

# 1

---

## **Einleitung: Adoleszenz – die Zeit, in der die Identitätsentwicklung zentrale Bedeutung gewinnt**

Auf die Idee, die Adoleszenz sei erst der »Vorwaschgang« für die Identitätsentwicklung, könnte man kommen, wenn man sich die Forschung zur Identitätsentwicklung anschaut. So wurden zwar in der Meta-Analyse zur Identitätsentwicklung von Jane Kroger und Kollegen (2010) auch Jugendliche einbezogen, der Schwerpunkt lag aber deutlich im jungen Erwachsenenalter. Die Ergebnisse sind über die vielen einbezogenen Länder hinweg recht einheitlich und zeigen, dass die Identitätsentwicklung bei Jugendlichen im Sinne einer Operationalisierung der Eriksonschen Konstrukte (als Kombina-

tion von Exploration und Commitment) gerade erst zaghaft begonnen hat und bis zu ihrem Abschluss noch fast 20 Jahre vergehen werden. Auch dann entwickeln Menschen ihre Identität weiter, besonders heute, wo die Brüchigkeit von Beziehungen und beruflichen Perspektiven häufig Neuorientierungen und Anpassungen in der Identität erfordern.

Dennoch, Erikson, dessen Konzeption diesem Buch zugrunde liegt, hatte meiner Ansicht nach recht: Auch wenn die Identitätsentwicklung prinzipiell ein lebenslanger Prozess ist, kommt der Adoleszenz diesbezüglich doch eine besondere Bedeutung zu. Heute verorten wir die Identitätsentwicklung keineswegs deshalb zentral in der Adoleszenz, weil wir sie, wie Erikson, als in der Adoleszenz für weitgehend abgeschlossen halten, sondern deshalb, weil es keinen Lebensabschnitt gibt, in dem so viele sozial-kognitive Lernprozesse in schneller Folge durchlaufen werden, die für die Entwicklung der Identität aus Beziehungen wichtig und notwendig sind.

Meine These ist, dass sich Identität aus Beziehungen entwickelt (Seiffge-Krenke, 2012a), und die Voraussetzungen für diese relationale Identität sind in keinem Lebensabschnitt so bedeutsam und veränderbar wie in der Adoleszenz. Tatsächlich sind sogar die raschen emotionalen und kognitiven Lernprozesse eine Voraussetzung dafür, dass sich die Identität der Jugendlichen so rasch verändern kann – körperlich, aber auch psychisch und sozial. Auch Susan Harter beschäftigte sich eingehend mit den Facetten dieser Entwicklung und beschrieb und untersuchte die »possible selves« (Harter et al., 1997), die sie zum einen auf kognitive Fortschritte, zum anderen auf den Sozialisationsdruck der Adoleszenz (d. h. die zunehmende Anpassung an erwachsene Rollen und Werte) zurückführt.

Bei der Untersuchung der Lernprozesse, die zum adoleszenten Identitätsstatus führen, ist auffällig, dass in der frühen Kindheit eher die Selbstwahrnehmung und Selbstbeschreibung, in der mittleren und späten Kindheit und verstärkt auch noch in der Adoleszenz eher das Selbstkonzept untersucht wurden. Alle drei Kompo-

zenten sind wichtig, aber Identität ist noch umfangreicher und komplexer und umfasst sehr viele verschiedene Facetten.

