



**Ausbildungs-Workshop**

**„Ich bin eine seltsame Schleife“**

**1. – 3. Mai 2009**

**Teikyo Campus**

**Impuls: Identitätsbildung**



Here is Edward Bear, coming downstairs  
now,

*bump,  
bump,  
bump,*

on the back of his head,  
behind Christopher Robin. It is, as far as he  
knows, the only way of coming downstairs,  
but sometimes he feels that there really  
is another way, if only he could stop  
bumping for a moment and think of it.



***Du bist allein, mitten in  
einer Wüste, nichts ist  
um dich herum und du  
stehst vor einem Spiegel,  
nackt. Du siehst dich an.  
Kannst du sagen wer du  
bist?"***

Manfred Max-Neef

**„Into this world  
We´re thrown  
Like a dog  
Without a bone“**

Jim Morrison, 1970

Eine kleine Einstimmung

## Story: Life Song

“There is a tribe in east Africa in which the art of true intimacy is fostered even before birth. In this tribe, the birth date of a child is not counted from the day of its physical birth nor even the day of conception as in other village cultures. For this tribe the birth date comes the first time the child is a thought in its mother's mind. Aware of her intention to conceive a child with a particular father, the mother then goes off to sit alone under a tree. There she sits and listens until she can hear the song of the child that she hopes to conceive...

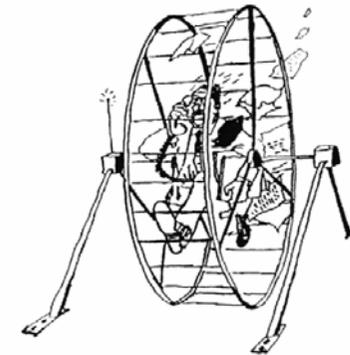
... Once she has heard it, she returns to her village and teaches it to the father so that they can sing it together as they make love, inviting the child to join them. After the child is conceived, she sings it to the baby in her womb. Then she teaches it to the old women and midwives of the village, so that throughout the labor and at the miraculous moment of birth itself, the child is greeted with its song. After the birth all the villagers learn the song of their new member and sing it to the child when it falls or hurts itself. It is sung in times of triumph, or in rituals and initiations. This song becomes a part of the marriage ceremony when the child is grown, and at the end of life, his or her loved ones will gather around the deathbed and sing this song for the last time.“

Aus: Jack Kornfield, *A Path with Heart* (Bantam Books, 1993), S. 334

## Früher vollzog sich die Identitätsbildung...

- in relativ geruhsamen Bahnen;
- in langfristig stabilen Lebensperspektiven;
- im Kontext eines allgemein anerkannten Systems von Werten und Normen;

...das hat sich verändert.



Identität muss heute zunehmend vor dem Hintergrund rasanter Veränderungen ausbalanciert werden

## „Der flexible Mensch“

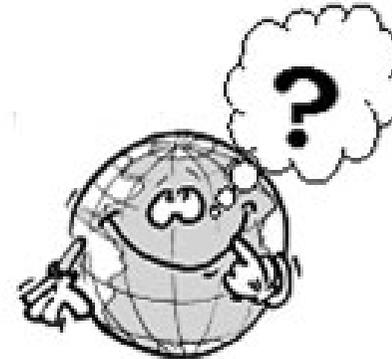
Der Soziologe Richard Sennett fragt, wie lange die Menschen in einem System, das ökonomisch wie gesellschaftlich immer mehr Flexibilität vom Einzelnen verlangt, eigentlich noch funktionieren können.

„Wie viel Globalisierung verträgt der Mensch?“

Rüdiger Safranski

# Wie funktioniert Identitätsbildung?

...und was ist eigentlich  
„Identität“?



Zwei Sichtweisen:

Identität ist dauerhaft und einzigartig (Seele, Persönlichkeit, Monade, Entität, Wesen...ICH)



Identität ist einem ständigen Wandel unterworfen, sie ist kontextabhängig und zeichnet sich durch eine Vielfalt an Erlebensweisen aus

Also...

