

Lebensstilarbeit und Liquid Identity

In diesem Artikel wird kurz beleuchtet, was die Verflüchtigung der Identität in der Liquid Modernity für die Lebensstilarbeit als zentraler Methodik individualpsychologischer Praxis bedeutet.

Die Problematik

„Das Wiedersehen

Ein Mann, der Herrn K. lange nicht gesehen hatte, begrüßte ihn mit den Worten: »Sie haben sich gar nicht verändert.« »Oh!« sagte Herr K. und erbleichte.» (Brecht, 1982, S. 383).

Die Philosophie versteht unter dem Begriff Identität Ununterscheidbarkeit (Siegwart, 1999, S. 603), die Psychologie *„die Gleichheit zweier Erscheinungen oder wenigstens das, was beiden gleich ist [...] im engeren Sinn die persönliche Erkenntnis, von Tag zu Tag, durch Lebensabschnitte hindurch der Gleiche zu sein...“* (Kretschmer, 1995, S. 242). Herr K. war offensichtlich nicht angetan von der wahrgenommenen Identität seiner Person, davon, dass er der Gleiche sei wie vor langer Zeit. Scharfettters (1996) Verständnis von Ich-Identität könnte Herrn K. besser gefallen. Diese ist *„Bewusstsein der eigenen Identität und Kontinuität (Selbigkeit) trotz des Wandels von eigener und Umweltgestalt im Verlauf der Lebensgeschichte: dass ein Mensch weiss, dass er von Geburt an bis heute derselbe Mensch ist, der von sich 'ich' sagen kann, sich in seinem Wesen im Verlauf der Geschichte wandelt usw.“* (S. 76). Weiter geht er darauf ein, dass diese Ich-Identität gestört sein kann, z. B. in der Depersonalisation, in einer Schizophrenie oder in einer dissoziativen Identitätsstörung (ebd. S. 94-7).

An diesem Punkt lässt sich also sagen: vorhandene Identität kann Unbehagen auslösen, fehlende Identität kann Ausdruck einer psychischen Störung sein.

Gesellschaftlicher Rahmen der Problematik

Einer psychischen Erscheinung wie fehlender Identität einen Krankheitswert zuzuschreiben, wie dies in der Psychopathologie und auch in der Individualpsychologie gemacht wird, muss in einem erweiterten gesellschaftlichen Rahmen betrachtet werden, auch wenn der Ursprung solcher Sinnzuschreibungen in einem persönlichen Bedürfnis nach Orientierung und Sicherheit liegt. Gesellschaften und Gruppen teilen solche Bedürfnisse, definieren sich zum Teil durch sie. So ist eine für die individualpsychologische Praxis und Theorie zentrale Sinnzuschreibung die Förderung des Wohls der Gemeinschaft, wofür sie eine allgemeine Richtigkeit postuliert: *„Ein Gedanke, ein Gefühl, eine Handlung ist nur dann als richtig zu bezeichnen, wenn sie richtig ist sub specie aeternitatis (= auf ewige Sicht). Und ferner muss in ihr das Wohl der Gemeinschaft unanfechtbar beschlossen sein“* (Adler, 2008b, S. 93). Auch die Versuche der amerikanischen Individualpsychologie die Lebensstilarbeit zu operationalisieren (Powers & Griffith 1987; Shulman & Mosak 1995), folgen dem Bedürfnis nach Orientierung und sind damit Zuschreibungen, hier angepasst an den therapeutischen Alltag.

Solchem Vorgehen immanent ist ein Problem, welches auch von der Individualpsychologie leicht übersehen werden kann. In einer Sinnzuschreibung werden gewisse Möglichkeiten einbezogen (z. B. die Existenz eines angeborenen Gemeinschaftsgefühl), andere ausgegrenzt (z. B. die Existenz eines konflikthafter Triebgeschehens). Das heisst, dass erfolgreiche Sinnzuschreibungen stets machtgestützt sind (Junge, 2005, S. 67). Dass auch die Individualpsychologie, trotz der hohen Sensibilität für Macht in ihrer Theorie, dieser Dynamik unterworfen war und ist, zeigt der Ausschluss Viktor Frankls sowie der Einschluss der Individualpsychologie in die Psychoanalyse in Deutschland.

Erweiterte Problematik

Auch nachdem Sinnzuordnungen machtgestützt etabliert sind, können sie immer hinterfragt oder bekämpft werden. In den Worten des 'Menschen aus dem Kellerloch': *„Und wie kommen diese Besserwisser darauf, dass der Mensch auf irgendein normales, irgendein tugendhaftes Wollen angewiesen ist? Woher wollen sie wissen, dass der Mensch auf irgendein unbedingt vernünftig-vorteilhaftes Wollen angewiesen ist? Der Mensch ist einzig und allein auf das selbständige*

[Hervorhebung im Original] *Wollen angewiesen, was diese Selbständigkeit auch kosten und wohin sie auch führen mag*” (Dostojewskij, 2006, S. 32).