Erikson (1968) definierte Identität als »ein Gefühl für sich selbst, das aus der Integration vergangener, gegenwärtiger und zukünftiger Erfahrungen resultiert« (S. 36), und betonte sowohl Kontinuität als auch Veränderung über Zeiten und Kontexte. Wir werden also einen komplexeren Ansatz wählen, um diese Gleichheit und Kontinuität über Zeiten und Kontexte zu verdeutlichen. Er wird die geschlechtsspezifische Identitätsentwicklung, die Einflüsse der Familie durchaus auch im Sinne einer »Identitätsbremse« (Seiffge-Krenke, 2012a) und die starke Abhängigkeit der Identitätsentwicklung vom Entwicklungskontext, kulturellen Einflüssen und den Wandel in der Identitätsentwicklung über die Lebensspanne aufgreifen und zeigen, welche zentrale Entwicklungsprozesse in der Adoleszenz stattfinden – auch wenn die Identitätsentwicklung noch lange nicht abgeschlossen ist. Die Spiegelmetapher, die für die Entwicklung im Säuglings- und Kleinkindalter wichtig ist für die Unterscheidung von Ich und Nicht-Ich, erfährt in der Adoleszenz durch die besonderen Fähigkeiten von Jugendlichen eine ganz neue Erweiterung. Sehr viele verschiedenen Perspektiven von anderen Menschen wahrzunehmen, zu integrieren und sich »im Spiegel der anderen« zu sehen und zu erkennen, wird wichtig und lässt sich zum einem an der ungewöhnlich hohe Rate an selbstreflexiven Aktivitäten, aber auch an der intensiven Nutzung der sozialen Medien festmachen.

Dieser Entwicklungsprozess ist nicht ohne Gefährdungen, wie wir am Ende sehen werden. Die Adoleszenz als zentrale Schnittstelle für die Identität kann also zur beschleunigten Weiterentwicklung, aber auch zur Stagnation, ja zur Krise mit psychischen und körperlichen Symptomen führen.

# 2

---

## Theorien zur Identitätsentwicklung

Die klassischen Theorien der Identitätsentwicklung, jene von Marcia und Erikson, sind auch Grundlage dieses Buches. Die Theorie von Erikson ist jedoch umfangreicher als jene von Marcia, denn sie schließt ein Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung ein, in der die Identitätsentwicklung nur eine, wenngleich zentral wichtige Phase darstellt. Außerdem, und dies ist für unsere heutigen multikulturellen Gesellschaften wichtig, hat er eine eindeutige kulturelle Perspektive in seinem Werk und sieht die Identitätsentwicklung immer als abhängig vom kulturellen und Entwicklungskontext.

Ich möchte zunächst auf Erikson selber, seinen Lebensweg, seine Schriften eingehen, bevor das Stufenmodell und dann seine spezifischen Annahmen zur Identitätsentwicklung dargestellt wer-

den. Es ist tatsächlich wichtig, die Identitätsentwicklung in einen größeren Kontext zu stellen, denn sie beginnt und endet keineswegs mit der Adoleszenz. Dies gilt heute in noch viel stärkerem Masse als zu Zeiten Eriksons. Die Adoleszenz schafft nur, wie in Kapitel 3 (► Kap. 3) dargestellt, die besonderen Voraussetzungen für ein beschleunigtes Voranschreiten der Identität, und die sind auch notwendig, denn in dieser Phase kommen gänzlich neue Aufgaben auf das Individuum zu. Nach Erikson haben Marcia und in der Folge einige andere Forscher die Identitätskonzeptionen übernommen. Auch dies wird Gegenstand dieses Kapitels sein. Die detaillierten Untersuchungsergebnisse finden sich dann aber ausführlich in Kapitel 3 (► Kap. 3).

## **2.1 Identitätsentwicklung als Lebensaufgabe nach Erik H. Erikson**

Erik Homburger Erikson (\* 15. Juni 1902 bei Frankfurt am Main; † 12. Mai 1994 in Harwich, Massachusetts, USA) war einer der bedeutendsten Vertreter der psychoanalytischen Ich-Psychologie nach dem 2. Weltkrieg. Mit seiner Weltoffenheit, seiner kreativen Energie und seinem lebenswürdigen Humor gilt er als einer der letzten Grandseigneurs seines Fachgebietes (Conzen, 2002). Erikson hat es verstanden, klinische Tätigkeit, gesellschaftskritisches Engagement und ethische Prinzipien zusammenzubringen. Er trat gegen Gewaltherrschaft, Krieg und Rassismus ein und prägte in den 1960 und 1970er Jahren das Denken einer ganzen Generation und insbesondere auch die amerikanische Studentenbewegung. Als er 1992 im Alter von fast 92 Jahren starb, würdigte der damalige Präsident Bill Clinton ihn als herausragenden Wissenschaftler und steten Anwalt der Humanität. Das von ihm entwickelte Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung nimmt innerhalb seiner Theorie einen besonderen Platz ein, darin ist die Identitäts-

entwicklung im Jugendalter zentral. Biographische Erfahrungen und Brüche beeinflussten seine Identität und entsprechend auch sein Werk.