**„Menschen, die das Gefühl des personalen Kerns verloren haben, leiden sehr darunter und werden in unserer Gesellschaft als psychisch krank definiert.“**

Maja Storch

**vs.**

**„Wir sollten die Vorstellung aufgeben, der Mensch müsse sich als Einheit erleben.“**

Kenneth J. Gergen

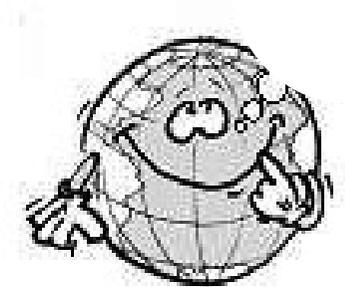
# Wie lässt sich das in Einklang bringen?

## Ein Modell

Die folgenden Ausführungen beruhen weitgehend auf dem  
Züricher Ressourcen-Modell und Arbeiten von Maja Storch

## Die Grundausstattung: unser Körper

- Babys haben zunächst keine Fähigkeit zur Selbstreflexion
- Sie können verschiedene körperliche Zustände wahrnehmen (wie Hunger, Kälte, Nässe, ...)
- Keine Trennung zwischen „Selbst“ und „Anderen“
- Die Psyche ist noch nicht „aufgewacht“



### Das Körper-Selbst

# Das „Ich“ erwacht

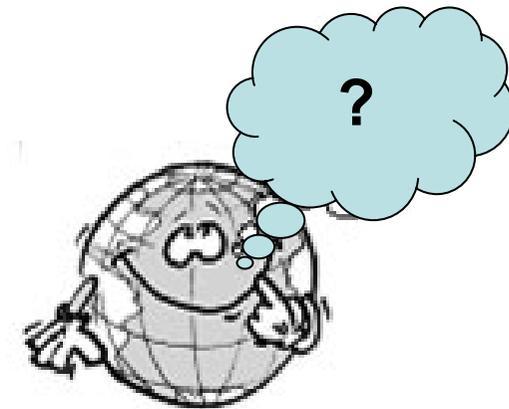
- Mit zunehmender Entwicklung des Gehirns und dem Zuwachs an neuronalen Vernetzungen, entsteht nach und nach das „Ich“ (d.h. die **Fähigkeit zur Selbstreflexion**)
- Das Ich hat im Gegensatz zum Körper-Selbst keine materielle Grundlage – es ist das Produkt der Gehirntätigkeit; es ist virtuell

**Analogie:** So wie der Cyberspace ein Produkt des materiell vorhandenen Computers ist, ist das Ich ein Produkt des materiell vorhandenen Gehirns



**Das „Ich“**

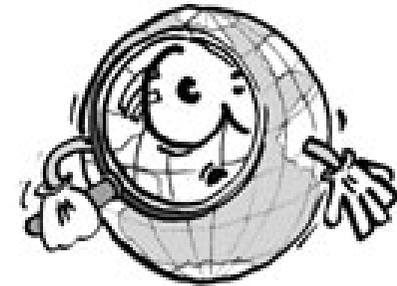
**Die Wahrnehmung des eigenen,  
spezifischen Körper-Selbst und die  
Fähigkeit zur Selbstreflexion münden  
in die Frage „Wer bin ich?“**



**„Wer bin ich?“**

**Dieses Nachdenken vollzieht sich  
in zwei Formen:**

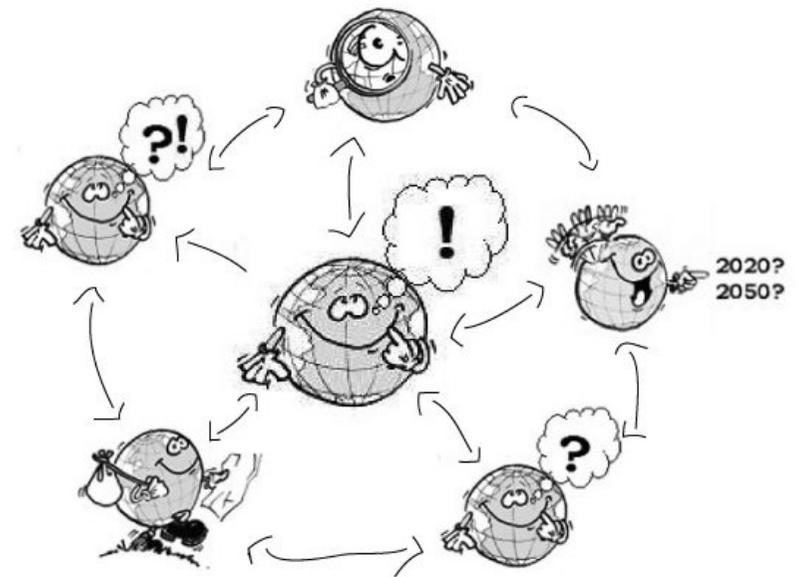
1. Aufnahme von Informationen und Reaktionen auf das eigene Handeln aus der Außenwelt
2. Reflektion dieser Informationen (die Freiheit, sich seine eigenen Gedanken über alles zu machen)



