

Theoretische Arbeit
Personzentrierte Psychotherapie

DAS SELBST IM IDENTITÄTSDISKURS.
Eine mögliche Positionierung.

Michaela Zolles

Abgabetermin: 06. September 2010

APG/IPS
Akademie für Beratung und Psychotherapie
Institut für Personzentrierte Studien

INHALTSVERZEICHNIS

1. Einleitung	4
2. Konzept „Identität“	6
2.1. Identität - Begrifflichkeit	6
2.1.1. Kohärenz - Begrifflichkeit	12
2.2. Identität als Konstruktion - narrative Tradition	14
2.3. Selbstnarration	18
2.3.1. Selbstnarration - Begrifflichkeiten	19
2.3.2. Selbstnarration - psychotherapeutische Arbeit mit Frauen	23
2.4. Exkurs - Frauengesundheitsforschung	27
3. Personzentriertes Menschenbild	32
3.1. Begrifflichkeiten	33
3.1.1. Organismus, Aktualisierungstendenz	33
3.1.2. Das notwendige Beziehungsangebot	34
3.1.3. Selbständigkeit und Beziehungsangewiesenheit	37
3.2. Modell der Entwicklung des Selbstkonzeptes	40
3.2.1. Selbst, Selbstkonzept und Selbstaktualisierungstendenz ...	40
3.2.2. Kongruenz - Inkongruenz	44
3.2.3. Entwicklungsphasen	47
4. Eine mögliche Positionierung	51
5. Literaturverzeichnis	55

Code of Honour

Ich erkläre ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne fremde Hilfe verfasst, andere als die angegebenen Quellen nicht benutzt und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

Wien, 06. September 2010

Michaela Zolles

DAS SELBST IM IDENTITÄTSDISKURS.

Eine mögliche Positionierung.

1. Einleitung

„Ich weiß nicht genau, wer ich wirklich bin!“

Das war meine Antwort in einer der ersten meiner Lehrtherapiestunden auf die Frage, was mich als Persönlichkeit ausmache. Meine Antwort darauf erschreckte mich zutiefst. Ich wusste, was andere von mir denken, von mir erwarten. Ich wusste, was andere mir für „Charaktereigenschaften“ zuschreiben, welche Geschichten andere über mein Leben erzählen. Und es war mir unmöglich, mich zu erzählen, so, wie ich mich als „Persönlichkeit“ erlebe. „Ich?“ „Selbst?“ Spätestens bei der Frage nach dem „Ich als Frau¹“ war die Verwirrung komplett.

Und mit dieser Verwirrung begann die Suche nach möglichen Antworten.

Und wie es mit Antworten so ist, finden sich diese an allen möglichen Orten.

Sehr gute Freunde lebten eine Zeit lang in New York, Manhattan. Ich habe es geliebt, mich hin und wieder bei ihnen einzuquartieren. Meine Besuche dauerten nie länger als 2, 3 Tage. Und dennoch flog ich jedes einzelne Mal vollkommen „satt“ nach Hause. Bei einem dieser Aufenthalte stellte ich mir die Frage: Was ist es, was mir hier so ein wohliges Gefühl bereitet? Nur die äußeren Umstände betrachtend spräche eigentlich alles dafür, dass es die Mühe nicht lohnt, hier zu sein. Langer Flug, Zeitverschiebung, eine Stadt mit extrem hohem Lärmpegel, ein kleines Apartment, die Fenster sind undicht, die Wohnqualität ist weit unter dem mir vertrauten Niveau. Also - warum bin ich glücklich, wenn ich auf der rostigen und wackeligen Feuertreppe sitze und mit den beiden stundenlange Gespräche führe? Meine Antwort darauf notierte ich am 20. 03. 09 in meinem Kalender: *„Bei diesen Menschen kann ich so anders sein.“* Mir wurde bewusst, dass ich wohlwollende Andere dringend brauche, um mich selbst zu mögen, um mich selbst immer wieder neu zu (er)finden. Um mich lebendig in meinem Leben bewegen zu können.

Mit der Schilderung dieser beiden Episoden meines Lebens bin ich meines Erachtens nach genau dort gelandet, womit ich mich auch beruflich beschäftige:

¹ In der Verwendung der Begrifflichkeit „Frau“ gehe ich von der in unserer Gesellschaft üblichen Denkweise der binären Geschlechter aus. Nähere Ausführungen dazu vgl. Hasler, G. und Michaela, Z. (2010).

beim Personzentrierten Menschenbild. Es gibt etwas in mir, das sich immer weiter entfalten kann. Und dazu benötige ich andere Menschen, mit einer entsprechenden Lebenshaltung.

Im Zuge meines Abschlusses zur „Akademischen Referentin für feministische ² Bildung und Politik“ habe ich mich mit aktuellen Diskursen zum Bereich „weibliche Identitätsbildung“ auseinandergesetzt. Wenn ich über „Identität“ nachdenke, ergeben sich für mich folgende Fragen: Wovon ist überhaupt die Rede, wenn von „Identität“ gesprochen wird? Steht diese mit dem „Selbst“ in Verbindung? Worin liegt der Unterschied zwischen „weiblicher“ und „männlicher“ Identitätsbildung? Und wie lassen sich - wenn überhaupt - Aspekte im Sinne Personzentrierter Paradigmen in einer Vielfalt von Diskursangeboten positionieren?

Mir scheinen diese Fragen aus mehrerer Hinsicht relevant. Zum einen geht es um meine höchst persönliche Betroffenheit, wenn es um Fragen des Seins und Werdens geht. Und es geht auch um meine höchst persönliche Betroffenheit, wenn ich als weiblich sozialisierter Mensch historisch gewachsene Strukturen vorfinde, die alles andere als gleichberechtigte Entwicklungsmöglichkeiten für alle Menschen darstellen. Zum anderen scheinen Fragen nach „Identität“ und „Selbst“ relevant, wenn mir als Personzentrierte Psychotherapeutin KlientInnen von sich selbst erzählen und sich dabei Fragen nach der eigenen Identität und deren Veränderbarkeit stellen.

Mein ursprüngliches Anliegen diese Arbeit betreffend war es aufzuzeigen, dass es nach wie vor einen großen Unterschied macht, ob ich in unsere Gesellschaftsformen als männlich oder als weiblich sozialisierter Mensch hineinwachse. Gleichzeitig erscheint es mir wichtig, Grundbegriffe zu „Identität“ und „Selbst“ zu skizzieren. Ich habe mich dazu entschlossen, mit dieser Arbeit einen Beginn zu setzen und es vorerst bei der Darstellung relevanter Begrifflichkeiten zu belassen. Ich begnüge mich mit Verweisen auf mögliche weiterführende Denkansätze. Nichts desto trotz halte ich es für unabdingbar, aktuelle Diskurse jegliche Themenbereiche betreffend in Hinblick auf Genderaspekte³ differenziertest zu betrachten. In diesem

² Der Begriff des „Feminismus“ bezeichnet die theoretische Seite verschiedenster internationaler Frauenbewegungen mit einem breiten Spektrum an Denkrichtungen. Frauenbewegungen werden als Zusammenschlüsse gegen gesellschaftliche Ungerechtigkeit aufgrund von Geschlechtszugehörigkeit definiert und nennen den Einsatz für die Befreiung aus Zwangsverhältnissen als ein gemeinsames Grundziel.

³ In der feministischen Theorie beschreibt „Gender“ die gesellschaftlich konstruierte Geschlechterrolle, im Unterschied zu dem biologischen Geschlecht „Sex“. Beides wird in Interaktion hergestellt und strukturiert diese zugleich. „Gender“ dient der

Zusammenhang sei auf die Arbeit von Gabriele Hasler und Michaela Zolles (2010) verwiesen.

Im Kapitel „Identität“ zeige ich auf, woher überhaupt die Idee einer „Identität“ stammt, die sich als strukturelle Einheit darstellen lässt. Der Ansatz einer narrativen Identität stellt aus meiner Sicht eine geeignete Form dar, Ansprüche der Konstruktionsaufgabe an die einzelne Person in ihrer Beziehungsangewiesenheit darzustellen. In einem Exkurs zur Frauengesundheitsforschung stelle ich einen Bereich vor, in dem Differenzierungen entlang von Geschlechtern mit deren deutlichen Konsequenzen sichtbar werden.

Um mich als Psychotherapeutin, die von einem Personenzentrierten Menschenverständnis überzeugt ist, in diesem aktuellen Diskurs positionieren und erklären zu können, lege ich in einem weiteren Kapitel die Grundzüge des Personenzentrierten Menschenbildes dar. Das letzte Kapitel ist als Anregung für weiterführende Überlegungen gedacht.

Jetzt, am Ende meiner Ausbildung und am Beginn meiner beruflichen Selbständigkeit stelle ich mir erneut die Frage: „Wer bin ich?“ Und ich stelle erstaunt fest, dass meine Antwort, rein formal betrachtet, die gleiche ist wie zu Beginn meiner Ausbildung: *„Ich weiß nicht genau, wer ich wirklich bin!“* Die gleiche, jedoch nicht dieselbe Antwort. *„Gestern war ich eine Andere, als ich es heute bin. Gestern haben andere Menschen andere Seiten in mir zum Erwachen gebracht, als es heute der Fall war. Ich bin zumindest potentiell alles, was der Mensch sein kann. Und das in meinem höchst persönlichen Stil.“*

2. Konzept „Identität“

2.1. Identität - Begrifflichkeit

Im Selbst- und Weltverständnis des westlichen Kulturkreises begreift sich der Mensch als Individuum, das sich als dominante Figur wahrnimmt und von einem

Benennung von soziokulturellen Funktionen von Weiblichkeit und Männlichkeit und beschreibt die als „weiblich“ und „männlich“ beschriebenen Geschlechterrollen mit ihren zu interpretierenden Verhaltensmustern. Gender wird auch als soziales Geschlecht, beschrieben, basierend auf der Wahrnehmung von Unterschieden der Geschlechter und beeinflusst in hohem Maße alle sozialen Beziehungen, da es Bedeutungen bezüglich der Machtverhältnisse beinhaltet. Gender dient somit als Klassifikation von Status. Der Begriff wurde in die Wissenschaft 1968 von Robert Stoller (1925-1991) in Anlehnung an das 1942 von Talcott Parsons (1902-1979) entwickelte Konzept verschiedener Geschlechterrollen eingeführt.

steuernden und zentralistisch gedachten „Ich“ zusammengehalten wird. Der egozentrierte Individualismus⁴ der bürgerlichen Subjekte postuliert spezifische Konstruktionsvorstellungen einer eigenen Identität, die als historisch gewachsen und nicht als Ausdruck einer universellen Menschennatur zu verstehen sind. Diese Subjektvorstellungen sind Konstrukte, die einen hohen Grad kultureller Selbstverständlichkeit erlangt haben und wie eine Aussage über die Natur des Menschen zur Wirkung kommen, somit zur „zweiten Natur“ des Menschen erklärt werden.

Anzumerken ist, dass der Begriff „Identität“ als eine Aufgabe des Subjekts seit der historischen Epoche der Moderne⁵ als Referenzpunkt herangezogen wurde. Bis zu diesem Zeitabschnitt wurde „Identität“ als eine Funktion von festgelegten, kaum veränderbaren sozialen Rollen gedacht, deren Reflexion nicht Gegenstand von Diskussionen war. Identitätskonstruktionen des neuzeitlichen Subjekts sind von „der Dialektik der Aufklärung“⁶ geprägt. Im Sinne des Anspruchs nach Kant gilt es, sich aus der „selbstverschuldeten Unmündigkeit“⁷ zu befreien und einen eigenen authentischen Lebenssinn zu finden. Es wird ein „männlicher Charakter“ vorgestellt, der dem Identitätsbegriff der Moderne entspricht und entlang dem emanzipatorische Vorstellungen der individuellen Souveränität gegenüber äußeren Zwängen verfolgt werden. *„Innere Freiheit“ kann dem Individuum durch Zwang und Gewalt nicht enteignet werden, die Idee vom „unteilbaren Subjekt, einer in sich selbst vereinheitlichten und nicht weiter teilbaren Identität“* [Hall, S. (1994): S. 188] wurde in Subjektvorstellungen integriert und verfestigt.

Angenommen, bei diesen Postulaten würde auch ein „weiblicher Charakter“ mitgedacht werden, so würde dies bedeuten: Die befreite Frau verharrt nicht länger eingesperrt in ihrer zugeschriebenen Identität im Sinne von zugeschriebenen Rollen. Eine Herauslösung aus traditionellen Herrschaftszusammenhängen und Normvorgaben führt schlussendlich zu einer neuen Art von sozialen Einbindungen

⁴ Individualisierung: Freisetzung aus Traditionen und Bindungen, die das eigene Handeln in hohem Maß steuern. „Ideal der Authentizität“ im Sinne Herders (Taylor 1995, S. 38): Abnahme des kulturellen Rahmens konsensfähiger Vorstellungen - Suche nach dem Gefühl von Stimmigkeit und Echtheit in sich selbst [Vgl. Keupp, H. (2008): S. 52.].

⁵ gesellschaftliche Moderne: Beschränkung dieser Begrifflichkeit in der Bedeutung von „neu“ im Gegensatz zu „alt“, „antik“ auf den Bereich der Literatur- und Kunstgeschichte und somit auf den Zeitraum ab dem beginnenden 19. Jahrhundert.

⁶ Adorno, T., Horkheimer, M. (1987). *Dialektik der Aufklärung. Philosophische Fragmente*. In: Gunzelin Schmid Noerr (Hrsg.): *Gesammelte Schriften*. Band 5 *Dialektik der Aufklärung* und Schriften 1940–1950, Frankfurt am Main: Fischer Verlag

⁷ Immanuel Kant: Kritik der praktischen Vernunft, Stuttgart 73, § 7 Grundgesetz der reinen praktischen Vernunft, Seite 53, ISBN 3-15-001111-6

und Lebenschancen mit entsprechenden Wahlmöglichkeiten⁸. Die Erfüllungsgehilfin gesellschaftlicher Konventionen und Standardisierungen hat ausgedient. Wenn es gelingt, den Vorstellungen eines gelungenen Lebens zu entsprechen, die eine voll integrierte Persönlichkeit, eine einheitliche Identität und vorgelebte Lebenssouveränität auszeichnen - ist Frau dann wider manifestierter Postulierungen doch Herrin im eigenen Haus?

Strömungen der feministischen Philosophie⁹ weisen nachdrücklich darauf hin, dass dieser als universell menschlich ausgegebene Charakter, als patriarchalisch und androzentrisch¹⁰ beherrschtes und verkürztes Identitätsgebilde zu begreifen ist [Vgl. Keupp, H. (2008): S. 20] und sich dieser Emanzipationsgedanke somit auf einen begrenzten Teil der Gesamtpopulation beschränkt. Das autonome, männliche Subjekt mit kognitiver Kontrolle über seine innere und über die äußere Natur [Vgl. Keupp, H. (2008): S. 13] wird als implizites Subjektverständnis vorausgesetzt und universalisiert. *„Während des größten Teils der ... Geschichte des Westens ... waren die primären Konstrukteure männlich, weiß, gebildet und Angehörige der herrschenden sozialen Klassen, während die Objekte ihrer Konstruktion als all das definiert wurden, was die herrschende Gruppe nicht ist. ... Der Effekt dieser Konstruktionen, wenn nicht ihr bewusster Entwurf, war es, den anderen jeder genuinen Position in der Welt zu berauben und dadurch den herrschenden Gruppen zu erlauben, freier darin zu verfahren, Anerkennung für sie selbst zu erreichen und die Aufrechterhaltung ihrer Privilegien zu sichern“* [Sampson, E. (1993): S. 4].

Der wissenschaftliche Diskurs im Bereich der Psychologie und Psychotherapie basiert ebenfalls auf einem vorherrschenden Menschenbild, das als Bezugspunkt ein autonomes, männliches Subjekt festlegt, mit einem selbstbezogenen Ich, das von anderen Menschen und von der Natur isoliert ist. Diese Anderen werden als Bedrohung wahrgenommen, sobald diese nicht mehr beherrscht werden können

⁸ Wahlmöglichkeiten, Optionen stellen nach Ralf Dahrendorf (1979) Handlungsalternativen dar, über die eine Person in ihrer jeweiligen gesellschaftlichen Position und Situation verfügt. Eine Ausweitung von Wahlmöglichkeiten sowie zunehmende individuelle Planungs- und Gestaltungshoheit für das eigene Leben werden als unweigerliche Folge von Modernisierungsprozessen gesehen. In diesem Sinne wird nicht von „Freiheit“, sondern von einer unabdingbaren Notwendigkeit zur eigenen Lebensrealisierung gesprochen.

⁹ Die feministische Philosophie entwickelte sich aus den Bestrebungen der Frauenbewegungen mit dem Fokus auf Theoretisierung und wissenschaftliche Analyse der bestehenden Herrschaftsverhältnisse unter Einbindung weiblicher Perspektiven und Lebenserfahrungen. Vor allem die Konstruktionen der natürlichen und soziokulturellen Differenz der Geschlechter sowie die Konstruktionen von historisch-philosophischen Konzepten zu „Weiblichkeit“ und „Männlichkeit“ mit deren Auswirkungen stehen im Fokus dieser Denkrichtung.

VertreterInnen: Simone de Beauvoir (1908-1986), Luce Irigaray (geb. 1930), Sandra Harding (geb. 1936), Hélène Cixous (geb. 1937), Donna Haraway (geb. 1944), Judith Butler (geb. 1956).

http://de.wikipedia.org/wiki/Feministische_Philosophie Wien am 10.05. 2010

¹⁰ androzentrisch: männliche Sichtweise, den Mann als die Norm und die Frau als Abweichung von dieser Norm verstehend
Gegenwort - gynozentrisch: weibliche Sichtweise, die Frau als die Norm und den Mann als Abweichung von dieser Norm verstehend

[Vgl. Keupp, H. (2008): S. 13.]. Das „Selbst entspricht einem identischen, zweckgerichteten, männlichen Charakter“ [Horkheimer, M., Adorno, T. (1969): S. 33]. Dieser beschriebene Charakter ist auch jener, der „... in der Unterwerfung und Ausbeutung der äußeren Natur zugleich die eigene innere Natur diszipliniert und versklavt. Hier begegnen wir der Idealgestalt des „modernen Menschen“ ...“ [Keupp, H. (2008): S. 17].

Als Folge epochaler Modernisierungsprozesse, die von dynamischen und tief greifenden zivilisatorischen Umgestaltungen begleitet werden, findet aktuell eine wissenschaftlich breit gefächerte Auseinandersetzung zu Begrifflichkeiten wie „Postmoderne Identitätskonstruktionen“, „Dekonstruktion“, „Individualisierung“, „Subjektive Positionierung“ und „Verbindung von Teilidentitäten“ statt. Das Subjekt mit einer einheitlichen und stabilen Identität und somit in seiner Unverwechselbarkeit wird abgewechselt von der Vorstellung einer Identität, die durch dialogische Selbsterfahrung in verschiedenen sozialen Lebenswelten gebildet wird. Die selbstbezogenen, facettenreichen und situationsabhängigen Erfahrungen in den einzelnen Realitätsbereichen werden integriert und formieren sich zu einem Bild über sich selbst (*Selbst-Bild*).