### **2.1.1 Erik H. Erikson: Der Begründer der psychoanalytischen Identitätstheorie und seine ganz persönliche Identitätskrise**

Wenn wir gegenwärtig, wie noch genauer zu schildern sein wird, eine veränderte Identitätsentwicklung mit einer relativ langen Phase der Exploration, des Ausprobierens, für charakteristisch halten, so sollte dies nicht den Blick darauf verstellen, dass es schon immer Personen gab, die eine ausgedehnte Explorationsphase durchmachten, in der sie sich fragten, wer sie seien und welche Ziele sie in ihrem Leben anstreben wollten. Allerdings war eine solche Entwicklung eher die Ausnahme, und, wie man anhand der Biographie von Erikson sehen kann, durchaus auch quälend. Vielleicht waren aber die vielen biographischen Brüche und die von ihm selbst als belastend erlebte Unschlüssigkeit und Unklarheit, welchen Beruf er ergreifen sollte, die persönliche Grundlage dafür, dass er sich dem Identitätsthema widmen konnte.

Erikson wurde 1902 bei Frankfurt/Main geboren. Er war der Sohn einer dänischen Jüdin, die sich kurz zuvor von ihrem dänischen Ehemann getrennt hatte, der allerdings nicht der leibliche Vater von Erikson war. Sein ganzes Leben lang hat Erikson die Frage, wer sein Vater war, sehr beschäftigt, er stellte viele Nachforschungen an, und es belastete ihn, dass er diese Frage nie wirklich klären konnte. Die ersten drei Jahre seines Lebens trug er den Nachnamen seiner Mutter, er hieß also *Erik Abrahamsen*, nach deren Heirat mit dem Kinderarzt der Familie 1905 hieß er *Erik Homburger*. Auch sein Stiefvater war Jude, und manche antisemitischen Angriffe während seiner Schulzeit in Karlsruhe machten aus ihm einen scheuen und zurückhaltenden Jugendlichen. Hier lernte er mit 16 Jahren Peter Blos kennen, der aus Karlsruhe stammte, mit

dem er später intensiv zusammenarbeiten sollte und der ebenfalls eine Differenzierung in Phasen mit spezifischen Entwicklungsanforderungen und Aufgaben formulierte, allerdings lediglich für das Jugendalter.

Nach seinen Schuljahren geriet Erikson in eine Krise, weil er sich für keinen Beruf entscheiden konnte. Eriksons Eltern hatten genaue Vorstellungen von seiner beruflichen Ausrichtung, mit denen er sich jedoch nicht anfreunden konnte. Durch seine Weigerung, die von den Eltern gewünschte Arztlaufbahn einzuschlagen, geriet er nach dem Abitur in ein langes krisenhaftes Moratorium. Er versuchte sich als Künstler, brach aber immer wieder den Versuch, eine künstlerische Ausbildung an einer Kunstakademie zu absolvieren, ab und unternahm eine Wanderung durch Europa. Diese Wanderjahre, in denen er sich immer wieder als Künstler versuchte, waren durch eine innere Unausgeglichenheit gekennzeichnet, die ihn später, wie er schreibt (Erikson, 1982), zu dem Thema der Identitätskrise disponierte.