**Wege zur Antwort**

Die Informationen der Außenwelt sind dabei vielfältig und das Ich entwickelt entsprechend vielfältige „**Minitheorien**“

Diese Minitheorien harmonisieren nicht unbedingt miteinander, zum Teil sind sie widersprüchlich...



## Die me's

Der Terminus „me's“ stammt von den Soziologen G.H. Mead

... und es entstehen  
unterschiedliche Rollen-  
und Selbstverständnisse.

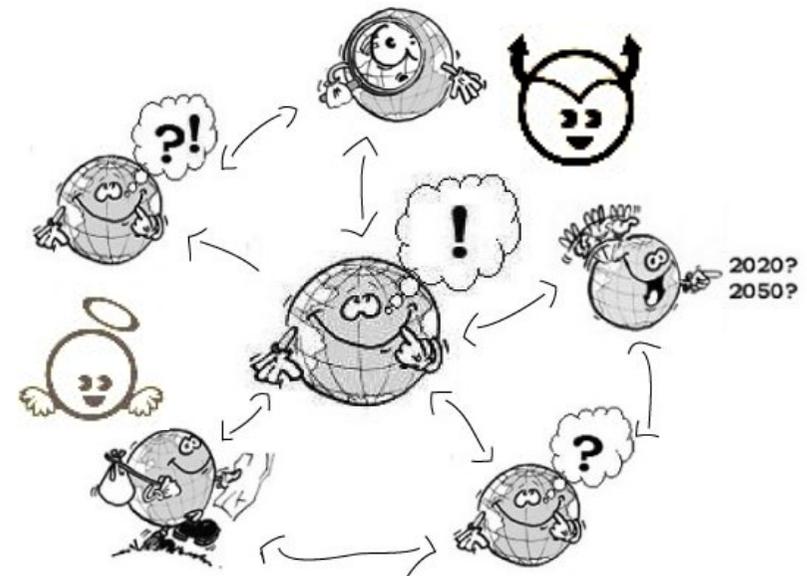
Z.B.

Engelchen-me (bei Freud das „Über-Ich“, in  
der Transaktionsanalyse das „Eltern-Ich“)

Teufelchen-me (bei Freud das „Es“)

Ich-bin-doch-überhaupt-am-Ärmsten  
dran-me

...