Ein aktuelleres Beispiel, die scheinbare Aufhebung der machtgestützten Sinnzuschreibung ‘Identität’, ist die Pflege der Identität (oder multipler Identitäten) in den sozialen Medien, welche zum Teil stark abweicht von der Identität, wie sie zum Beispiel am Arbeitsplatz (oder in der Psychotherapie) gelebt wird. Wie ist das möglich, ohne dass jeder Person, die so lebt, eine Identitätsstörung diagnostiziert werden muss? Denn werden solche Identitäten nebeneinander gestellt und gleichzeitig betrachtet, kommt unweigerlich Ambivalenz auf und mit ihr die Frage: Was gilt?

Lösungsansatz

Hier bietet das Konzept Baumans der Liquid Modernity (nach Junge, 2005) und der eng damit verbundenen Liquid Identity eine Antwort. Die Überwindung der Ambivalenz, die Suche nach Eindeutigkeit sei typisch für die Moderne, wohingegen *“Ambivalenz, Toleranz und Freiheit [...] in den Augen von Bauman Chancen der Postmoderne [sind], die über die Möglichkeit der ordnungserzwingenden Moderne hinausgehen”* (ebd., S. 72). Die so *“entstehenden sozialen Formationen sind vor allem durch ihre Unstetigkeit und Kurzfristigkeit der Existenz ausgezeichnet, Instabilität ist ihr Markenzeichen”* (ebd., S. 73.). Daraus ergibt sich *“das Bild einer liquid modernity, einer flüchtigen Moderne, einer Ordnungsform, die die Starrheit klassisch moderner Ordnungsansprüche einer Kultur verloren hat und sich nun im Prozess einer Entgrenzung und Formaflösung befindet, die ihrerseits in eine neue Form, in die Form der Flüchtigkeit übergeht”* (ebd., S. 74.).

Für den einzelnen Menschen bedeutet das, sich in einer sich stets verändernden, flüchtigen sozialen Umwelt zurechtfinden zu müssen. Liquid Identity als flüchtiger Identität ist ein Versuch, die eigene Identität in einer fragmentierten Umwelt zu wahren, in der zum Beispiel Fotos verschickt werden, die nach sieben Sekunden vom Bildschirm des Empfängers verschwinden. Die Identität bleibt unter anderem gewahrt in der Identität der Telefonnummer von Absender- und Empfängergerät.

Fragen für die Psychotherapie

Dieses mögliche Übermass an Freiheit in der Postmoderne bedeutet von einer andern Seite betrachtet ein Mangel an Sicherheit. Mit der Individualpsychologie Vertraute wissen, wie Personen mit einem Mangel an Sicherheit umgehen können: *“So finden wir den Charakter als eine durch das Leitbild zur Verwendung gelangte »intelligente Schablone«, deren sich die Sicherungstendenz bedient... Man wird immer bei Nervösen finden, dass sie ihre sichernden Schablonen mit Kraft festhalten”* (Adler, 2008a, S. 318). Nur bei Nervösen? Ist es denn nicht eine logische Folge, dass bei mehr Freiheit die Sicherungstendenzen zunehmen? Und damit auch die Neurosen? Und besteht unter diesen Umständen die Aufgabe der Psychotherapie darin, den Menschen zu unterstützen möglichst gesunde Sicherheit zu finden? Ist sie also ein Kind der Moderne? Oder besteht ihre Aufgabe darin, den Menschen zu unterstützen der Freiheit standzuhalten? Ist sie also ein Kind der Postmoderne? Und sind diese Fragen nicht wieder ein Indiz dafür, dass die Psychotherapie nach Ordnung strebt und damit den Gegebenheiten der Liquid Modernity nicht gewachsen ist?

Mögliche Antworten

Je freier ein Mensch ist, desto freier ist er in seinen Entscheidungen – aber auch gezwungen, selbständig zu entscheiden, zum Beispiel, ob er eine Nachricht als Information betrachtet oder als ‘fake news’. Dazu braucht es ein starkes Ich, wie es die Psychoanalyse anstrebt: *“Ihre Absicht ist ja, das Ich zu stärken, es vom Über-Ich unabhängiger zu machen, sein Wahrnehmungsfeld zu erweitern und seine Organisation auszubauen, so dass es sich neue Stücke des Es aneignen kann. Wo Es war, soll Ich werden”* (Freud, 1989, S. 516). So verstanden könnte die Psychoanalyse für das 21. Jahrhundert gerüstet sein. Und die Individualpsychologie?