Später holte ihn Peter Blos nach Wien, wo er als Lehrer an der Burlingham-Rosenfeld-Schule arbeitete, deren Direktor sein Freund Peter Blos war. Erikson war zu jener Zeit Mitte zwanzig und verstand sich selbst als Künstler. Er arbeitete mit Holzschnitten und stellte verschiedentlich aus, u. a. in München zusammen mit Max Beckmann und Wilhelm Lehmbruck. Erikson war zwar weiterhin an der Kunstakademie eingeschrieben, machte sich aber, rastlos wie er war, immer wieder auf die Wanderschaft und verbrachte eine Zeit in der Toskana. Rückblickend schreibt er: »Ich war zu jener Zeit wohl ein ›Bohemien‹.« Erst in der Wiener Zeit und nur mit Hilfe seines Freundes Peter Blos habe er »regelmäßig arbeiten« gelernt (Erikson 1982, S. 27).

Die frühe Psychoanalyse mit ihren unkonventionellen Ansichten, die insbesondere die sexuelle Prüderie und Doppelmoral entlarvte, übte auf Erikson einen großen Reiz aus. Die dort vertretenen Ideen halfen ihm dabei, Klarheit über sich selbst zu gewinnen und seine berufliche und weltanschauliche Identität zu formen. Er machte seine Lehranalyse bei Anna Freud und unterzog

sich einer Ausbildung zum Psychoanalytiker. In dieser Zeit, etwa 1927, hatte er eine schwere depressive Krise und lernte auch seine spätere Frau Joan, eine Kanadierin, kennen. Seine Heirat in diesen Jahren war ein weiterer Faktor für nun zunehmende Stabilität in seinem Leben. Aus der Ehe gingen vier Kinder hervor. Das jüngste Kind, Neil (\* 1944), litt an einem Down-Syndrom und es blieb eine belastende Erfahrung für die gesamte Familie, dass Neil in ein Heim gegeben wurde und jung, mit 21 Jahren, starb.

Nach der Machtergreifung durch die Nationalsozialisten verließ die Familie mit dem ältesten Sohn Kai Wien und emigrierte in die USA. Dieser Wechsel war auch mit einer Veränderung des Nachnamens der Familie verbunden. Der bisherige Name »Homburger« wurde für alle in »Erikson« (»Eriks Sohn«) umgeändert, lediglich Erikson behielt den Namen »Homburger« als mittleren Bestandteil seines Namens bei.

Eriksons Ideen über Kultur und Gesellschaft wurden beflügelt durch die Bekanntschaft mit Alfred Kroeber, einem deutschen Anthropologen, der in Berkeley einen der letzten Überlebenden der Yahi-Indianer in die westliche Zivilisation gebracht und die Anpassungsversuche von Ishi beobachtet und beschrieben hatte. Gemeinsam mit Kroeber lebte er im Jahr 1938 eine Zeitlang mit einer Untergruppe der Sioux-Indianer, den Oglaja, im Pine Ridge Reservat, Süd Dakota, zusammen und analysierte deren Zusammenleben und die Kindererziehung, die er in *Kindheit und Gesellschaft* darstellt. In diesem Buch beschreibt er auch den an der Westküste lebenden Indianerstamm der Yurok, die andere Erziehungshaltungen ihren Kindern gegenüber hatten als die Oglaja. Wie sich dieses so andere Erziehungsverhalten in einem anderen kulturellen und Lebenskontext auswirkte, schildert er eindrucksvoll. Beide Indianerstämme hatten sehr verschiedene Lebensräume und entwickelten auch sehr verschiedene Identitäten und Persönlichkeitsmerkmale.

Nach seiner Emigration war Erikson zunächst als Psychotherapeut und Dozent tätig und hatte später eine Professur in zwei sehr renommierten amerikanischen Hochschulen (Harvard und Berkely)