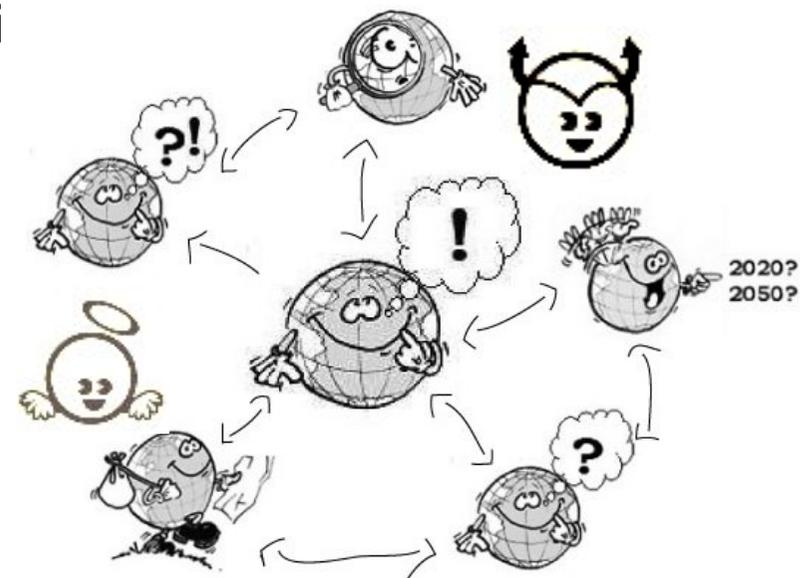
## Die Vielfalt der me's

**Jetzt geht es darum, die Vielfalt der me's zu koordinieren und zu verknüpfen,**

... um das Grundbedürfnis nach irgendei Art von Einheit zu befriedigen

... und eine Antwort auf die Frage „Wer bin ich?“ zu finden.

= Suche nach Identität



## Die Identitätssuche

### Die „Parts Party“

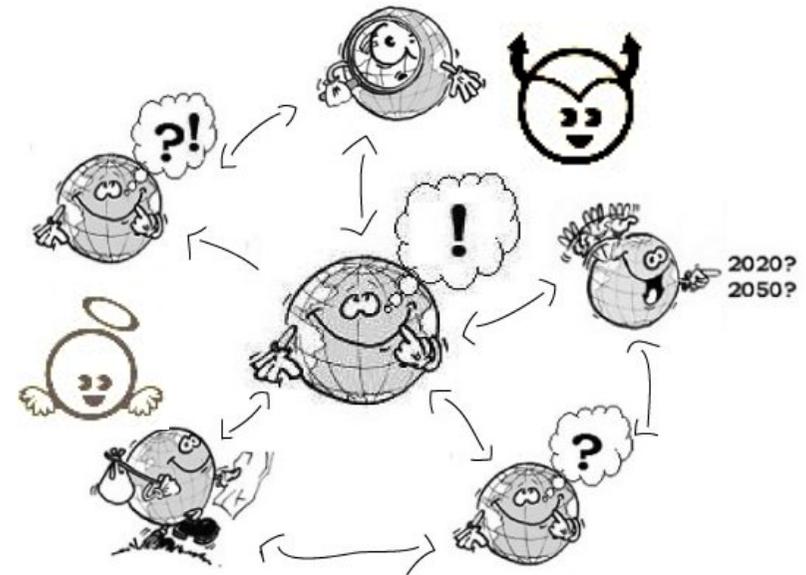
Virginia Satir

## Was ist gelungene Identität?

Das „innere Team“ in Harmonie bringen

**„Ein junger Mensch hat heute bereits ein Vielfaches an me´s zu bewältigen, wenn man ihn mit seinen Großeltern vergleicht.“**

Maja Storch



## Das Identitätsgefühl

**„felt sense“**

Bild: Maja Storch, 1999

## Der Wegweiser zur gelungenen Identität ist ...

auf der Gefühlsebene zu suchen

(sog. somatische Marker)

„Um sich im Meer der Möglichkeiten zurechtzufinden, müssen wir lernen, unseren persönlichen Wegweiser zu nutzen - das glückselige Grinsen“

Maja Storch



## Das glückselige Grinsen

**„Follow your bliss“**

Joseph Campbell

## FAZIT:

- Die Herstellung einer autonomen Identität gehört zu den wichtigsten Herausforderungen im Jugendalter
- Auch mit dem Eintritt ins Erwachsenenalter ist der Prozess der Identitätsbildung aber nicht abgeschlossen (wenn, dann war es früher ein wenig so)
- Es bedarf einer permanenten, aktiven Konstruktionsleistung, um Identität zu erzeugen und über wechselnde Kontexte hinweg stabil zu halten
- Da unsere Welt vielfältiger wird und damit die Wahlmöglichkeiten zunehmen, wird auch unsere Identität komplexer und der Koordinierungsaufwand für unsere „me´s“ größer
- Wir müssen lernen: Auswählen – Entscheiden – Verknüpfen