Mit historisch-gesellschaftlichen Veränderungen geht auch eine Veränderung der Darstellung einzelner Subjekte einher, Spuren der Veränderungen werden in den alltäglichen Lebensführungen, in der Alltagskultur sowie in spezifischen Werthaltungen sichtbar. Grundprämissen unterliegen einem grundlegenden Wandel.

Der amerikanische Kulturwissenschaftler Fredric Jameson¹¹ geht von einer neuen Entwicklungsetappe des Kapitalismus aus, wobei sich gesellschaftliche Veränderungen in den postmodernen Diskursen reflektieren. Das postmoderne Subjekt wird ohne gesicherte oder anhaltende Identität konzipiert. Im Identitätsdiskurs der Spätmoderne werden Phänomene des gesellschaftlichen Wandels folgendermaßen beschrieben:

Kollektive Identitäten¹² und Lebensmuster sicherten über Generationen die soziale Verortung und Zugehörigkeit primär durch den Rückgriff auf manifestierte Muster. Die tradierten Rollenzuschreibungen waren von Erwartungen begleitet, die den

¹¹ Jameson, F. (2004). *Mythen der Moderne*. Berlin: Kadmos Kulturverlag.

¹² Assman (in: Spitzmüller 2003, S. 58): Unter einer *kollektiven* oder *Wir*-Identität wird das Bild verstanden, das eine Gruppe von sich aus aufbaut und mit dem sich deren Mitglieder identifizieren. Kollektive Identität ist eine Frage der *Identifikation* seitens der beteiligten Individuen. Es gibt sie nicht ‚an sich‘, sondern immer nur in der Masse, wie sich bestimmte Individuen zu ihr bekennen.

Menschen von vornherein typisierend festlegten und die mit Sanktionen bei Nichteinhaltung belegt waren. Strukturen in Form von Tradition, Zwang, Ab- und Ausgrenzung sowie religiöse Bindungen werden als Regulative der Moderne bezeichnet und stellen Mechanismen dar, die den gesellschaftlichen Zusammenhalt gesichert haben. Diese verlieren an Bindekraft, Prägungscharakter, Verbindlichkeit und Überzeugungskraft [Vgl. Keupp, H. (2008): S. 44ff.], ein tief greifender Wandel von geschlossenen und verbindlichen zu offenen und zu gestaltenden sozialen Systemen findet statt. In dieser individualisierten Welt werden Kollektive brüchiger.

„Identität“ wird als ein Konstruktionsprozess¹³ mit dem Ziel der sozialen Anerkennung verstanden, wobei ein kontinuierlicher Abgleich zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung als Basis dieser Vorgänge dient.

Identität erwächst nicht mehr aus kollektiven, ideologischen und moralischen Normvorgaben, sondern aus dem intersubjektiven Austausch der einzelnen in ihren Lebenswelten, soziale Aushandlungsprozesse finden statt. Bei dieser Beschreibung der aktuellen lebensweltlichen Biographieschreibungen sei die Verknüpfung mit dem Konzept „Doing gender“ aufgezeigt: Im Handeln des Alltags werden Vorstellungen der entsprechenden (Geschlechts)Identitäten im interaktiven Austausch und in sozialen Beziehungen sowie im Bezug zum gesamtgesellschaftlichen Kontext immer wieder neu geformt und konstruiert. Bei immer weniger gegebenen Selbstverständlichkeiten MUSS das Individuum aus einer unüberschaubaren Fülle an Alternativen auswählen, der Rückgriff auf etablierte Verhaltens- und Denkmuster stellt keine bewährte Strategie mehr dar. Identität wird zu einem „Projekt“, Zugehörigkeit gilt nicht mehr als unabänderliches Schicksal und Biographien werden individualisiert, nicht mehr standardisiert geprägt.

Auswirkungen der Frauenbewegung und damit verbundene Veränderungen der Geschlechterrollen kommen hier zum Tragen. Das Aufbrechen gesellschaftlicher Selbstverständlichkeiten - wie zum Beispiel das Infragestellen der Trennung zwischen Privat und Öffentlichkeit, Änderung häuslicher Arrangements oder die Thematik der Sexualität(en) auf politischer Ebene - ist mit der Suche nach Identität

¹³Zur Begrifflichkeit der „Konstruktion“ laut Kraus & Mitzscherlich, 1997: Das, was im Akt der Selbstreflexion entsteht (zum Beispiel eine Vorstellung einer bestimmten Teilidentität) beginnt sich mit dem selbstreflexiven Akt bereits wieder zu verändern. Frau oder Mann konstruiert sich in und mit jeder Selbsterzählung ständig neu.

als Frau verknüpft. Einerseits werden tief geprägte traditionelle Muster spürbar, gleichzeitig kommt es zu einer Öffnung von neuen Horizonten mit der Möglichkeit zur Konstruktion neuer und weniger starrer Identitäten. Diese individualisierten Formen der Sinnsuche sind einerseits gekennzeichnet durch Orientierungslosigkeit, Unsicherheit und Kontrollverlust mit der Notwendigkeit des Zugangs zu materiellen, sozialen und psychischen Ressourcen¹⁴, um der Aufforderung zur selbstbewussten Inszenierung gerecht zu werden. Andererseits ergeben sich neue Chancen und Möglichkeiten zu neuen Freiheiten, wenn es gelingt, bislang geleistete traditionelle Anpassungsleistungen der Frauen in Ressourcen umzuwandeln.

„Aus dem Gehäuse der Hörigkeit ausziehen und sich in kreativen Akten der Selbstorganisation eine Behausung schaffen, die die ihre ist“ [Keupp, H. (2008): S. 55]. Auch in diesem Forschungsansatz haben feministische Strömungen einen wesentlichen Beitrag zum Wandel in der Identitätsdiskussion durch Betonung von interaktionistischen Ansätzen und diskursiven Konstruktionen geleistet. „Wir lernen, dass die Qualitäten unserer Persönlichkeit und Identität gleichermaßen konversational konstituiert und durch die Dialoge mit verschiedenen anderen aufrechterhalten werden“ [Sampson, E. (1993): S. 109].

Aus feministischer Perspektive werfen erfahrungsbegründete Zweifel im Rahmen der aktuellen Identitätsdebatte entsprechende Fragestellungen auf:

Die Feminismusforschung betont, dass *„die Spezifität weiblicher Identitätskonstruktionen in den gängigen Konzepten regelmäßig beiseite gelassen wird“* [Keupp, H. (2008): S. 88]. Die Forderung nach aktivem Engagement in der Gestaltung des eigenen Lebens erfordert auch die Möglichkeit, auf dafür notwendige personale, ökonomische, kulturelle und soziale Ressourcen Zugriff zu haben. Es bedarf vielfältiger psychischer und sozialer Voraussetzungen, um Wandlungen in historischen Situationen für die eigene Identitätsbildung nutzen zu können. Hier zeigen feministische DenkerInnen auf, was es für Frauen bedeuten kann, in einer Gesellschaft zu leben, deren Freiheitsbegriff wesentlich auf ökonomischer Unabhängigkeit beruht. Von dieser Perspektive aus betrachtet bedarf es einer unbedingten Gleichbehandlung auf ökonomischer Ebene, um ein Durchbrechen der

¹⁴ Bourdieu interpretiert in seinen Ausführungen zur Kapitalsorten-Theorie die Ressourcenverteilung als sozialökonomisches Phänomen. Er bezeichnet das ökonomische, soziale und kulturelle Kapital als „primäre Kapitalsorten“ [Vgl. Bourdieu, P. (1992): S. 49ff.]. Zentrale Bedeutung kommt dem ökonomischen Kapital zu, also den materiellen Ressourcen, das in weiterer Folge alle anderen Ressourcenbereiche wesentlich mitbestimmt. Als erstrangige Quelle sowohl für das materielle als auch für das kulturelle Kapital gilt die jeweilige Herkunftsfamilie. Weiters wird davon ausgegangen, dass die entsprechenden Ressourcen als notwendige Basis im Bereich der Identitätskonstruktion angesehen werden, diese jedoch keine Garantie für gelungene Identitätsarbeit darstellen. Sowohl ein Mangel als auch ein Übermaß an vorhandenem Kapital kann zu Identitätsdiffusion führen.

vielfältigen Verflochtenheit von Machtmechanismen im Rahmen einer „Dominanzkultur“ [Rommelspacher, B. (1995)] zu erreichen. Die Gefahr der Verschleierung sozialer Differenzen ist beim aktuellen Aufruf zur Umsetzung spezifischer Erfahrungen in persönliche Identitätsentwürfe mitzudenken.

Individuelle Gestaltungskompetenz, Verknüpfung und Kombination multipler Realitäten, Toleranz von Ambiguitäten¹⁵ sowie vielfältige soziale Ressourcen sind notwendige Voraussetzungen, damit Frau und Mann den aktuellen gesellschaftlichen Aufträgen nach individueller Freiheit und Selbstgestaltungsmöglichkeit gerecht werden kann. Zugang zu Ressourcen für die Einzelnen sowie die Zugehörigkeit zu sozialen Schichten gelten als Ausdruck aktueller Machtverhältnisse in der Gesellschaft. Von diesen hängt es ab, ob die Aufgabe der Identitätskonstruktion gelingen kann. Ein „Identitätserbe“ mit großer Variationsbreite und zusätzlichen individuellen Unterschieden ist vorhanden, das somit höchst unterschiedliche Erfolgsperspektiven in Aussicht stellt. Weiters liegt ein Fokus aktueller Forschungsfragen darin, inwiefern die in der Mikroperspektive wahrnehmbaren Veränderungen der Identitätsentwicklung auf makrosoziale Veränderungsprozesse (gesellschaftlicher Blick) verweisen. Es wird der Frage nachgegangen, wie sich Frauen und Männer in ihrem Selbstverständnis in einer sich wandelnden sozialen Welt verorten. Welche sind förderliche und hinderliche Gegebenheiten für jede Einzelne und jeden Einzelnen, um den Ansprüchen der hohen Eigenleistungen während des Prozesses der konstruktiven Verortung gerecht zu werden?

Die Verwirklichung von Identitätsprojekten braucht immer soziale Unterstützung - ohne sozialen gibt es keinen psychischen Zusammenhang. *„Es ist möglich, einen sozialen Kontext zu verlassen, aber es ist unmöglich, den Kontext des Sozialen zu verlassen“* [Keupp, H. (2008): S. 170].

2.1.1. Kohärenz - Begrifflichkeit

Kohärenz, verstanden als innerer Zusammenhang und Zusammengehörigkeit, ist ein zentraler, basaler Aspekt der theoretischen Annahmen im Bereich der

¹⁵ Ambiguitätstoleranz ist die Fähigkeit, Widersprüchlichkeiten, kulturell bedingte Unterschiede oder mehrdeutige Informationen, die schwer verständlich oder sogar inakzeptabel erscheinen, wahrzunehmen und nicht negativ oder vorbehaltlos positiv zu bewerten. Ambiguitätstoleranz liegt dann vor, wenn jemand ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Rollenerwartung und Rollenentwurf gefunden hat und somit Rollenkonflikte tolerieren kann. <http://de.wikipedia.org/wiki/Ambiguitätstoleranz> Wien am 13. 12. 2009

Identitätsforschung. Von folgenden Überlegungen ausgehend werden in unterschiedlichen Richtungen Weiterentwicklungen forciert: die oder der Einzelne erlebt in der heutigen postmodernen Welt mehr, als sie oder er erfahren und verarbeiten kann. Muss eine zersplitterte Erfahrungswelt zu zersplitterten Subjekten führen? Wie wird ein innerer Zusammenhang produziert, wenn die Gesellschaft diesen nicht mehr bietet und die Aufgabe der Kohärenzausformung an das Individuum weiter gibt?

In der Frage, ob überhaupt und wenn ja, wie eine innere Konstruktion von Kohärenz stattfindet, sind zwei konträre wissenschaftliche Standpunkte vorzufinden:

Im Diskurs der dezentralistischen Denktradition gilt das kohärente Selbst als ein imaginäres Konstrukt, „... *das der persönlichen Geschichte des Individuums einen narrativen Sinn verleiht*“ [Linde, C. (1993)]. Das Ich als personales Zentrum einer Person verliert an Gültigkeit. In einer Welt, wie sie momentan beschrieben wird, „... *kommt jemand einfach nicht zu dem Punkt, ein singulärer und konsistenter Jemand zu sein, weil er kein soziales Umfeld hat, indem seine Interaktionen und Beziehungen, alle Stimmen, die er hört und alle Bilder, die er von anderen zurückgespiegelt bekommt, einheitlich ein konsistentes Bild dessen ergeben, wer und was er ist*“ [Anderson, W. (1997): S. 38]. Kenneth Gergen (1972) prägte den Begriff der Multiphrenie. Überwiegend Erfahrungen von Inkohärenz und Dissoziation, Diskrepanzen von innerer und äußerer Realität gelten als reales Erleben. Das Aushalten der dabei entstehenden Ambivalenzen kann als Ressource für folgende Handlungsmöglichkeiten wirksam werden.

Denktraditionen mit dem Postulat von Kontingenz-, Differenz- und Alteritätserfahrungen¹⁶ legen den Fokus ihrer Untersuchungen auf die Qualität der Kontingenz. Es wird hinterfragt, wie die innere Repräsentanz und Verarbeitung von Erfahrungszerrissenheiten zu denken ist, die Annahme von Kohärenzdynamiken wird beibehalten. Eine Konfiguration mehrerer Selbstkonzepte wird angenommen, die je nach Situation sich ständig verändert, von „*working self concepts*“ wird gesprochen.

¹⁶ Begriffe im Sinne des sozialen Kontextes.

Alterität: das Unterscheidende betonen [Raible, W. (1998): S. 20]; Ausdruck der Differenz; Andersartigkeit des scheinbar Gleichen; innige Bezogenheit der menschlichen psychischen Existenz auf „die anderen“, auf die sozialen Umwelten
Identität: das Gemeinsame betonen; Manifestation von Übereinstimmungen zwischen 2 oder mehreren Personen

Die Kontinuität über die Zeit wird in dem Modell durch „*possible selves*“ beschrieben, mögliche (Sub-)Selbste werden hergestellt.¹⁷

Der Grundtenor wissenschaftlicher Identitätsforschungen beruht auf der Beibehaltung der Begrifflichkeit „Einheit der Person“, das Konstrukt eines „Selbst“ auf Basis internaler und externaler Erfahrungen wird beibehalten. Kohärenz wird im Sinne von Herstellungsprozessen mit der Möglichkeit zur Integration von extrem unterschiedlichen Selbsterfahrungen beschrieben. Teilidentitäten werden durch reflexiven Bezug miteinander verknüpft, somit kommt es zu einer Annäherung an eine konsistente Identität. Es wird Konstruktionsarbeit an einem inneren Zusammenhang der Selbsterfahrungen geleistet. Bei einem Nicht-Aufnehmen der Konstruktionsleistungen kann es zu einer pathologischen Auflösung des Selbst mit krankhaft psychotischen Erlebensformen als Folge kommen [Vgl. Frosh, S. (1991): S. 179ff.].

2.2. Identität als Konstruktion - narrative Tradition

In dieser Tradition wird die Frage nach Identität im Unterschied zu klassischen Identitätskonzepten um die Bedeutung der sozialen Kontexte erweitert. Die Eingewobenheit der Einzelnen in ein System vielfältiger sozialer Repräsentationen sowie die Wahrnehmung des Individuums in verschiedenen komplexen Rollen wird miteinbezogen. Dies gilt als Referenzpunkt für weitere Konstruktionen. Es wird davon ausgegangen, dass selbst tiefe individuelle Empfindungen sozial präformiert, kulturell konstruiert und nicht an bestimmte Lebensphasen gebunden - das heißt, nicht durchgängig - sind. „Wer bin ich im Verhältnis zu anderen, wer sind die Anderen im Verhältnis zu mir?“ ist die Hauptfragestellung in diesem Ansatz.

Stuart Hall¹⁸ beschreibt in seinen Forschungen Identitätsbildung im Sinne eines subjektiven und selbst bestimmten Konstruktionsprozesses, bei dem das jeweilige Individuum nach einer stimmigen Passung von innerer und äußerer Welt sucht. Er führt aus, „... dass der innere Kern des Subjekts nicht autonom war und sich selbst genügte, sondern im Verhältnis zu „bedeutenden anderen“ geformt wurde, die dem Subjekt die Werte, Bedeutungen und Symbole vermittelten. ... Das Subjekt hat immer noch einen inneren Kern, ein Wesen, das „das wirkliche Ich“ ist, aber dieses wird in einem kontinuierlichen Dialog mit den kulturellen Welten „außerhalb“ und den

¹⁷ Markus, H., Wurf, E. (1987). *The Dynamic Self-Concept: A Social Psychological Perspective*. Ann. Rev. Psychol. 38: 299-337.

¹⁸ Hall, S. (1994). *Rassismus und kulturelle Identität*. Hamburg: Argument-Verlag.

Identitäten, die sie anbieten, gebildet und modifiziert ...“ [Hall, S. (1994): S. 182]. Innerhalb dieses individuellen Rahmenkonzeptes interpretiert die Person ihre Erfahrungen, gleichzeitig dient dieses Gerüst als Basis für alltägliche Identitätsarbeit. Abhängig von den jeweiligen Lebensumwelten werden einzelne Identitätsbausteine zu einer passenden Identitätskonstruktion verknüpft, diese wird wiederum in ihren Lebensumwelten verortet und nach sozialer Validierung als Grundlage dafür angesehen, Handlungsfähigkeit zu erlangen.

Vergangene, gegenwärtige und zukunftsbezogene Erfahrungsfragmente werden unter verschiedenen Perspektiven reflektiert und in einen Sinn gebenden Zusammenhang gebracht - es kommt zu einer Verbindung von Teilidentitäten in einzelnen Lebenswelten.

Bei der täglichen Identitätsarbeit handelt es sich um eine aktive Passungsleistung des Subjekts unter den Bedingungen einer individualisierten Gesellschaft. Passungsaufgaben erfordern Kompromisse, erzeugen Ambivalenzen. Verunsicherung wird primär mit den veränderten Strukturen sozialer Einbindungen, Beziehungen und Vereinbarungen in Zusammenhang gebracht. Auf psychologischer Ebene wird angenommen, dass zeitgeschichtlich vorhandene, neue Formen von Mobilität, Pluralität, Offenheit und Fragmentierungen sich in Subjektkonstruktionen und Identitäten widerspiegeln. Subjekte werden ebenfalls als offene Systeme gedacht, die reziprok mit ihrer Umwelt in Verbindung stehen. Dabei wird das Hauptaugenmerk auf die Art und Weise der Prozesse sowie deren Wirkungsweise gelegt, die bei der Konstruktion eines „Selbst“ prägnante Rollen spielen.

Mit der Beschreibung von endloser Identitätsarbeit als offenen Prozess wird „Identitätsbildung“ zu einer nicht mehr abschließbaren Aufgabe. Das definierte Identitätsziel wird als Passungsverhältnis zwischen einer inneren Stimmigkeit und Handlungsfähigkeit in Bezug auf die Außenwelt formuliert. Differenziert wird zwischen „Identitätsentwürfen“, die der inneren Balance dienen und sich im imaginären Bereich befinden. Diese können zu „Identitätsprojekten“ verdichtet werden, deren Umsetzung erfolgt durch Einbeziehen von „Identitätsstrategien“ und den entsprechenden Ressourcen.