inne, eine ganz ungewöhnliche und in Deutschland ohne akademische Ausbildung undenkbare Karriere. Zu diesem Zeitpunkt gab es durch die Emigration vieler jüdischer Psychoanalytiker wie Karen Horney, Erich Fromm, Wilhelm Reich bereits Erweiterungen des klassischen Ansatzes, für Erikson blieb das Werk von Sigmund Freud aber seine wichtigste geistige Prägung. Er entwickelte Freudianische Ideen weiter, mit seiner Stufenfolge der Entwicklung und der Identitätstheorie bezeichnete er sich als Stiefsohn Freuds. Erikson wurde 1956 nach Frankfurt eingeladen, um den Festvortrag zum 100. Geburtstag von Sigmund Freud zu halten. Zahlreiche Ehrungen und Preise, z. B. 1970 der Pulitzer Preis für seine Arbeit über *Ghandi*, krönten das Lebenswerk des genialen Autodidakten (Conzen, 2017). In seinen späteren Lebensjahren, etwa ab 1980, zog sich Erikson zunehmend zurück und litt wieder stärker unter Depressionen und Gefühlen der Wertlosigkeit, die ihn auch früher schon begleitet hatten. Möglicherweise setzte er sich während dieser Zeit wieder verstärkt mit Fragen der Identität auseinander. In der letzten Stufe seines psychosozialen Modells der Entwicklung geht es wiederum verstärkt um Identität und die Frage der Akzeptanz und Zufriedenheit mit dem eigenen realisierten Identitätswurf. In dieser Zeit war seine Frau Joan seine wertvollste Stütze, sie setzte die Arbeit an dem Stufenmodell der psychosexuellen Entwicklung fort und beschäftigte sich besonders mit der letzten Phase, dem Übergang zum Tod. Sie starb 3 Jahre nach ihrem Mann, im Jahre 1997.

In *Identität und Lebenszyklus* gibt er einigen Aufschluss über ein Thema, das ihn persönlich wohl auch sehr beschäftigt haben mag. Er schildert verschiedene Fallvignetten aus seinen psychotherapeutischen Behandlungen, in denen Unterdrückte, Ausgestoßene unbewusst das negative Bild übernehmen, das die Gesellschaft oder verschiedene Gruppen ihnen zuschreiben. Für einen Patienten, einen hochgewachsenen Ranger, verlief das Leben äußerlich erfolgreich, aber er war innerlich von Ängsten, Zweifeln und Zwängen geplagt. Nur seine Frau wusste, dass er als Jude geboren und in einer Judenstraße in einer Großstadt aufgewachsen

war. In der Analyse wurde deutlich, dass seine Freunde und Gegner unbewusst die Rolle der deutschen Jungen einnahmen, die den kleinen Jungen auf seinem Schulweg quälten – der Weg, wie er schreibt, »von einer abgelegenen und vornehmeren Judenstrasse durch feindliche Häuserruinen und Bandenkriege zu einem kurzfristigen Aufenthalt in einem demokratischen Klassenraum« (Erikson, 1971, S. 30). Die Analyse dieses Mannes zeigte auf betrübliche Weise das negative Bild einer jüdischen Identität, eines jüdischen Aussehens, dem dieser Patient sogar durch Schönheitsoperationen abhelfen wollte. Hier wird deutlich, dass die Identität auch das körperliche Ich umfasst, und bereits Freud betonte, dass das erste Ich vor allem ein körperliches ist. Selbstkonzept und Körperkonzept sind also untrennbar in der Identität miteinander verschmolzen.

### **2.1.2 Das Phasenmodell der menschlichen Entwicklung**

#### **Die acht Phasen der psychosozialen Entwicklung nach Erikson (1959, dt. 1971)**

Identität war für Erikson nicht nur durch *Kontinuität* und *Wandel* gekennzeichnet (man verändert sich und bleibt sich selbst dennoch treu), sondern auch durch *Kohärenz*, d. h. man erlebt sich als der oder die Gleiche, in ganz unterschiedlichen Rollen und Kontexten. Ich möchte daran erinnern, dass der Begriff der Kohärenz auch für die Bindungstheorie und -forschung von Bedeutung ist. Die Identität ist damit das organisierende Prinzip der menschlichen Entwicklung.

Für die Generation von Erikson waren kulturelle Brüche, Verfolgung und Ablehnung Alltagserfahrungen, und dies macht sein Werk heute so wertvoll. Erikson hat einmal formuliert, dass sich die Identität als Schnittpunkt zwischen eigenen Wünschen und dem, was die Umwelt gestattet, entwickelt, und damit den Balanceakt zwischen individuellen Wünschen und Zielen in der Selbst-