## Kurzer Exkurs: Lernen

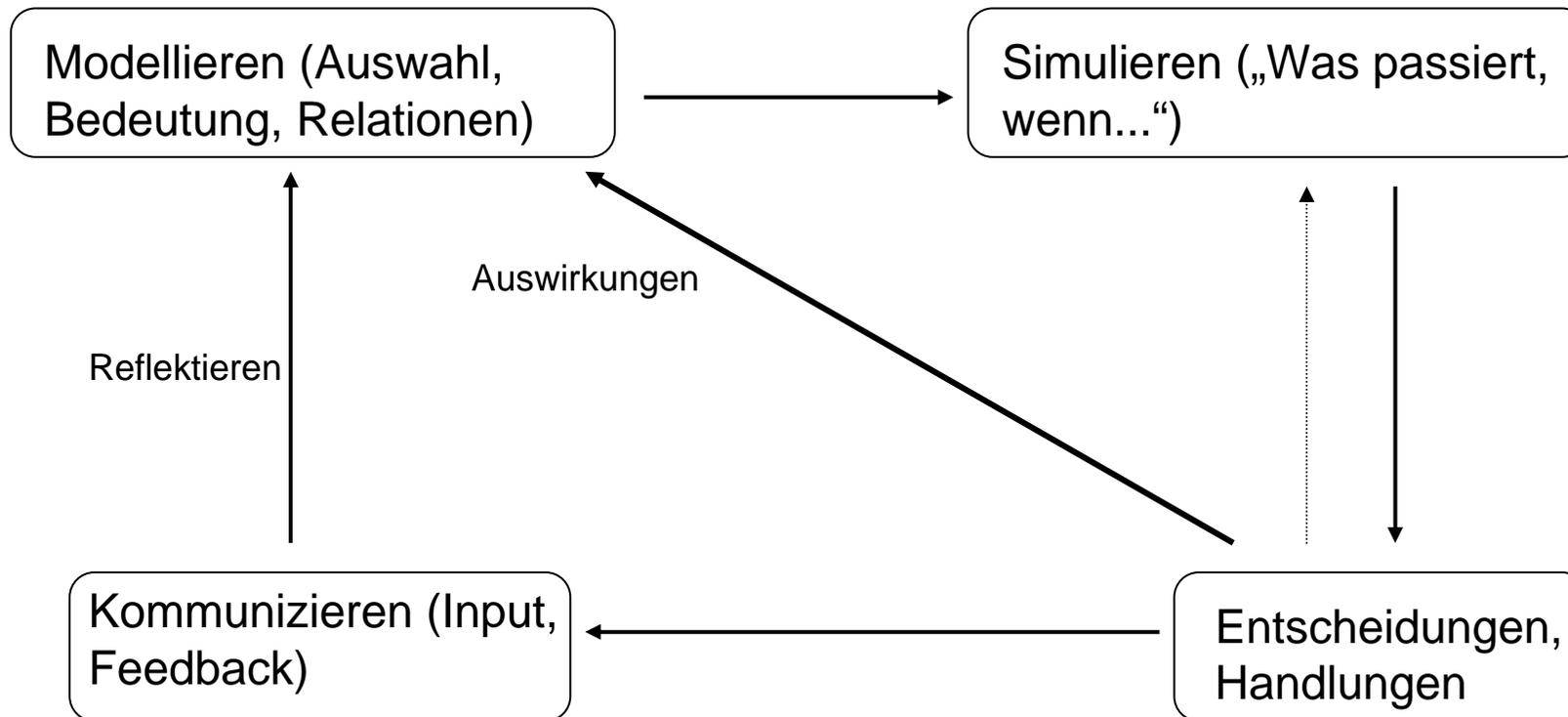