Es werden zwei Quellen der Dynamik im Prozess der Identitätskonstruktion beschrieben:

Einerseits werden gleichgewichts- und harmonieorientierte Mechanismen benannt, die dem Austarieren von Ungleichgewichtszuständen dienen. Dieses Gleichgewicht muss über die gesamte Lebensspanne hinweg immer wieder neu gefunden werden und wird durch innerpsychische Regulationsmechanismen (*Assimilation, Akkommodation*)¹⁹ gelenkt. Diese Herstellung wird als herausfordernde und anstrengende Aufgabe gesehen und impliziert, dass die Außeneinflüsse größtenteils bekannt und beherrschbar sind und die inneren Reaktionsmöglichkeiten entsprechend angemessen sind. Die Voraussetzung eines sich mächtig fühlenden Subjekts wird als Basis für weiterführende Identitätsbildungen angenommen.

Andererseits wird von einer Grundspannung zwischen Selbst- und Fremdbild ausgegangen: „Die Konstante des Selbst besteht nicht darin, eine Identität aufrecht zu erhalten, sondern eine dialektische Spannung zu ertragen und immer wiederkehrende Krisen zu meistern“ [Mounier, zit. nach Keupt et al. (199): S. 197]. Die Erfahrung der Imbalance wird als realer angesehen, wenn gleich das Prozessziel „Balance“ handlungsleitend wirksam ist. Identität wird nicht länger als gesichertes Endergebnis sondern als vorübergehender Identitätszustand angesehen, als provisorische Reaktion auf Unvorhersehbares. Das „Ich“ und auch die oder der „Anderer“, Identität und Alterität²⁰, stehen als dialektische, reziproke Konzepte nebeneinander, die sowohl ergänzend als auch ausschließend wirksam sind - Identität setzt Alterität voraus und vice versa. Menschliches Bewusstsein ist an die Erfahrung von Alterität gebunden. Das Subjekt muss zuerst erkennen, was von ihm abweicht, muss zu einer Vorstellung der oder des Anderen gelangen, um sich als eigenständige Persönlichkeit begreifen zu können und um eigene Handlungsfähigkeit zu etablieren. Identität konstituiert sich aus der Erkennung der Anderen und durch Grenzziehung gegen die Anderen.

Bei diesen notwendigen Grenzziehungen gilt die Sprache als wesentlicher Bestandteil für die Sinnkonstruktion der Individuen. Sprache übernimmt nicht nur Kommunikationsaufgaben, sondern auch grundlegende Funktionen bei Prozessen der Identitätsbildung: sie dient als Mittel zur Markierung von Alterität und Identität,

¹⁹ Piaget (1896-1980) beschreibt mit diesen beiden Begriffen zwei Arten der kognitiven Anpassung (*Adaptation*) zur Herstellung eines Gleichgewichtszustandes (*Équilibration*). Diese beiden Prozesse bilden die Grundlage für die Differenzierung eines Modells der Umwelt (Weltbild). Assimilation: Integration von Sinneswahrnehmungen, Zuordnen einer Wahrnehmung zu einem vorhandenen Wahrnehmungsschema. Akkommodation: Differenzierung der bereits integrierten Sinneswahrnehmungen, Anpassung der inneren Welt durch Schaffen eines neuen Wahrnehmungsschemas.

²⁰ Identität bedeutet im Bereich des Sozialen: das Gemeinsame betonen; Alterität; das Unterscheidende [Raible, W. (1998): S.20]. Bei der Identität geht es folglich darum, Übereinstimmungen zwischen zwei oder mehreren Personen zu manifestieren, während die Alterität deren Differenzen ausdrückt. Das Bewusstsein des *ego* setzt die Wahrnehmung des Anderen - *alter* - voraus.

zum Austarieren von Nähe- und Distanzbedürfnissen und zur Schaffung von kollektiven Identitäten (*Wir-Identitäten*). Durch teils offen geführte und teils verinnerlichte Konversation mit Anderen finden wichtige Aushandlungsprozesse statt. Konversation mit Anderen und mit sich selbst gilt als dominierender Lebensaspekt. Es wird davon ausgegangen, dass Identität erzählend konstruiert und somit fortgeschrieben wird. Narrationen dienen dazu, dem individuellen Leben eine Form zu geben, einen inneren Zusammenhang von unterschiedlichen Teilidentitäten (*innere Pluralitätskompetenz*) zu schaffen und streben in Richtung Anerkennung. Die Begrifflichkeit der Kohärenz wird in diesem Zusammenhang nicht als Zustand, sondern als Prozessziel formuliert. Kohärenz wird über Geschichten konstruiert, in denen das eigene Erleben geordnet und begriffen wird und somit zu einer Sinn gebenden Struktur geformt wird. Diskursive²¹ Konstruktionsarbeit wird als das Wesen der Identitätsentwicklung angesehen. „Ich erzähle mich anderen, also bin ich.“ Darauf aufbauend ist für den Bereich der Psychotherapie der Ansatz der narrativen Psychologie²² relevant. Selbstkonstruktion findet primär im Modus der Narration, der Erzählung, statt und wird als narrative Identität somit gegensätzlich zu einer tief empfundenen Identität beschrieben.

2.3. Selbstnarration

Selbsterzählungen stellen einen Versuch dar, kohärente Verbindungen zwischen einzelnen Lebensereignissen herzustellen, indem durch Positionierung in sozialen Umwelten und durch zeitlichen Bezug identitätsrelevanter Ereignisse nach und nach eine Identität gebildet wird. Narrationen bleiben instabil und verändern sich in sozialen Aushandlungsprozessen und stellen symbolische Systeme dar. Selbsterzählungen werden somit als Produkte des sozialen Austausches und sozialer Bewertungen (plausibel, wahr, unwahrscheinlich, ehrlich etc.) verstanden,

²¹ In dieser Arbeit wird der Begriff „Diskurs“ im Sinne des Konzepts der Diskursanalyse nach Michel Foucault verwendet und meint das Verständnis einer jeweiligen Epoche, das in der Sprache aufscheint. Sprachliche und nicht-sprachliche Aspekte werden berücksichtigt, als Teil der diskursiven Praxis wird der Vollzug bestimmter körperlicher Darstellungsweisen berücksichtigt. In diesem Sinne können nach Judith Butler beispielsweise die heute als real wahrgenommenen Unterschiede zwischen Frau und Mann als diskursive Konstruktion dargestellt werden. Ein sprachlich produzierter Sinnzusammenhang ist gemeint, der eine bestimmte Vorstellung forciert, die wiederum bestimmte Machtstrukturen und Interessen gleichzeitig zur Grundlage hat und auch erzeugt. <http://de.wikipedia.org/wiki/Diskurs> Wien am 12. 12. 2009

²² Mancuso, 1986: Menschen gestalten ihr gesamtes Leben und ihre darin enthaltenen Beziehungen zur Welt als Narrationen und stellen sich nicht nur in der alltäglichen Interaktion in Geschichten und Erzählungen dar. „*Wir träumen narrativ, tagträumen narrativ, erinnern, antizipieren, hoffen, verzweifeln, glauben, zweifeln, planen, revidieren, kritisieren, konstruieren, klatschen, hassen und lieben in narrativer Form...*“ [Vgl. Hardy. (1968): S. 5]. Narrationen dienen dazu, Ereignisse sozial sichtbar zu machen, Vergangenes mit Gegenwärtigem zu verbinden und Zukünftiges zu begründen. Die Erzählung gilt als primär strukturierendes Schema, durch das Personen ihr Verhältnis zu sich selbst, zu anderen und zur Umwelt sinnhaft organisieren. Diese Prämisse impliziert eine Offenheit und Unabgeschlossenheit der Identitätsentwicklung. Die zeitliche Abfolge des aufeinander Bezugnehmens und somit der Selbsterzählungen steht im Zentrum dieses Ansatzes.

die sowohl im ausgesprochenen als auch im stillen Dialog zur Wirkung kommen. Es wird davon ausgegangen, dass die notwendigen Verhandlungsprozesse größtenteils antizipatorischen und imaginären Charakter haben - als innerer Dialog stattfinden - und somit die realen Interaktionen entlasten.

Theoretisch ausformuliert können Selbsterzählungen in unendlicher Variation auftreten. Da diese jedoch in einem Kontext sozialer Nützlichkeiten, ästhetischer Erwünschtheit, allgemein akzeptierter Regeln und linguistischer Möglichkeiten eingebettet sind, hat das Individuum eingeschränkten Zugriff auf ein mögliches Repertoire. Die verfügbaren Narrationsformen des Selbst sind gesellschaftlich bedingt und begrenzt.

Der Mensch erfindet sich in verschiedenen Situationen neu - keine abrufbare, abgeschlossene und einzige Einheitserzählung/Lebenserzählung wird zu jedem Zeitpunkt in jedem Kontext wieder gegeben. Die situative Verwobenheit der einzelnen Subjekte in den unterschiedlichen Lebenswelten ist immer mitzudenken.

Hier kommt die Voraussetzung notwendiger Ressourcen zum Tragen: um eine Vollendung der identitätsstiftenden Prozesse zu gewährleisten, Bedarf es der Umsetzung von Entwürfen und Projekten, es bedarf des notwendigen Schrittes der Handlungsfähigkeit. Und es besteht die Notwendigkeit von stützenden Rollen der Anderen. Handlungsfähig empfindet sich Frau oder Mann dann, wenn sie oder er notwendige Strategien zur Verfügung hat, um wichtige Selbstwirksamkeitserfahrungen zu machen. Dabei ist immer ein möglicher Zugang zu den dafür notwendigen Ressourcen vorausgesetzt. Wenn diese Stützen zurückgezogen oder nicht vorhanden sind, kommt es zu einem Verfall der Narration, sprich Identitätsbereiche bleiben, wenn überhaupt, im imaginären Bereich der „Entwürfe“ und „Projekte“ verhaftet.

Dieser Verfall der Narration wird im psychotherapeutischen Kontext in der Auseinandersetzung mit Frauen oftmals durch eine Sprachlosigkeit in Zusammenhang mit Ohnmachtsgefühlen auf wichtigen identitätsstiftenden Ebenen, wie beispielsweise der sexuellen Identität, deutlich. Das Fehlen von Handlungsstrategien zeigt sich im Fehlen von Erzählstrategien.

Die aktuellen Ansätze im Bereich der Forschungen zu identitätsbildenden Merkmalen gehen von selbst bestimmten Konstruktionsprozessen mit der Voraussetzung eines

sich mächtig fühlenden Subjekts aus. In der therapeutischen Arbeit mit Frauen können sich daraus folgende Fragestellungen ergeben:

Wie soll Frau durchgängig erzählbar sein, wenn historisch betrachtet wesentliche identitätsstiftende Teilbereiche einem Verfall der Narration zum Opfer gefallen sind? Wie soll, historisch betrachtet, kohärentes Leben von Frausein erzählt werden, wenn in den Lebenssystemen Mechanismen von Ausgrenzung und Diskriminierung fest verankert sind? Wie soll Frau sich in ihrem Frausein verstehen, wenn bei wesentlichen Sinn gebenden Konstruktionsprozessen eine gesellschaftlich und kulturell formierte Sprachlosigkeit vorherrscht?

In der psychotherapeutischen Arbeit sollte ein Verstehen narrativ vermittelter Lebensausschnitte von KlientInnen unbedingt mit einem Verständnis von historisch gewachsenen Rahmenbedingungen verknüpft sein. TherapeutInnen nehmen in der Arbeit mit KlientInnen die stützende Rolle „der Anderen“ oder „des Anderen“ ein. Meines Erachtens nach ist die jeweils eingenommene Perspektive auf die KlientInnen seitens der TherapeutInnen sorgfältig zu hinterfragen: Gehe ich als Therapeutin/Therapeut davon aus, dass das jeweils geschilderte Erleben und Verhalten der KlientInnen auf Grund biologischer Determinanten vorherbestimmt ist oder sehe ich die jeweilige Frau, den jeweiligen Mann, als sozial Konstruierte/n? *„Alle Therapeutinnen und Therapeuten haben ein Bild von Weiblichkeit und Männlichkeit. Für uns Frauen würde ich mir wünschen, daß besonders in der Therapie ein Raum geschaffen werde, der frei ist von männlichen Projektionen über Weiblichkeit, der über die traditionellen Rollenzuschreibungen hinausgeht und der die herkömmlichen Stereotypen in unseren Köpfen verdrängt“* [Winkler, M. (1992): S. 201f.].

2.3.1. Selbstnarration - Begrifflichkeiten

Zwar wird eine endlose Identitätsarbeit als offener Prozess beschrieben, dennoch ist das Ergebnis der Identitätsbildung nicht ausschließlich als fluide Konstruktion zu verstehen. *„Teilidentitäten“*, *„biographische Kernnarrationen“* und ein *„subjektives Identitätsgefühl“* sind zentrale Konstrukte, die sich im Rahmen der Identitätsarbeit formieren und als verdichtete Gefüge biographischer Erfahrungen als Referenzpunkte für weitere Entwicklung herangezogen werden. Diese drei Aspekte

werden von Bohleber (1997) als Basis für das „*Gefühl der Handlungsfähigkeit*“ beschrieben²³.

Hierarchisch geordnete Teilidentitäten (Frausein, Mannsein, Arbeit, Freizeit, Familie, Gesundheit) stellen einen bestimmten Ausschnitt einer Person dar und werden nach Relevanz gewichtet und in Folge verknüpft, wobei Bereiche, denen höhere Relevanz zugeschrieben wird, differenzierter organisiert werden. Dieses Mosaik an gebündelten situativen Erfahrungsbausteinen aus den verschiedenen lebensweltlichen Kontexten stellt eine Innenkonstruktion von dem dar, was Frau oder Mann glaubt zu sein, wobei auch immer Elemente davon enthalten sind, wie Andere glauben, wie sie oder er ist beziehungsweise zu sein hat.

Kernnarrationen („Ich als Frau, Mann, LiebhaberIn, ChefIn, Mutter, Vater, Tochter, Sohn ...“) sind Kernaussagen über sich selbst, die das Ergebnis der narrativen Identitätsarbeit repräsentieren. Das eigene Selbst wird mit seinen einzelnen Identitätsbereichen und den damit verbundenen persönlichen Bedeutungen dargestellt. Diese Selbstideologien repräsentieren eine Vermittlung dessen, wie Frau oder Mann sich im Moment sieht, wie sie oder er gerne gesehen werden möchte und wie sie oder er ihre eigene Entwicklung erklärt. Komplexe, nur zum Teil bewusste und daher nur zum Teil benenn- und erzählbare Identitätsgebilde resultieren aus der Verknüpfung von Teilidentitäten, Kernnarrationen und dem Identitätsgefühl. „*Verkörpert sich im Identitätsgefühl das Vertrauen zu sich selbst, so handelt es sich bei den Kernnarrationen um die Ideologie von sich selbst, um den Versuch, sich und seinem Leben einen - anderen mitteilbaren - Sinn zu geben*“ [Keupp, H. (2008): S. 229)]. Ob Selbsterzählungen schlussendlich als defizitär, das heißt als nicht relevant, nicht lückenlos, nicht kausal verbunden und nicht abgeschlossen oder als gelungen bewertet werden, hängt - wie der gesamte Prozess der Lebenserzählungen - von gesellschaftlich anerkannten Normen ab. Auch für chronologische Selbsterzählungen gibt es „*Ready Mades*“, fertige Muster. Die narrativen Strukturen sind im sozialen Kontext verankert und von ihm beeinflusst. Die individuelle Chronologie ist also in ihrem Verhältnis zu einer sozialen Norm erklärungsbedürftig.

Als Ergebnis der Identitätsarbeit wird die Handlungsfähigkeit beschrieben, die als Ausdruck der Souveränitätseinschätzung gesehen wird und bei der Identitätsziele

²³ Bohleber, W. (1997). *Zur Bedeutung der neueren Säuglingsforschung für die psychoanalytische Theorie der Identität*. In: Keupp, H., Höfer, R. (1997). *Identitätsarbeit heute* (S. 93-119). Frankfurt am Main: Suhrkamp.

wie „Kohärenz“, „Anerkennung“ und „Authentizität“ tragende Rollen zugeschrieben werden. Diese drei Modi der täglichen Identitätsarbeit können als wichtige Indizien für eine „gelungene Identität“ bezeichnet werden. In letzter Konsequenz wird den realisierten Identitätsprojekten, die sich auf Handlungsebene manifestieren, insofern hohe Relevanz zugeschrieben, als Frau oder Mann auf dieser Ebene die wichtigsten Impulse für das Gefühl der Anerkennung bezieht. Auch Kohärenz wird als offene Struktur mit authentischer Gestalt gedacht, die sich in der Entwicklung einer reflexiven Achtsamkeit für die Erarbeitung immer wieder neuer Passungsmöglichkeiten ausdrückt.

All die bisher beschriebenen Prozesse sind einerseits von dem Grundbedürfnis nach Anerkennung gekennzeichnet, andererseits von jenem nach Autonomie, nach Selbstbestimmung. Bei aktuellen Forschungen wird von einer Identität als individuell-autonomer Prozess ausgegangen. Es gilt sich von einer auf gesellschaftlichen Kategorien beruhenden Identität mit selbstverständlicher Anerkennung zu verabschieden. Die heutige Identitätsbildung „... *muss Anerkennung erst im Austausch gewinnen, und dabei kann sie scheitern*“ [Taylor, C. (1993a): S. 21]. Das Bedürfnis nach Anerkennung manifestiert sich in dem Verlangen nach emotionaler Zuwendung, kognitiver und rechtlicher Achtung sowie nach sozialer Wertschätzung. Das Erfüllen dieser bringt in Folge das Ausmaß an Selbstvertrauen, Selbstachtung und Selbstwertschätzung hervor.

In psychotherapeutischen Prozessen kommt es zu einer Reflexion der beschriebenen Teilbereiche auf kognitiver, emotionaler, körperbezogener und sozialer Ebene, wobei mit deren Ausdruck durch Sprache - oftmals Körpersprache - gearbeitet wird. Vergangene Selbsterfahrungen sowie künftige Selbstentwürfe werden thematisiert, in Form von Selbstnarrationen wiedergegeben und werden von einem zugrunde liegenden - häufig nicht direkt präsenten - Identitätsgefühl begleitet. Die Art und Weise, in der Frau oder Mann selbstrelevante Ereignisse auf der Zeitachse aufeinander bezieht, verändert sich in sozialen Aushandlungsprozessen ebenso wie die Positionierung der Akteurin oder des Akteurs (Selbstdarstellung) darin. Subjektive Selbstthematizierungen machen die Frau oder den Mann sichtbar, verleihen ihr oder ihm ein eigenes Profil und können als Quelle für das Gefühl der Anerkennung dienen. Selbstnarrationen mit eingewobenen Machtbeziehungen werden entweder als stimmige oder als prekäre Passungsverhältnisse eingeschätzt

und dienen wiederum als Grundlage für weitere Ausgestaltungen von individuellen Selbstnarrationen.

