Mensch von den ersten Lebenstagen an in sozialen Kontexten eingebettet und bildet in ihnen „leibhaftig“ seine Persönlichkeit aus, beeinflusst durch die umgebende Kultur und Sozialwelt mit ihren kollektiven Repräsentationen, die in die individuellen Repräsentationen eingehen, und die ihrerseits wiederum von den individuellen Repräsentationen kollektiv hervorgebracht werden.

Die vorliegende Ausgabe hat dieses weit gefasste Thema der Identität aufgegriffen. Kolleginnen und Kollegen, die bei den 6. Kremser Tagen „Eigentlich bin ich ganz

anders, aber... Identität in Beratung und Therapie“ am 05. und 06. Juni 2009 an der Donau-Universität Krems mitgewirkt haben, wurden eingeladen, Beiträge zu schreiben.

**Heiner Keupp** stellt in seinem Artikel „Prekäre Verortungen in der Spätmoderne: Zum Patchwork Personaler und Kollektiver Identitäten“ seine Überlegungen vor, wie neue Chancen für eigenwillige Identitäts- und Normalitätswürfe entstehen, aber auch die Notwendigkeit individueller Passungsarbeit und zeigt, wie notwendig Kontexte der Anerkennung für die alltägliche Identitätsarbeit sind. Er beschreibt die Bedeutung, für sich selbst einen authentischen Lebenssinn zu finden, der aus einem selbstreflexiven Prozess zu entwickeln ist. Schließlich weist er pointiert auf die Möglichkeit des Scheiterns in der Bewältigung solcher Anforderungen hin.

**Renate Frühmann** zeigt in Ihrem Text anhand ihrer eigenen Reaktion, sich innerhalb von wenigen Stunden auf einen Vortrag beim Symposium einzustimmen, wie Fremd- und Selbstattribution, eine gewachsene und jetzt klar gegründete Identität, Motivation und Triebfeder zum Handeln werden können. Sie stellt entlang der Beschreibung des Prozesses einer anonymisierten, laufenden Therapie aus der „Praxis für die Praxis“ zum Thema: „Kreativ arbeiten mit Identitätskrisen“ den breiten Fundus ihres theorie-praxisverschränkten Wissens und Handelns dar, indem sie von ihrer eigenen „selektiven Offenheit“ ausgeht, bis in die Komplexität der integrativen Identitätstheorie.

**Alfred Kirchmayr** will in seinem Essay „Humor – ein ernstheiterer Identitäts-Krisen-Manager“ zeigen, dass „eine Identität ohne Humor keinen Witz hat“. Er empfiehlt als Heilmittel gegen tierischen Ernst die Kultur der „heiteren Dreifaltigkeit“: Leichtigkeit, Lockerheit und Lachen. Identität beschreibt er als vielschichtige Symphonie aus Rollenspielen, die immer wieder neu komponiert werden. Echter Humor überwindet als „Ernstheiterkeit“ schweren triefenden Ernst und wird stets von Kreativität, Lebensfreude und listigem Witz begleitet und ist ein Elixier der Lebenskunst. Die Bewältigung von Identitätskrisen wird facettenreich, mit Fallvignetten gewürzt, dargestellt, die immer wieder zum Schmunzeln anregen.

**Eva Jaeggi** beschreibt in ihrem Artikel „Ich helfe, also bin ich‘. Identitätsprobleme der Helferberufe“, dass Identität als eine Schnittstelle zwischen Intrapsychischem und Intersubjektivem für Helferpersonen mit all den ambivalent besetzten Rollenvorgaben nicht leicht zu entwickeln sei. Immer wieder ergeben sich einerseits Schwierigkeiten persönlicher Art (Stichwort „Helfersyndrom“), andererseits auch ideologische Überformungen dieses Berufsfeldes. Die oft verinnerlichte Forderung an den Helfer, er möge Berufsleben und Privatleben vorbildlich aufeinander abstimmen, wird oft durch das Konzept der „Beziehungsfähigkeit“ fälschlicherweise als Synonym für Kompetenz benutzt. *Eva Jaeggi* will mit ihrer Botschaft, weniger helfen zu wollen, dafür mit Interesse auf den Menschen zuzugehen, zu einer „Über-Ich Entlastung“ beitragen.

**Hans Waldemar Schuch** behandelt mit seinem Thema „KONTROVERSE IDENTITÄTEN – DISPARATE IDENTITÄTEN“ einige Grundfragen der Identität. Davon ausgehend skizziert er die Problematik am Beispiel des Islam, inkompatible Identitäten zu integrieren. Einer Kultur zu entstammen, in einer Kultur aufzuwachsen, sich in Lebensstilmilieus aufzuhalten, die wegen ihrer Verschiedenheit nicht so einfach zu einer Einheit verbunden werden können, bildet für Individuen eine Anforderung, die nicht nur als Bereicherung für die Persönlichkeitsentwicklung dient, sondern auch zur Herausforderung von konflikthaften, in sich strittigen Identitäten führen kann. Ein positives Resümee liegt in seinem Vorschlag eines Weges, mit dem man Konsens über alle Differenzen hinweg herstellt.

**Jutta Menschik-Bendele** greift mit ihrem Artikel „Ich bin Ich ...oder? Zur Bedeutung von Ideologien für die individuelle und kollektive Identität“ ein Thema auf, das TherapeutInnen in der Praxis in einem multikulturellen Kontext immer mehr beschäftigt. Ideologie bezeichnet demnach eine Weltanschauung oder ein System von Wertvorstellungen, das zur kritisierenden Kennzeichnung festgelegter Weltbilder wird und auch nicht vor dem Eindringen in die psychotherapeutische Arbeit Halt macht. Frau *Menschik-Bendele* diskutiert gut nachvollziehbar an konkreten Beispielen die Gefahr einer ideologischen Voreingenommenheit in der Psychotherapie. Die Brücke zur Identität wird in der „Über-Ich Instanz“ gesehen, wobei elaborierte Identitätstheorien zur Beantwortung der Frage nach einer stabilen Identität und ihrem Gegenteil herangezogen werden.

**Hilarion G. Petzold** schließt diesen Band mit einem Nachruf für die am 30. Jänner 2010, 98-jährig, hochbetagt verstorbene *Ruth C. Cohn*. Er stellt diese große humanistische Psychologin und Pädagogin, die auch seit Bestehen der Zeitschrift *Integrative Therapie* 1975 zu deren wissenschaftlichem Beirat zählte, in ihren Anliegen so vor, dass die „Identität“ dieser für Menschen engagierten Therapeutin in würdiger Weise sichtbar wird. Dabei wird dem Leser auch der gegenseitig befruchtende Austausch und das Ringen um die Entwicklung des pädagogischen, menschenbildenden Anspruchs *Ruth Cohns*, neben therapeutischen Ausrichtungen, die im humanitären Engagement für Menschen und die Verbesserung mitmenschlichen Zusammenlebens und gerechter Weltverhältnisse stehen, durch eindrucksvolle Zeitzeugenkenntnis verdeutlicht.

Die Autorinnen und Autoren laden Sie, geschätzte Leserin und geschätzter Leser, mit ihren Beiträgen ein, aus der Sicht ihrer jeweiligen Vertiefungen zu diesem uns alle bewegenden Thema der Identität, sich anregen und bereichern zu lassen.

25. März 2010

*Prof. Dr. med. Anton Leitner, MSc*

Donau-Universität Krems, Universität für Weiterbildung  
Department für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie  
anton.leitner@donau-uni.ac.at  
www.donau-uni.ac.at/psymed