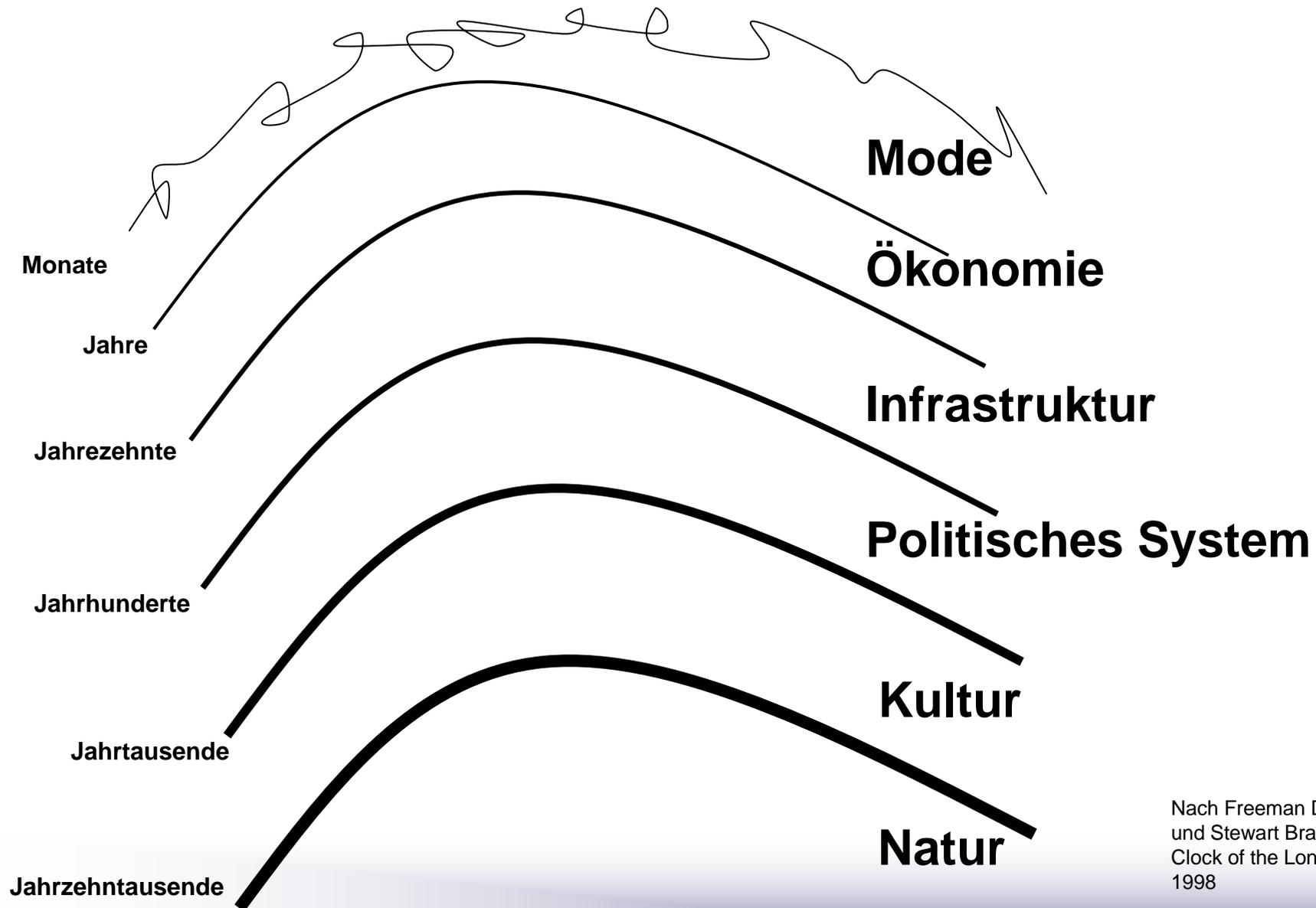