Die Frage sozialer Macht zeigt sich in Selbsterzählungen, in denen sich die ProtagonistInnen zwar als Hauptfigur beschreiben, sich aber nicht als solche EMPFINDEN. *„Positive Gefühle wie Selbstakzeptanz, Selbstwertschätzung ... entstehen dann, wenn hoch bewertete Anforderungen und zentrale ... Standards erfüllt wurden. Umgekehrt entstehen negative Gefühle wie Selbsthass und Selbstherabsetzung, wenn die Standards nachhaltig verfehlt wurden“* [Keupp, H. (2008): S. 226)].

Als zentraler Standard wird unter anderem ein Subjekt beschrieben, das selbst bestimmt und sich mächtig fühlend aktiv die eigenen identitätsstiftenden Konstruktionsprozesse steuert. Im psychotherapeutischen Bereich wird erkennbar, dass vor allem das Scheitern an den hohen Standards oftmals als ausschließlich individuelles Versagen erlebt wird. Es wird außer Acht gelassen, dass Identitätsziele immer Bedürfnissysteme der Individuen einerseits UND immer zugleich auch jene der Gesellschaft repräsentieren. Letztendlich wird dadurch deutlich, dass den einzelnen Frauen und Männern die alleinige Verantwortung für das Gelingen oder Scheitern der jeweiligen biographischen Entwürfe zugeschrieben wird und sich vor allem Frauen in Folge die alleinige Verantwortung auch selbst zuschreiben. Die Verschiebung der politischen und öffentlichen Zuständigkeit in den privaten Bereich manifestiert sich in den höchst persönlichen Innenstrukturen - in den Selbstnarrationen. Frau oder Mann ist von außen beschrieben selbst verantwortlich für ihre bzw. seine biographische Lebensgestaltung, in Folge empfindet sie bzw. er sich als selbst Verantwortliche/r und bewertet sich selbst auf Grund der von außen übernommenen Anforderungen. Die in den Standards verkörperten gesellschaftlichen Werte in ihrem symbolischen Ausdruck für wünschenswerte Erfahrungen werden häufig nicht beachtet.

Auswirkungen dieser wechselseitigen Verknüpfungen werden im Bereich des psychotherapeutischen Arbeitens in Form eines subjektiven Leidensdruckes spürbar. Ausgehend von der Annahme, dass positive Selbstgefühle als protektive und selbstverstärkende Faktoren gelten, die in weiterer Folge immer wieder neu zu leistende Bewältigungsprozesse beeinflussen, wird im Folgenden auf die psychotherapeutische Arbeit mit Frauen näher eingegangen. Ziel ist es aufzuzeigen,

dass es meines Erachtens von hoher Relevanz ist, dass PsychotherapeutInnen bei der Interpretation von entsprechenden Leidenszuständen und Krankheitsbildern immer auch die entsprechenden Bezugsrahmen mit berücksichtigen, die bei der Entstehung und Aufrechterhaltung der erzählten Lebenswelten der Klientinnen tragende Rollen spielen. Der Hinweis auf kontextbezogene Faktoren kann KlientInnen ermöglichen, die verinnerlichten Schuldzuschreibungen und das Erleben des eigenen Versagens zu relativieren. Wird der eigene Erzählrahmen aus einer ganzheitlichen Perspektive verstanden, können in Folge die Selbsterzählungen unter erweiterten Blickwinkeln verstanden, neu strukturiert und mit positiveren Selbstgefühlen verknüpft werden.

2.3.2. *Selbstnarration - psychotherapeutische Arbeit mit Frauen*

Im Bereich der Psychotherapie wird die Konstruktionsmächtigkeit der Narrationen verdeutlicht. Es wird an Selbstgeschichten gearbeitet, die anschlussfähig an die Zukunft sind, wobei eine nicht schicksalhafte Gegebenheit als Begründung von Entscheidungen gefordert wird. Aus der Verdichtung sämtlicher biographischer Erfahrungen und Bewertungen der eigenen Person formen sich Teilidentitäten, die im Identitätsgefühl „abgespeichert“ erlebbar werden. Diese komplexen Selbstthematizierungen sind kulturell geprägt und bewegen sich innerhalb eines Narrationsrahmens, der durch Erzählen von Erfahrungen eine Fokussierung auf die eigene Person zulässt. Bei diesen Vorgängen ist es von Relevanz, ein Gefühl der Anerkennung zu erfahren, um zu einer Selbst-Anerkennung und zu einer positiven Selbst-Bewertung zu gelangen. Die InteraktionspartnerInnen ermächtigen in diesem Sinne die einzelne Frau, ihre Identität mit durchgängiger Selbstachtung zu beschreiben.

Das Ideal der Identitätsbildung im Sinne einer entsprechenden Passung von Innerem und Äußerem geht von der Voraussetzung aus, dass Außeneinflüsse großteils bekannt und auch beherrschbar sind. Um den Ansprüchen nach selbst geführtem Leben gerecht werden zu können, bedarf es somit einer Klarheit über die zugrunde liegenden Strukturen persönlicher Prozesse und äußerlicher Gegebenheiten. „...*Die Reflektiertheit der Lebenskunst wächst mit dem Grad der Aufklärung von Machtstrukturen, um sich so weit wie möglich im Klaren zu sein über die*

Verstricktheit in deren Geflecht, und um den Ansatzpunkt einer eigenen Einflussnahme zu erkennen“ [Schmid, W. (1998): S. 146ff.]. Im feministisch gedachten Sinn ist das Sichtbarmachen der vorgefundenen Strukturen notwendige Aufgabe der PsychotherapeutInnen und ist auch Voraussetzung dafür, dass TherapeutInnen in ihrer Machtposition nicht als SystemerhalterInnen fungieren. Winkler (2002) sieht die Notwendigkeit gegeben, dass TherapeutInnen in ihrer eigenen Geschlechtlichkeit transparent sein müssen und führt aus, dass Psychotherapie „... in Wahrheit eine System stabilisierende Funktion erfüllt, wenn sie das widersprüchliche Leben von Frauen und Männer ignoriert und die ungleichen Bedingungen negiert. Die objektive und wertneutrale Therapeutenpersönlichkeit ist so ein grauslicher Stabilisierungsfaktor“ [Winkler, M. (2002): S. 77].

Den individuellen Erzählungen liegen implizit Strukturen zugrunde, die den jeweiligen Narrationsrahmen prägen und die die jeweiligen Selbstbilder der Teilidentitäten bestimmen. Im therapeutischen Arbeiten ist es möglich, die eigenen Identitätsentwürfe differenziert zu betrachten. Es ist möglich, die Selbstnarrationen mit ihren jeweiligen Gefühlsausdrücken zu verstehen. Und es ist möglich, diese auch als Ansatzpunkt zur eigenen Einflussnahme, zur eigenen Mächtigkeit zu erkennen. Diese Aufklärung alleine reicht jedoch nicht aus, um die vorhanden Potentiale auch tatsächlich in gelebte Biographien umzusetzen - es besteht immer eine Abhängigkeit zu den sozialen Kontexten und zu den Zugängen zu notwendigen Ressourcen. Arbeit an den selbstbezogenen Ressourcen ist nur dann erfolgreich, wenn eine ausreichende materielle Absicherung gegeben ist. *„Ohne Teilhabe am gesellschaftlichen Lebensprozess in Form von sinnvoller Tätigkeit und angemessener Bezahlung wird alltägliche Identitätsarbeit nur allzu oft zu einem prekären Schwebezustand, der nur aus einer recht zynischen Beschreibung als postmodernes Reich der Freiheit deklariert werden kann“ [Keupp, H. (2008): S. 277].* Im Erleben eines Leidensdruckes, in dem Frauen feststecken, in dem sie keine authentischen Einfluss- und Handlungsmöglichkeiten für sich entdecken können, wird oft ein Mangel an Ressourcen deutlich. Auf materieller Ebene, wo es auf Grund der jeweiligen Lebenssituationen nicht möglich ist, die gewünschten Lebensentwürfe anzustreben. Auf sozialer Ebene, wo oftmals schlichtweg die notwendige Unterstützung und Anerkennung durch Andere nicht gegeben ist und auch auf

innerpsychischer Ebene, wo es einer differenzierten Strategieentwicklung bedarf, um aktuelle Diskrepanzen und Spannungen als Antrieb zur Umsetzung zu nutzen.

Im psychotherapeutischen Prozess erzählen Frauen von sich. Sie beschreiben Lebensumstände und Empfindungen, die in Summe zu einem Leidensdruck führen, der mit den bisher erworbenen Strategien im Umgang mit Unsicherheiten und Verletzungen nur sehr schwer oder gar nicht zu überwinden ist. Die Suche nach Sicherheit führt oftmals zu Vermeidung von Konfliktsituationen oder zu Überanpassung an Normen. Beide Verhaltensweisen haben eine Vermeidung von Erfahrungen der Selbstwirksamkeit zur Folge, was zu einer beschränkten Nutzung der zur Verfügung stehenden Ressourcen führen kann. Frauen finden sich in Situationen wieder, in denen sie an Grenzen ihrer eigenen Mächtigkeit stoßen.

Als zentrale Voraussetzung für Gesundheit wird eine gelingende Identitätsarbeit angenommen, Frauen beschreiben real erlebte Prozesse, die im Gegensatz zu den zeitgemäßen Ansprüchen stehen. Der Anspruch, alle differenten Erfahrungen und Ambivalenzen zu einem kohärenten Ganzen zu formen, überfordert. Die vorhandenen Spannungszustände können oftmals nicht als „dynamische Quelle für neue Herausforderungen“ genutzt werden. Letztendlich erzeugen die neu kulturell vorgefertigten Erzählmuster unter dem Versprechen der Individualität und Authentizität neue Standardisierungen, die im Zwang zur Selbstbehauptung, an Leistungsnormen und an der Zunahme von Konkurrenz sichtbar werden. Es wird im Laufe der Prozesse spürbar, dass sich statt einer Selbsterzählung, statt eines Sich-Erklären-Könnens in Teilen der eigenen Identität, Ohnmachtsgefühle einstellen. Menschen können „ ... *wirklich Schaden nehmen, eine wirkliche Deformation erleiden, wenn die Umgebung oder die Gesellschaft ein einschränkendes, herabwürdigendes oder verächtliches Bild ihrer selbst zurückspiegelt. Nichtanerkennung oder Verkennung kann Leiden verursachen, kann eine Form von Unterdrückung sein ...*“ [Taylor, C. (1993a): S. 13f.].

Feministische Autorinnen [Personal Narratives Group. (1989)] weisen auf die Anstrengungen hin, die nötig sind, um in das vorhandene narrative Formenpotential einzudringen und dieses für Erzählformen zu öffnen, die soziale Differenzen anerkennen. Sie zeigen auf, dass es zwar möglich ist, „alte“ Geschichten neu- oder um zu erzählen; sie zeigen aber auch auf, dass es hier um gesellschaftliche

Machtverhältnisse geht und nicht um eine bloße Weiterentwicklung von Diskussionsformen. Um Änderungen der Konstruktionsrahmen vornehmen zu können, bedarf es ausreichender Flexibilität mit gleichzeitig vorhandener Fähigkeit, einzelne Lebenszusammenhänge zu bewahren. Soziale Integration, Anerkennung und Halt gebende Netzwerke sind hier wesentliche Parameter, die ein hohes Maß an Beziehungsleistungen und Verknüpfungsfähigkeit erfordern. Bei Abnahme von normativen Vorgaben kommt es zu einer gleichzeitigen Abnahme von Vermittlungsrahmen, die auf eine höhere Angewiesenheit auf Netzwerke - somit auf einzeln auszuhandelnde Beziehungen mit jeweils unterschiedlichen Anerkennungskulturen - verweisen. Soziale Netzwerke werden zu entscheidenden Vermittlungsinstanzen.

Handlungsspielräume in der Neu- und Ausformulierung von Selbst-Narrationen müssen erkämpft und verteidigt werden, diese sind oftmals nicht einfach vorhanden. Autonomie wird temporär und graduell verteidigt und in den vorhandenen Ausformungsmöglichkeiten manifestiert. Aus historisch gewachsenen Lebensverhältnissen auszusteigen heißt zugleich, sich im Umgang mit bedrohter oder gebrochener Identität zu üben. Im realen Erleben stellt sich oft die Frage, wie diese Anforderungen zu bewerkstelligen sind, wenn einerseits zu wenig differenzierte Strategien vorhanden sind und andererseits auf Grund von Mehrfachbelastungen schlichtweg die Kraft fehlt, diesen Ansprüchen adäquat gerecht zu werden.

In der psychotherapeutischen Arbeit besteht die Möglichkeit, Rahmenbedingungen zu schaffen, die ein Gefühl der Zugehörigkeit und ein Verständnis für real fehlende kollektive Verbindlichkeiten vermitteln können. Im realen Erleben vieler Frauen ist es vor allem auf materieller Anerkennungsebene oftmals nicht möglich, sich in einem gleichwertigen Sein zu definieren. In diesem Zusammenhang ist es auch wichtig, ein Wir-Verständnis, ein Verständnis von kollektiven Identitäten zu erfahren. Davon ausgehend, dass die Division von Frauen untereinander als eine Strategie des patriarchalen Systems beschrieben werden kann, besteht neben der subjektiven Selbsterfahrung die Möglichkeit, „die Andere“ in ihrem Anderssein wertzuschätzen und diese nicht als Bedrohung wahrzunehmen. Vor allem auf öffentlicher Aushandlungsebene besteht die Notwendigkeit, ein Verständnis von Wir-Identität, von Solidarität zu entwickeln, um Machtanspruch zu erlangen und zu behaupten.

Ziel ist es, den Spannungsbogen der Identitätsprozesse mit einer subjektiv empfundenen Handlungsfähigkeit abzuschließen, und somit den dynamischen Charakter der Identitätsbildung in Gang zu halten. Bei erfolgreichem Therapieverlauf werden an Stelle von Starrheit und rigidem Verhalten, an Stelle eines „Steckenbleibens“ reale Optionen erarbeitet, um Lebensentwürfe sowie Strategien für deren Umsetzung zu ermöglichen. In der Arbeit mit Frauen kann eine weibliche Psychotherapeutin als wichtiges Rollenmodell fungieren, im Sinne „so wie andere Frauen mich erzählen und bewerten, so erzähle, bewerte und fühle ich mich.“

Der Schritt zur inneren Handlungsfähigkeit gilt bei Elfferich (1994) und Haberlandt (1995) als geschlechtsspezifische Schnittstelle im Identitätskonzept, die als Verbindung von Biographie und Lebenswelt beschrieben wird und die untrennbar mit der jeweilig historisch geltenden geschlechtstypischen Perspektive im Zusammenhang steht. Die personale Handlungsfähigkeit - die allgemeinste Rahmenqualität des menschlichen Daseins - charakterisiert die Fähigkeit, über eigene Lebensbedingungen zu verfügen. Hierbei ist der geschärfte Blick auf die von außen nahe gelegten Perspektiven wichtig um zu erkennen, welche subjektiven Entscheidungen zugelassen werden und in Folge umgesetzt werden können. Die Weiterentwicklung von Teilidentitäten erfolgt auch anhand von Perspektiven, die von der Gesellschaft und durch ihre sozialen Netze geprägt sind. Beispielsweise spielt die mediale Vermittlung von Lebensstilen eine Struktur gebende Rolle. Diese vermittelten Lebensstile gestalten den Konstruktionsrahmen der subjektiven Selbsterzählungen mit.

Im nächsten Kapitel werden auszugsweise Bereiche der Frauengesundheitsforschung skizziert. Dieser Bereich stellt ein exemplarisches Beispiel für Nichtbeachtung von Rahmenbedingungen in der Behandlung von Frauen mit daraus resultierenden möglichen Folgen dar.

2.4. Exkurs - Frauengesundheitsforschung

Die Frauengesundheitsforschung²⁴ begreift Gesundheit als dynamischen Prozess mit einer Vielzahl von Einflüssen. Im Kern der Betrachtungen stehen unter anderem

²⁴ Womens' Health Research. Helfferich (1996) und Vogt (1998) führen an, dass „Frauengesundheitsforschung explizit auf die weibliche Bevölkerung ausgerichtet ist. Sie nimmt das Geschlechterverhältnis zum Bezugspunkt ihrer Forschungsschwerpunkte und hat ihren Ausgangspunkt in der Frage nach den zu beobachtenden Unterschieden in der Morbidität und Mortalität zwischen

Belastungen, Benachteiligungen und Widersprüchlichkeiten weiblicher Lebenskonstruktionen, anders ausgedrückt: im Kern der Betrachtungen stehen reale Lebensbedingungen von Frauen. Explizit festgelegte und implizit wirkende Normen und Werte legen fest, innerhalb welcher Grenzen das Verhalten von Frauen als erwartbar und normal gilt. Bei Überschreitung dieser werden dafür bestimmte Institutionen eingesetzt, beispielsweise Psychiatrien, die oftmals auch eine Einschränkung der subjektiven Handlungsfähigkeit mit sich führen. Im historischen Vergleich ist im aktuellen Verständnis einzelner Lebensentwürfe von einer größeren Toleranz im Handlungsspektrum auszugehen, die in Verbindung mit einem Verschwinden von klaren Orientierungsmarken und traditionellen Gesellschaften steht. Gleichzeitig ist zu beobachten, dass das Gefühl des Scheiterns nach innen verlagert wird. Wird der normative Anspruch der aktiven und erfolgreichen Passungsarbeit nicht erfüllt, wird dieses als individuelles Versagen erlebt und verarbeitet. Studien²⁵ untermauern diese signifikanten Untersuchungen anhand des Beispiels von arbeitslosen Frauen und Männern. Hierbei wurde das Gebiet der arbeitsbezogenen Teilidentität genauer betrachtet, der Zustand der Arbeitslosigkeit wird häufig als subjektiv verschuldetes Scheitern empfunden. Ein Scheitern in einzelnen Bereichen wird auf der Ebene des Identitätsgefühls als generelles Scheitern verarbeitet. In Prozessen der Selbstevaluation bewertet sich Frau so, wie sie es erfahren hat, von ihrer Umwelt bewertet zu werden. Hier wird oftmals in Frage gestellt, ob die gesellschaftliche und kulturelle Basis von dem Prinzip der Gleichwertigkeit der Geschlechter gekennzeichnet ist [Vgl.²⁶].

Aktuelle Studien belegen, dass Frauen häufiger von psychosomatischen und psychischen Erkrankungen betroffen sind, Frauen sind doppelt so häufig von psychiatrischen Diagnosen betroffen wie Männer und erhalten in Folge häufiger Psychopharmaka, Schmerz- und Schlafmittel [Vgl. Kuhlmann, E. (2002)]. Mögliche Folgeerscheinungen der Mehrfachbelastungen von Frauen auf Grund der gewandelten sozialen Rahmenbedingungen und widersprüchlichen Lebensentwürfe [Vgl. Richter, A. (2002)] führen häufig zu Erschöpfungszuständen und Erkrankungen. Diese signifikanten Daten sind bekannt. Dennoch wird größtenteils von zu

Frauen und Männern sowie nach den Faktoren, die diese Unterschiede bedingen bzw. beeinflussen“ [Bargfrede, A., Pauli, A., Hornberg, C. (2004). *Gesundheit: Zur gesundheitlichen Situation von Frauen*. In: Becker, R., Kortendiek, B. (2004). *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorie, Methoden, Empirie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften/GWV Fachverlage GmbH.]