Eine Antwort bieten Ansbacher & Ansbacher (2004) in ihrer Schilderung zu den von Adler formulierten nomothetischen und idiographischen Gesetzmässigkeiten: *“Im Hinblick auf den besonderen Fall liefern nomothetische Gesetze nur Wahrscheinlichkeiten, die als nicht hinreichend für eine individuelle Vorhersage angesehen werden. Es ist das besondere Gesetz des Einzelfalles,*

das Adler das Bewegungsgesetz des Individuums nennt, welches dem Lebensstil zugrunde liegt. Die Kenntnis des Bewegungsgesetzes ist das Ergebnis eines vollständigen Verstehens des Individuums aufgrund der Prinzipien der Individualpsychologie...“ (S. 159). In der sich gegenseitig befruchtenden Dynamik von nomothetisch und idiographisch im Sinnes eines hermeneutischen Zirkels ist die individualpsychologische Psychotherapie also postmodern und für die Liquid Modernity gewappnet, im Anspruch auf ein vollständiges Verstehen jedoch modern und ungeeignet für den Umgang mit Liquid Identity. Dieser Ausgang auf idiographischer Ebene ist jedoch nicht zwingend: *“Es ist um so bemerkenswerter, dass Alfred Adler, ein gelehriger Sohn des wissenschaftsfreudigen 19. Jahrhunderts, auf dem Höhepunkt seiner Fähigkeiten, seiner Erkenntnisse und Intuitionen angelangt, sich ohne Rückhalt dazu bekannte, ein Rater, Errater zu sein. Nein, er war den Geboten der Wissenschaft nicht untreu geworden, doch zu der Überzeugung gelangt, dass die natürliche oder, sagen wir, unvermeidliche Demarche des Psychologen eben diese wäre; tastend Schritt für Schritt voranzukommen, zuerst gleichsam ziellos, sich oft irrend und korrigierend, um schliesslich erratend die Richtung zu entdecken, in der er sich bewegen muss, will er finden, was er sucht”* (Sperber, 1971, S. 52).

Was für das frühe 20. Jahrhundert und für die 1970er Jahre galt, das gilt für den tätigen Psychotherapeuten im Zeitalter der Liquid Identity noch viel mehr: tastend raten, ambivalent, tolerant und frei bleibend dabei. Herrn K. so begegnen heisst, ihm das Erbleichen ersparen.

Literatur:

- Adler, Alfred. (1912a/2008a): Über den nervösen Charakter. Alfred Adler Studienausgabe, Bd 2, hg. v. K.H. Witte, A. Bruder-Bezzel, R. Kühn. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht.
- Adler, Alfred. (1933b/2008b): Der Sinn des Lebens. In: Alfred Adler Studienausgabe, Bd 6, hg. v. R. Brunner, R. Wiegand. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. S. 23–176.
- Ansbacher, Heinz L. & Ansbacher, Rowena R. (2004⁵): Alfred Adlers Individualpsychologie. München: Reinhardt.
- Brecht, Bertolt. (1982): Geschichten von Herrn Keuner. In: Brecht, Bertolt. (1982). Gesammelte Werke 12. Prosa 2. (S.373-415). Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Dostojewskij, Fjodor. (2006). Aufzeichnungen aus dem Kellerloch. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Freud, Sigmund. (1933, 1989¹¹). Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. In: Freud, Sigmund (1969, 1989¹¹). Studienausgabe Bd. I. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.
- Junge, Matthias. (2005): Zygmunt Bauman. In: Kaesler, Dirk. (Hrsg.). (2005): Aktuelle Theorien der Soziologie. München: C. H. Beck.
- Kretschmer, Wolfgang. (1995): Identität. In: Brunner, Reinhard; Titze Michael. (Hrsg.) (1995; 2. Auflage): Wörterbuch der Individualpsychologie. München, Basel: Reinhardt.
- Powers, Robert L. & Griffith, Jane. (1987): Understanding Life-Style: The Psycho-Clarity Process. Chicago: The Americas Institute of Adlerian Studies.
- Scharfetter, Christian. (1996⁴): Allgemeine Psychopathologie. Stuttgart, New York: Georg Thieme Verlag.
- Shulman, Bernard H. & Mosak, Harold H. (1995): Manual for Life Style Assessment. New York, London: Routledge.
- Siegwart, Geo. (1999) Identität/Gleichheit. In: Sandkühler, Hans Jörg. (Hrsg.). (1999): Enzyklopädie Philosophie. Hamburg: Felix Meiner Verlag, S. 603-7
- Sperber, Manès. (1971). Alfred Adler oder Das Elend der Psychologie. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.