Schaubild: IPA 2009



Nach Freeman Dyson  
und Stewart Brand, The  
Clock of the Long Now,  
1998

## Ein erweiterter Identitätsbegriff:

- Werde ich genug zu Essen haben?  
(Subsistenz, physische Identität)
- Wer bin ich? (Identität im engeren Sinne)
- Wie verhalte ich mich anderen gegenüber? (Beziehungen)
- Wofür bin ich hier? (Sinn, Zweck, Ziel)
- Was lasse ich zurück (Vermächtnis)

Die Fragen sind stets die gleichen, die Antworten unterliegen Kontext und Wandel

Nach Ulrich Golüke, On the Edge of Abundance, 2001.

## FAZIT:

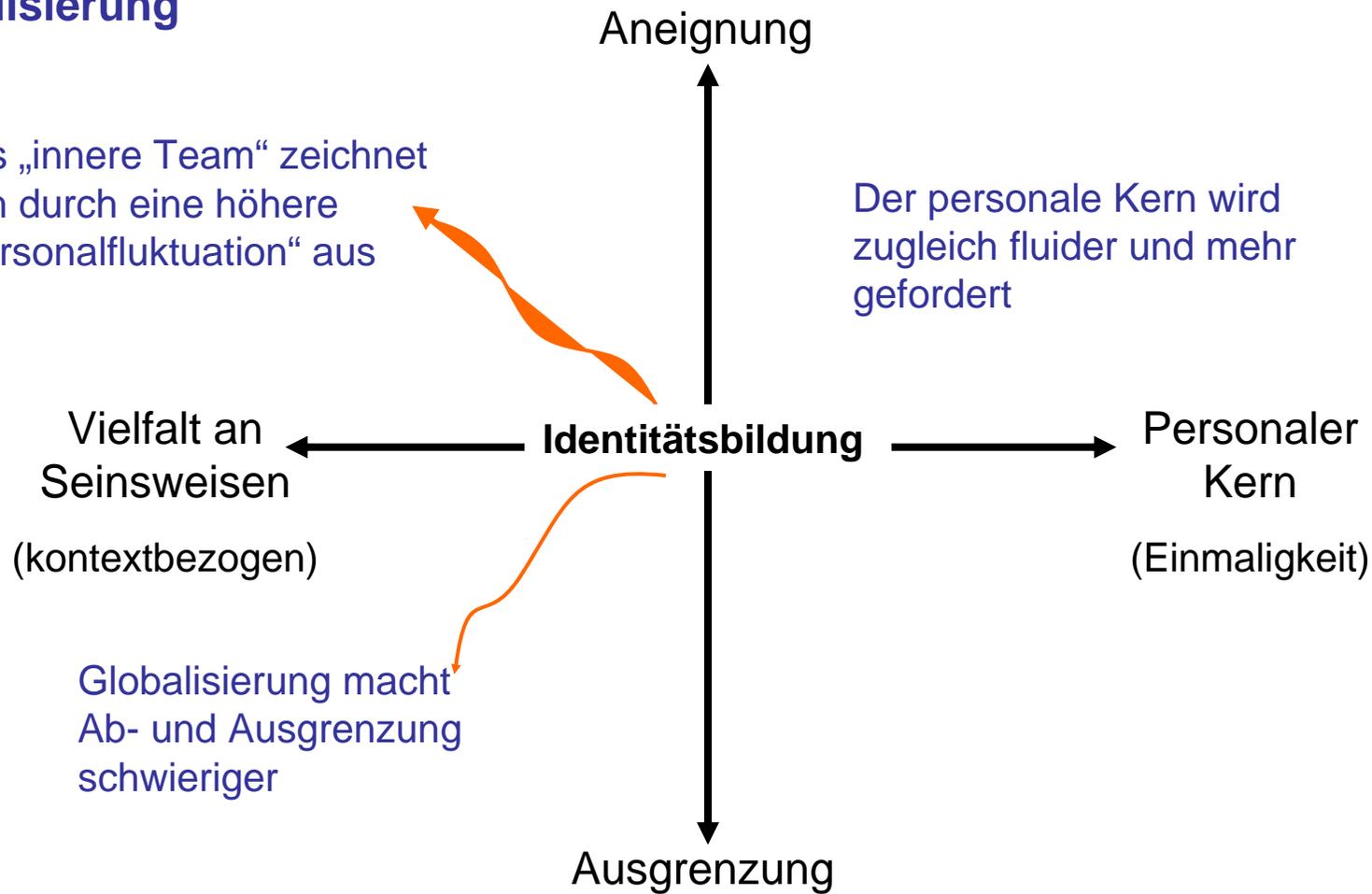
### Was Aufgaben ergeben sich daraus für die politische Bildung?

- **Identität muss erworben werden**
- **Identität hat keine unbegrenzte Haltbarkeit**
- **Gelungene Identität wird gefühlt, nicht gedacht** (Stärkung der Sensibilität/ Fähigkeiten zur „Identitätsdiagnostik“)
- **Stärkung des personalen Kerns** (da er laufend mit neuen und mehr me´s umgehen muss)

## Identitätsbildung und Globalisierung

Das „innere Team“ zeichnet sich durch eine höhere „Personalfuktuation“ aus

Der personale Kern wird zugleich fluider und mehr gefordert



Globalisierung macht Ab- und Ausgrenzung schwieriger