²⁵ BMFSFJ 2003, Maschewsky-Schneider et al 2001

²⁶ Bargfrede, A., Pauli, A., Hornberg, C. (2004). *Gesundheit: Zur gesundheitlichen Situation von Frauen*. In: Becker, R., Kortendiek, B. (2004). *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorie, Methoden, Empirie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften/GWV Fachverlage GmbH.]

therapierenden psychosomatischen Problemen der Frauen ausgegangen, ohne Veränderungen auf struktureller und psychosozialer Ebene als notwendig zu erkennen. In der Gesundheitsvorsorge, inklusive den Bereich der therapeutischen Interventionen, ist ein nahezu durchgängiger Gender Bias²⁷ festzustellen, der als Folge Über-, Unter- und Fehlversorgung von Frauen in ihren höchst unterschiedlichen und speziellen Lebenssituationen mit sich führt. Beispielsweise werden bei klinischen Studien häufig ausschließlich Männer als entsprechende Referenzpopulation herangezogen, Frauen sind dabei oft unterrepräsentiert oder ausgeschlossen. Aufgrund fehlender geschlechterdifferenzierter Datenerhebungen sind folglich Therapien und Medikamente häufig auf männliche Verhaltensweisen und männliche Körper ausgerichtet, diese kommen jedoch an der Gesamtpopulation - Männer und Frauen - zum Einsatz. Mögliche Folgeerscheinungen für Frauen auf Grund nicht adäquater Basisannahmen sind erst seit jüngster Zeit Gegenstand differenzierter gesundheitswissenschaftlicher Untersuchungen.

Das „Berliner Zentrum Public Health“²⁸ setzt wissenschaftliche Forschungsschwerpunkte, die unter anderem in den Bereichen Prävention und Gesundheitsförderung sowie Gesundheitssystemforschung angesiedelt sind. Margrit Eichler (2002)²⁹ führt in ihrem übersetzten Handbuch aus, dass unterschiedliche Arbeits- und Lebensbedingungen von Frauen und Männern Auswirkungen auf Krankheitsverläufe haben können oder zu spezifischen Krankheiten führen können. *„Forschungskonzepte, die diese Zusammenhänge zwischen Gesundheit und sozialen Faktoren nicht ernst nehmen, neigen dazu, Geschlechterdifferenzen zu biologisieren. Mit Gendermainstreaming stellt sich die Frage, wie in der Forschung und in der Praxis im Umgang mit Krankheit Gender als zentrale Analysekategorie zur Geltung kommen kann“* [Vgl. ³⁰].

²⁷ Hier wird im Forschungskontext ein geschlechtsbezogener Verzerrungseffekt im Sinne einer Verzerrung der Wirklichkeit in Darstellungen beschrieben. Dies erfolgt durch Formulierungen und gedankliche Annahmen, die zwangsläufig dazu führen, dass nur ein Geschlecht gedacht wird. Ein Gender Bias kann sowohl gezielt erzeugt werden als auch unbeabsichtigt entstehen. http://de.wikipedia.org/wiki/Gender_Bias Wien am 10. Mai 2010

²⁸ Das Berliner Zentrum Public Health ist eine universitätsübergreifende Arbeitsgruppe und gilt als Kompetenzzentrum für die gesundheitswissenschaftliche Forschung, Lehre und Praxis. Das BZPH befindet sich in Trägerschaft von Technischer Universität Berlin, Humboldt-Universität Berlin und Freier Universität Berlin. http://www.ewi-psy.fu-berlin.de/einrichtungen/arbeitsbereiche/klinische_psychotherapie Wien am 10. Mai 2010

²⁹ Deutsche Überarbeitung eines vom kanadischen Gesundheitsministerium erarbeiteten Handbuch („Moving Toward Equality: Improving the Health of Canada's People, Recognising and Eliminating Gender Bias in Health“, 1999). Eichler, M., Fuchs, J., Maschewsky-Schneider, U. (2002). *Zu mehr Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern: Erkennen und Vermeiden von Gender Bias in der Gesundheitsforschung*. Berlin: Berliner Zentrum für Public Health. Band 2002-04.

³⁰ Deutsche Überarbeitung eines vom kanadischen Gesundheitsministerium erarbeiteten Handbuch („Moving Toward Equality: Improving the Health of Canada's People, Recognising and Eliminating Gender Bias in Health“, 1999). Eichler, M., Fuchs, J., Maschewsky-Schneider, U. (2002). *Zu mehr Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern: Erkennen und Vermeiden von Gender Bias in der Gesundheitsforschung*. Berlin: Berliner Zentrum für Public Health. Band 2002-04.

Im Zuge der Erstellung des oben erwähnten Handbuches und der damit verbundenen Forschungen konnten drei Komponenten extrahiert werden, die im Bereich der geschlechtsspezifischen Gesundheitsforschung explizit und durchgängig festzustellen sind: *Androzentrismus*, *Geschlechtsinsensibilität* und *doppelte Bewertungsmaßstäbe*.

Androzentrismus liegt dann vor, wenn eine männliche Perspektive angenommen wird. Beispielsweise werden Schlüsse anhand einer empirischen Basis gezogen, die auf Ausschluss und Unterrepräsentation von Frauen beruht. Eine unzulässige Generalisierung (Übergeneralisierung) und eine gesetzte männliche Norm werden als Hauptkritikpunkte angeführt. Hier kommt auch das weiter oben beschriebene subjektiv erlebte und nach innen verlagerte Gefühl des Scheiterns zum Tragen. Der normative Anspruch an aktive und erfolgreiche Passungsarbeit im Identitätsfindungsprozess kann auf Grund unadäquater Grundannahmen und Vorgaben oftmals nicht erfüllt werden. Frau erlebt sich in einzelnen Bereichen - oftmals auf der Handlungsebene - als Scheiternde, begleitet von einem diesen Bewertungen entsprechenden Identitätsgefühl. Hier sei darauf hingewiesen, dass ich es in der psychotherapeutischen Arbeit als Notwendigkeit erachte zu hinterfragen, welche vorgegebene Passung als zu erreichende von wem vorgesehen ist, ob diese für die jeweilige Lebenswelt als adäquat anzusehen ist und ob auf entsprechende Strategien zur Erreichung zurückgegriffen werden kann. *„Ein besonderer Aspekt des Androzentrismus ist der paradoxe Gynozentrismus. Hier werden Männer in Bereichen ausgeschlossen, die Frauen zugeschrieben werden, im besonderen in Fragen zu Familie, Haushalt und Fortpflanzung. ... Diese Subform baut auf der Annahme getrennter Bereiche auf, in denen Frauen tendenziell auf das „Private“ und Männer auf alles Andere festgelegt werden“* [Vgl.⁵¹].

Geschlechtsinsensibilität liegt dann vor, wenn das biologische und soziale Geschlecht nicht in dem dafür relevanten Kontext wahrgenommen und diese als wichtige Variable ignoriert werden. In diesem Zusammenhang ist Geschlechtsinsensibilität gleich zu setzen mit den Begriffen „Geschlechterneutralität“

Das kanadische Gesundheitsministerium geht von zwölf die Gesundheit beeinflussenden Determinanten aus: Einkommen und sozialer Status, Bildung, Beschäftigung, soziale Unterstützung, soziale Umwelt, physikalische Umwelt, persönliches Gesundheitsverhalten und Bewältigungsfähigkeiten, frühkindliche Entwicklung, Gesundheitsversorgung, biologische und genetische Ausstattung, Kultur und Geschlecht.

und „Geschlechterblindheit“. Diese Vorgehensweise gilt als Hauptkritikpunkt im Personenzentrierten Psychotherapieansatz, differenzierte Ausführungen dazu sind im entsprechenden Kapitel dieser Arbeit nachzulesen.

„Eine Unterform der Geschlechtsinsensibilität ist die Dekontextualisierung, bei der verkannt wird, dass scheinbar ähnliche oder identische Situationen unterschiedliche Einflüsse auf die Geschlechter haben können. Dabei wird nicht beachtet, in welchem Kontext bestimmte Probleme stehen“ [Vgl.⁵¹].

Doppelte Bewertungsmaßstäbe treten entweder offenkundig oder versteckt auf. Von offenen doppelten Bewertungsmaßstäben wird dann gesprochen, wenn Frauen und Männer in identischen Situationen oder gleichartigen Eigenschaften und Verhaltensweisen unterschiedlich beurteilt und behandelt werden, wobei dies zu einer Benachteiligung von Frauen führt. Versteckte doppelte Bewertungsmaßstäbe treten vor allem auf der Ebene der theoretischen Konzeptualisierungen auf. *„Um einen versteckten doppelten Bewertungsmaßstab aufzudecken, kann es notwendig werden, neue theoretische Ansätze zu entwickeln, die die Aufmerksamkeit auf Phänomene lenken, die scheinbar bei Frauen und Männern unterschiedlich sind, wobei es aber gerade darum geht, zu bemerken, dass dem nicht so ist“ [Vgl.⁵¹].*

Studien³¹ zeigen, dass von einem deutlichen Geschlechtsunterschied im Bereich des Gesundheitsverhaltens auszugehen ist. Beispielsweise schätzen Frauen ihren Gesundheitszustand im Vergleich zu Männern subjektiv schlechter ein, medizinische Hilfestellungen werden eher in Anspruch genommen und folglich ist ein höherer Medikamentenkonsum seitens der Frauen feststellbar. Erklärt wird diese Beobachtung durch die Prägung geschlechtsspezifischer sozialer Erfahrungen, [Vgl. Bargfrede, A., Pauli, A., Hornberg, C. (2004)]³² *„... die die unterschiedlichen Gesundheitskonzepte von Männern und Frauen erklären. Frauen berichten erfahrungsgemäß extrovertierter und bereitwilliger über Symptome und Befindlichkeiten, wobei offen bleiben muss, ob die geschlechtsspezifischen Unterschiede in der Wahrnehmung der Beschwerden oder in der Bereitschaft, darüber zu berichten, begründet sind (vgl. Kolip 1998)“ [Vgl.⁵³].*

³¹ BMFSFJ 2002: „Bericht zur gesundheitlichen Lage von Frauen in Deutschland“, herausgegeben vom Bundesministerium für Familie, Frauen, Senioren und Jugend.

³² Vgl. Bargfrede, A., Pauli, A., Hornberg, C. (2004): *Gesundheit: Zur gesundheitlichen Situation von Frauen*. In: Becker, R., Kortendiek, B. (2004): *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung*, S. 519ff

Der psychotherapeutische Bereich beschäftigt sich auch mit der Entstehung von gesundheitlichen Belastungen und dem Umgang damit. Im Folgenden werden Grundzüge des Personzentrierten Menschenbildes nach Carl Rogers (1902-1987) dargestellt. Für PsychotherapeutInnen besteht die Herausforderung, Menschen in ihren Lebensentwürfen zu verstehen. Und diese beinhalten immer auch Geschlechtlichkeit. Meines Erachtens besteht auch in der Personzentrierten Denktradition die Notwendigkeit, das erarbeitete Wissen feministischer TheoretikerInnen sowie Erkenntnisse der Genderforschung in den therapeutischen Konzepten als Selbstverständlichkeit zu integrieren. Es kann ein differenziertes Handeln von PsychotherapeutInnen nur dann gewährleistet werden, wenn diese auf eine theoretische Basis Bezug nehmen können - und dazu gehört ein etabliertes Geschlechterkonzept. *„Den von Rogers formulierten „notwendigen und hinreichenden Bedingungen“ für eine erfolgreiche Therapie füge ich die Bewusstheit seitens uns Therapeutinnen und Therapeuten über verschüttete Potentiale, über die eigene Geschlechtlichkeit und das eigene Eingebettetsein in krank- oder angstmachende Strukturen hinzu“* [Winkler, M. (1992)].

3. Das Personzentrierte Menschenbild

Das Personzentrierte Menschenbild bietet Thesen über zwischenmenschliche Beziehungen sowie über Persönlichkeitsentwicklung an. Bei höchst persönlicher Verschiedenheit werden zugrunde liegende menschliche Entwicklungsprozesse mit eigentümlichen Charakteristika angenommen, wobei es einer notwendigen Lebenshaltung bedarf, um diese in Gang zu setzen. Rogers beschriebene Haltung zeichnet sich durch ein Grundvertrauen in die Person mit ihrer konstruktiven Tendenz zur Aktualisierung aus. Aktualisierend dann, wenn bestimmte Bedingungen ausreichend gegeben sind. Er beschrieb eigentlich eine Lebenseinstellung, einen *„Way of being with“* [Rogers, C. (1975a): S.4], mit gleichen Gesetzmäßigkeiten in allen sozialen Beziehungen.

Folgende Formulierung von Winkler in Hinblick auf Genderaspekte im Personzentrierten Menschenverständnis steht für sich und bedarf keiner weiteren Erläuterung:

„Die Betonung der Geschlechterdifferenz entkleidet das Individuum Person - das Geschlechtsneutrum - seiner scheinbaren Harmlosigkeit. Die Geschlechterdifferenz

transparent machen heißt, die Geschlechterherrschaft offen zu legen, sowohl in der therapeutischen Beziehung, als auch in den angestrebten therapeutischen Zielen. Es heißt, eine zeitgemäße politische Dimension des Personzentrierten Ansatzes zu benennen“ [Winkler, M. (1992)].

3.1. Begrifflichkeiten

3.1.1. Der Organismus und die Aktualisierungstendenz

Entwicklung wird als kontinuierlicher Prozess zunehmender Differenzierung von vorhandenen Potenzialen verstanden. Dabei wird von einem einzigen Axiom als Entwicklungsprinzip ausgegangen: der **Aktualisierungstendenz**.

„Diese ist die dem Organismus als Ganzen innewohnende Tendenz, alle seine Möglichkeiten in einer Art und Weise zu entwickeln, dass sie den Organismus als Ganzen erhalten und fördern“ [Rogers, C. (1959): S. 196]. Zwar wird die Aktualisierungstendenz als Axiom beschrieben, dennoch bedarf es eines genau definierten und förderlichen Umfelds, damit diese konstruktive, in Richtung Ganzheit, Autonomie, soziale Orientierung und Differenzierung gerichtete Tendenz mit ihrem emanzipatorischen Anspruch auch zum Ausdruck kommen kann.

Mit dem Begriff des **Organismus** wird der Mensch in seiner Gesamtheit aller physischen und psychischen Funktionen in der Interaktion mit seiner Umwelt beschrieben. Der Mensch mit seinen Körperempfindungen, Gefühlen, Vorstellungen, Erinnerungen, Gedanken und Worten. All diese Vorgänge sind aufeinander bezogen. Jene Teile des **organismischen Erlebens**, die in einem gegebenen Moment prinzipiell bewusst werden können, werden **Erfahrungen** genannt. Der Prozess der Bewusstwerdung, der Gewährwerdung, einer Erfahrung wird als **Symbolisierungsprozess** beschrieben. Es handelt sich um eine symbolische Repräsentation eines Teils der Erfahrungen im Bewusstsein. Im Zuge dieses Prozesses bewertet der Organismus als Ganzer seine Erlebnisinhalte danach, ob diese der Erhaltung und Erweiterung des Organismus dienlich sind. In Folge werden Teile seines Erlebens symbolisiert, die sich zu Erfahrungen des eigenen Seins und Handelns formen. Es werden Erfahrungen gemacht, die teilweise symbolisiert werden und sich zu einer Struktur formen. Mit dieser Struktur entwickelt sich

zunehmend die Fähigkeit zur bewusstseinsfähigen und reflexiven Beschreibung aktueller Erfahrungen. Diese Repräsentationen können unterschiedliche Grade an Schärfe aufweisen, von einem undeutlichen Gewährwerden von etwas bis hin zu einem scharfen Gewährwerden von etwas. Es findet eine Formierung zum und eine Aktualisierung des „Selbst“ statt.

Das Selbst stellt somit eine symbolische Repräsentation jener Erlebnisinhalte dar, die als dem Bewusstsein prinzipiell zugängliche Erfahrungen verankert sind.

Es gibt offenbar eine Fähigkeit im menschlichen Organismus, die es möglich macht, „sich selbst“ zu erfahren. Ein Konstrukt, das es ermöglicht, „sich selbst“ zu fühlen, zu denken und „sich selbst“ als handelnde Einheit wahrzunehmen. Es ist das Potenzial angelegt, „sich selbst“ im Bewusstsein des Erlebensstromes zu positionieren - es ist möglich, „Ich“ sagen zu können. Und um dieses Potenzial zu entfalten, bedarf es eines dringend notwendigen Bestandteils: **andere** Menschen, die **Beziehung** anbieten. Nur in Relationen zur Umwelt ist ein Neugeborenes überlebensfähig.

„... *Keine Potenz kann sich selbst aktualisieren*“ [Schmid, P.F. (2007)]³³. Dieses notwendige Beziehungsangebot bedarf einer besonderen, klar definierten Qualität.

3.1.2. Das notwendige Beziehungsangebot

Welche Bedingungen muss diese von Rogers beschriebene und von anderen AutorInnen weiter ausformulierte Beziehung nun vorweisen, damit sich Entwicklungsprozesse im Sinne des Personzentrierten Verständnisses entfalten können?

Neben äußeren Bedingungen der Vertrauenswürdigkeit (wie beispielsweise Pünktlichkeit) bedarf es auch einer inneren Haltung. Hierbei handelt es sich um ein Beziehungsangebot, das größtmöglichen Respekt voreinander mit einer besonderen Nähe zueinander ausdrückt. Erst in dem Maße, wie ich jemanden vorfinde, der mir wirklich zuhört, der mich wirklich anerkennt, werde ich mir schlussendlich selbst zuhören können. Werde ich mich schlussendlich selbst anerkennen können.

Es wird eine Grundhaltung beschrieben, die unter dem Überbegriff „**Präsenz**“ zusammengefasst wird und die anhand von drei Dimensionen näher differenziert

³³ [Schmid, P.F. (2007). In: Kriz, J., Slunecko, T. Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes. S. 59]

dargestellt werden kann: Die Dimension der **Kongruenz**, der **bedingungslosen Wertschätzung** und die Dimension der **Empathie**. Ursprünglich zur Darstellung der therapeutischen Grundhaltung gedacht, können diese Dimensionen auf alle menschlichen Entwicklungsbereiche umgelegt werden. Somit stellen die in Folge beschriebenen Aspekte grundlegende Annahmen im Personenzentrierten Menschen- und Entwicklungsverständnis dar.

Kongruenz entspricht einer „... engen Übereinstimmung zwischen dem, was gerade im Bauch erlebt wird, dem, was im Bewusstsein gegenwärtig ist, und dem, was [der Klientin oder] dem Klienten zum Ausdruck gebracht wird“ [Rogers, C. (1986): S. 240]. Der Grad der Kongruenz wird umso höher beschrieben, je größer die Fähigkeit ist, ohne Angst die Komplexität seiner Gefühle zu leben. Die Dimension der Kongruenz umfasst das Wahrnehmen eigener Betroffenheit.

Bedingungslose Wertschätzung (bedingungslose positive Zuwendung) wird im Unterschied zu einer selektiven Bewertungshaltung beschrieben. Es geht um Beachtung, um eine Haltung des Respekts gegenüber Anderen, es geht um das Verstehen der oder des Anderen an sich, ohne jegliche Wertungen. Nur so können Erfahrungen des Angenommenseins gemacht werden. Dadurch wird Raum geschaffen, den die Klientin oder der Klient für sich nutzen kann, um sich mit eigenen emotionalen Bewertungen des eigenen Erlebens auseinanderzusetzen. Wenn ein Umfeld gegeben ist, in dem Wertungen von außen als Normalität erlebt werden, bleibt es auch Normalität, dass das eigene Erleben anhand von Vorstellungen, Meinungen oder Wünschen anderer Personen bewertet wird. Die Vorgaben, wie Frau oder Mann zu sein hat, bleibt in der äußeren Umwelt verankert. Ich beschreibe diesen Umstand so, dass die äußeren Stimmen oftmals so laut sind, dass die eigene innere Stimme zunehmend an Bedeutung verliert und nicht mehr gehört wird.

Was bedeutet es für die therapeutische Beziehung, wenn positive Zuwendung an Bedingungen geknüpft wird? Es erfolgt dann eine Auseinandersetzung mit den emotionalen Reaktionen auf die therapeutische Bewertung, statt eine Auseinandersetzung mit dem Selbsterleben der Klientin oder des Klienten. Bei Vorhandensein von wertenden Bedingungen kommt es meist zu einer Stagnation der Selbst-Explorationsprozesse. Die Haltung der bedingungslosen positiven Zuwendung

fördert das Erkennen, dass die eigentliche Bewertungsinstanz und damit die eigene Verantwortlichkeit schlussendlich in der Person selbst liegen.

Rogers spricht von einem Anerkennen des Gegenübers als Menschen von bedingungslosem Selbst-Wert. Er spricht davon, das Gegenüber in seiner Art mit seinen Gefühlen bedingungslos sein zu lassen, ohne Vorbehalte und ohne Bewertungen. Nur so kann die Klientin oder der Klient die angebotene Beziehung auch zu sich selbst aufnehmen. Nur so kann sich die Klientin oder der Klient als Mensch von bedingungslosem Wert erleben.

Empathie (konkordante empathische Resonanz) beschreibt ein Einfühlen in das Erleben, in das Bezugssystem einer oder eines Anderen. Ein Erfassen der inneren Erlebenswelt mit Gefühlen, Empfindungen, persönlichen Sinngebungen und Bedeutungszusammenhängen einer oder eines Anderen. *„Bin ich sensibel genug, mich darin frei zu bewegen, ohne Sinngehalte zu zertrampeln, die ihm teuer sind?“* [Rogers, C. (1973): S. 67].

Es handelt sich dabei um ein Erfassen auch jener Bereiche, die nicht nur auf Offensichtlichem beruhen. Es handelt sich auch um eine Symbolisierung dessen, was die oder der Andere zwar zeigt, sich dieses Zeigen jedoch am Rande des Bewusstseins, des Gewahrseins befindet. Dieser Verstehensversuch kann unvollständig bleiben oder ganz misslingen. Auch hier kann die erfahrene Beziehungsqualität bei der Klientin oder beim Klienten dazu führen, dass eine Haltung des Mitfühlens mit sich selbst und die Neugier der eigenen Erfahrungen gegenüber sich selbst etabliert werden kann. Um diese Qualität an Beziehung anbieten zu können, bedarf es TherapeutInnen, die sich in ihrem eigenen Selbsterleben stabil fühlen. *„Diese Gratwanderung [zwischen professionellem Abstand und eigener Betroffenheit] erfordert, dass wir die individuellen Erfahrungen selber ausreichend abgeklärt haben, bevor und während wir therapeutisch tätig sind“* [Winkler, M. (2002): S. 72].

Es ist absolut notwendig, dass alle Beteiligten ihre eigene Identität im Laufe des empathischen Prozesses beibehalten, dass eine „Als-ob-Qualität“ und somit die Bewusstheit über das Gesondert-Sein erhalten bleibt. „Ich verstehe dich, als ob es mein eigenes Leben wäre, von dem du erzählst. Als ob ich du wäre“ [frei zusammengefasst von M. Zolles]. Ergänzend führt Rogers noch an, dass die eigenen Empfindungen über die Welt der oder des Anderen mitgeteilt werden. In diesem Zusammenhang spricht Rogers von einer Angst, enttäuscht zu werden oder zu

verletzlich zu sein. Als Reaktion auf dieses Erleben beschreibt er eine Neigung, in zwischenmenschlichen Beziehungen Distanz, also ein unpersönliches Verhältnis, halten zu wollen. Um diesen Schutz überwinden zu können, muss ich mir meiner selbst sicher genug sein, um der oder dem Anderen ihr oder sein Anderssein ohne einem Gefühl der Bedrohung zugestehen zu können. Im Zuge von psychotherapeutischen Prozessen kann eine Entwicklung von Distanziertheit hin zu einer Unmittelbarkeit des Erlebens beobachtet werden.

„Empathie ... bedeutet so etwas wie eine Resonanz auf eine gespielte Melodie, ein genaues Mitschwingen und Mitspüren, ohne eine eigene Melodie zu spielen; sie ist ein Berührtwerden von der Welt [der oder] des Anderen, ohne darin aufzugehen. Empathisch zu sein heißt, sich der Gegenwart [der oder] des Anderen auszusetzen und sich von [ihr oder] ihm existenziell betreffen zu lassen, ist also immer auch die Bereitschaft und das Risiko sich selbst zu verändern“ [Schmid, P. (2001). S. 76].

Es ist unmöglich, dem Anspruch der beschriebenen Grundhaltungen zu jedem Zeitpunkt gerecht zu werden. Vielmehr handelt es sich hierbei um Prozesse des Bemühens, um ein Bestreben, diese Haltung mit ihren verschiedenen Dimensionen immer wieder so gut wie möglich einzunehmen. Keiner erreicht diesen Zustand völlig. *„Das, was ich bin, so zu akzeptieren, und das [der oder] dem anderen zu zeigen, ist die schwierigste Aufgabe, die ich kenne, und eine, die ich nie vollständig löse. Aber es war gut, erkannt zu haben, daß das meine Aufgabe ist“ [Rogers, C. (1973): S. 65].*

3.1.3. Selbständigkeit und fundamentale Beziehungsangewiesenheit

Die beschriebenen Dimensionen einer notwendigen Grundhaltung wären ohne Vertrauen in die Aktualisierungstendenz vollkommen bedeutungslos. Es wird davon ausgegangen, dass es etwas zu entfalten gibt. Daher werden die notwendigen Bedingungen beschrieben, deren es zur Entfaltung der vorhandenen Potenziale bedarf. Zusätzlich ist zu erwähnen, dass das hilfreiche Beziehungsangebot in zumindest ausreichend geringem Maß wahr- und angenommen werden muss. Folglich handelt es sich bei der Beschreibung von Entwicklungsprozessen immer um eine Auseinandersetzung, die aktiv gestaltet wird. Es handelt sich immer um einen

wechselseitigen Austausch, der zur eigenen Entfaltung genutzt werden kann. Rogers (1973) skizziert, dass es sich bei der personalen Entwicklung um Prozesse handelt, die das eigene Potenzial in individueller UND sozial konstruktiver Weise entfalten. Er geht also davon aus, dass der Mensch in seinem fundamentalen Wesen eine Entwicklung anstrebt, die sowohl in Richtung Selbstverwirklichung als auch in Richtung Solidarität verläuft. Der Mensch entwickelt sich unter den dafür notwendigen Voraussetzungen zu seinem eigenen Selbst, das soziale Verantwortung automatisch inkludiert. Das organismische Bestreben inkludiert die Entfaltung im eigenen Interesse. Und das eigene Interesse inkludiert immer auch soziales Interesse.

Schmid geht näher auf die dialektische Spannung ein, die jeder Beziehung inhärent ist: die **substantiale** und die **relationale Beziehungsdimension**. Autonomie und Beziehungsangewiesenheit nebeneinander spiegeln die EINE menschliche Natur wider. Der Mensch wird als eigenständiges, einzigartiges Individuum verstanden, das zur Entfaltung seiner Substanz auf Andere angewiesen ist. Das höchst individuelle Person-Sein bedarf einer Beziehung zu anderen Personen, um zur Persönlichkeit zu werden [Vgl. Schmid, P.F. (2007)]³⁴.

Was ist nun das, was eine Person in ihrem Wesen ausmacht? Was ist gemeint, wenn von einer „Substanz“ ausgegangen wird? Und wie ist der Mensch in seiner Beziehungsangewiesenheit zu verstehen?

„... „Substanz“ kommt vom lateinischen „sub-stare“, das wörtlich „von unten her zum Stehen kommen“ bedeutet, heißt also Von-selbst-zu-Stande-Kommen, Selbstständigkeit, In-sich-selbst-gegründet-Sein und damit Unabhängigkeit. ... Personsein heißt, so verstanden, Aus-sich-Sein und Für-sich-Sein“ [Schmid, P.F. (2001): S. 60f.]

Den relationalen Beziehungsaspekt beschreibt Schmid mit dem Begriff der „Existenz“. Damit beschreibt er den Menschen *„... als von außen her [„ex“], durch andere zu-Stande kommend, als Gegenüber-Stehendes. Person ist nun gerade der, der durch andere er selbst ist“ [Schmid, P.F. (2001): S. 61f.]*

³⁴ Schmid, P.F. in: Kriz, J. , Slunecko, T. (2007). *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes*. S. 39

Diese beiden möglichen Formulierungen eines Personverständnisses bilden die Grundannahmen des Personzentrierten Menschenbildes: eine Dialektik von Selbständigkeit und Beziehungsangewiesenheit.

An dieser Stelle setzt Schmid mit seinen Ausführungen zur **Asymmetrie des Dialogs** an. Er geht davon aus, dass Gemeinsamkeit von Anfang an gegeben ist, dass die dialogische Natur von Anfang an dem Menschen inhärent ist. Schmid zeigt hier einen entscheidenden Paradigmenwechsel auf, indem er die Position der Ich-Du-Beziehung zu Gunsten einer Du-Ich-Beziehung aufgibt. Die oder der Andere kommt zuerst. Es gilt „... *Einem An-Spruch zu ent-sprechen. ... [Der oder] Dem Anderen kann ich nicht gerecht werden, wenn ich von mir oder anderen auf [sie oder] ihn schlieÙe, sondern nur dann, wenn ich [sie oder] ihn mich ansprechen lasse*“ [Schmid, P.F. (2001): S. 71]. Das Neugeborene nimmt die Welt anfangs als „Wir“ wahr, es kann nicht zwischen sich selbst und seinen Bezugspersonen unterscheiden. Demnach ist die Grundlage jedes menschlichen Lebens ein fundamentales Wir, eine Gemeinsamkeit, ein existentielles Füreinander. Erst allmählich entsteht mit der Entwicklung eines Bewusstseins die Möglichkeit, in Abgrenzung zu einem „Du“ ein „Ich“ zu begreifen.

Weiters betont Schmid in seinen Ausführungen zur „Persönlichkeitsentwicklung durch Begegnung“ die Wichtigkeit des Aspektes der **Reflexion**. Durch unser Bewusstsein, durch unseren Verstand, haben wir auch die Fähigkeit, eigene Bewertungen zu analysieren und sichtbar zu machen. Eigene Einstellungen können transparent gemacht und hinterfragt werden. Ohne diese Fähigkeit käme es bei jeder Begegnung zu bloÙem gegenseitigen Beurteilen oder zur Identifikation mit der oder dem jeweils Anderen. Erst der gewonnene Abstand ermöglicht es, als selbständige Person sichtbar zu bleiben - erst dann ist empathisches Verstehen möglich. Nur unter reflexiven Voraussetzungen kann aus der „anfänglichen Begegnung“ eine „personale Begegnung“ werden [Vgl. Schmid, P.F. in: *Person*(1/(2005): S. 11].

Ein weiterer wichtiger Aspekt der beschriebenen Beziehung kommt dem Begriff der **Resonanz** zu. Das, was ich zu einem gegebenen Zeitpunkt in mir erfahre, ist immer ein Widerhall unterschiedlicher Ursprünge: Ich erlebe meine Gefühle, Gedanken, Ideen, Bewertungen, Einstellungen uvm. als „Echo“ auf mein Selbst. Das Erleben basiert auf meinem eigenen Selbst. Und gleichzeitig erlebe ich vieles als „Echo“ von

Erlebensinhalten Anderer. Beim empathischen Verstehen kann ich mitfühlen, was die oder der Andere auf emotionaler Ebene erlebt. Das Erleben basiert auf dem Selbst einer oder eines Anderen. Es kann also zwischen **Selbstresonanz** und **Empathischer Resonanz** unterschieden werden. Realistischer Weise ist das, was in mir Resonanz findet, ein Konglomerat aus Innen- und Außenwelt.

Schmid unterscheidet Empathische Resonanz weiter in „**konkordante empathische Resonanz**“ und in „**komplementäre empathische Resonanz**“. Zusätzlich definiert er den Begriff der „**personalen oder dialogischen Resonanz**“.

3.2. Modell der Entwicklung des Selbstkonzeptes im Personzentrierten Menschenbild

3.2.1. Das Selbst, das Selbstkonzept und die Selbstaktualisierungstendenz

Menschen präsentieren Vorstellungen von sich selbst. Sie nehmen auf sich selbst Bezug. Das „Selbst“ wird als wichtiges Erfahrungselement angesehen, auf das zurückgegriffen werden kann, wenn von Erfahrungen, Einstellungen und Gefühlen berichtet wird.

Wie lässt sich ein „Selbst“ in der Personzentrierten Denktradition neben einer phänomenologisch erfassbaren Erlebensweise erklären oder definieren? Dem Personzentrierten Ansatz ist inhärent, dass das Erleben der Person entlang von Prozessen beschrieben wird. Demnach besteht auch die Schwierigkeit, der Aufforderung nach strukturellen Beschreibungen prinzipiell prozesshafter Phänomene gerecht zu werden, denen es folglich an exakter, statischer Definition fehlen muss.

„I“ and „Me“

Rogers definierte das Selbst als eine *„...organisierte, in sich geschlossene begriffliche Gestalt. Sie setzt sich zusammen aus den Wahrnehmungen der Charakteristika des ‚I‘ oder ‚me‘ und den Wahrnehmungen der Beziehungen des ‚I‘ oder ‚me‘ zu anderen sowie zu verschiedenen Aspekten des Lebens, zusammen mit den Bewertungen, die mit diesen Wahrnehmungen verbunden sind. Es ist eine Gestalt, die dem Bewusstsein zugänglich, aber nicht immer im Bewusstsein*

gegenwärtig ist“ [Rogers, C. (1959/1987): S. 200, Übers. n.d. Original³⁵]. Mit der Unterscheidung zwischen „I“ und „me“³⁶ beschreibt Rogers die Art und Weise, wie eine Person ihr Selbst erlebt - er erfasst somit einen qualitativen Aspekt des Selbst. „I“ wird im Deutschen meist als „das Ich an sich“ beschrieben, es bezeichnet das unmittelbare und unreflektierte Empfinden des Menschen seiner selbst. Es ist eine Beschreibung des Menschen im unmittelbaren Erlebensfluss. Wenn ich beispielsweise ein Bild betrachte, betrachte ich das Bild - ohne dass ich mir dabei gewahr werde, dass ich das Bild betrachte.

Von „Me“ wird dann gesprochen, wenn eine Person ihre Aufmerksamkeit auf sich selbst richtet. Das Selbst wird Gegenstand der Selbstwahrnehmung. Ich stehe vor einem Bild und mir ist bewusst, dass ich das Bild betrachte. Bei diesem reflexiven Vorgehen stehe ich selbst im Zentrum meiner Aufmerksamkeit.

Nach der Definition von Rogers setzt sich das Selbst aus Wahrnehmungen zusammen. Wahrnehmungen stellen immer nur Abbildungen von Dingen oder Erlebnisinhalten dar. Repräsentationen aus Teilen des organismischen Erlebens, die gewahr werden können. Wahrnehmungen haben keine Motive, Bedürfnisse oder Gefühle. Auch keine Aktualisierungstendenz. Demnach handelt es sich bei der Formulierung des Selbst um eine begriffliche Gestalt, um ein Konstrukt. Das Selbst stellt eine mögliche Erscheinungsform der organismischen Tendenz dar, die den Organismus erhält und entwickelt.

Vom Zeitpunkt der Zeugung an, wird von einer Vielfalt an organismischem Erleben ausgegangen, anfangs auf rein zellulärer Ebene. Mit zunehmender Entwicklung entfalten sich verschiedene Dimensionen, anhand derer das jeweilige organismische Erleben erfahren und in Folge ausgedrückt werden kann. Eine der Wahrnehmungsdimensionen stellt das menschliche Bewusstsein dar, mit dessen reflexiver Möglichkeit die Entwicklung einer Vorstellung der eigenen Person mit Annahmen über ihre Eigenschaften und Fähigkeiten gegeben ist. Die eigene Person kann sich vor der Entwicklung des sprachgebundenen kognitiven Verstehens - im Alter von etwa 16 bis 24 Monaten - in Abgrenzung zu anderen Personen

³⁵ „The organized consistent conceptual gestalt composed of perceptions of characteristics of the „I“ or „me“ and the perceptions of the relationships of the „I“ or „me“ to others and the various aspects of life, together with the values attached to these perceptions“ [].

³⁶ Diese begriffliche Unterscheidung stammt ursprünglich von William James (1842-1910) und wurde von George Herbert Mead (1863-1931) aufgegriffen. Bischoff (1996) bezeichnete diese Unterscheidung als „Doppelnatur des Selbstseins“.

wahrnehmen. Die Vorstellung eines „Ich“ im Gegensatz zu einem „Du“ ist Dank der möglichen Ausformung eines Selbst gegeben. Der Aktualisierungstendenz ist es zuzuschreiben, dass dieses Konglomerat aus Erfahrungen der Person in Zusammenwirkung mit Anderen dazu dient, eine innere Struktur aufzubauen. Die Entwicklung eines Selbstkonzeptes - einer Idee über die eigene Person - wird als Ausdruck der Aktualisierungstendenz angesehen. Insofern, als diese Entwicklungsmöglichkeit eben als eine von vielen Entwicklungsmöglichkeiten gegeben ist, die im Organismus angelegt sind. Es gilt, diese zu entfalten und dem Organismus dienlich zu sein.

Von Beginn weg in Beziehungen stehend wird die Symbolisierung des eigenen Erlebens wesentlich dadurch geprägt, wie diese von wichtigen Bezugspersonen (**significant others**) bewertet und vermittelt werden. Das Selbst kann als Gestalt beschrieben werden, die sich aus der Summe und aus der Vernetzung aller signifikanten und bewerteten Erfahrungen formt. Diese bewerteten Lebenserfahrungen werden, abhängig vom jeweiligen Betrachtungspunkt, als **Selbststruktur** bzw. als **Selbst**, **Selbstbild**, **Selbstkonzept** bezeichnet.

Von einer Selbststruktur wird dann gesprochen, wenn die jeweilige Person von einem äußeren Bezugsrahmen aus betrachtet wird. Die Selbststruktur wird durch Selbsterfahrungen geformt, wobei dem Begriff des „**Ichs**“ eine weitere wichtige Bedeutung zugeschrieben wird. Das „Ich“ steht im Dienste der Wahrnehmung und der Beziehungen zur Außenwelt sowie mit den damit verbundenen Erfahrungen und Werten.

Der Begriff des Selbst, des Selbstbildes, des Selbstkonzeptes bezeichnet die eigene Sichtweise des prozesshaften Erlebens, das im Zuge der Entwicklung in Beziehung mit anderen und der Bewertungen durch diese Gestalt annimmt. Selbst-Erfahrungen formen das organisierte Selbstkonzept.

Wenn KlientInnen von sich selbst erzählen, so gewähren sie damit einen Blick auf ihr Selbstkonzept, auf das höchst persönliche Bild, das sie von sich selbst haben. Sie beschreiben dadurch die höchst persönliche Wahrnehmung der eigenen Eigenschaften und Fähigkeiten, der eigenen Ziele, Ideale und Wertvorstellungen. Und sie beschreiben ein Bild von sich, wie sie sich selbst in ihren Beziehungen zur Umwelt wahrnehmen.

Higgins (1987) beschreibt unterschiedliche Inhalte des Selbst: das **aktuelle Selbst** (actual self: Merkmale, die eine Person tatsächlich hat), **ideale Selbst** (ideal self: Merkmale, die eine Person am liebsten besäße, worauf sie für sich selbst den höchsten Wert legt) und das **erwartete Selbst** (ought self: Merkmale, die eine Person meint, haben zu sollen).

Die Person reagiert auf die „Realität“ genau so, wie sie diese auf Grund ihres Selbstkonzeptes wahrnimmt. Hier wird deutlich, wie sehr wir Menschen unsere höchst persönliche Realität konstruieren und diese als Basis unserer sensorischen, kognitiven und emotionalen Aspekte sowie als Basis unserer Handlungen heranziehen. Das zugrunde liegende Selbstkonzept gibt die individuelle Weltsicht und die individuelle Positionierung in der „realen Welt“ vor.

In diesem Zusammenhang weise ich nochmals ausdrücklich darauf hin, dass jedes individuelle Selbstkonzept, jeder individuelle Blick auf das eigene Selbst in hohem Ausmaß von sozialen, kulturellen und gesellschaftlichen Ansprüchen und Vorgaben geprägt wurde und wird. Und dies den KlientInnen immer wieder zu vermitteln, liegt in der Verantwortung jeder einzelner Psychotherapeutin und jedes einzelnen Psychotherapeuten.

Need for positive (self) regard

„Mit dem Gewahrwerden des Selbst entwickelt das Individuum das Bedürfnis nach positiver Beachtung. Dieses Bedürfnis ist ein Wesenszug des Menschen. Es ist allgegenwärtig“ [Rogers, C. (1959a): S. 49]. Dem Bedürfnis nach Anerkennung (**need for positive regard**) folgt ein Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung, nach Selbstwertschätzung (**need for positive self regard**). Jeder Mensch will in seinem eigenen Erleben als lebens- und liebenswertes Individuum gesehen, beachtet und verstanden werden, das nicht mit anderen zu verwechseln ist.

Selbstaktualisierungstendenz - Selbstbehauptungstendenz

Es wird also davon ausgegangen, dass sich mit der Entstehung eines Selbstkonzeptes die Aktualisierungstendenz auf einer zusätzlichen Ebene ausdrücken kann. Die Aktualisierungstendenz hat das alleinige Ziel, den Organismus aufrechtzuerhalten und seine Potenziale immer weiter zu differenzieren. Im Zuge der Aktualisierung finden auch Prozesse statt, deren Ziel es ist, das Selbst als förderlichen Aspekt des Organismus immer weiter zu entfalten. Es entsteht mit dem

Selbst ein Subsystem, das eigene Dynamiken beinhaltet: unter anderem die **Selbstaktualisierungstendenz**.

Gleichzeitig mit der Entfaltung möglichst vieler Selbst-Potenziale gibt es das Bestreben, das aktuelle Selbstkonzept zu erhalten. Es gibt auch die **Selbstbehauptungstendenz**.

Diese beiden Bestrebungen können kollidieren, es kann zu einer „Spaltung“ der Aktualisierungstendenz kommen.

3.2.2. Kongruenz - Inkongruenz

Wie bereits mehrmals erwähnt, bedarf es eines entsprechenden Beziehungsangebots, um möglichst hohe Offenheit für Erfahrungen zu gewährleisten. Werden Selbst-Erfahrungen exakt symbolisiert und in dieser exakt symbolisierten Form in das Selbstkonzept integriert, wird von einem „echten Erleben“, von einem unverzerrten Bewusstwerden, von einer Ganzheit gesprochen. Von **Kongruenz**. Kongruenz definiert demnach einen Zustand - nämlich jenen der Offenheit für Erfahrungen. Die Erfahrungen stellen für die Erhaltung des Selbstkonzepts keine Bedrohung dar und können entsprechend als Selbst-Erfahrungen integriert werden. In einer kongruenten Begegnung gegenüber neuen Erfahrungen kommt es zu einer Entsprechung von organismischer Erfahrung und Selbst-Erfahrung. Eine Person, die diese optimale Art der Lebensbegegnung vollkommen verinnerlicht hat, bezeichnet Rogers als **fully functioning person**.

Von **Inkongruenz** wird dann gesprochen, wenn bestimmte organismische Erfahrungen nicht zugelassen werden können, da sie das Selbstbild in Frage stellen, was als Bedrohung erlebt wird. Jener Teil der Aktualisierungstendenz, der Selbstbehauptungstendenz genannt wird, versucht, Erfahrungen, die das Selbstkonzept in Frage stellen und das Bedürfnis nach positiver Selbstbeachtung nicht befriedigen, dem Bewusstsein als Selbsterfahrung vorzuenthalten, d.h. **abzuwehren**. Dies geschieht beispielsweise durch Verzerrung. Bei diesem Vorgang wird die jeweilige Erfahrung in ihrer Bedeutung derart verzerrt, dass diese mit dem aktuellen Selbst kongruent ist. Einen weiteren Abwehrmechanismus stellen die Verleugnung oder die Verneinung von Erfahrungen dar. Wird eine Wahrnehmung schlichtweg negiert, entsteht auch keine Bedrohung für das Selbst.

Im Zuge des Abwehrprozesses kommt es zu einem Zustand der Spannung und zu innerer Konfusion. Die Person fühlt sich dann „verletzlich“ und ist potentiell anfälliger für das Erleben von Angst. Die Diskrepanz zwischen Selbsterleben und organismischen Erleben könnte gewahrt werden, was eine Veränderung des Selbstkonzeptes zur Folge hätte. Insofern wird Angst als Antwort des Organismus auf die „unterschwellige Wahrnehmung“ verstanden.

Prinzipiell ist jeder Veränderungs- und Entwicklungsprozess vorübergehend von Inkongruenz begleitet. Weiterentwicklung bedeutet ja ständige Veränderung des Selbstkonzeptes, Diskrepanzen zwischen dem aktuellen Selbstbild und der neuen Erfahrung treten immer wieder auf. Im therapeutischen Prozess findet Inkongruenz beispielsweise in folgenden Formen Ausdruck: schwere Müdigkeit, oftmalige Wiederholung des selben Themas, Ausblendung wichtiger Aspekte in sich wiederholenden Mitteilungen, abrupter Themenwechsel, schneller Wechsel von einem Thema zum nächsten.

Für Inkongruenzen, die in den ersten menschlichen Entwicklungsphasen erfahren werden, führte Biermann-Ratjen (1993)³⁷ den Begriff der *primären Inkongruenz* ein. Einzelne Selbstaspekte entstehen durch empathisches Verstehen und bedingungslose Wertschätzung durch primäre kongruente Bezugspersonen. Wichtige Bezugspersonen übernehmen die Aufgabe, dem Kind die Welt zu erklären und Verbindungen zu schaffen, bis das Kind diese Funktionen für sich übernehmen kann. Wenn beim ursprünglichen Erleben Resonanz bei wichtigen Anderen in der Umwelt in zu geringem Ausmaß vorhanden ist, kann in Folge das Erlebte auch nicht korrekt symbolisiert, die Erfahrungen können nicht zu einem Selbstbild integriert werden.

„Primäre Inkongruenz wird darin sichtbar, dass jede affektive Erfahrung eine Bedrohung des Selbstkonzepts darstellt bzw. jede affektive Erfahrung, die nicht abgewehrt werden kann, sekundäre Inkongruenz auslösen kann“ [Kobei, L. (1/2007): S. 25]. Diese Inkongruenz drückt sich durch ein Erleben von Selbstzweifel und Minderwertigkeitsgefühlen aus, es kann zu Einschränkungen der Verhaltensweisen bis hin zu Stagnation der Selbstentwicklung führen.

³⁷ Biermann-Ratjen, E.M., Swildens, H. (1993). Entwurf einer ätiologisch orientierten Krankheitslehre im Rahmen des klientenzentrierten Konzepts. In Eckert, J., Höger, D., Linster, H. (Hrsg), *Die Entwicklung der Person und ihre Störung. Band 1: Entwurf einer ätiologisch orientierten Krankheitslehre im Rahmen des klientenzentrierten Konzepts* (S. 57-142). Köln: GwG-Verlag.

Sekundäre Inkongruenz ist dann gegeben, wenn sich frühere Inkongruenzerfahrungen wiederholen und nicht erfolgreich abgewehrt werden können. Auch die Möglichkeit zur vollständigen Bewusstwerdung und Integration in die Selbsterfahrung ist versperrt. Dadurch entsteht ein Leidensdruck, es kann zur Bildung von Symptomen kommen. Die Person kann sich in diesen Selbsterfahrungen nicht verstehen und akzeptieren.

Werden fremde, nicht dem eigenen organismischen Bewertungsprozess entstammende Bewertungsmaßstäbe (**conditions of worth**) internalisiert, wird ein Bild davon verankert, was und wie das Kind in den Augen wichtiger Bezugspersonen sein sollte. Bei diesen erworbenen Bewertungsbedingungen wird auch von introjizierten Werten gesprochen, die in Folge als Bezugspunkte für das Verhalten des Kindes herangezogen werden. Das Kind, und später die erwachsene Person, wird sich dann selbst immer genau so interpretieren, wie sie von anderen interpretiert worden ist. *„Die Selbstantworten sind folglich mit dem eigenen, augenblicklich vor sich gehenden Erleben nicht verbunden, sie sind eine als Ganzes eingefrorene Struktur, die den Erlebensprozess nicht vorantragen kann“* [Kriz, J., Slunecko, T. (2007): S. 102]. Im Bereich der Experiencing- und Focus-Therapie wird diese Form von Inkongruenz als **strukturegebundenes Erleben** bezeichnet.

Die Dimensionen Kongruenz (offener, flexibler Erlebensprozess) und Inkongruenz (rigide Strukturen) können als mögliches Kontinuum verstanden werden, in dessen Bandbreite individuelles Erleben symbolisiert werden kann. Eine Person, die sich auf diesem Kontinuum in Richtung Kongruenz bewegt, zeigt u.a. folgende charakteristische Veränderung in der Persönlichkeitsstruktur und im Verhalten:

- zunehmende Offenheit für emotionale Erfahrung
- zunehmende Fähigkeit zur Selbstexploration
- zunehmend kongruentes Erleben
- zunehmende kognitive Flexibilität
- zunehmende Kommunikationsfähigkeit
- zunehmendes Gefühl der Eigenverantwortlichkeit
- zunehmende Übernahme der Eigenverantwortung
- zunehmende Beziehungsfähigkeit [Vgl. Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 77]

Durch Einbeziehung bisher verleugneter Erfahrungen in die Struktur des Selbst kommt es zu einer Veränderung des Selbstbildes und der Einstellungen zu sich selbst.

3.2.3. Entwicklungsphasen des Selbstkonzeptes

Das Kind kann nur erste Erfahrungen in sein Selbstkonzept integrieren, die von wichtigen kongruenten Bezugspersonen empathisch verstanden und bedingungslos wertgeschätzt (an-erkannt) werden. Die in das Selbstkonzept integrierten Erfahrungen sind IMMER auch ORGANISMISCH UND SOZIAL bewertete Erfahrungen.

Biermann-Ratjen (2003) beschreibt unterschiedliche Entwicklungsphasen des menschlichen Lebens. Jede dieser Phasen ist gekennzeichnet durch ihre eigenen Prägungen der Erfahrung des Wahr- und Angenommenwerdens mit deren spezifischen Konsequenzen für die Entwicklung des Selbst. Dabei wird einerseits der Aspekt der Beziehungsangewiesenheit hervorgehoben, andererseits wird der Integration von Affekten³⁸ eine bedeutende Rolle zugeschrieben: nicht interpretierte Affekte können nicht korrekt symbolisiert werden. In den meisten Strömungen der aktuellen Säuglings- und Kinderforschung wird davon ausgegangen, dass vor allem die von Geburt an gleich bleibenden Affektausdrücke (Ausdrücke von Überraschung, Ekel, Ärger, Traurigkeit, Furcht, Scham und Schuld) dem Selbst ein affektiv verankertes Kernidentitätsgefühl ermöglichen [Vgl. Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 79]. *„Das Selbstgefühl entwickelt sich in Interaktionen, die in der Form von Episoden gespeichert werden und mit zunehmender Erfahrung generalisiert werden“* [Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 78]. Das Selbstgefühl stellt eine wichtige subjektive Realität dar.

1. Phase - das basale Angenommenwerden

Welche Erfahrungen sind nun konkret gemeint, die in dieser ersten Entwicklungsphase von besonderer Bedeutung sind?

³⁸ Affekte werden als grundlegend für die menschliche Kommunikation und Interaktion angesehen. Im Zuge zu Untersuchungen über das Gefühlsleben von Säuglingen und deren Ausdruck in deren Gesichtern, werden meist sieben kulturübergreifende Primär- oder Basisaffekte genannt: Überraschung, Ekel, Ärger, Traurigkeit, Furcht, Scham und Schuld. Das Konglomerat aus innerem Erleben und äußerem Ausdruck wird von vielen Forschern als „Emotion“ bezeichnet und sie unterscheiden es von „Gefühl“, das nur das subjektive Innenleben beschreibe. Plutchik (1962), Ekman (1972), Tomkins (1962, 1963) und Izard (1977) postulieren dass die Emotionen von Anfang an in gut voneinander unterscheidbarer Form existieren [Vgl. Dornes, M. (2000). *Die emotionale Welt des Kindes*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch].

Zum Beginn des Lebens mit noch keinem reflexiven Bewusstsein ausgestattet, gilt es, in den noch nicht reflektierbaren und noch nicht symbolisierten emotionalen Erfahrungen der absoluten Abhängigkeit verstanden zu werden. Diese absolute Abhängigkeit besteht darin, dass sowohl das körperliche als auch das seelische Überleben nur dann gesichert ist, wenn körperliche und seelische Nähe zu einfühlsamen Bezugspersonen in ausreichendem Maß hergestellt werden kann. Es geht in dieser präverbalen Entwicklungsphase also um Leben und Tod. Gleichzeitig gilt es auch den Protest des Säuglings zu verstehen, wenn diese Nähe nicht hergestellt wird. *„Wenn das Baby in seinem Bedürfnis nach positive regard überhaupt nicht wahr- und angenommen wird, stellt es die Äußerung jedweder affektiver Erfahrung ein, schließlich auch die Äußerung der Trauer - die zu der Erfahrung des Verlassenseins gehört und zu der kein motorisches Programm gehört. Die anaklitische Depression³⁹ des Säuglings kann zum Tod führen“* [Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 91].

Um die Basis für die Entwicklung eines differenzierten Selbst entwickeln zu können, bedarf es von allem Anfang an kongruenter Bezugspersonen, die empathisches Verstehen und ein Annehmen ohne Bedingungen anbieten. Die Bedingungen zur Selbstentwicklung müssen in hinreichendem Ausmaß gegeben sein. Nur so können Erfahrungen des Angenommenwerdens als erfahrendes und fühlendes Wesen in ein Selbstkonzept integriert werden. Neben der kognitiven Verarbeitungsebene spielt auch jene der emotionalen eine wesentliche Rolle. Ausgehend von den oben erwähnten angeborenen Basisaffekten und deren Ausdrucksweise, werden die in dieser Entwicklungsphase gemachten Erfahrungen mit motorischen „Selbstverteidigungsprogrammen“ (fliehen, angreifen, täuschen, erstarren) kombiniert. Während dieser Entwicklungsprozesse ist es von großer Bedeutung, dass sich ein Selbstkonzept formt, in das neben den anderen affektiven Empfindungen vor allem jene der Trauer als Selbsterfahrung integriert werden kann. Falls dies in zu geringem Ausmaß passiert, kann sich ein labiles Selbstkonzept entwickeln, das durch Vernichtungsängste oder Depression gekennzeichnet ist. Beide Erlebensweisen werden als Ausdruck der Bedrohtheit des Selbstkonzepts

³⁹ Der Begriff „anaklitische Depression“ wurde durch R. Spitz (1887-1974) im Zuge von Untersuchungen zum Phänomen des Hospitalismus geprägt. Es wird ein Zustandswandlung bei einem Kind beschrieben, das über die ersten sechs Lebensmonate eine normale Beziehung zur Mutter hat und dann von dieser getrennt wird. Das Kind zeigt Züge der Erwachsenenendepression. Es fehlt ihm an einer Bezugsperson, an liebevoller Zuwendung, an Nestwärme und an Geborgenheit und Sicherheit. Es kann auch von seelischer Vernachlässigung gesprochen werden.

bzw. der Stagnation der Weiterentwicklung verstanden [Vgl. Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 91].

Weiters wird davon ausgegangen, dass nicht gemachte Erfahrungen in Folge keinen Niederschlag im sich entwickelnden Selbstkonzept finden.

Diese erste präsymbolische Entwicklungsphase kurz zusammenfassend: Die Interaktion mit wichtigen Bezugspersonen findet in sehr körpernahe Austausch statt. Unter optimalen Bedingungen kann ein Kern des Selbstgefühls beschrieben werden, der sich in einem „Urvertrauen“ in die eigene Person und in die Welt manifestiert.

2. Phase - das richtige Verstandenwerden

Wenn bis jetzt Bedingungen zur Selbstentwicklung in der Interaktion mit wichtigen Anderen in hinreichendem Maß gegeben waren, kommt es zur Entwicklung einer ersten Gestalt des Selbst und dem damit verbundenen Bedürfnis nach positiver Selbstachtung. In Folge kommt es bei jeder Erfahrung zu Prozessen der Bewertung dieser. Es wird bewertet, ob Erfahrungen als Bestätigung oder als Bedrohung des entwickelten Selbst und der entwickelten Selbstachtung anzusehen sind. Durch empathisches Verstehen und Bewerten von wichtigen Anderen kommt es zu einer Integration einer Selbst-Erfahrung ins Selbstbild, wobei die wichtigen Bezugspersonen mit ihren Reaktionen die affektive Tönung des entstehenden Selbstgefühls und Selbstbewusstseins des Kindes prägen.

Neben der Bewertungsprozesse wird in dieser Entwicklungsphase der Prozess des Teilens von Erfahrungen mit wichtigen Anderen wesentlich. Vor allem Gefühle von Ohnmachtserfahrungen prägen diese Entwicklungsphase. Es ist wichtig, auch in den eigenen Inkongruenzerfahrungen und den damit erlebten Bedrohungen des eigenen Selbstkonzeptes von kongruenten wichtigen Anderen entsprechend verstanden zu werden. Somit wird es auch möglich, Erfahrungen von Inkongruenz in das Selbstkonzept zu integrieren. „*So geht es mir mit Erfahrungen, die mich in meinem Selbstverständnis erschüttern*“ [Kobei, L. (1/2007): S. 25].

Diese zweite Entwicklungsphase kurz zusammenfassend: Das Kind lernt, erste subjektive Erfahrungen wahrzunehmen und sich selbst als von anderen verschieden

zu begreifen. Die Qualität des vorhandenen Beziehungsangebotes kann als mehr oder weniger passend eingeschätzt werden.

3. Phase - der geschlechtliche Mensch/Kongruenz der wichtigen Bezugspersonen

In dieser Entwicklungsphase kommt es zur Entwicklung eines Selbstkonzeptes, das die eigene Geschlechtlichkeit und jene der Anderen beinhaltet. *„Wenn sich schließlich ein Selbst entwickelt hat, in das auch die Erfahrung von Scham und Selbstzweifeln integriert werden konnte, und die Selbstachtung nicht durch jede Form der Zurückweisung in dem Bedürfnis nach unbedingter positiver empathischer Beachtung inklusive der dazugehörigen Gefühle, vor allem der ohnmächtigen Wut ob der eigenen Abhängigkeit und Kleinheit, erschüttert wird, kann das Kind ... sein Interesse darauf richten, was es sein und werden kann - in der eigenen Wahrnehmung und in den Augen anderer -, z.B. in Abhängigkeit von seiner biologischen Ausstattung als männlich oder weiblich“* [Biermann-Ratjen, E. (2003): S. 92].

Im Zusammenhang mit der Entwicklung von Geschlechtlichkeit kommen historisch gewachsene gesellschaftliche Normvorgaben deutlich zum Vorschein: Es ist ein binäres, heterosexuelles Modell vorgesehen. Menschen werden anhand von Geschlechtsmerkmalen in zwei Kategorien - in eine weibliche und eine männliche - eingeteilt. Obwohl dies auch dem aktuellen Wissenstand auf biologischer Ebene nicht mehr gerecht wird. Zunehmend differenzierte Forschungen zur Ergründung von biologischen Kriterien für das Geschlecht zeigen auf, dass eine eindeutige Zuordnung oftmals kaum möglich ist. Demnach müssen die Konzepte von Weiblichkeit und Männlichkeit als wichtige Aspekte des Selbstkonzeptes vor dem historischen Gefüge eines patriarchalen Systems mit entsprechenden Platzzuweisungen gedacht werden. Nähere Ausführungen dazu vgl. Hasler und Zolles (2010).

Diese dritte Entwicklungsphase kurz zusammenfassend: Es geht darum, dass das Kind seine gesamtorganismischen Erfahrungsmöglichkeiten bzw. -begrenzungen zusammen mit den dazugehörenden Gefühlen erleben und in sein Selbstbild integrieren kann.

Die Notwendigkeit der Differenz

Im Zuge eines Personenzentrierten Symposiums, 2009, präsentierte Gabriela Schreder ihre Überlegungen zu folgendem Thema des Entwicklungsbereiches: *„Die Bedeutung der Differenz in der Erfahrung psychotherapeutischer Gegenseitigkeit“*.

Sie erläutert, dass eine der Ursachen für inkongruente oder verzerrte organismische Erfahrungen in der wiederholten inadäquaten Antwort von Bindungspersonen auf die Signale des Kindes liegt. Unter anderem geht sie davon aus, dass es im Zuge von Entwicklungsprozessen niemals zu einer absolut bedingungslosen Wertschätzung und zu absolut empathischem Verstehen kommen kann. Jede Person hat einen eigenen inneren, begrenzten Bezugsrahmen, der das Verständnis für das Erleben und Fühlen Anderer beschränkt. Gleichzeitig wird in den jeweiligen Begegnungen dieser Rahmen auch angereichert und erweitert, was zu einer differenzierteren Wahrnehmung der oder des jeweiligen Anderen führt. Auch Rogers spricht von Bedingungen, die in hinreichendem Ausmaß vorgefunden werden müssen. Dabei bleibt es vage, welche Kriterien für „hinreichend“ herangezogen werden und ab wann dieser quantitative Anspruch auch tatsächlich erfüllt ist.

Der notwendige Austauschprozess zwischen Eigenem und Fremdem, führt nicht zwangsläufig auch zu Entfremdung - dem Auseinanderdriften von organismischer Erfahrung und Selbstkonzept. Es bedarf Erfahrungen der Balance zwischen Vertrautem und Fremdem, zwischen Nähe und Distanz, zwischen Entsprechung und Differenz. So kann sich eine Persönlichkeit mit eigenen Gefühlen, Gedanken und Antrieben entwickeln, die im Stande ist, sich ohne Entfremdungs- und Verlustängste in die Welt einer oder eines Anderen hineinzusetzen [Vgl. Schreder, G. (2009)].

„Die Differenz von ausgedrücktem Affekt und der Antwort darauf gibt dem Kind den nötigen Raum, um ein Konzept für seinen eigenen Gefühlszustand zu entwickeln, für das Erleben von sich selbst in Abgrenzung von Anderen“ [Schreder, G. (2009)].

4. Eine mögliche Positionierung

„Fully functioning person“. Eine schon vor Jahrzehnten formulierte Vision einer theoretisch möglichen Persönlichkeit. Gedacht als flexibler und offener Gestaltungsprozess - gedacht als der Mensch in all seinen Umwelten.

Ich bin versucht, Parallelen zwischen den dargestellten Grundannahmen des Personzentrierten Menschenbildes mit jenen der aktuellen Ausführungen zu Identitätsbildungsprozessen zu vergleichen. Es werden augenscheinlich ähnliche Phänomene und Prozesse im Zuge der menschlichen Entwicklung beschrieben. Ob es sich bei genauer Betrachtung tatsächlich um deckungsgleiche Begrifflichkeiten handelt, ist weiter führend differenzierter zu hinterfragen. Dennoch möchte ich einige mir wichtig erscheinende Aspekte hervorheben:

- **Identität konstituiert sich aus der Erkennung der Anderen und durch Grenzziehung gegen die Anderen.**

Ich bemühe mich in meiner Arbeit als Therapeutin, Bedingungen zur Freiheit zu schaffen. Frei, die höchst individuellen Erfahrungen in möglichst großem Facettenreichtum zu erleben und zu integrieren. Mein Bestreben ist es, eine freie Suche nach sich selbst zu ermöglichen. Und dazu brauche ich zuerst diese Freiheit in mir selbst. Ich brauche eine hilfreiche Beziehung zu mir selbst. Erst dann kann ich die Anderen in ihrer fundamentalen Verschiedenheit erkennen und anerkennen.

- *„Die Konstante des Selbst besteht nicht darin, eine Identität aufrecht zu erhalten, sondern eine dialektische Spannung zu ertragen und immer wiederkehrende Krisen zu meistern“ [Mounier, zit. nach Keupt et al. (199): S. 197].*
- Ob mit der hier beschriebenen dialektischen Spannung jene gemeint ist, die im Personzentrierten Verständnis ausformuliert wurde, ist näher zu hinterfragen.
- **Eine normative Orientierung an männlichen Entwicklungsmodellen ist zu vermerken.**

In dieser vorliegenden Arbeit wird primär von Auswirkungen historisch gewachsener Strukturen auf Frauen hingewiesen. Selbstverständlich werden auch Männer in diesem Kontext sozialisiert, mit entsprechenden Konsequenzen. Hiermit sei nochmals die Notwendigkeit von

Geschlechterkonzepten aufgezeigt, die dem aktuellen Stand wissenschaftlicher Diskurse gerecht werden - Stichwort: Doing Gender.

- **Es bedarf erheblicher Ressourcen auf verschiedenen Ebenen, um der Aufforderung zur selbstbewussten Inszenierung gerecht zu werden.**

Als wichtigste primäre soziale Ressource kann die erfahrene Qualität der Beziehungsangebote verstanden werden. Ich begreife den substantiellen Aspekt des Menschseins als innerpsychische Ressource. Den relationalen Aspekt als soziale Ressource. Ich füge den Personzentrierten Anforderungen an Subjektwerdung neben jenen der Beziehungsangewiesenheit den Aspekt der notwendigen materiellen Ressourcen hinzu. Verbunden mit der Annahme, dass der aktuelle Begriff von Freiheit wesentlich auf ökonomischer Unabhängigkeit beruht.

- **Es ist möglich, einen sozialen Kontext zu verlassen, aber es ist unmöglich, den Kontext des Sozialen zu verlassen**

In der psychotherapeutischen Arbeit kann es vermehrt darum gehen, welche Kontexte eigenständig verlassen werden können und welche neuen Handlungsalternativen hilfreich sein können, um sich in wandelnden Umwelten bewegen zu können. Das inkludiert auch die Perspektive, nach eigenen Möglichkeiten normative Ansprüche zu entmachten. Und an deren Stelle eigene Bewertungsmaßstäbe zu setzen. So können Machtstrukturen und Mechanismen zur Erhaltung krank machender Systeme transparent dargestellt werden.

- **Die in das Selbstkonzept integrierten Erfahrungen sind IMMER auch organismisch UND sozial bewertete Erfahrungen.**

Eine Aufforderung zur Enttabuisierung von Inkongruenzen in weiblichen und männlichen Lebensentwürfen.

- **Die verfügbaren Narrationsformen des Selbst sind gesellschaftlich bedingt und begrenzt.**

Wo gibt wer wie und zu welchem Zweck welche Grenzen vor?

- Die InteraktionspartnerInnen ermächtigen in diesem Sinne die einzelne Frau, ihre Identität mit durchgängiger Selbstachtung zu beschreiben.

Neben der erheblichen Verantwortung der TherapeutInnen zum sorgfältigen Umgang mit erzählten Biographien weise ich hier auf die politische Implikation jeglichen therapeutischen Handelns hin.

- Nicht gemachte Erfahrungen - auch zu verstehen als nicht statt gefundene Dialoge oder nicht vermittelte Narrationen - finden in Folge keinen Niederschlag im sich entwickelnden Selbstkonzept. Es kommt zu einem Verfall der Narration.

In bestimmten Aspekten meines Erlebens wurde mir von mir und über mich nichts erzählt. Somit kann ich in diesen Bereichen auch nichts über mich erzählen. Manche Lebensbereiche sind mir nicht einmal fremd - ich erfasse sie schlichtweg nicht. Ich habe dabei keine Idee von mir, da hier auch Andere keine Idee von mir hatten. Was soll ich erzählen, wenn ich nichts wahrnehme oder fühle, dem ich Ausdruck verleihen könnte? Es ist mehr als ein Fehlen der Worte - es ist Sprachlosigkeit, da in diesem Erleben keine Sprache existiert.

- In den Ruinen des modernen Identitätsideals entsteht die Chance, „ohne Angst verschieden sein zu können“ [Keupp, H. (2008): S. 17].

Diesen Aspekt halte ich vor allem in der Arbeit mit Frauen für höchst relevant. Hier gilt es besonders, herkömmliche Formen der Auseinander-Setzungen zu erweitern und die machtvolle Komponente eines Mit-Einander zu nutzen.

Trotz all dieser möglichen Überschneidungspunkte und Parallelen verzichte ich auf den Versuch, Personzentrierte Paradigmen an bestehende Annahmen anderer Denkrichtungen anzupassen oder einzugliedern. Ich möchte diese in einem heterogenen Diskurs vielmehr positionieren - und zwar als eigenständiges, Für-Sich-Stehendes Modell der menschlichen Persönlichkeitsentwicklung.

5. Literaturverzeichnis

Anderson, W. (1997). *The future of the self. Inventing the postmodern person*. New York: Jeremy P. Tarcher.

Becker, R., Kortendiek, B. (2004). *Handbuch Frauen- und Geschlechterforschung. Theorie, Methode, Empirie*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Biermann – Ratjen, E. M. (1989). *Zur Notwendigkeit einer Entwicklungspsychologie für Gesprächspsychotherapeuten aus dem personenzentrierten Konzept für die Zukunft der klientenzentrierten Psychotherapie* in: Sachse, R. / Howe, J. (Hrsg.) *Zur Zukunft der klientenzentrierten Psychotherapie*. Heidelberg: Asanger.

Biermann – Ratjen, E. M., Eckert, J., Schwartz, H. J. (1995). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch verstehen*. Stuttgart: W.Kohlhammer.

Biermann – Ratjen, E. M. (1996). *Entwicklungspsychologie und Störungslehre* in : Böck-Singelmann, C. / Ehlers, B. / Hensel, T. / Kemper F. / Monden-Engelhardt C. (Hrsg.). *Personzentrierte Psychotherapie mit Kindern und Jugendlichen*. Göttingen: Hogrefe.

Bourdieu, P. (2005). *Die männliche Herrschaft*. Frankfurt: Suhrkamp Verlag.

Braun, Chr. v., Stephan, I. (Hrsg.). (2005). *Gender@Wissen*. Köln, Weimar, Wien: Böhlau Verlag.

Butler, J. (2004). *Undoing Gender*. New York: Routledge.

Frenzel, P., Keil, W.W., Schmid, P.F. (2001). *Klienten-/Personzentrierte Psychotherapie. Kontexte, Konzepte, Konkretisierungen*. Wien: Facultas Universitätsverlag.

Frosh, S. (1991). *Identity crisis. Modernity, psychoanalysis and the self*. London: Macmillan.

Goffman, E. (2001). *Interaktion und Geschlecht*. Frankfurt: Campus Verlag.

Großmaß, R. / Schmerl, C. (1989). *Feministischer Kompaß, patriarchales Gepäck. Kritik konservativer Anteile in neueren feministischen Theorien*. Frankfurt, New York: Campus Verlag.

Hasler, G., Zolles, M. (2010). *On becoming a person. Besonderheiten der weiblichen Identitätsbildung im psychotherapeutischen Kontext*. Diplomarbeit zum Feministischen Grundstudium, Lehrgang universitären Charakters. Rosa-Mayreder-College.

Holland-Cunz, B. (2003). *Die alte neue Frauenfrage*. Frankfurt: Suhrkamp Verlag.

Horkheimer, M., Adorno, T. (1969). *Dialektik der Aufklärung*. Frankfurt am Main: Fischer-Verlag.

Keupp, H. (2008). *Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne*. Hamburg: roro.

Kriz, J. , Slunecko, T. (2007). *Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes*. Wien: Facultas Universitätsverlag.

Kuhlmann, E. (2002). *Geschlechtsspezifische Gesundheitsforschung und Public Health*. Fachtagung „Frauen in der Medizin“, 7. November 2002, Bonn.

Linde, C. (1993). *Life stories. The creation of coherence*. New York: Oxford University Press.

Mill, J., Taylor, H. (1976). *Die Hörigkeit der Frau und andere Schriften*. Frankfurt: Hannelore Schröder.

Musfeld, T. (1997). *Im Schatten der Weiblichkeit: Über die Fesselung weiblicher Kraft und Potenz durch das Tabu der Aggression*. Tübingen: Brandes & Apsel Verlag.

Reisel, B. *Ein personzentriertes Entwicklungsmodell* in: Frenzel P. / Keil, W. / Schmid P. F. / Stölzl (2001). *Klienten- / Personzentrierte Psychotherapie*. Wien: Facultas.

Richter, A. (2002). *Soziale Lage und Bildung von Kindern ... und die gesundheitlichen Folgen*. Landesvereinigung für Gesundheit Nds eV, 04.06.2002, Hannover.

Rogers, C. R. (1951). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuchverlag.

Rogers, C. R. (1959a). *A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered frame work*. In: Koch, S. Köln.

Rogers, C. R. (1973). *Entwicklung der Persönlichkeit*. Stuttgart: Klett - Cotta Verlag.

Rogers, C. R. (1975a). *Entwicklung und gegenwärtiger Stand meiner Ansichten über zwischenmenschliche Beziehungen*. In: Gesellschaft für wissenschaftliche Gesprächspsychotherapie (Hrsg.), *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie* (S. 11 - 24). München: Kindler.

Rogers, C. R. (1986). *Refelctions on our South African Experience*, in: McIllduff, E., Coghlan, *The person-centered approach and cross-cultural communication*.

Rogers, C. R. (1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der Zwischenmenschlichen Beziehung*. (orig. 1959). Köln: GwG Verlag.

Rogers, C. R. / Schmid P. F. (1991). *Person - zentriert*, Grundlagen von Theorie und Praxis Mainz: Matthias Grünewald Verlag.

Rommelspacher, B. (1995). *Dominanzkultur. Texte zur Fremdheit und Macht*. Berlin: Orlanda Frauenverlag.

Sampson, E. (1993). *Celebrating the other. A dialogic account of human nature*. Boulder: Westview Press.

Schmerl, C. (2006). *Und sie bewegen sich doch Aus der Begegnung von Frauenbewegung und Wissenschaft*. Tübingen: dgvt-Verlag.

Schmid, W. (1998). *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Schmid, P. F. *Das Leiden* in: Frenzel P. / Schmid P. F. / Winkler M. (1992). *Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie*. Köln: Ed. Humanistische Psychologie.

Schmid, P.F. (1994). *Solidarität und Autonomie*. Paderborn: Köln: Ed. Humanistische Psychologie.

Schmid, P.F. (1996). *Die Kunst der Begegnung*. Paderborn: Junfermann Verlag.

Schmid, P. F., Personzentrierte Persönlichkeits- und Beziehungstheorie in: Frenzel P. / Keil W. / Schmid P. F. / Stölzl N. (2001). *Klienten- / Personzentrierte Psychotherapie*. Wien: Facultas.

Schmid, P. F. Neue Manns – Bilder? Personzentrierte Heraus – Forderungen zu einem Dialog der Geschlechter in: Iseli C. / Keil W. / Korbei L. / Nemeskeri N. / Rasch-Owald S. / Schmid P. F. / Wacker P. (2002). *Identität - Begegnung – Kooperation*. Köln: GwG Verlag.

Schmid, P. F., Vortrag Universität Graz - IPS, *Die therapeutische Beziehung als personale Herausforderung*, 13.9.2003

Schmid, Dialog? Das Menschenbild der Personzentrierten Psychotherapie als ethische, wissenschaftliche und praktische Herausforderung an die Psychotherapie, SFU, 17.01.2008

Schmid, <http://www.pfs-online.at/papers/paper-anspruch.htm> Wien, am 12. 12. 2009

Taylor, C. (1993a). *Die Politik der Anerkennung*. In: C. Taylor (Hrsg.), *Multikulturalismus und die Politik der Anerkennung* (S. 13-78). Frankfurt am Main: Fischer.

Winkler M., *Du Tarzan - Ich Jane* in: Frenzel P. / Schmid P. F. / Winkler M. (1992). *Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie*. Köln: Ed. Humanistische Psychologie.

Winkler M., *Das Private ist politisch* in: Iseli C. / Keil W. / Korbei L. / Nemeskeri N. / Rasch-Owald S. / Schmid P. F. / Wacker P. (2002). *Identität - Begegnung - Kooperation*. Köln: GwG Verlag.